

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN MEDIA
SOSIAL PADA REMAJA DI SMAS PEMBANGUNAN BUKITTINGGI
TAHUN 2023**

*Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan*



PUTRI RAHMAH

191000214201004

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA BARAT
2023**

LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN
MEDIA SOSIAL PADA REMAJA DI SMAS PEMBANGUNAN
BUKITTINGGI TAHUN 2023

Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal :
05 Juli 2023

Oleh :

Putri Rahmah
191000214201004

Pembimbing I

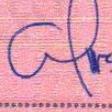

(Ns. Marizki Putri, S.Kep, M.Kep)

Pembimbing II


(Ns. Anisa Sri Utami, S.Kep, M.Kep)

Penguji

Irma Fidora, S.Kep, Ns., M.kep (.....


Ns. Rista Nora, S.Kep, M.Kep (.....


Mengetahui

Dekan Fakultas Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat


(Yuliza Anggraeni, S.ST, M.Keb)



DAFTAR RIWAYAT HIDUP



DATA PRIBADI

Nama : Putri Rahmah
Tempat & Tanggal Lahir : Dumai, 23 Oktober 2000
Alamat : Jorong Sungai Janiah, Baso
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Anak Ke : 2 dari 3 bersaudara
Kewarganegaraan : Indonesia
Status : Belum Menikah
No. HP : 082173499309
Email : putrirahmah2310@gmail.com

DATA ORANG TUA

Nama Orang Tua
a. Ayah : Edi Saputra
b. Ibu : Rosnawani

PENDIDIKAN

2007-2013 : SDN 17 Sungai Janiah
2013-2016 : MTSN IV Angkek Canduang
2016-2019 : SMKN 2 Bukittinggi
2019-2023 : SI Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat

LEMBAR PERSEMBAHAN

“...Allah akan meninggikan derajat orang-orang yang beriman diantaramu dan orang-orang yang mempunyai ilmu pengetahuan beberapa derajat...”
(Al-Mujadilah-11)

Yaallah yarabbi...

Tanpa izin-Mu takkan hamba dapatkan gelar ini
Tanpa izin-Mu takkan mampu hamba melewati semua ujian ini
Tanpa cinta, kasih dan sayang-Mu takkan bisa hamba bertahan hingga detik ini
Tanpa ilmu-Mu takkan bisa hamba menjadi seseorang yang berilmu
Engkau yang maha mengetahui tiada daya upaya
Dan kekuatan melainkan dengan pertolongan-Mu
Yang maha tinggi lagi maha mulia.

Alhamdulillahirabbil'alamin

Akhirnya aku sampai ke titik ini,
Sepercik keberhasilan yang engkau hadiahkan kepadaku ya rabb...
Tak henti-hentinya aku mengucapkan syukur kepada-Mu ya rabb..
Serta shalawat dan salam kepada idolaku Rasulullah SAW
Semoga karya mungil ini menjadi amalan shaleh bagiku
Dan menjadi kebanggaan bagi keluargaku tercinta...

Ku persembahkan karya kecil ini...

Untuk cahaya hidupku yang telah mencurahkan kasih sayang
Tanpamu aku bukan siapa siapa di dunia fana ini
Ibundaku tercinta (Ibu Rosnawani) dan ayahanda ku tersayang (Ayah Edi Saputra)
Yang memberikan support dan kasih sayang yang berlimpah dan telah menjaga dan melindungi selama ini terimakasih untuk semuanya yang telah kalian berikan kepadaku

Juga untuk abangku (Irvan Junaidi) dan adikku (Imam Suhada)
Terimakasih untuk kalian yang telah memberikan support, motivasi
Perhatian dan kasih sayang yang sangat besar kepadaku selama ini...

Terimakasih kepada Putra Nanda selaku Partner
Yang sama-sama berjuang dalam penyusunan Tugas Akhir demi meraih Gelar Sarjana dan telah tulus membantu serta memberi semangat selama proses penyusunan skripsi.

Untuk Ibu Ns. Marizki Putri, S.Kep., M.Kep Selaku dosen pembimbing I dan
Ibu Ns. Anisa Sri Utami, S.Kep., M.Kep Selaku dosen pembimbing II Tugas Akhir ku
Terimakasih banyak bu, Telah bersabar memberikan bimbingan, pengarahan serta masukan dalam penyusunan Tugas Akhir ini.

Dan seluruh Ibu Dosen yang telah memberkan ilmu, didikan dan pengalaman
Yang sangat berarti kepada kami selama diprodi SI Ilmu Keperawatan.

Dan teman-teman prodi SI Ilmu Keperawatan angkatan 2019 yang telah bersama-sama
mulai dari semester satu sampai sekarang.semua kenangan yang telah dilewati bersama akan
menjadi kenangan indah dan cerita dimasa depan.

Untuk semua orang yang telah membantu ku selama ini, orang yang sayang dan mencitaiku
Aku tidak akan bisa bertahan tanpa kalian semua
Terimakasih untuk semuanya...

Akhir kata semoga skripsi ini membawa kebermanfaatn, jika hidup bisa kuceritakan di
atas kertas, entah berapa banyak karya yang dibutuhkan hanya untuk ku ucapkan
Terima kasih....



(“Putri Rahmah, S.Kep”)

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis dengan judul “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Media Sosial pada Remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi Tahun 2023” adalah hasil karya saya sendiri bukan merupakan jiplakan dari hasil karya orang lain kecuali kutipan sumbernya dicantumkan. Jika kemudian hari pernyataan yang saya buat ini ternyata tidak benar, maka status kelulusan dan gelar yang saya peroleh menjadi batal dengan sendirinya.



Bukittinggi, Juli 2023

Yang membuat pernyataan



Putri Rahmah

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan kehadiran Allah AWT, yang telah memberikan rahmat, hidayat serta karunianya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi”** dengan baik.

Penghargaan dan cinta terbesar peneliti tujukan kepada orang tua, Abang dan adik yang telah memberikan cinta kasih, mengasuh, mendidik dan memberikan do'a serta dorongan moril dan materil kepada peneliti. Hal ini juga peneliti sampaikan kepada yang spesial telah memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak DR. Riki Saputra, MA selaku Rektor Univesitas Muhammadiyah Sumatera Barat.
2. Ibu Yuliza Anggraini, S.ST., M.Keb selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat.
3. Ibu Ns. Yuli Permata Sari, S.Kep., M.Kep selaku Ka. Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat.
4. Ibu Ns. Marizki Putri, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, pengarahan serta masukan dalam penyusunan skripsi.

5. Ibu Ns. Anisa Sri Utami, S.Kep., M. Kep selaku pembimbing II yang telah memberikan dorongan, masukan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi.
6. Kepada Bapak Ibu staf dosen yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengarahan, masukan serta bimbingan kepada peneliti saat penyusunan skripsi.
7. Guru serta staf SMAS Pembangunan Bukittinggi.
8. Ucapan terimakasih peneliti kepada Kedua Orang Tua, Abang, Adik dan keluarga besar yang selalu memberikan semangat dan doa demi suksesnya pendidikan peneliti. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada mereka.
9. Ucapan terimakasih peneliti kepada Putra Nanda selaku Partner yang telah tulus membantu dan memberi semangat kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi.

Akhir kata peneliti sampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang sudah berperan dalam penyusunan skripsi ini dari awal sampai akhir. Semoga senantiasa allah SWT meridhai segala usaha kita. Amiin

Bukittinggi, Juli 2023

Peneliti

Putri Rahmah

NIM : 191000214201004

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN	
KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR SKEMA	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Landasan Teoritis.....	11
B. Kerangka Teori.....	31
C. Kerangka Konsep.....	34
D. Hipotesis.....	34
E. Definisi Operasional.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Rancangan Penelitian	36
B. Populasi dan Sampel Penelitian	36
C. Lokasi Dan Waktu Penelitian	39
D. Alat Pengumpulan Data	39
E. Uji Validitas dan Reliabilitas	40
F. Prosedur Pengumpulan Data.....	41
G. Rencana Analisa Data	43
H. Teknik Pengolahan Data	44
I. Etika Penelitian	45

BAB IV HASIL PENELITIAN.....	47
BAB V PEMBAHASAN	50
A. Interpretasi Dan Hasil Diskusi.....	50
B. Implikasi Penelitian.....	57
C. Keterbatasan Penelitian.....	57
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
A. Kesimpulan	58
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Definisi Operasional	35
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Tingkat Kontrol Diri.....	47
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecanduan Media Sosial.....	48
Tabel 4. 3 Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Media Sosial.....	48



DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	33
Skema 2.2 Kerangka Konsep.....	34



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 *Informed Consent*
- Lampiran 3 Kisi-Kisi Kueisioner
- Lampiran 4 Kueisioner Penelitian
- Lampiran 5 Master Tabel
- Lampiran 6 Hasil Output SPSS
- Lampiran 7 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 8 Lembar Konsultasi Bimbingan
- Lampiran 9 Dokumentasi
- Lampiran 10 *Planning Of Action* (POA)



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA BARAT**

**SKRIPSI, Juni 2023
Putri Rahmah**

**Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Media Sosial Pada
Remaja Di SMAS Pembangunan Bukittinggi Tahun 2023**

x +VI Bab (61 halaman) + 6 tabel + 2 gambar + 10 lampiran

ABSTRAK

Peningkatan kasus kecanduan media sosial meningkat lima kali lipat dalam 4 tahun terakhir, kecanduan media sosial tidak hanya di Indonesia tetapi di seluruh dunia. Pengguna media sosial di dunia sebanyak 4,62 miliar orang pada bulan januari 2022, angka ini sama dengan 58,4 % dari total populasi dunia menurut *survey meta-analisis global*. Sebagai salah satu faktor penyebab kecanduan media sosial tertinggi yaitu kontrol diri, diperlukan kontrol diri untuk membaca keadaan seseorang dari lingkungan dan mengontrol perilaku dalam menggunakan media sosial. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi tahun 2023. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *simple random sampling* yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dengan jumlah sampel 52 responden. Penelitian dilakukan pada bulan Mei 2023 di SMAS Pembangunan Bukittinggi. Hasil analisis uji statistik *chi-square* menunjukkan bahwa *p-value* $0,002 < (0,05)$, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi tahun 2023. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi, untuk itu diharapkan kepada siswa siswi untuk mengetahui akan pentingnya kontrol diri yang tinggi supaya kecanduan media sosial rendah.

Kata Kunci : Kecanduan Media Sosial, Kontrol Diri

Daftar Pustaka : 60 (2017-2023)

**UNDERGRADUATE NURSING STUDY
FACULTY OF HEALTH AND SCIENCE
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY WEST SUMATERA**

**THESIS, Juni 2022
Putri Rahmah**

**The Relationship Between Self-Control and Social Media Addiction in
Adolescents at the Bukittinggi Development High School in 2023**

x + VI chapter (61 pages) + 6 tables + 2 pictures + 10 attachments

ABSTRACT

The increase in cases of social media addiction has increased fivefold in the last 4 years, social media addiction is not only in Indonesia but worldwide. There are 4.62 billion social media users in the world in January 2022, this figure is equal to 58.4% of the total world population according to a global meta-analysis survey. As one of the factors causing the highest social media addiction, namely self-control, self-control is needed to read a person's condition from the environment and control behavior in using social media. The purpose of this study was to determine the relationship between self-control and addiction to social media in adolescents at SMAS Pembangunan Bukittinggi in 2023. This study used a quantitative approach with a cross-sectional method. The sampling technique used simple random sampling technique that met the inclusion and exclusion criteria with a total sample of 52 respondents. The research was conducted in May 2023 at the Bukittinggi Development High School. The results of the chi-square statistical test analysis show that the p-value is $0.002 < (0.05)$, which means that there is a significant relationship between self-control and addiction to social media in adolescents at SMAS Pembangunan Bukittinggi in 2023. It can be concluded that there is a relationship between self-control With social media addiction in adolescents at the Bukittinggi Development High School, it is hoped that students will know the importance of high self-control so that social media addiction is low.

Keywords : Social Media Addiction, Self Control

Bibliography : 60 (2017-2023)

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Media sosial telah mengubah cara pengguna berinteraksi sosial, terutama di kalangan remaja. Salah satu cara remaja untuk memenuhi kebutuhannya akan interaksi adalah melalui media sosial (Nurhanifa, 2020). Peningkatan kasus kecanduan media sosial meningkat lima kali lipat dalam 4 tahun terakhir, kecanduan media sosial tidak hanya di Indonesia tetapi di seluruh dunia (Kurniasanti, 2020). Pengguna media sosial di dunia sebanyak 4,62 miliar orang pada bulan Januari 2022, angka ini sama dengan 58,4 % dari total populasi dunia, menurut *survey meta-analisis global*, frekuensi kecanduan media sosial tertinggi di dunia terjadi di Timur Tengah sebesar 10,9%, diikuti oleh Amerika Utara sebesar 8,0% dan Asia sebesar 7,1%. Pada remaja Asia khususnya di Indonesia tingkat kecanduan media sosial yaitu 2,2 - 9,6%, Jepang 3,1 - 6,2%, Filipina 4,9 - 21,1%, dan Hong Kong 3,016,4% (Lau, 2022).

Penggunaan media sosial didominasi oleh remaja di Indonesia. Menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), jumlah pengguna media sosial di Indonesia mencapai 215,63 juta orang. Jumlah penduduk ini meningkat 2,67% dari tahun sebelumnya sebanyak 210,03 juta orang. Pertumbuhan pengguna media sosial di Indonesia yang mayoritas berusia 15-19 tahun mencapai 91% pada tahun 2023 (APJII, 2023).

Sumatera Barat pada tahun 2022 rata-rata jumlah pengakses media sosial adalah 46,35 %. Salah satu kota yang ada di Sumatera Barat yaitu Kota

Bukittinggi berada pada peringkat pertama mengakses media sosial terbanyak pada tahun 2022 yaitu mencapai 73,84 %. Pengakses media sosial mulai dari usia anak-anak sampai usia dewasa, sehingga menimbulkan dampak bagi seseorang tersebut lebih memiliki banyak waktu sendirian dari pada berinteraksi dengan orang lain. (BPS Provinsi Sumatera Barat)

Kecanduan media sosial adalah penggunaan media sosial yang berlebihan, yang ditandai dengan gejala klinis kecanduan, seperti Keasyikan, lebih sering menggunakan sehingga kecanduan, mengabaikan dampak fisik dan psikologis dari penggunaan, dan sebagainya. *Internet Addiction Disorder* (IAD) mencakup segala macam hal yang berhubungan dengan media sosial seperti jejaring sosial, *email*, perjudian *online*, game *online*, *chatting*, pornografi dan lain-lain. Pecandu media sosial tidak dapat mengontrol keinginan mereka untuk menggunakan media sosial, sehingga mereka kehilangan kendali atas penggunaan media sosial dalam kehidupan mereka, yang menyebabkan gangguan psikologis, sosial dan akademik (Anggraeni AP, 2019).

Kecanduan media sosial tidak terlepas dari *internet* yang dapat memberikan dampak positif bagi penggunanya. Media sosial dapat memudahkan seseorang untuk mengakses informasi, berkomunikasi, berbelanja *online*, mencari literatur dan pendidikan, serta dapat juga memudahkan berbagi informasi tentang berbagai topik seperti sosial, politik, ekonomi, seni, budaya. (Irawan, 2019). Selain dampak positif, penggunaan media sosial yang berlebihan juga dapat memberikan dampak negatif bagi individu. Kecanduan penggunaan media sosial berdampak negatif terhadap pendidikan, tidak dapat

berkonsentrasi dalam pembelajaran di kelas, melalaikan tugas sekolah dan membuat siswa kecanduan media sosial, kurang bersosialisasi dengan lingkungan sosial, acuh tak acuh terhadap kondisi lingkungan, melemahkan solidaritas dalam masyarakat dan membuat tata krama remaja semakin luntur dari budaya asli Indonesia. (Ameliola, 2020).

