

## PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK PADA SISWA DI SMP