Hasil penelitian Resti (2021) terhadap 50 responden, menyatakan bahwa 98% responden memiliki fitur-fitur media sosial seperti *path*, *Instagram*, *Twitter*, *Facebook*, *YouTube*, *photo editor*, berita *online* dan *game online* sebagai media hiburan. Responden menggunakan aplikasi tersebut dengan sangat aktif, rata-rata lebih dari 5 jam dalam sehari. Didapatkan bahwa 10 responden mengatakan mereka menghabiskan lebih banyak waktu menggunakan media sosial dari pada berinteraksi dengan orang lain. Sama halnya dengan hasil penelitian Kibona dan Mgaya (2020) terhadap 100 responden, ditemukan bahwa 48 % responden cenderung menggunakan media sosial di situs jejaring sosial sekitar 5-7 jam per hari tanpa memikirkan waktu yang telah dihabiskan.

Menurut Paska (2021), jenis aplikasi media sosial yang digunakan dapat menyebabkan kecanduan pada individu tersebut. laki-laki dan perempuan menggunakan media sosial dengan cara yang berbeda, misalnya laki-laki lebih cenderung kecanduan *game online*, situs porno, dan judi *online*, sedangkan perempuan lebih cenderung kecanduan *chatting* dan belanja *online*. Menurut penelitian Raihana (2019), perempuan lebih cenderung mengalami kecanduan media sosial dibandingkan laki-laki. Berbeda dengan penelitian Liang (2019)

menemukan bahwa laki-laki lebih bergantung pada media sosial dari pada perempuan. Dengan hasil bahwa laki-laki menggunakan media sosial untuk hiburan dan menghilangkan tekanan atau stres, sedangkan perempuan lebih cenderung menggunakan media sosial untuk mencari tugas dan informasi tertentu.

Menurut Young (2019), seseorang dapat digolongkan sebagai pecandu media sosial jika menggunakan media sosial lebih dari 35 jam dalam seminggu. Faktanya, kebiasaan yang tidak terkendali terkadang bisa berakibat fatal bagi kita karena kita tidak bisa mengatur waktu yang dihabiskan untuk *online*, membuang waktu dan menghancurkan semua tanggung jawab dalam hidup kita.

Penelitian Jamaludin (2022) tentang “Faktor-Faktor Penyebab Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta”, hasil *survey* awal terhadap 10 mahasiswa didapatkan bahwa 9 dari 10 mahasiswa memilih media sosial sebagai *website* yang paling banyak dikunjungi. Berdasarkan hasil penelitian terhadap 131 responden, didapatkan bahwa tingkat kecanduan media sosial disebabkan oleh stres akademik sebanyak 30 orang (29,1%), kesepian sebanyak 46 orang (44,7%) dan kontrol diri sebanyak 55 orang (53,4%), dengan lama akses media sosial lebih dari 6 jam sehari.

Sebagai salah satu faktor penyebab kecanduan media sosial tertinggi yaitu kontrol diri, diperlukan kontrol diri untuk membaca keadaan seseorang dari lingkungan dan mengontrol perilaku dalam menggunakan media sosial. Individu yang kurang kontrol diri saat menggunakan media sosial merasa tidak

mendapat dukungan dari teman atau keluarga untuk mendapatkan perhatiannya. Sehingga kebanyakan dari mereka biasanya sulit bersosialisasi dan berkomunikasi dengan orang lain seperti keluarga dan teman karena menganggap media sosial sebagai teman, sehingga pikirannya selalu tertuju pada media sosial tanpa memikirkan hal lain (Harahap, 2019). Saat *online* mereka merasa bergairah, bahagia, bebas, dibutuhkan dan didukung, saat *offline* mereka merasa kesepian, cemas, tidak puas dan bahkan frustrasi (Neto dan Barros, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Novitasari (2022) tentang “Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di Kota Pontianak” didapatkan bahwa kedua variabel memiliki kategori berkisar 63,55% untuk kontrol diri dan 66,66% untuk kecanduan media sosial, maka didapatkan hasil bahwa adanya hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di Kota Pontianak. Besarnya pengaruh kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di kota Pontianak adalah 62,5% sedangkan sisanya 37,5% pengaruh variabel lain.

Retnowati (2021) menemukan bahwa setiap orang dengan kontrol diri yang tinggi dapat mengontrol penggunaan media sosial sedemikian rupa sehingga tidak terjerumus ke dalam kecanduan media sosial, dapat menggunakan media sosial sesuai dengan kebutuhannya, tidak membutuhkan media sosial sebagai tempat untuk melarikan diri dari masalah. Individu dengan kontrol diri rendah tidak dapat mempertimbangkan konsekuensi yang mungkin terjadi, tidak tau cara memilih tindakan yang tepat, dan tidak dapat mengatur

penggunaan media sosial. Seorang siswa harus memiliki kontrol diri yang baik karena siswa memiliki tugas sekolah, kegiatan sehari-hari dan beberapa pekerjaan lainnya.

Kontrol diri adalah perasaan bahwa seseorang dapat menentukan keputusan dan mengambil tindakan yang efektif untuk mencapai hasil yang diinginkan dan menghindari konsekuensi yang tidak diinginkan, serta kemampuan untuk mengatur perilaku, mengatasi perilaku *impulsif* diri sendiri, kemampuan individu untuk mengontrol perilaku dan menahan godaan. Retnowati (2021).

Menurut penelitian Irawan (2019), menemukan bahwa hingga 36,5 juta pengguna media sosial berusia antara 10-24 tahun dan 11,2 juta di antaranya adalah siswa SMK/SMA. Pelajar atau siswa berusia 15 sampai 17 tahun yang duduk di bangku SMK/SMA telah mengikuti proses pendidikan dan pembelajaran untuk memperluas pengetahuan dan pengembangan diri baik secara sosial-emosional, moral dan intelektual. Selama ini, anak muda selalu ingin menjadi pusat perhatian dan membangun identitasnya.

Hasil penelitian Pratami (2020) tentang Kontrol Diri Dalam Penggunaan Media Sosial Pada Remaja di SMAN 11 Kota Bandung menunjukkan bahwa 66,8% remaja memiliki kemampuan kontrol diri yang rendah dalam penggunaan media sosial, sebagian besar memiliki kontrol kognitif sedang (62,9%), kontrol keputusan rendah (72,7 %) dan kontrol perilaku rendah (97,4%). Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar remaja memiliki kontrol

diri yang rendah artinya remaja belum mampu memaksimalkan kemampuan kontrol diri yang dimilikinya.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang peneliti lakukan di beberapa SMA dan SMK swasta yang ada di Kota Bukittinggi ditemukan bahwa siswa yang memiliki kecanduan media sosial yang tinggi berada pada SMAS Pembangunan Bukittinggi. Sedangkan beberapa SMA dan SMK lain yang peneliti observasi sebagian besar ditemukan bahwa siswa tersebut masih bisa mengontrol diri dalam penggunaan media sosial sehingga tidak banyak yang mengalami kecanduan media sosial. Hal ini dibuktikan bahwa sebagian besar siswa takut membawa handphone ke sekolah karena peraturan di masing-masing sekolah yang sangat ketat sehingga siswa jarang menggunakan handphone di sekolah dan juga jarang menggunakan media sosial saat di sekolah.

Dari hasil study awal pada hari Kamis, 4 Mei 2023 yang dilakukan oleh peneliti di SMAS Pembangunan Bukittinggi kepada siswa kelas X dan XI sebanyak 110 orang. Kelas X berjumlah 30 orang dan kelas XI berjumlah 80 orang. Wawancara dan pertanyaan yang peneliti berikan kepada 10 orang siswa tentang durasi mengakses media sosial, kapan waktu penggunaan media sosial, penyebab mengakses media sosial, dampak/ akibat mengakses media sosial secara berlebihan dan cara membatasi waktu mengakses media sosial.

Setelah diberikan beberapa pertanyaan kepada 10 orang siswa tentang penyebab kecanduan media sosial dapat diketahui bahwa 7 orang siswa mengalami kecanduan karena beberapa kebiasaan diantaranya menghabiskan

waktu bermain media sosial lebih dari 6 jam dalam sehari, mereka lebih banyak menggunakan waktu mengakses media sosial untuk mencari hiburan dibandingkan waktu untuk belajar, merasa cemas, gelisah dan tidak bisa tidur ketika tidak dapat mengakses media sosial bahkan ketika sedang dalam jam pelajaran mereka juga bermain media sosial. Didapatkan juga 3 orang siswa mengatakan tidak bisa jauh dari media sosial, mereka mengatakan media sosial sudah seperti kebutuhan pokok bagi dirinya dan apabila tidak bermain media sosial mereka mengatakan hari-hari nya terasa kosong dan membosankan.

Berdasarkan hasil wawancara yang diperoleh dari guru bimbingan konseling di SMAS Pembangunan Bukittinggi bahwa beberapa siswa yang berurusan dengan guru bimbingan konseling adalah siswa yang mayoritas berasal dari kelas XI dan kedapatan menggunakan *handphone* serta mengakses media sosial ketika sedang dalam proses belajar di kelas.

Berdasarkan latar belakang yang sudah disebutkan diatas, peneliti ingin meneliti tentang hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi Tahun 2023. Hasil dari penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memperluas ilmu pengetahuan tentang pendidikan dan kesehatan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi Tahun 2023.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini diketahui hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi kontrol diri pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi Tahun 2023.
- b. Diketahui distribusi frekuensi kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi Tahun 2023.
- c. Diketuainya hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi Tahun 2023.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Mengembangkan kemampuan peneliti dalam menyusun suatu laporan penelitian, menambah wawasan peneliti dalam mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang dimiliki.

2. Bagi Institusi

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai pedoman dan materi tentang ilmu keperawatan jiwa dan ilmu keperawatan komunitas tentang kontrol diri dengan kecanduan sosisl media pada remaja.

3. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai pedoman akan pentingnya kontrol diri dalam menggunakan media sosial.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan agar dapat digunakan sebagai sumber penelitian selanjutnya dan meningkatkan bagi peneliti untuk melakukan penelitian yang lebih spesifik.

5. Bagi Tempat Penelitian

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan diharapkan pihak sekolah dapat mengetahui bagaimana hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja dan diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan serta pedoman untuk membentuk karakter siswa menjadi lebih baik.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membahas tentang hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X dan XI SMAS Pembangunan Bukittinggi yang berjumlah 110 Orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 52 orang. Penelitian ini direncanakan pada bulan Mei sampai Juli 2023 di SMAS Pembangunan Bukittinggi. Dengan teknik pengambilan sampel menggunakan Teknik *Simple Random Sampling*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teoritis

1. Kontrol Diri

a. Pengertian Kontrol Diri

Ghufron (2019) mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, mengarahkan, mengatur, dan mengendalikan perilaku yang dapat menimbulkan konsekuensi positif. Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan dimanfaatkan oleh manusia selama proses kehidupannya, termasuk menghadapi kondisi yang ada di lingkungannya.

Menurut Goleman (2020), kontrol diri adalah kemampuan mengendalikan diri dari kobaran api emosi yang terlihat. Tandanya termasuk ketegangan dalam menghadapi stres atau menghadapi seseorang yang bermusuhan tanpa membalas sikap atau perilaku yang serupa. Kontrol diri diperlukan untuk membantu individu mengatasi keterbatasan kemampuannya dan mengatasi berbagai hal buruk yang mungkin muncul dari luar.

Averiiil dalam Marsela & Supriatna (2019) Kontrol diri, yaitu kemampuan seseorang untuk mengubah perilaku, kemampuan seseorang untuk menghadapi informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, dan kemampuan seseorang untuk memilih tindakan yang sesuai percaya.

Berdasarkan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengatur, mengarahkan, mengendalikan diri dari perilaku yang merugikan diri sendiri atau orang lain sehingga sesuai dengan norma sosial dan dapat diterima oleh orang di sekitarnya.

b. Jenis-Jenis Kontrol Diri

Block & Block dalam Khotimah (2019) mengklasifikasikan 3 jenis kontrol diri, yaitu:

- 1) *Over control* adalah kontrol diri yang tinggi/berlebihan sehingga individu banyak menahan diri ketika menanggapi rangsangan.
- 2) *Under control* adalah kontrol diri yang rendah, sehingga individu cenderung melepaskan impuls/rangsangan secara bebas tanpa perhitungan yang matang.
- 3) *Appropriate control* adalah kontrol yang memadai, individu dengan kontrol diri yang memadai/sedang mampu mengontrol impuls/rangsangan secara adekuat.

Ada 3 tingkat kemampuan individu yang berbeda untuk mengendalikan diri. Individu dengan kontrol diri yang tinggi mampu mengendalikan diri dalam menghadapi berbagai situasi yang mereka sebut sebagai kontrol. Individu dengan kontrol diri yang rendah akan mudah bertindak dengan berbagai cara tanpa perhitungan yang matang dan sulit mengambil keputusan yang digambarkan sebagai terkendali.

Sedangkan mereka yang mampu mengendalikan diri dengan baik dikenal dengan kontrol yang memadai.

c. Aspek-Aspek Kontrol Diri

Menurut Averill (Nur Gufron & Rini Risnawati, 2019) ada 3 aspek kontrol diri yaitu:

1) *Behavior control* (kontrol perilaku)

Adalah kemampuan untuk mengubah situasi yang tidak nyaman.

Kemampuan mengendalikan perilaku memiliki dua komponen, yaitu :

- a) Kemampuan mengendalikan implementasi adalah kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasinya sendiri, orang lain, atau sesuatu di luar dirinya.
- b) Kemampuan mengatur rangsangan adalah kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu rangsangan yang tidak diinginkan akan terjadi. Ada berbagai cara yang digunakan seperti . menjauhi rangsangan, menempatkan jeda waktu antara serangkaian rangsangan sebelum akhir dan membatasi intensitasnya.

2) *Cognitive control* (kognitif kontrol)

Adalah kemampuan seseorang untuk menghadapi informasi yang tidak diinginkan dengan menafsirkan, mengevaluasi, atau menggabungkan suatu peristiwa dalam kerangka kognitif untuk

mengurangi stres. Kemampuan melakukan kontrol kognitif terdiri dari dua komponen, yaitu:

- a) Memperoleh informasi, informasi yang dimiliki individu mampu mengantisipasi situasi dengan berbagai pertimbangan.
- b) Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menginterpretasikan suatu keadaan dengan cara mencari segi-segi positif secara subyektif.

3) *Decision control* (mengontrol keputusan)

Adalah kemampuan individu untuk memilih dan menentukan apa tujuan yang diinginkan. Kemampuan mengendalikan keputusan bekerja dengan baik ketika individu memiliki kesempatan, kebebasan dan kesempatan untuk mengambil tindakan.

d. Ciri-Ciri Kontrol Diri

Logue dan Forzano (dalam Aroma, 2020) orang yang mampu Mengontrol diri adalah orang yang memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

- 1) Tekun dan gigih pada tugas yang perlu dilakukan meskipun banyak rintangan.
- 2) Dapat mengubah perilaku sesuai aturan yang berlaku dimana dia berada.
- 3) Jangan menampilkan perilaku emosional atau meledak-ledak.
- 4) Bersikap toleran atau dapat beradaptasi dengan situasi yang berbeda

Sedangkan menurut Thompson (dalam Smet, 2019), adalah ciri-ciri orang yang memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri, antara lain:

- 1) Mampu mengontrol perilaku dan tingkah laku *kompulsif* yang tidak diinginkan

Hal ini ditandai dengan kemampuan untuk menghadapi stimulus yang tidak ada diinginkan dengan mencegah stimulus dari yang berlebihan, hentikan stimulus sebelum berakhir dan batasi intensitasnya stimulus, kemampuan membuat rencana dalam hidup, mampu mencegah frustrasi dan ledakan emosi serta kemampuan untuk melakukannya menentukan siapa yang mengontrol perilaku, dalam hal ini kapan individu tidak mampu mengendalikan dirinya sendiri, maka individu tersebut menggunakan faktor eksternal.

- 2) Mampu menunda kepuasan
Tujuannya adalah untuk mengatur perilaku internal untuk mencapai sesuatu yang lebih berharga atau dapat diterima Publik.

- 3) Mampu mengantisipasi peristiwa

Hal ini dimungkinkan secara relatif obyektif melalui berbagai pertimbangan didukung oleh informasi individu.

e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Menurut Gunawan (2019), faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri seseorang bersumber dari faktor internal dan eksternal yaitu:

- 1) Faktor internal yang mempengaruhi kontrol diri individu adalah bertambahnya usia, semakin tua seseorang maka semakin baik kemampuan kontrol diri.
- 2) Faktor eksternal yang mempengaruhi kontrol diri individu adalah lingkungan keluarga terutama orang tua. Orang tua yang mampu mendisiplinkan anak secara intensif sejak dini dan tetap konsisten dengan konsekuensi yang telah ditetapkan, maka sikap konsisten tersebut diterima oleh anak dan menjadi kontrol diri baginya.

Menurut Marsela (2019) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu:

- 1) Kepribadian

Kepribadian mempengaruhi kontrol diri berkaitan dengan bagaimana seseorang dengan tipe tertentu merespon tekanan yang dihadapinya dan mempengaruhi hasil yang akan dicapainya. Setiap orang memiliki kepribadian (unik) yang berbeda, dan itu akan menentukan pola respons mereka terhadap situasi tertentu.

- 2) Situasi

Situasi merupakan faktor yang memegang peranan penting dalam proses kontrol diri. Setiap orang memiliki strategi yang berbeda dalam situasi tertentu dimana strategi tersebut memiliki karakteristik yang unik. Situasi dirasakan berbeda oleh setiap orang, kadang-kadang bahkan situasi yang sama dapat dirasakan secara berbeda, yang mempengaruhi respons terhadap situasi tersebut. Setiap situasi

memiliki karakteristik tertentu yang dapat mempengaruhi pola reaksi seseorang akan membuat.

3) Etnis

Etnis atau budaya memengaruhi pengaturan diri dalam bentuk kepercayaan atau berpikir bahwa setiap budaya tertentu percaya atau nilai-nilai yang membentuk cara seseorang berhubungan atau menanggapi lingkungan. Budaya telah mengajarkan nilai-nilai untuk menjadi menjadi salah satu penentu pembentukan perilaku seseorang, sehingga seseorang yang tinggal di budaya lain akan terlihat reaksi berbeda dalam menghadapi situasi stres, Anda tahu strategi yang digunakan.

4) Pengalaman

Pengalaman membentuk proses belajar seseorang. Pengalaman dari proses pembelajaran lingkungan keluarga juga memainkan peran penting dalam pengaturan diri, terutama selama masa kanak-kanak. Seseorang di masa depan menanggapi dengan menggunakan pola pikir yang lebih kompleks dan pengalaman dari situasi sebelumnya untuk mengambil tindakan, Jadi pengalaman positif akan mendorong seseorang untuk melakukannya bertindak sama sementara pengalaman negatif akan berubah pola reaksi terhadap situasi.

5) Usia

Bertambahnya usia umumnya diikuti dengan bertambahnya usia dewasa dalam berpikir dan bertindak. Itu karena pengalaman hidup yang dilalui lebih banyak dan bervariasi, sehingga akan sangat membantu untuk memberikan reaksi terhadapnya situasi dihadapi.

Berdasarkan uraian di atas, faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri adalah faktor internal (kepribadian, usia) dan faktor eksternal (Situasi, etnis dan pengalaman).

2. Kecanduan Media Sosial

a. Pengertian Kecanduan Media sosial

Kuss (2019) mendefinisikan kecanduan media sosial sebagai pola perilaku penggunaan media sosial yang melibatkan keinginan disfungsi untuk penggunaan media sosial yang tidak diatur dan berlebihan disertai dengan gangguan psikososial dan fungsional yang signifikan yang tidak dapat dijelaskan oleh gangguan lain.

Kecanduan media sosial pada remaja adalah perilaku penggunaan media sosial secara berlebihan karena kurangnya kontrol diri sehingga berdampak buruk pada hubungan sosial, pekerjaan, maupun akademik, serta kesehatan yang dialami individu yang mayoritas berusia 16 sampai 19 tahun (Young, 2019)

Vercillo (2020) mendefinisikan bahwa kecanduan media sosial adalah istilah untuk penggunaan media sosial yang berlebihan yang

mengakibatkan semacam hambatan hidup, namun orang tersebut tetap melanjutkan perilaku tersebut meskipun memiliki konsekuensi negatif.

Berdasarkan definisi dari berbagai ahli, dapat disimpulkan bahwa kecanduan media sosial adalah penggunaan media sosial secara *kompulsif* yang melibatkan keinginan disfungsi untuk menggunakan media sosial secara berlebihan dan dapat menyebabkan gangguan fungsional dan psikososial. Kecanduan media sosial dapat diklasifikasikan menjadi lima jenis, yaitu, kecanduan hubungan dunia maya, kecanduan seks dunia maya, kelebihan informasi, paksaan media sosial, dan kecanduan komputer.

b. Jenis-Jenis Kecanduan Media Sosial

Yee (2019), menurut Lance Dodes dalam bukunya yang berjudul "*The Heart of Addiction*" ada dua jenis kecanduan, adiksi fisik seperti Ketergantungan pada alkohol atau kokain dan *adiksi non-fisik*al semacam itu kecanduan game online atau bahkan ke internet dan juga berlaku untuk media sosial.

Young (2019) membagi pengguna internet menjadi dua jenis kelompok untuk pengguna, yaitu:

1) Non Dependent

yaitu pengguna internet dengan normal. Pengguna *non dependent* akses internet sebagai sarana untuk memperoleh informasi dan menjaga hubungan yang telah tercipta melalui komunikasi

elektronik berfungsi normal. Pada kelompok ini menggunakan internet 4 hingga 5 jam seminggu.

2) *Dependent*

Yaitu pengguna secara adiktif. Dalam kelompok *dependen* menggunakan internet dalam bentuk komunikasi dua arah bertemu, bersosialisasi, dan bertukar pikiran dengan orang baru dikenal atau sudah dikenal melalui Internet. Pada kelompok *dependen* menggunakan internet atau media sosial selama 20 hingga 80 jam per orang dalam minggu.

c. **Kriteria Kecanduan Media sosial**

Pernyataan Young (2019) menjelaskan kecanduan media sosial termasuk dalam kelompok *adiksi* atau kecanduan media sosial dalam jenis *dependent*. Kriteria Kecanduan Internet Young (2019) meliputi:

1) Penggunaan media sosial yang berlebihan (*Excessive Use*)

Terkait dengan penggunaan waktu atau pengabaian kebutuhan kebutuhan dasar dalam hidup.

2) antisipasi (*Anticipation*)

media sosial digunakan sebagai strategi mengatasi masalah, yaitu sebagai sarana pelarian atau pengabaian masalah yang muncul dalam kehidupan nyata.

3) Ketidakmampuan untuk mengontrol diri (*Lack Of Control*)

Ketidakmampuan untuk mengendalikan diri hasil peningkatan waktu yang dihabiskan untuk aktivitas dengan media sosial , dalam frekuensi dan durasi penggunaan

4) mengabaikan kehidupan sosial (*Neglect to Social Life*)

Individu mengabaikan kehidupannya, dengan sengaja mengurangi kegiatan sosial. Individu akan menggunakan waktunya melakukan kegiatan yang berhubungan dengan internet dan mengurangi aktivitas diluar dari Internet.

Dari sini dapat disimpulkan bahwa ada kriteria kecanduan media sosial yaitu penggunaan berlebihan, antisipasi, Ketidakmampuan untuk mengontrol diri dan mengabaikan kehidupan sosial.

d. Aspek-Aspek Kecanduan Media sosial

Young dan Abreu (2019) menyatakan bahwa ada enam aspek kecanduan media sosial , yaitu:

1) *Salience*

ketika aktivitas online menjadi hal terpenting dalam hidup seseorang. Ini dapat dibagi menjadi kognitif (ketika seseorang berpikir banyak tentang aktivitas online) dan perilaku (misalnya, ketika seseorang mengabaikan kebutuhan dasar seperti tidur, makanan, atau kebersihan untuk terlibat dalam aktivitas online).

2) *Mood change*

Pengalaman subyektif yang dipengaruhi oleh aktivitas online (misalnya, mengalami perasaan "melarikan diri" atau "mati rasa" dan perasaan jengkel saat tidak online).

3) *Tolerance*

Suatu proses yang membutuhkan dosis aktivitas yang lebih tinggi dengan penggunaan Media social secara terus menerus untuk mencapai perasaan aslinya. Karena itu, pemain harus bermain lebih banyak dan lebih banyak lagi.

4) *Withdrawal symptoms*

Ketidaknyamanan dan sensasi negatif saat penggunaan media sosial dikurangi atau dihentikan.

5) *Conflict*★

Mengacu pada konflik yang muncul antara pengguna media sosial dan lingkungannya (konflik interpersonal), konflik dalam tugas lain (pekerjaan, pekerjaan rumah, kehidupan sosial, hobi) atau konflik yang muncul dalam diri mereka sendiri (konflik intrafisik atau rasa kurang kontrol), disebabkan dengan menghabiskan terlalu banyak waktu bermain di media sosial.

6) *Relapse*

Kecenderungan penggunaan media sosial berulang setelah adanya kontrol diri.

e. Ciri-Ciri Kecanduan Media Sosial

Young (2019) menyatakan kecanduan teknologi sebagai subset kecanduan perilaku. Dalam hal ini, salah satunya adalah kecanduan internet menunjukkan kecanduan media sosial mengungkapkan ciri-ciri individu itu yang megalaminya yaitu:

- 1) Ingin menggunakan media sosial dalam waktu yang terus meningkat untuk mendapatkan kepuasan.
- 2) Tidak dapat mengontrol, mengurangi atau menghentikan menggunakan
- 3) Merasa gelisah, murung, depresi, atau mudah tersinggung saat mengurangi penggunaan media sosial
- 4) Perubahan gaya hidup yang drastis selalu harus menghabiskan waktu di media sosial.
- 5) Sikap mengabaikan kesehatan akibat aktivitas media sosial berlebihan.
- 6) Pola tidur terganggu karena Anda menghabiskan lebih banyak waktu di media sosial (kurang tidur).
- 7) Mengabaikan keluarga dan teman, sehingga mengalami penurunan dalam bersosialisasi.
- 8) Mengabaikan kewajiban pribadi (tugas dll.)

f. Faktor-Faktor Mempengaruhi Kecanduan Media sosial

Young (2019), mengungkapkan kecanduan media sosial disebabkan oleh beberapa faktor antara lain:

1) Faktor psikologis

Kecanduan internet muncul dari masalah emosional seperti depresi dan gangguan kecemasan dan sering menggunakan dunia fantasi di media sosial sebagai gangguan psikologis terhadap perasaan atau situasi yang tidak nyaman yang menyebabkan stres.

2) Faktor sosial

Kesulitan dalam komunikasi interpersonal atau orang yang memiliki masalah sosial dapat menyebabkan penggunaan media sosial yang berlebihan. Hal ini disebabkan karena individu merasa sulit untuk berkomunikasi dalam situasi tatap muka, sehingga individu lebih memilih menggunakan media sosial untuk berkomunikasi karena dianggap lebih aman dan mudah daripada dilakukan secara tatap muka. Keterampilan komunikasi yang rendah juga dapat menyebabkan harga diri rendah, isolasi diri menyebabkan masalah dalam hidup seperti kecanduan media sosial.

3) Faktor biologis

Penelitian oleh Montag & Reuter (2020) dengan menggunakan *functional magnetic resonance imaging* (fMRI) menunjukkan adanya perbedaan fungsi otak antara pecandu media sosial dan bukan pecandu media sosial. Orang dengan kecanduan media sosial menunjukkan bahwa mereka memproses informasi lebih lambat, sulit mengendalikan diri, dan memiliki kecenderungan kepribadian yang depresi.

3. Remaja

a. Pengertian Remaja

Menurut *Who Health Organization* (WHO,2019) adalah definisi remaja dinyatakan dengan tiga kriteria, yaitu biologis, psikologis dan sosial-ekonomi. Jadi bisa dideskripsikan bahwa masa remaja adalah masa dimana individu berkembang sejak pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekunder sampai ia mencapai kematangan sosial. Individu siapa mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi anak tumbuh dewasa. Serta orang yang mengalami transisi dari kecanduan menjadi keadaan yang relatif lebih mandiri (Sarwono, 2019).

Remaja dapat didefinisikan dari beberapa sudut pandang yaitu remaja adalah orang yang berusia 11-12 tahun sampai dengan 20-21 tahun. Remaja adalah individu yang mengalami perubahan penampilan fisik, serta perubahan mental. Masa remaja adalah waktu yang penting dalam perjalanan hidup manusia. Masa remaja adalah jembatan antara masa kanak-kanak bebas menuju masa dewasa yang bertanggung jawab (Kusmiran, 2020).

Pendapat tentang usia remaja terbagi antara para ahli, organisasi,serta fasilitas kesehatan. Menurut WHO (*Who Health Organization*) remaja adalah rentang usia 10 sampai 19 tahun. Menurut Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB), masa remaja berada pada rentang usia 15 sampai 24 tahun. Sedangkan menurut pedoman dari *The Health*

Resources Services Administrations Guidelines Amerika Serikat, rentang usia remaja dibagi menjadi tiga tahap yaitu masa remaja awal (11-14 tahun), remaja tengah (15-17 tahun), remaja akhir (18-21 tahun) (Kusmiran, 2020).

Dari hasil pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa remaja yaitu orang berusia 11-12 tahun hingga 20-21 tahun. dimana para remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Dimana individu juga berubah secara fisik mental, serta periode di mana individu harus bertanggung jawab.

b. Klasifikasi Remaja

Menurut WHO (2019), remaja adalah penduduk dengan rentang usia antara 10 sampai 19 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk yang berusia 10 sampai dengan 18 tahun ke atas, dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN, 2019), rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Kemenkes RI, 2019). Batas usia remaja dibagi menjadi tiga bagian yaitu remaja awal pada usia 11-14 tahun, remaja tengah dengan rentang usia 15-17 tahun, dan remaja akhir pada usia 18-20 tahun (Schwartz, 2019).

1) Remaja awal

Pada masa ini remaja mengalami pertumbuhan yang sangat pesat terutama dalam hal pertumbuhan dan perubahan pada organ reproduksi. Remaja mulai mengeksplorasi kemampuannya dan puas

dengan perubahan fisik yang terjadi. Mereka juga suka mencari tahu dan mulai membentuk kelompok yang menjadi status mereka.

2) Remaja pertengahan

Pada tahap ini, hubungan antara remaja dan orang tua sudah mulai menurun dan mereka lebih terlibat dalam masyarakat dan berhubungan dengan teman sebayanya. Sangat fokus pada diri sendiri dan mulai menjadi lebih egois. Pada tahap ini, konflik dengan orang tua menjadi isu penting karena adanya keinginan untuk mandiri dari pengawasan orang tua. Sedangkan orang tua merasa belum bisa mandiri sepenuhnya karena masih membutuhkan pengawasan orang tua.

3) Remaja Akhir

Pada titik ini, remaja sudah matang secara fisik. Remaja dapat melihat suatu masalah secara komprehensif. Peran mereka dalam kehidupan sosial dapat terpenuhi sepenuhnya. Hubungan kelompok sangat menurun, mereka lebih fokus pada hubungan individu dan membangun hubungan yang lebih stabil. Konflik dengan orang tua berkurang karena, sebagai individu, mereka memegang kendali penuh atas hidup mereka.

c. Tugas Perkembangan Remaja

Masa remaja seringkali merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Perubahan yang terjadi pada remaja, perubahan yang terjadi yaitu perubahan fisik yang merupakan gejala utama pertumbuhan

Remaja. Sedangkan perubahan psikologis muncul sebagai akibat adanya perubahan perubahan fisik remaja (Sarwono, 2019).

Perubahan biologis adalah pertumbuhan yang cepat, perubahan kematangan hormonal dan seksual yang berhubungan dengan pubertas (Santrock, 2020). Perubahan fisik yang sangat mempengaruhi perkembangan jiwa remaja yaitu pertumbuhan, fungsinya organ reproduksi (ditandai dengan menstruasi pada wanita dan mimpi basah pada laki-laki) dan menumbuhkan karakteristik seksual sekunder. perubahan fisik ini dapat membuat remaja tidak nyaman karena terpaksa beradaptasi dengan perubahan yang terjadi pada dirinya, sehingga dapat mempengaruhi perubahan psikologis remaja tersebut (Sarwono, 2019).

Perkembangan atau perubahan kognitif yang terjadi selama masa perubahan dari masa kanak-kanak hingga remaja merupakan peningkatan dalam berpikir abstrak, idealis dan logis. Saat mereka melakukan transisi itu, para remaja mulai berpikir lebih egosentris dan sering merasa berada di panggung, unik dan tak terkalahkan. Menanggapi perubahan tersebut orang tua mengambil lebih banyak tanggung jawab untuk mengambil keputusan remaja (Santrock, 2020). Perubahan sosio-emosional yang dialami remaja adalah pencarian celah diri sendiri Ketika untuk kebebasan, konflik dengan orang tua dan keinginan untuk menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman sebaya. percakapan dengan Teman menjadi lebih akrab dan melibatkan lebih banyak keterbukaan Ketika anak-anak memasuki usia remaja,

mereka akan memiliki kematangan seksual sehingga mereka lebih mengalami ketertarikan hebat dalam hubungan dengan lawan jenis. Remaja akan mengalami perubahan Suasana hati lebih besar dari masa kanak-kanak (Santrock, 2020).

Dalam fase perkembangan ini, remaja memiliki tugas yang harus mereka penuhi untuk mendukung perkembangan mereka. William Key dalam (Jahja, 2019) mengemukakan bahwa tugas perkembangan remaja adalah :

- 1) Remaja dapat menerima fisiknya sendiri dengan karakteristik yang berbeda-beda.
- 2) Mendapatkan kemandirian emosional dari orang tua atau figur otoritas lainnya.
- 3) Belajar untuk memperoleh keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individu maupun kelompok.
- 4) Mencari model manusia untuk digunakan sebagai identitas.
- 5) Menerima dirinya sendiri dan memiliki keyakinan pada kemampuannya.
- 6) Memperkuat *self-control* (kemampuan untuk melakukan pengendalian diri) terhadap seperangkat nilai, prinsip atau pandangan dunia.
- 7) Remaja dapat meninggalkan reaksi dan penyesuaian(sikap/perilaku) kekanak-kanakan.

4. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Media Sosial

Kecanduan muncul ketika seseorang menggunakan media sosial dalam waktu yang lama dan juga karena keinginan diri untuk menggunakan media sosial tanpa ada paksaan dari orang lain. Jika seseorang semakin lama bermain media sosial berjam-jam hampir setiap hari, maka dapat dikatakan bahwa ia adalah seseorang yang kecanduan media sosial karena tidak dapat mengontrol dirinya dan mengurangi aktivitas penggunaan media sosial (Julianti 2020).

Widiana (2021) menemukan bahwa setiap orang dengan kontrol diri yang tinggi mampu mengatur penggunaan media sosial sedemikian rupa sehingga tidak hanyut dalam media sosial, dapat menggunakan media sosial sesuai dengan kebutuhannya, tidak memerlukan media sosial sebagai tempat melarikan diri dari masalah. Penggunaan media sosial dengan kontrol diri yang rendah tidak dapat mengontrol, mengarahkan, dan mengatur perilaku *online*. Individu dengan kontrol diri yang rendah tidak dapat mempertimbangkan konsekuensi yang mungkin terjadi, tidak dapat memilih tindakan yang tepat, dan tidak dapat mengatur penggunaan media sosial.

Menurut Skinner (dalam Alwisol, 2019), kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan variabel eksternal yang menentukan perilaku guna mengurangi dampak kecanduan media sosial. Hal ini dapat dilakukan dengan 4 cara, yaitu *removal* atau penghindaran, *saturation* atau kejenuhan, *aversive stimuli* atau *stimulus* yang tidak disukai, dan *self-reinforcing* atau penguatan. Menurut Chaplin (2020), kontrol diri

adalah kemampuan untuk mengatur perilaku, kemampuan untuk mengatasi perilaku *impulsif* dalam diri sendiri. Kontrol diri dianggap mampu mengurangi tingkat kecanduan media sosial yang merupakan gangguan kontrol *impuls*, dan seperti yang diungkapkan oleh Young (2019), kecanduan media sosial adalah istilah yang mencakup beberapa jenis masalah perilaku dan kontrol *impuls* dan diklasifikasikan menjadi lima jenis (kecanduan hubungan dunia maya, kecanduan *cyberseksualitas*, kelebihan informasi, paksaan media sosial, dan kecanduan komputer).

Berdasarkan penelitian Ningtyas (2019) mengatakan dalam jurnalnya yang berjudul “Hubungan antara *self control* dengan *social media addiction* pada mahasiswa” bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada mahasiswa FIP semester 5 UNNES. Artinya, semakin rendah kontrol diri, maka semakin tinggi pula kecanduan media sosial yang disebabkan oleh penggunaan media sosial yang berlebihan sehingga mengakibatkan kontrol perilaku yang buruk. Hasil penelitian sebaliknya, pengguna media sosial dengan kontrol diri yang tinggi akan mampu mengontrol, mengarahkan dan mengatur perilaku online.

B. Kerangka Teori

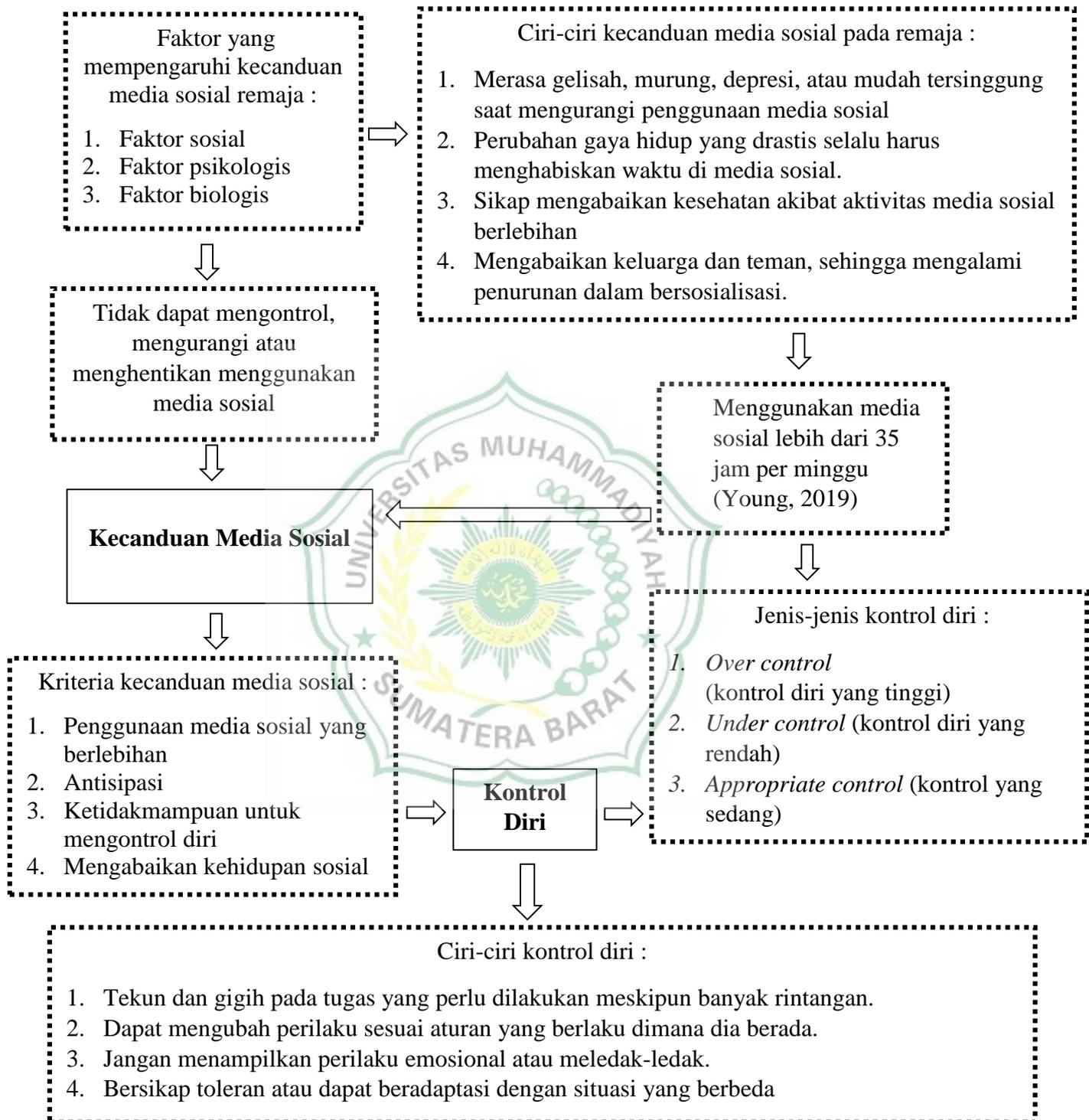
Tinjauan pustaka memuat tentang teori dan konsep dari variabel yang akan diteliti dan keterkaitan antar variabel serta generalisasi hasil penelitian yang disusun secara sistematis dan menyeluruh sehingga menjadi acuan untuk membangun suatu kerangka berfikir yang akan disusun dalam kerangka teori (Masturoh, 2018). Hubungan antar variabel digabungkan dengan lengkap dan

menyuluruh dengan alur yang menjelaskan sebab akibat suatu fenomena. Sumber pembuatan kerangka teori adalah dari paparan satu atau lebih teori yang terdapat pada tinjauan pustaka.

Pemilihan teori dapat menggunakan salah satu teori atau memodifikasi dari berbagai teori, selama teori yang dipilih relevan dengan keseluruhan substansi penelitian yang dilakukan (Masturoh, 2018).



Skema 2.1 Kerangka Teori



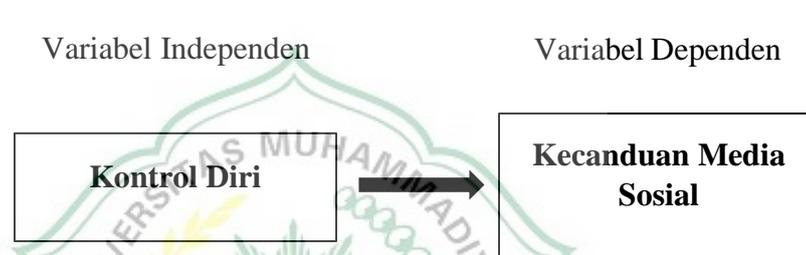
Keterangan : **————** : Variabel yang diteliti
 : **-----** : Variabel yang tidak diteliti

Sumber : Averill & Young (2019)

C. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah kerangka berhubungan antara konsep-konsep yang akan di ukur maupun diamati dalam suatu penelitian (Natoatmodjo, 2018). Variabel dalam penelitian adalah variabel independen yaitu kontrol diri dan variabel dependen yaitu kecanduan media sosial. Untuk lebih jelas, maka variabel dapat digambarkan dalam kerangka konsep berikut :

Skema 2.2 Kerangka Konsep



D. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara dari penelitian yang kebenarannya akan dibuktikan dalam penelitian (Natoatmodjo, 2018).

Ha : Ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada Remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi.

E. Definisi Operasional

Tabel 2.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
1.	Independen Kontrol Diri	Kemampuan individu dalam mengendalikan diri dari perilaku yang merugikan diri sendiri maupun orang lain.	Angket	Kuesioner yang digunakan adalah <i>Self Control Scale</i> (SCS) yang adaptasi dan modifikasi sudah dilakukan dalam penelitian Rosy Mariana Astri (2021).	Ordinal	1. $\geq 57,5$ kontrol diri tinggi 2. $< 57,5$ kontrol diri rendah
2.	Dependen Kecanduan Media sosial	Penggunaan media sosial secara kompulsif yang mencakup keinginan disfungsi untuk menggunakan media sosial secara berlebihan.	Angket	Kuesioner yang digunakan adalah <i>Internet Addiction Test</i> (IAT) yang adaptasi dan modifikasi sudah dilakukan dalam penelitian Rosy Mariana Astri (2021).	Ordinal	1. ≥ 60 kecanduan media sosial tinggi 2. < 60 kecanduan media sosial rendah

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini bersifat *deskriptif analitik* menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu variabel independen dan dependen diteliti secara bersama dalam satu waktu yang sama (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini mengembangkan sesuai dengan tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan yang ada. Variabel yang diteliti yaitu kontrol diri dan kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi.

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang memiliki kriteria tertentu yang secara umum dapat diamati dan diteliti (Notoatmodjo, 2018). Dalam statistika populasi dilambangkan dengan (N) besar. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X sebanyak 30 siswa dan kelas XI sebanyak 80 siswa, jadi total keseluruhan siswa berjumlah 110 orang siswa yang ada di SMAS Pembangunan Bukittinggi.

2. Sampel

Menurut Notoatmodjo (2018) sampel adalah subjek penelitian yang dianggap dapat mewakili seluruh populasi dalam penelitian. Dalam statistika sampel dilambangkan dengan (n) kecil. Sampel yang diteliti adalah siswa kelas X, XI di SMAS Pembangunan Bukittinggi. Cara yang digunakan untuk menentukan sampel adalah dengan menggunakan Teknik

simple random sampling. Teknik *simple random sampling* adalah teknik yang sederhana karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa melihat dan memperlihatkan kesamaan atau strata yang ada dalam populasi.

Rumus sampel menggunakan rumus slovin :

$$n = \frac{N}{1+N(d^2)}$$

Keterangan :

n = jumlah Sampel

N = jumlah Populasi

d = Tingkat Kepercayaan (10%)

Maka sample (n) adalah :

$$n = \frac{N}{1+N(d^2)}$$

$$n = \frac{110}{1+110(10\%^2)}$$

$$n = \frac{110}{1+110(0,01)}$$

$$n = \frac{110}{1+1,1}$$

$$n = \frac{110}{2,1}$$

$$n = 52,38$$

$$n = 52$$

Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 52 responden. Jadi alokasi sampel untuk kelas X ada 14 responden dan kelas XI ada 38 responden.

Untuk menghindari terjadinya bias pada hasil penelitian, maka ditetapkan kriteria *inklusi dan eksklusi* penelitian ini adalah :

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria atau karakteristik yang harus dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang akan dijadikan sampel (Notoatmodjo, 2018). Kriteria inklusi untuk penelitian ini adalah:

- 1) Siswa yang telah melakukan screening kecanduan media sosial.
- 2) Siswa-siswi kelas X dan XI
- 3) Memiliki akun media sosial seperti *Whatsaap, instagram, tiktok, twitter, line, facebook* dll.
- 4) Siswa yang bersedia menjadi responden

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah karakteristik anggota populasi yang tidak dapat dijadikan sampel (Notoatmodjo, 2018). Kriteria eksklusi untuk penelitian ini adalah :

- 1) Tidak memiliki akun media sosial
- 2) Siswa SMAS Pembangunan Bukittinggi yang tidak hadir saat penelitian (sakit, izin, alfa)

C. Lokasi Dan Waktu Penelitian

1. Lokasi penelitian

Penelitian dilakukan di SMAS Pembangunan Bukittinggi Tahun 2023. Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas X dan XI SMAS Pembangunan Bukittinggi.

2. Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan selama 3 hari berturut-turut pada tanggal 11, 12 dan 13 Mei tahun 2023.

D. Alat Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data (Notoatmodjo, 2018). Berikut ini alat ukur skala yang digunakan dalam penelitian ini :

1. Kuesioner kontrol diri

Kuesioner yang digunakan adalah *Self Control Scale (SCS)* milik Averill yang merupakan adaptasi dan modifikasi sudah dilakukan dalam penelitian Rosy Mariana Astri (2021).

Skor total berentang antara 23 - 92 yang dikategorikan berdasarkan rumus dari Arikunto (2002) yakni *cut off point*

Rumus :

$$\begin{aligned}\text{Naturan } cut\ off\ point &= (\text{maximum score} + \text{minimum score}) / 2 \\ &= (92 + 23) / 2 \\ &= 57,5\end{aligned}$$

Jadi score dalam kuesioner ini adalah 57,5 % dari total skor (92), dengan hasil : $\geq 57,5$ kontrol diri tinggi, dan $< 57,5$ kontrol diri rendah.

2. Kueisioner kecanduan media sosial

Kueisioner yang digunakan adalah *Internet Addiction Test* (IAT) milik Young yang merupakan adaptasi dan modifikasi yang sudah dilakukan dalam penelitian Rosy Mariana Astri (2021).

Skor total berentang antara 24 - 96 yang dikategorikan berdasarkan rumus dari Arikunto (2002) yakni *cut off point*

Rumus :

$$\begin{aligned}\text{Naturan } cut\ off\ point &= (\text{maximum score} + \text{minimun score}) / 2 \\ &= (96 + 24) / 2 \\ &= 60\end{aligned}$$

Jadi score dalam kuesioner ini adalah 60% dari total skor (96), dengan hasil: ≥ 60 kecanduan media sosial tinggi, dan < 60 kecanduan media sosial rendah.

E. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur dan dapat diukur (Notoatmodjo, 2018). Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan aplikasi perhitungan statistic SPSS.

Uji validitas yang sudah dilakukan dalam penelitian Rosy Mariana Astri (2021) dengan menguji coba kepada 100 responden dengan uji *Self Control Scale* (SCS) menggunakan teknik *product moment* menunjukkan

rentang koefisien korelasi yang telah dikoreksi secara *part-whole* berkisar antara 0,384 – 0,726 dengan taraf signifikansi 5% yaitu 0,195 sehingga alat ukur ini valid dan uji *Internet Addiction Test* (IAT) menggunakan teknik *product moment* dan telah dikoreksi secara *part-whole* menunjukkan rentang koefisien korelasi berkisar antara 0,204 – 0,708 dengan taraf signifikansi 5% yaitu 0,195 sehingga alat ukur ini valid.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan (Notoatmodjo, 2018). Uji reliabilitas variabel dianalisis menggunakan teknik *Alpha Cronbach*.

Uji Reliabilitas yang sudah dilakukan dalam penelitian Rosy Mariana Astri (2021) dengan menguji coba kepada 100 responden dengan uji *Self Control Scale* (SCS) diperoleh nilai *alpha cronbach* 0,814 sehingga alat ukur ini reliabel dan uji *Internet Addiction Test* (IAT) diperoleh nilai *alpha cronbach* 0,861 sehingga alat ukur ini reliabel.

F. Prosedur Pengumpulan Data

1. Tahap Administrasi

Pengumpulan data dalam penelitian ini dimulai dari peneliti mengurus Surat pengantar studi awal kebagian tata usaha fakultas kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat, setelah disetujui bagian tata usaha fakultas kesehatan, peneliti mengantar surat pengantar studi awal kebagian tata usaha SMAS Pembangunan Bukittinggi Setelah disetujui, peneliti menemui responden yang didampingi guru bimbingan konseling.

Peneliti menanyakan faktor-faktor yang menyebabkan responden mengalami kecanduan media sosial. Peneliti juga menanyakan apakah adanya kontrol diri responden ketika kecanduan media sosial .

Setelah itu masuk pada tahap persiapan, tahap persiapan ini dimulai dari peneliti meminta surat izin penelitian ke bagian tata usaha fakultas kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan pengumpulan data dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Setelah mendapatkan surat izin penelitian, peneliti mengantarkan surat izin penelitian ke bagian tata usaha sekolah SMAS Pembangunan Bukittinggi.
- b. Setelah mendapat izin penelitian, peneliti masuk ke kelas didampingi oleh guru BK (bimbingan konseling) untuk menemui responden.
- c. Selanjutnya peneliti menjelaskan tujuan dan manfaat penelitian kepada responden, serta menjaga kerahasiaan data yang diberikan oleh responden.
- d. Peneliti meminta persetujuan responden untuk menandatangani *informed consent*. Kemudian peneliti memberikan kuesioner kepada responden untuk di isi oleh responden.
- e. Peneliti memberi waktu pengisian kuesioner kepada masing-masing responden selama 15 menit.

- f. Setelah responden selesai mengisi kuesioner, peneliti mengumpulkan kembali lembar kuesioner.
- g. Selanjutnya data yang di dapat di olah menggunakan komputerisasi, untuk melihat apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi tahun 2023.

G. Analisa Data

Analisa data dilakukan dalam dua tahap yaitu analisa univariat dan analisa bivariat :

1. Analisa Univariat

Menurut Notoatmodjo (2018), analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan sifat-sifat dari masing-masing variabel penelitian. Secara umum analisa ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari masing-masing variabel.

Analisa univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik variabel independen (kontrol diri) dan dependen (kecanduan media sosial), dan semua data dari kuesioner disiapkan dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

2. Analisa Bivariat

Analisa Bivariat Apabila analisa univariat telah dilakukan maka hasilnya diketahui karakteristik atau distribusi masing-masing variabel dan dapat dilanjutkan dengan analisa bivariat (Notoatmodjo, 2018).

Analisa bivariat dilakukan dengan menggunakan *Chi-Square* dengan tingkat kepercayaan 95% yaitu melihat hubungan antara kedua variabel, dimana variabel bebasnya adalah kontrol diri sedangkan variabel terikatnya adalah kecanduan media sosial. Analisa ini dapat dilanjutkan setelah diketahui sifat masing-masing variabel, kemudian dilakukan analisa data dengan menggunakan uji *Chi-square* untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial. Jika $p\text{-value} < 0,05$ maka ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial, dan jika $p\text{-value} > 0,05$ maka tidak ada hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen.

H. Teknik Pengolahan Data

1. Memeriksa data (*Editing*)

Yaitu kegiatan yang dilakukan dilapangan pada saat mengambil data. peneliti melakukan pemeriksaan kelengkapan kuesioner.

2. Member kode (*Coding data*)

Yaitu proses pemberian kode pada setiap pilihan jawaban agar memudahkan ketika memasukkan data hasil penelitian ke program komputer yang digunakan.

3. Memasukkan Data (*entry*)

Yaitu kegiatan memasukkan data ke program komputer.

4. Mengelompokkan data (*Tabulasi*)

Yaitu membuat tabel-tabel sesuai dengan tujuan penelitian atau yang diinginkan oleh peneliti.

5. Proses (*processing*)

Setelah dilakukan analisis selanjutnya yang dilakukan oleh peneliti adalah memproses data

6. Membersihkan data (*clening*)

Mengecek kembali untuk mendeteksi kesalahan kode lengkap atau tidaknya data yang sudah dimasukkan, dan lain sebagainya. Setelah itu dilakukan pengoreksian dan pembetulan.

I. Etika Penelitian

Etika penelitian merupakan pedoman etika yang berlaku untuk semua kegiatan penelitian yang melibatkan peneliti, pihak yang diteliti (subyek penelitian), yang menerima akibat dari hasil penelitian (Notoatmodjo, 2018). Tujuan etika penelitian adalah menghormati dan mengutamakan hak responden (Notoatmodjo, 2018). Baru setelah itu peneliti melakukan penelitian dengan mengakui dan menekankan masalah etika, antara lain:

1. Menghormati martabat manusia (*respect for human dignity*).

Untuk menghormati martabat responden, peneliti harus menyiapkan formulir *informed consent*.

2. Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek dalam penelitian (*respect for privacy and confidentiality*)

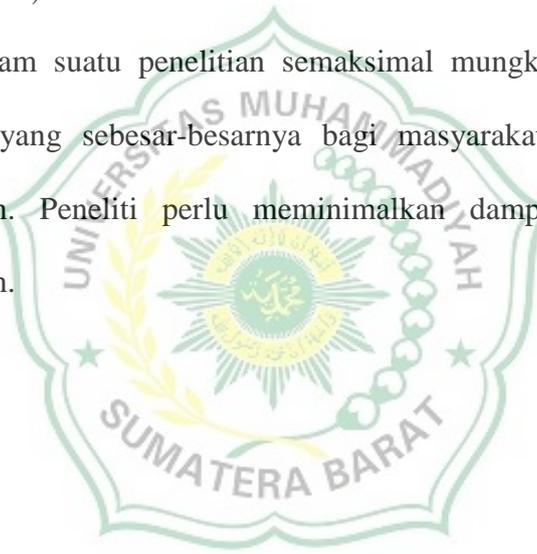
Peneliti tidak diperkenankan menampilkan informasi mengenai identitas dan kerahasiaan responden. Peneliti cukup menggunakan inisial responden sebagai pengganti identitas responden.

3. Keadilan/Ekuitas dan Inklusivitas/Keterbukaan (*respect for justice and inclusiveness*)

Seorang peneliti harus memiliki prinsip keterbukaan dan keadilan serta pastikan untuk menjelaskan prosedur penelitian. Prinsip keadilan ini menjamin bahwa responden mendapat perlakuan dan keuntungan yang sama tanpa memandang jenis kelamin, agama, suku, dll.

4. Pertimbangan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*)

Dalam suatu penelitian semaksimal mungkin untuk mendapatkan manfaat yang sebesar-besarnya bagi masyarakat dan khususnya para responden. Peneliti perlu meminimalkan dampak kerugian terhadap responden.



BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambara Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMAS Pembangunan Bukittinggi Tahun 2023. Sekolah ini terdiri dari 4 kelas dimana kelas X berjumlah 30 responden, kelas XI berjumlah 80 responden. Sekolah ini memiliki kepala sekolah, wakil kepala sekolah, tata usaha sebanyak 4 orang dan guru sebanyak 18 orang.

Sekolah ini adalah salah satu Sekolah Menengah Atas Swasta yang berada di Jl. Jend Sudirman Asrama Kodim 0304, Sapiran, Kec Aur Birugo Tigo Baleh, Kota Bukittinggi, Prov Sumatera Barat. Pengumpulan data dilaksanakan dengan menyebarkan kuesioner secara langsung yang diberikan dan diisi langsung oleh responden di kelas pada saat jam istirahat. Penelitian dilaksanakan selama 2 hari berturut-turut pada tanggal 12 dan 13 Mei tahun 2023.

B. Analisa Univariat

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Tingkat Kontrol Diri Pada Remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi (n = 52)

Kategori	<i>f</i>	%
Tinggi	16	30,8
Rendah	36	69,2
Total	52	100

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat bahwa dari 52 responden yang diteliti, sebagian besar responden didominasi memiliki kontrol diri rendah sebanyak 36 responden dengan persentase (69,2%).

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecanduan Media Sosial Pada Remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi (n = 52)

Kategori	<i>f</i>	%
Tinggi	43	82,7
Rendah	9	17,3
Total	52	100

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat bahwa dari 52 responden yang diteliti, sebagian besar responden didominasi memiliki kecanduan media sosial tinggi sebanyak 43 responden dengan persentase (82,7%).

C. Analisa Bivariat

Tabel 4. 3 Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi (n = 52)

Kontrol Diri	Kecanduan Media Sosial				Total		<i>P</i> Value
	Tinggi		Rendah		<i>F</i>	%	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%			
Tinggi	9	17,3	7	13,5	16	30,8	0,002
Rendah	34	65,4	2	3,8	36	69,2	
Total	43	82,7	9	17,3	52	100	

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa hubungan kontrol diri dengan kecanduan media sosial dari 16 responden dengan persentase (30,8%) berada pada kontrol diri yang tinggi, sebanyak 9 orang dengan persentase (17,3%) mengatakan berada pada kecanduan media sosial tinggi dan 7 orang dengan persentase (13,5%) mengatakan berada pada kecanduan sosial media rendah. Sementara dari 36 responden dengan persentase (69,2%) berada pada kontrol diri rendah, dan 34 orang dengan persentase (65,4%) mengatakan berada pada kecanduan media sosial tinggi dan 2 orang dengan persentase (3,8%) mengatakan berada pada kecanduan media sosial rendah.

Setelah dilakukan analisa data menggunakan uji *Chi Square*, didapatkan data bahwa $P Value = 0.002 < 0.05$. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi.



BAB V

PEMBAHASAN

A. Interpretasi Dan Hasil Diskusi

1. Analisa Univariat

a. Distribusi Frekuensi Tingkat Kontrol Diri pada remaja di SMAS

Pembangunan Bukittinggi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 52 responden, didapatkan 36 responden dengan persentase (69,2%) mengatakan dengan kontrol diri yang rendah. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Irawan et al., 2020) menunjukkan bahwa 66,8% remaja memiliki kemampuan kontrol diri yang rendah dan 33,2% memiliki kontrol diri yang tinggi. Penelitian ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh (Istri & Asyanti, 2017) menunjukkan bahwa 81% remaja memiliki kontrol diri yang rendah dan 19% remaja memiliki kontrol diri yang tinggi. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar remaja memiliki kontrol diri yang rendah artinya remaja belum mampu memaksimalkan kemampuan kontrol diri yang dimilikinya.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nurhanifa et al., 2020) dimana didapatkan dari responden yang diteliti dengan pengelompokan yang berbeda dimana (32,2%) dengan kontrol diri tinggi, (66,8%), dengan kontrol diri sedang, (1%) dengan

kontrol diri rendah. Hal ini kemungkinan terjadi karena perbedaan jumlah sampel dan perbedaan pengelompokan tingkatan kontrol diri.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh (Intani & Ifdil, 2018) dimana menemukan dari responden yang diteliti dengan pengelompokan yang berbeda dimana (12,9%) dengan kontrol diri sangat tinggi, (19,2%) dengan kontrol diri tinggi, (38,8%) dengan kontrol diri sedang, (23,3%) dengan kontrol diri rendah, dan (5,8) dengan kontrol diri sangat rendah.

Menurut Gunawan (2019), faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri seseorang bersumber dari 2 faktor yaitu (Faktor internal) yang mempengaruhi kontrol diri individu adalah bertambahnya usia, semakin tua seseorang maka semakin baik kemampuan kontrol diri dan (faktor eksternal) yang mempengaruhi kontrol diri individu adalah lingkungan keluarga terutama orang tua. Orang tua yang mampu mendisiplinkan anak secara intensif sejak dini dan tetap konsisten dengan konsekuensi yang telah ditetapkan, maka sikap konsisten tersebut diterima oleh anak dan menjadi kontrol diri baginya.

Peneliti berasumsi siswa SMAS Pembangunan Bukittinggi berada pada kontrol diri dengan kategori rendah hal ini disebabkan oleh satu faktor yaitu kepribadian. Kepribadian mempengaruhi kontrol diri berkaitan dengan bagaimana seseorang dengan tipe tertentu merespon tekanan yang dihadapinya dan mempengaruhi hasil yang akan

dicapainya. Setiap orang memiliki kepribadian (unik) yang berbeda, dan itu akan menentukan pola respons mereka terhadap situasi tertentu.

b. Distribusi Frekuensi Kecanduan Media Sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 52 responden, dapat diketahui 43 responden dengan persentase (82,7%) mengatakan dengan kecanduan media sosial yang tinggi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Aprilia et al., 2020) menunjukkan bahwa (51,4%) dengan kecanduan media sosial tinggi dan (48,6%) dengan kecanduan media sosial rendah. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Awalia & Rifandi, 2022) didapatkan bahwa (86%) dengan kecanduan media sosial tinggi dan (14%) dengan kecanduan media sosial rendah.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hartinah et al., 2019) dimana didapatkan dari responden yang diteliti dengan pengelompokan yang berbeda dimana 28 responden (11,7%) dengan tingkat kecanduan media sosial rendah, 173 responden (72,1%) dengan kecanduan media sosial sedang dan 39 responden (16,2%) dengan kecanduan media sosial tinggi.

Menurut teori young (2019) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecanduan media sosial diantaranya *gender* (bisa mempengaruhi dari jenis aplikasi yang digunakan misalnya laki-laki lebih banyak membuang waktunya dengan *game online* dan melakukan

perjudian *online* sedangkan perempuan lebih sering melakukan *chatting* dan melakukan belanja *online*), kondisi psikologi (terjadi karena banyak menggunakan media sosial dan hanya berfokus pada hal tersebut), tujuan dan waktu (dilihat dari berapa lamanya individu menggunakan media sosial dan mengakibatkan tujuannya bukan lagi untuk mengatasi diri dari masalah yang dihadapi).

Peneliti berasumsi, tingkat kecanduan media sosial remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi berada pada kategori tinggi. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor kurangnya kontrol diri dan lingkungan sekitar seperti adanya pengaruh dari responden sendiri, keluarga maupun teman sebaya. Sehingga mempengaruhi individu dalam penggunaan media sosial sehingga menjadi kecanduan. Meningkatnya aktivitas di media sosial dan seringnya melihat unggahan orang lain juga menimbulkan gejala stres akibat terus membandingkan pencapaian diri sendiri dengan orang lain. Individu juga terbiasa untuk menunda tugas/pekerjaan dikarenakan sibuk mengakses media sosial.

2. Analisa Bivariat

a. Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi

Berdasarkan hasil analisa data menggunakan uji *Chi Square*, didapatkan data bahwa $P Value = 0.002 < 0.05$. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa

hubungan kontrol diri dengan kecanduan media sosial dari 16 responden dengan persentase (30,8%) berada pada kontrol diri yang tinggi, sebanyak 9 orang dengan persentase (17,3%) mengatakan berada pada kecanduan media sosial tinggi dan 7 orang dengan persentase (13,5%) mengatakan berada pada kecanduan sosial media rendah. Sementara dari 36 responden dengan persentase (69,2%) berada pada kontrol diri rendah, dan 34 orang dengan persentase (65,4%) mengatakan berada pada kecanduan media sosial tinggi dan 2 orang dengan persentase (3,8%) mengatakan berada pada kecanduan media sosial rendah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pata et al., 2021) didapatkan hasil bahwa ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri terhadap kecanduan media sosial pada siswa kelas XII di SMKN 1 Kendari dengan hasil analisis menggunakan analisis regresi sederhana didapatkan hasil $p\ value = 0,037$ dimana ($p < 0,05$). Dengan nilai $R\ square$ sebesar 0,081 artinya sumbangan efektif antara kontrol diri terhadap kecanduan media sosial sebesar 8,1%. Berdasarkan hasil penelitian ini terdapat peran penting antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada siswa kelas XII di SMKN 1 Kendari.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Irawan et al., 2020) didapatkan hasil bahwa ada hubungan kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMAN 11 Bandung dengan hasil menggunakan analisis data uji *Spearman Rank* didapatkan hasil $p =$

0,000 dimana ($p < 0,05$). Maka terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada remaja di SMAN 11 Bandung, yang artinya semakin tinggi kontrol diri, maka kecanduan internet semakin rendah dan begitupun sebaliknya.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Karnadi et al., 2019) didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan sosial media pada siswa kelas XI SMA Negeri 16 Palembang dengan menggunakan analisis regresi sederhana didapatkan hasil $p = 0,000$ dimana ($p < 0,05$). Maka dari hasil ini menunjukkan kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan dengan kecanduan sosial media pada siswa kelas XI SMA Negeri 16 Palembang.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Novitasari et al, 2022) didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan sosial media pada remaja di kota Pontianak dengan hasil menggunakan analisis *korelasi product moment* didapatkan hasil $p = 0,000$ dimana ($p < 0,05$). Yang artinya H_a di terima H_0 ditolak sehingga ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Mile & Febriyona, 2023) didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan sosial media pada remaja di SMP 4 Tilamuta dengan hasil menggunakan analisis data uji *Spearman Rank* didapatkan hasil $p = 0,000$ dimana ($p < 0,05$). Yang artinya H_a di terima H_0 ditolak sehingga ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial.

Sebagai salah satu faktor penyebab kecanduan media sosial tertinggi yaitu kontrol diri, diperlukan kontrol diri untuk membaca keadaan seseorang dari lingkungan dan mengontrol perilaku dalam menggunakan media sosial. Individu yang kurang kontrol diri saat menggunakan media sosial merasa tidak mendapat dukungan dari teman atau keluarga untuk mendapatkan perhatiannya. Sehingga kebanyakan dari mereka biasanya sulit bersosialisasi dan berkomunikasi dengan orang lain seperti keluarga dan teman karena menganggap media sosial sebagai teman, sehingga pikirannya selalu tertuju pada media sosial tanpa memikirkan hal lain (Harahap, 2019).

Peneliti berasumsi, kontrol diri berhubungan dengan kecanduan media sosial pada remaja. Kontrol diri dapat mengatasi responden perilaku negatif. Remaja dengan kontrol diri rendah tidak mampu mengatasi rasa cemas, tidak memiliki keterampilan kognitif sehingga sulit membagi waktu akibat penggunaan media sosial yang berlebihan. Setiap orang dengan kontrol diri yang tinggi mampu mengatur penggunaan media sosial sedemikian rupa sehingga tidak hanyut dalam media sosial, dapat menggunakan media sosial sesuai dengan kebutuhannya, tidak memerlukan media sosial sebagai tempat melarikan diri dari masalah. Penggunaan media sosial dengan kontrol diri yang rendah tidak dapat mengontrol, mengarahkan, dan mengatur perilaku *online*. Individu dengan kontrol diri yang rendah tidak dapat mempertimbangkan konsekuensi yang mungkin terjadi, tidak dapat

memilih tindakan yang tepat, dan tidak dapat mengatur penggunaan media sosial. Saat menggunakan media sosial mereka merasa bergairah, bahagia, bebas, dibutuhkan dan didukung, saat tidak menggunakan media sosial mereka merasa kesepian, cemas, tidak puas dan bahkan frustrasi

B. Implikasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan metode korelasi dimana hasil yang diperoleh diharapkan agar pihak sekolah dan siswa dapat mengetahui bagaimana hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi dan diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan serta pedoman untuk meningkatkan kontrol diri siswa sehingga dapat membentuk karakter siswa menjadi lebih baik. Oleh sebab itu, diharapkan responden, guru dan orang tua dapat memperhatikan kontrol diri remaja agar remaja tersebut dapat membatasi penggunaan media sosial sehingga tidak terjadi kecanduan.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti saat melakukan penelitian memiliki beberapa keterbatasan dalam penelitian yaitu, Informasi yang didapatkan tidak memiliki tingkat kebenaran yang tinggi, dikarenakan sangat tergantung pada jawaban dan kejujuran dari responden, serta dalam pengisian kuesioner memungkinkan responden kurang memahami dan kurang mengerti terhadap pertanyaan yang diberikan dalam kuesioner.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh peneliti tentang hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi Tahun 2023, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar responden memiliki tingkat kontrol diri yang rendah.
2. Sebagian besar responden memiliki tingkat kecanduan media sosial tinggi.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka dapat diberikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti

Mengembangkan kemampuan peneliti dalam menyusun suatu laporan penelitian, menambah wawasan peneliti dalam mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang dimiliki.

2. Bagi Institusi

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai pedoman dan materi tentang ilmu keperawatan jiwa dan ilmu keperawatan komunitas tentang kontrol diri dengan kecanduan sosisl media pada remaja.

3. Bagi Responden

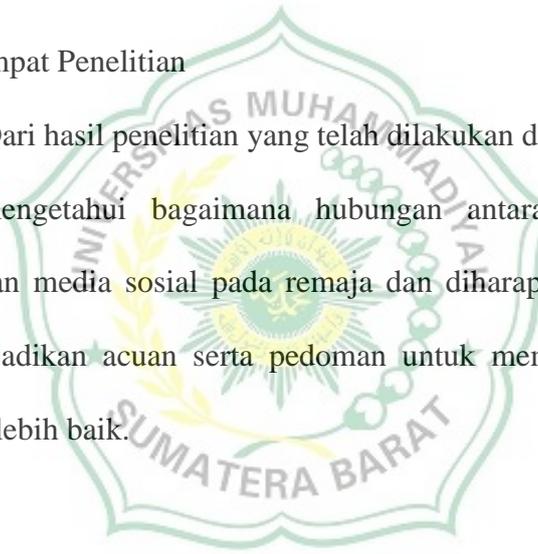
Dari hasil penelitian ini, diharapkan agar responden dapat mengontrol diri terhadap media sosial agar tidak menjadi kecanduan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian dengan rentang usia yang lebih luas agar dapat mengetahui hubungan kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada semua rentang usia.

5. Bagi Tempat Penelitian

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan diharapkan pihak sekolah dapat mengetahui bagaimana hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada remaja dan diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan serta pedoman untuk membentuk karakter siswa menjadi lebih baik.



DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. (2019). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Bmi Aksara.
- Alif, M.N. (2019). *Belajar Beladiri*. Sumedang, Jawa Barat: Upi Sumedang Press.
- Ameliola, S., & Nugraha, H. D. (2020). Perkembangan media informasi dan teknologi terhadap anak dalam era globalisasi. Prosiding The 5th International Conference on Indonesian Studies: “ethnicity and globalization”. Retrieved from <https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/34462625/2020-0229>
- Anggraeni, M. L., Praherdhiono, H., & Sulthoni, S. (2019). Hubungan Antara Self Kontrol Dan Internet Addiction Disorder Pada Mahasiswa Jurusan Teknologi Pendidikan Angkatan 2016 Universitas Negeri Malang. *Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 2 (2), 131-139.
- APJII. (2023). enetrasi dan perilaku pengguna internet indonesia tahun 2023. Retrieved from <https://dataindonesia.id/digital/detail/apjii-pengguna-internet-indonesiatembus-210-juta-pada-2023>
- Aprilia, R., Sriati, A., & Hendrawati, S. (2020). Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *Journal of Nursing Care*, 3(1), 41–53. Retrieved from <https://doi.org/10.24198/jnc.v3i1.26928>
- Aroma, I.S., & Suminar, D. R. (2020). Hubungan Antara Self Control Dengan Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja. *Jurnal Pendidikan dan Perkembangan*, 1 (2), 1-6.
- Awalia, R., & Rifandi, A. (2022). Peranan Regulasi Diri Terhadap Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi M*, 6 (2), 82-100.
- BKKBN. (2019). .Keluarga Berencana Kontrasepsi. *Jurnal Keperawatan*.
- BPS Provinsi Sumatera Barat,. (n.d.). (Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat). Retrieved from <https://sumbar.bps.go.id/indicator/2/320/1/persentase-pendudukusia-5-tahun-ke-atas-yang-mengakses-internet-dalam-3-bulan-terakhirmenurut-kabupaten-kota-di-provinsi-sumatera-barat.html>
- Chaplin, J. (2020). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Ghufron, M. &. (2019). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: ArRuzz Media.
- Goleman, D. (2020). *Emotional intelligence*. Bloomsbury Publishing.

- Gunawan, L.N. (2019). Hubungan antara Kontrol Diri dan Penyesuaian Diri dengan Kedisiplinan Siswa MTS Sulaiman Yasin Samarinda. *ISSN*, 5 (1), 2477-2674.
- Harahap, Juli Yanti. (2019). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Ketergantungan Internet di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan. *Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah*.
- Hartinah, S., Sriati, A., & Kosasih, C. E. (2021). Gambaran Tingkat Gejala Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Padjadjaran. *Jurnal Keperawatan BSI*, 7 (1) , 123–133. Retrieved from <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk>
- Intani, C. P., & Ifdil, I. (2018). Hubungan kontrol diri dengan prestasi belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4 (2), 65. Retrieved from <https://doi.org/10.29210/120182191>
- Irawan,. (2019). Laporan survei internet APJII 2019-2020.
- Irawan, E. T. (2020). Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Remaja di Sman 11 Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, 8 (2), 215–233. Retrieved from <http://ejournal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/420/267>
- Irawan, P. (2019). Internet dan fenomena bangkitnya peran aktor non negara. . *Jurnal Komunikasi Universitas Tarumanegara*, 2085-1979.
- Istri, D., & Asyanti, S. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Keterampilan Sosial Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa Smk. *Prosiding SEMNAS Penguatan Individu Di Era Revolusi Informasi*, c, , 101-109.
- Jamaludin, Aulia Syarifah, Karyadi . (2022). . Faktor-faktor penyebab kecanduan media sosial pada mahasiswa fakultas kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Julyanti, Miranda, Siti Aisyah. (2020). Hubungan Kecanduan Internet dengan Prokratinasi Tugas Sekolah pada Remaja Pengguna Warnet di Kecamatan Medan Kota. *Universitas Medan Area*.
- Karnadi, H., Zuhdiyah, Z., & Yudiani, E. (2019). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Internet pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 16 Palembang. *Jurnal Intelektualita: Keislaman, Sosial Dan Sains*, 8 (2), 161–170. Retrieved from <https://doi.org/10.19109/intelektualita.v8i2.4665>
- Khotimah, N. (2019). Instastory. *CV Jejak*.

- Kibona, L., & Mgaya, G. (2020). Smartphone's effects on academic performance of higher learning students. *Journal of Multidisciplinary Engineering Science and Technology*, 2 (4), 777-784.
- Kurniasanti, K.S. (2020). Retrieved from <https://m.mediaindonesia.com/humaniora/364895/selamapandemi-kasus-kecanduan-internet-naik-5-kali-lipat>
- Kusmiran, E. (2020). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Selemba Medika.
- Kuss, D. J., & Pontes, H. M. (2019). Internet Addiction; advances in psychotherapy evidence-based practice.
- Lau, J.T.F., Gross, D.L., Wu, A.M.S., Cheng, K., Lau, M.M.C. (2022). Incidence and predictive factors of Internet addiction among Chinese secondary school students in Hong Kong: a longitudinal study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*. 52, 657–667. Retrieved from <https://doi.org/10.1007/s00127017-1356-2>
- Liang, L., dkk. (2019). Gender differences in the relationship between internet addiction and depression: a cross-lagged study in Chinese adolescents. *Computers in Human Behavior*. 63, 463-470.
- Marsela, R.D & M. Supriatna. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 65-69.
- Masturoh & Anggita. (2018). *Metodologi Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia .
- Mile, A. C. (2023). Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan Hubungan Kontrol Diri dengan Kecanduan Media Sosial (TikTok) pada Remaja di SMPN 4 Tilamuta The correlation between Self-Control and Social Media Addiction (Tiktok) in Adolescents at SMPN 4 Tilamuta. 3 (1).
- Montag, C. &. (2020). Internet addiction: neuroscientific approaches and therapeutical interventions. *New York: Springer* .
- Neto, F., & Barros, J. (2020). Psychosocial concomitants of loneliness among students of cape verde and Portugal. *The Journal of Psychology*, 503-514.
- Notoadmodjo. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Novitasari, Dian; Lestari, Widya; Hayati, R. (2022). Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Di Kota Pontianak. *Jurnal Eksistensi*, 4(1), 27–34.
- Nurhanifa, A., Widiyanti, E., & Yamin, A. (2020). *Kontrol diri dalam penggunaan media sosial pada remaja*. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(4), 527–540. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/download/727/374>

- Paska, L. M., & Yan, Z. (2021). *Internet addiction in adolescence and emerging adulthood: a comparison between the United States and China*. New York: Nova Science, Inc.
- Pata, A., Aspin, A., & Pambudhi, Y. A. (2021). Kontrol Diri Siswa Terhadap Kecanduan Media Sosial. *Jurnal Sublimapsi*, 2(2), 20. <https://doi.org/10.36709/sublimapsi.v2i2.16279>
- Pratami (2020) *tentang Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Remaja di Sman 11 Bandung*, *Jurnal Keperawatan BSI*, Vol. 8 No. 2 September 2020
- Raihana, P. A. (2019). *Perbedaan kecanduan internet ditinjau dari tipe kepribadian introvert-ekstrovert dan jenis kelamin*. Skripsi. Surakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. Diunduh dari <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/14814/Perbedaankecenderungan-kecanduan-internet-ditinjau-dari-tipe-kepribadian-introvert-ekstrovert-dan-jenis-kelamin>.
- Resti. (2021). *Penggunaan smartphone dikalangan mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau*. *Jom FISIP*, 2 (1), 1-15.
- Retnowati, (2021). *Kontrol Diri Dan Kecanduan Internet*. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 01(01), 6-16.
- Santrock, John W. (2020). *Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2*. (Terjemahan: Sarah Genis B) Jakarta: Erlangga
- Sari Dewi Yuhana Ningtyas. (2019) *Hubungan antara self control dengan social media addiction pada mahasiswa fakultas ilmu pendidika semester 5 UNNES*, 1 (1), 25-30
- Sarwono, S.W. *Psikologi Remaja*, Edisi Revisi. Jakarta: PT Raja Grafindi ; 2019
- Smet, Bart. 2019. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Wisiasarana Indonesia.
- Vercillo, K. (2020). *Internet addiction*. USA: ABC-CLIO, LLC.
- We Are Social.(2022). *Digital 2022: Indonesia* <https://datareportal.com/reports/digital-2022-indonesia>
- WHO, 2019, *World Health Statistic 2019: Monitoring Health for SDGS, sustainable development goals*.
- William Key dalam (Jahja, 2019), *Moral Education; A Sociological Study Of The Influence of Society, Home And School*, London; George Allen And Unwin
- Wong, D, L, Wilson, ML, dan Schwartz, (2019), *Buku Ajar Keperawatan*, Jakarta: EGC
- Yee, N. 2019. *Understanding mmorpg Addiction*. *Ariadne*, pg.1-16.

Young, K. S., & Abreu, C. N. D. (2019). *Internet addiction: a handbook and guide to evaluation and treatment*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.





Lampiran 1

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth

Calon Responden Penelitian

Di tempat

Dengan Hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya mahasiswa program studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat :

Nama : Putri Rahmah

NIM : 191000214201004

Akan melakukan penelitian di bidang keperawatan mengenai “Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan sosial media pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi”. Sehubungan dengan penelitian tersebut. Saya memohon kesediaan siswa untuk mengisi kuisisioner tentang kontrol diri dan kecanduan media sosial. Semua data dan informasi yang saudara berikan akan tetap terjaga kerahasiaannya, hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan.

Penelitian ini akan bermanfaat jika siswa berpartisipasi. Apabila siswa mengizinkan menjadi responden dalam penelitian ini, mohon menandatangani lembar persetujuan.

Bukittinggi, Mei 2023

Peneliti,

Putri Rahmah

Lampiran 2

PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

(INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama :

Umur :

Menyatakan bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang dilakukan :

Nama : Putri Rahmah

NIM : 191000214201004

Judul : " Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan sosial media pada remaja di SMAS Pembangunan Bukittinggi"

Saya menyadari bahwa penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat yang akan merugikan saya dan jawaban yang saya berikan adalah sebenarnya sesuai dengan yang saya ketahui tanpa ada tekanan dari pihak manapun.

Demikian pernyataan ini saya buat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bukittinggi, Mei 2023

Responden

(.....)

Lampiran 3

**LEMBAR KISI-KISI KUESIONER
KONTROL DIRI**

Indikator	No. Item		Jumlah item
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Behaviour Control</i>	1,2,3,5,6	4,7,8,9,10	10
<i>Cognitif Control</i>	11,12,15,16,17	13,14,18,19	9
<i>Decision control</i>	20,21,22	23	4
Total			23

Pertanyaan *Favorable* (Mendukung)

Skor	Keterangan
4	SS (Sangat Sesuai)
3	S (Sesuai)
2	TS (Tidak Sesuai)
1	STS (Sangat Tidak Sesuai)

Pertanyaan *Unfavorable* (Tidak Mendukung)

Skor	Keterangan
4	STS (Sangat Tidak Sesuai)
3	TS (Tidak Sesuai)
2	S (Sesuai)
1	SS (Sangat Sesuai)

**LEMBAR KISI-KISI KUESIONER
KECANDUAN MEDIA SOSIAL**

Indikator	No. Item		Jumlah Item
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Salience</i>	1,13	2,14	4
<i>Mood modification</i>	3,15	4,16	4
<i>Tolerance</i>	5,17	6,18	4
<i>Withdrawal symptoms</i>	7,19	8,20	4
<i>Conflict</i>	9,21	10,22	4
<i>Relapse</i>	11,23	12,24	4
Total			24

Pertanyaan *Favorable* (Mendukung)

Skor	Keterangan
4	SS (Sangat Sesuai)
3	S (Sesuai)
2	TS (Tidak Sesuai)
1	STS (Sangat Tidak Sesuai)

Pertanyaan *Unfavorable* (Tidak Mendukung)

Skor	Keterangan
4	STS (Sangat Tidak Sesuai)
3	TS (Tidak Sesuai)
2	S (Sesuai)
1	SS (Sangat Sesuai)

Lampiran 4

KUEISIONER PENELITIAN HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL DI SMAS PEMBANGUNAN BUKITTINGGI TAHUN 2023

A. KARAKTERISTIK RESPONDEN

Inisial Responden :
Usia :
Jenis Kelamin :
Kelas :

B. PETUNJUK PENGISIAN

1. Bacalah pertanyaan dibawah ini
2. Isilah jawaban sesuai dengan pendapat dan keadaanmu yang sebenarnya, jawaban dijamin kerahasiaannya dan tidak akan mempengaruhi nilai kamu
3. Jawablah semua pertanyaan yang disediakan
4. Berikan tanda *checklist* (√) pada kolom dengan ketentuan sebagai berikut :
:
5. Jika kamu ingin menggantikan jawaban yang telah kamu *checklist* (√) maka lingkari tanda *checklist* (√), kemudian *checklist* (√) pilihan lain yang kamu inginkan.
6. Pada masing-masing pernyataan terdapat empat pilihan jawaban.
SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju
7. Tanyakan jika ada hal yang kurang jelas
8. Terima kasih telah berpartisipasi dalam mengisi skala ini.

CONTOH :

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Ketika sedang marah, saya lebih memilih untuk diam		√		

KUEISIONER KONTROL DIRI

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Ketika sedang marah, saya lebih memilih untuk diam				
2.	Saya akan berusaha untuk mengontrol emosi saya ketika marah				
3.	Saya akan berusaha untuk tersenyum walaupun saya sedang sedih				
4.	Ketika saya sedang marah, saya melampiaskan dengan marah kepada siapa saja				
5.	Ketika saya sedang mengerjakan tugas, saya akan menolak ajakan teman untuk pergi keluar				
6.	Saya membantu orang tua terlebih dahulu sebelum pergi dengan teman				
7.	Saya lebih memilih untuk menonton <i>youtube</i> , <i>TikTok</i> , atau video lain dari pada mengerjakan tugas				
8.	Saya bingung, tugas mana yang harus saya kerjakan terlebih dahulu				
9.	Ketika teman saya tidak mengerjakan tugas, maka saya juga tidak mengerjakan				
10.	Saya datang terlambat karena teman saya juga datang terlambat				
11.	Saya tidak langsung percaya dengan gosip-gosip yang sering diperbincangkan				
12.	Saya mempertimbangkan tindakan saya secara hati-hati sebelum akhirnya bertindak				
13.	Saya sering membantah nasihat orangtua saya				
14.	Saya tidak pernah berpikir tentang akibat dari setiap tindakan yang akan saya perbuat				
15.	Saya menerima apapun hukumannya ketika saya berbohong kepada guru				
16.	Saya berusaha untuk belajar dari kesalahan yang saya perbuat				

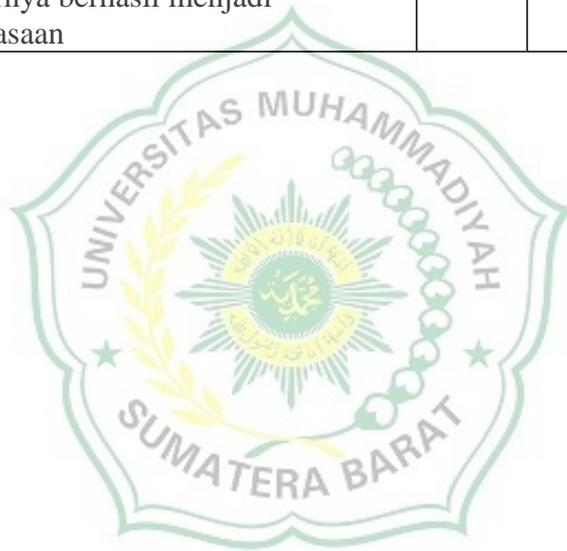
17.	Ketika ditegur oleh orang tua karena kesalahan saya, saya menerima dan berusaha untuk tidak mengulangnya lagi				
18.	Saya tidak peduli akibatnya ketika saya tidak mengerjakan tugas				
19.	Ketika saya akan membolos, saya tidak peduli dengan konsekuensinya				
20.	Ketika saya sedang belajar maka saya akan meninggalkan hal-hal yang dapat mengganggu proses belajar saya				
21.	Saya akan menerima resiko dari setiap apa yang saya perbuat				
22.	Saya yakin dengan keputusan yang saya ambil				
23.	Saya ragu-ragu dengan keputusan yang saya ambil				



KUEISIONER KECANDUAN SOSIAL MEDIA

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya mengakses media sosial dimanapun dan kapanpun				
2.	Saya dapat menahan diri untuk tidak membuka media sosial				
3.	Media sosial menjadi alternatif penghilang Stres				
4.	Saya membatasi penggunaan media sosial saat pikiran sedang kacau				
5.	Waktu penggunaan media sosial saya semakin meningkat				
6.	Saya dapat mengatur waktu penggunaan media sosial sehingga tidak kecanduan				
7.	Saya merasa kesal ketika tidak ada wifi maupun data seluler				
8.	Saya butuh rehat dari media sosial agar pikiran tenang dan damai				
9.	Tugas saya terabaikan akibat bermain media Sosial				
10.	Saya tidak pernah tidur larut malam akibat mengakses media sosial				
11.	Saya berusaha untuk mengurangi pemakaian media sosial namun gagal				
12.	Pemakaian media sosial saya saat ini berkurang				
13.	Meskipun sibuk, saya selalu menyempatkan untuk membuka media sosial				
14.	Saya mengakses media sosial seperlunya saja (misalnya mengirim pesan dan telepon)				
15.	Mengakses media sosial dapat mengalihkan beban pikiran				
16.	Saya tidak pernah meluapkan rasa marah dan kesal saya di media sosial				
17.	Saya lupa waktu ketika sedang mengakses media sosial				
18.	Bermain media sosial berjam-jam sangatlah membuang waktu				

19.	Hidup terasa hampa dan membosankan tanpa media sosial				
20.	Saya merasa baik-baik saja apabila tidak dapat mengakses media sosial				
21.	Ketika berkumpul bersama teman maupun keluarga, saya sibuk mengakses media sosial				
22.	Saya dapat fokus belajar meskipun ada notifikasi media sosial yang belum terbuka				
23.	Saya sulit menahan diri untuk tidak mengakses media sosial				
24.	Saya berencana untuk mengurangi pemakaian media sosial hingga akhirnya berhasil menjadi kebiasaan				



Lampiran 5**REKAPITULASI DATA KUEISIONER**

NO	NAMA	KELAS	JENIS KELAMIN	USIA	KONTROL DIRI	KECANDUAN MEDIA SOSIAL
1	F	1	1	4	2	1
2	S	1	1	4	2	1
3	M	1	1	5	2	1
4	MR	1	1	4	2	1
5	E	1	2	3	2	1
6	MR	1	1	3	2	1
7	MH	1	1	2	1	1
8	RZ	1	1	4	1	2
9	Z	1	1	1	1	2
10	P	1	1	2	2	1
11	I	1	1	3	1	2
12	MF	1	1	3	2	1
13	G	1	1	2	1	2
14	IF	1	1	3	2	1
15	IZ	2	1	4	2	2
16	RZ	2	1	4	2	1
17	G	2	1	4	1	2
18	I	2	2	4	2	1
19	F	2	1	4	2	1
20	YI	2	1	4	1	1
21	MW	2	1	4	2	1
22	R	2	1	2	2	1
23	FA	2	1	5	2	1
24	DI	2	2	3	2	1
25	SIF	2	2	4	2	1
26	E	2	2	3	1	2
27	MF	2	1	4	2	1
28	HZN	2	1	3	2	1
29	IA	2	1	3	2	2
30	R	2	1	2	2	1
31	M	2	2	4	1	1
32	R	2	1	3	2	1
33	C	2	2	3	1	1
34	N	2	2	4	2	1
35	N	2	2	3	1	1
36	Z	2	1	4	2	1
37	LL	2	2	3	2	1

38	L	2	1	3	2	1
39	F	2	2	3	1	1
40	N	2	1	2	2	1
41	L	2	1	4	1	1
42	P	2	2	4	2	1
43	Y	2	2	3	1	1
44	ID	2	1	3	2	1
45	I	2	2	4	2	1
46	N	2	2	4	2	1
47	W	2	1	3	2	1
48	A	2	1	4	1	1
49	ZIH	2	1	2	2	1
50	W	2	1	4	1	2
51	FZ	2	1	4	2	1
52	MPK	2	1	4	2	1

Keterangan :

Kelas

1 = X

2 = XI

Jenis Kelamin

1 = Laki-Laki

2 = Perempuan

Usia

1 = 15 Tahun

2 = 16 Tahun

3 = 17 Tahun

4 = 18 Tahun

5 = 19 Tahun

Kontrol Diri

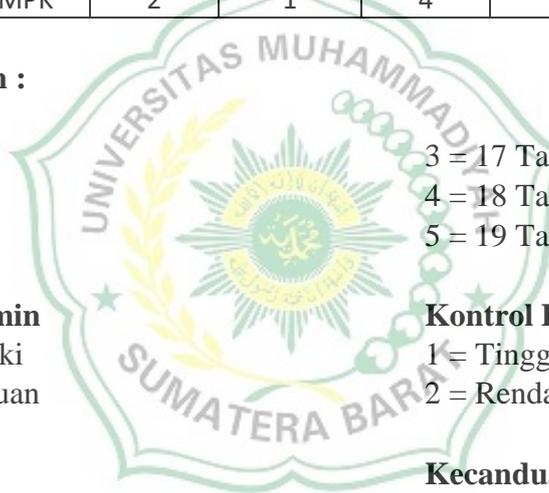
1 = Tinggi

2 = Rendah

Kecanduan Media Sosial

1 = Tinggi

2 = Rendah



Lampiran 6

Frequency Table

Kelas

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid X	14	26.9	26.9	26.9
XI	38	73.1	73.1	100.0
Total	52	100.0	100.0	

Jenis Kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Laki-Laki	37	71.2	71.2	71.2
Perempuan	15	28.8	28.8	100.0
Total	52	100.0	100.0	

Usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 15 Tahun	1	1.9	1.9	1.9
16 Tahun	7	13.5	13.5	15.4
17 Tahun	18	34.6	34.6	50.0
18 Tahun	24	46.2	46.2	96.2
19 Tahun	2	3.8	3.8	100.0
Total	52	100.0	100.0	

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Usia	52	15	19	17.37	.841
Valid N (listwise)	52				

Kontrol Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	16	30.8	30.8	30.8
	Rendah	36	69.2	69.2	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

Kecanduan Media Sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	43	82.7	82.7	82.7
	Rendah	9	17.3	17.3	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

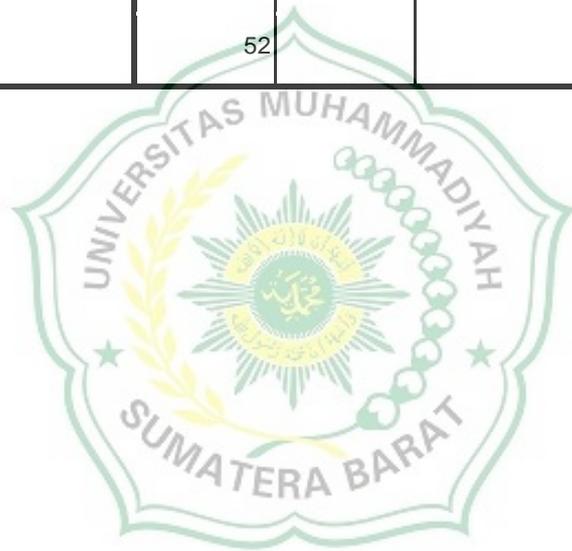
Crosstabs

Kontrol Diri * Kecanduan Media Sosial Crosstabulation

			Kecanduan Media Sosial		Total
			Tinggi	Rendah	
Kontrol Diri	Tinggi	Count	9	7	16
		Expected Count	13.2	2.8	16.0
		% within Kontrol Diri	56.2%	43.8%	100.0%
		% within Kecanduan Media Sosial	20.9%	77.8%	30.8%
		% of Total	17.3%	13.5%	30.8%
Rendah		Count	34	2	36
		Expected Count	29.8	6.2	36.0
		% within Kontrol Diri	94.4%	5.6%	100.0%
		% within Kecanduan Media Sosial	79.1%	22.2%	69.2%
		% of Total	65.4%	3.8%	69.2%
Total		Count	43	9	52
		Expected Count	43.0	9.0	52.0
		% within Kontrol Diri	82.7%	17.3%	100.0%
		% within Kecanduan Media Sosial	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	82.7%	17.3%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	11.291 ^a	1	.001		
Continuity Correction ^b	8.780	1	.003		
Likelihood Ratio	10.538	1	.001		
Fisher's Exact Test				.002	.002
Linear-by-Linear Association	11.073	1	.001		
N of Valid Cases ^b	52				





Nomor : 682 /II.3.AU/F/2023 Bukittinggi, 13 Syawal 1444 H
Lampiran : 04 Mei 2023 M
Perihal : Permohonan Permintaan Data

Kepada Yth.
Kepala Sekolah SMA Pembangunan Bukittinggi
Kota Bukittinggi
di
Tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Sehubungan dengan penyusunan Skripsi mahasiswa Program Studi S-I Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat Tahun Akademik 2022/2023, maka bersama surat ini kami mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu untuk dapat memberikan izin dalam melakukan permintaan data awal terkait kebutuhan skripsi bagi mahasiswa kami dengan data sebagai berikut:

Nama : Putri Rahmah
Program Studi : S-I Ilmu Keperawatan
NIM : 191000214201004
Judul Skripsi : Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja di SMA Pembangunan Bukittinggi

Data yang Dibutuhkan : Pengambilan Data Awal dan Jumlah Siswa di SMA Pembangunan Bukittinggi

Demikian surat permohonan ini disampaikan. Atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wabillahittaufiq Walhidayah
Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh



Yuliza Anggrani, S.ST., M.Keb
NIK. 140110081



Nomor : *660* /II.3.AU/F/2023
Lampiran : 1 (satu) rangkap
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Bukittinggi, 17 Syawal 1444 H
08 Mei 2023 M

Kepada Yth.
SMA Pembangunan Bukittinggi
Kota Bukittinggi
di
Tempat

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Seiring salam diatas kami doakan semoga kita semua dalam keadaan sehat dan sukses menjalankan aktivitas sehari - hari, Aamiin.

Sehubungan dengan penyusunan Skripsi mahasiswa semester 8 (Delapan) pada Program Studi S-I Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat Tahun Akademik 2022/2023, maka bersama surat ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk dapat memberikan izin melakukan penelitian kepada mahasiswa kami atas nama :

Nama : Putri Rahmah
NIM : 191000214201004
Judul Penelitian : Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja di SMA Pembangunan Bukittinggi

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Wabillahittaufiq Walhidayah
Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dekan,



Yuliza Anggraini, S.ST., M.Keb
NBM. 1340276



PEMERINTAH KOTA BUKITTINGGI
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jl. Jend. Sudirman No. 27 - 29 Bukittinggi Telp. (0752) 23976

REKOMENDASI

Nomor : 070/ 42/BKPol-KB/2023

- Dasar** : 1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2002 tentang Sistem Nasional Penelitian, Pengembangan dan Penerapan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi;
2. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2014 tentang Pemerintahan Daerah;
3. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2011 tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di lingkungan Kementerian Dalam Negeri dan Pemerintahan Daerah;
4. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian;
- Menimbang** : a. Bahwa sesuai surat dari Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat, Nomor 727/II.3.AU/F/2023, Tanggal 09 Mei 2023, Perihal Permohonan Pengantar Pengambilan Data
b. Bahwa untuk tertib administrasi dan pengendalian pelaksanaan penelitian serta pengembangan perlu diterbitkan Rekomendasi Penelitian;
Bahwa sesuai pertimbangan huruf a dan b serta hasil Verifikasi Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bukittinggi, berkas persyaratan administrasi Surat Rekomendasi Penelitian telah memenuhi syarat.

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bukittinggi, memberikan Rekomendasi Penelitian kepada :

Nama : **Putri Rahmah**
Tempat/Tanggal Lahir : Dumai/ 23 Oktober 2000
Pekerjaan : Mahasiswa
Alamat : Jorong Sungai Janiah, Desa Tabek Panjang, Kecamatan Baso
Nomor Identitas : 1306086310000003
Judul Penelitian : Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Media Sosial pada Remaja di SMA Pembangunan Kota Bukittinggi
Lokasi Penelitian : SMAS Pembangunan Bukittinggi
Waktu Penelitian : 10 Mei s/d 20 Mei 2023
Anggota Penelitian : -
Digunakan untuk : Pengambilan Data

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Wajib dan menaati tata tertib di lokasi tempat penelitian sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku;
2. Pelaksanaan penelitian jangan disalahgunakan untuk keperluan yang dapat mengganggu ketertiban dan ketentraman umum;
3. Pelaksanaan penelitian dengan Protokol Kesehatan Covid-19 dan ketentuan lebih lanjut mengikuti aturan di tempat pelaksanaan penelitian;
4. Melaporkan hasil penelitian kepada Walikota Bukittinggi melalui Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bukittinggi;
5. Rekomendasi penelitian ini berlaku mulai tanggal diterbitkan dan apabila terjadi penyimpangan, maka Surat Rekomendasi Penelitian ini dinyatakan tidak berlaku.

Demikian surat rekomendasi ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bukittinggi, 12 Mei 2023
A.n. Kepala Badan Kesatuan Bangsa
dan Politik Kota Bukittinggi
Kasubid. Kewaspadaan I dan Penanganan Konflik,

BADAN KESATUAN
BANGSA DAN POLITIK

ROBBY EFFENDI, SE, MM

NIP. 198107132005011002

Tembusan kepada Yth. :

1. Walikota Bukittinggi (sebagai laporan);
2. Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat;
3. Kepala Cabdin Pendidikan Sumatera Barat;
4. Kepala SMAS Pembangunan Bukittinggi;
5. Arsip.



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA BARAT
DINAS PENDIDIKAN
CABANG DINAS WILAYAH I



SMA SWASTA PEMBANGUNAN BUKITTINGGI

Jln. Jend. Sudirman Asrama Kodim 0304 / Agam Kel. Sapiran Kec. ABTB Telp (0752) 625937

SURAT KETERANGAN

No : 420 / 080 / SMAS Pemb / Bkt – 2023

Sehubungan dengan surat dari Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat No.699/II.3.AU/F/2023 tentang Permohonan Izin Penelitian pada SMAS Pembangunan Bukittinggi dan Rekomendasi melakukan penelitian dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik No. 070/420/BKPol-KB/2023, maka Kepala SMAS Pembangunan Bukittinggi dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa di bawah ini:

Nama : **PUTRI RAHMAH**
NIM/TM : Dumai / 23 Oktober 2000
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Fakultas Kesehatan UMSB
Jenjang : S-1

Benar telah melakukan penelitian di SMAS Pembangunan Bukittinggi pada tanggal 10 Mei s/d 20 Mei 2023 guna melengkapi data dalam rangka menyelesaikan penulisan skripsi dengan Judul **“Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Media Sosial pada Remaja di SMA Pembangunan Kota Bukittinggi”**

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Bukittinggi, 10 Juni 2023

Kepala Sekolah


EMANUEL EDY MULYONO, S.Pd

Lampiran 8



KARTU BIMBINGAN PROPOSAL

Nama Mahasiswa : Putri Rahmah
 NIM : 191000214201004
 Program Studi : S-I Ilmu Keperawatan
 Pembimbing I : Ns. Marizki Putri, S.Kep, M.Kep
 Pembimbing II : Ns. Anisa Sri Utami, M.Kep
 Judul : Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja di SMK Muhammadiyah Bukittinggi

No	Waktu	Materi	Hasil Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing I
1.	9/1 - 2023	BAB I & Latar Belakang Penulisan	Perbaiki bab I & Penulisan	MP Juli
2.	21/2 - 2023	BAB I	Perbaiki Bab I	MP Juli
3.	22/2 - 2023	BAB II	Perbaiki Bab II	MP Juli
4.	27/2 - 2023	BAB II	Perbaiki Bab II	MP Juli
5.	1/3 - 2023	BAB III	Perbaiki Bab III	MP Juli
6.	3/3 - 2023	BAB III	Perbaiki Bab III	MP Juli
7.	13/3 - 2023	Hasil survei awal	menyusun Hasil survei awal	MP Juli
8.	27/3 - 2023	Acc & Diseminarkan	"	MP Juli

Koordinator Skripsi,

ns.

Ns. Irma Fidora, S.Kep., M.Kep
 NIDN. 1017058601

Mengetahui,

Ketua Program Studi S-I Ilmu Keperawatan,

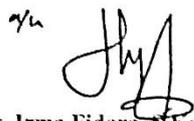
Ns. Yuli Permata Sari, S.Kep, M.Kep
 NIDN. 1022078603

KARTU BIMBINGAN PROPOSAL

Nama Mahasiswa : Putri Rahmah
 NIM : 19100214201004
 Program Studi : S-1 Ilmu Keperawatan
 Pembimbing I : Ns. Marizki Putri, S.Kep, M.Kep
 Pembimbing II : Ns. Anisa Sri Utami, M.Kep
 Judul : Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja di SMK Muhammadiyah Bukittinggi

No	Waktu	Materi	Hasil Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing II
1.	25/2-2023	BAB I	Perbaiki BAB I & Penulisan	dko M.P.S.
2.	27/2-2023	BAB I	Perbaiki BAB I	dko M.P.S.
3.	3/3-2023	BAB II	Perbaiki BAB II	dko M.P.S.
4.	6/3-2023	BAB II	Perbaiki BAB II	dko M.P.S.
5.	8/3-2023	BAB III	Perbaiki BAB III	dko M.P.S.
6.	11/3-2023	BAB III	Perbaiki BAB III	dko M.P.S.
7.	13/3-2023	Hasil survey Awal	Masukan hasil survey Awal	dko M.P.S.
8.	27/3-2023	Hasil Ujian		dko M.P.S.

Koordinator Skripsi,



Ns. Irma Fidora, S.Kep., M.Kep
 NIDN. 1017058601

Mengetahui,

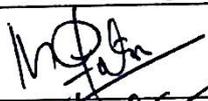
Ketua Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan,



Ns. Yuli Permata Sari, S.Kep., M.Kep
 NIDN. 1022078603

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Putri Rahmah
NIM : 191000214201004
Program Studi : S-I Ilmu Keperawatan
Pembimbing I : Ns. Marizki Putri, S.Kep, M.Kep
Pembimbing II : Ns. Anisa Sri Utami, M.Kep
Judul : Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Media Sosial pada Remaja di SMA Pembangunan Bukittinggi Tahun 2023

No	Waktu	Materi	Hasil Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing I
1.	28/5-23	BAB V	Perbaiki BAB V & Penulisan	
2.	29/5-23	BAB V	Perbaiki BAB V	
3.	30/5-23	BAB V	Perbaiki BAB V	
4.	31/5-23	BAB V	Perbaiki BAB V & Penulisan	
5.	1/6-23	BAB V & Abstrak	Perbaiki Abstrak & Perbaiki BAB V	
6.	2/6-23	BAB V	Perbaiki BAB V	
7.	5/6-23	BAB V	Perbaiki BAB V	
8.	Acc u/ gi usulkan.			

Koordinator Skripsi,



Ns. Irma Fidora, S.Kep., M.Kep
 NIDN. 1017058601

 Mengetahui,
 Ketua Program Studi S-I Ilmu Keperawatan,
 dto. Akademik



Ns. Yuli Permata Sari, S.Kep, M.Kep
 NIDN. 1024029111



KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Putri Rahmah
NIM : 191000214201004
Program Studi : S-I Ilmu Keperawatan
Pembimbing I : Ns. Marizki Putri, S.Kep, M.Kep
Pembimbing II : Ns. Anisa Sri Utami, M.Kep
Judul : Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Media Sosial pada Remaja di SMA Pembangunan Bukittinggi Tahun 2023

No	Waktu	Materi	Hasil Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing II
1.	29/5 - 23	BAB vi	Perbaiki BAB vi & Penulisan	
2.	30/5 - 23	BAB vi	Perbaiki BAB vi	
3.	31/5 - 23	BAB vi	Perbaiki BAB vi	
4.	2/6 - 23	BAB v	Perbaiki BAB v & Penulisan	
5.	3/6 - 23	BAB v & Abstrak	Perbaiki BAB v & Perbaiki Abstrak	
6.	5/6 - 23	BAB v	Perbaiki BAB v	
7.	6/6 - 23	BAB iv	Perbaiki BAB iv	
8.	7/6 - 23	ACC utk Seminar		

Koordinator Skripsi,

Ns. Irma Fidora, S.Kep., M.Kep
NIDN. 1017058601

Mengetahui,
Ketua Program Studi S-I Ilmu Keperawatan,

dto. Akademik

Ns. Yuli Permata Sari, S.Kep, M.Kep
NIDN. 1024029111



Lampiran 9

DOKUMENTASI





Izin Pengambilan Kueisioner Penelitian



Kotak Masuk



Putri Rahmah

ke rosymarianaastri

15 Mar [Tampilkan detailnya](#)



Selamat siang kak...
Perkenalkan kak saya Putri Rahmah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat kak...
Saya sedang melakukan penyusunan proposal skripsi dengan judul Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Media sosial Pada Remaja..
Untuk Kueisioner Kontrol Diri dengan kecendrungan kecanduan media sosial,
boleh saya izin memakai kueisioner skripsi kak?
Terimakasih kak..



rosymariana astri

ke saya

22 Mar [Tampilkan detailnya](#)



Hallo..
Untuk kueisioner Kontrol diri dan kecanduan sosial media telah di uji validitas dan reliabilitas dalam penelitian saya.
Silahkan digunakan sebagai referensi, semoga bermanfaat.

[Tampilkan kutipan teks](#)



Balas



Balas ke semua



Teruskan

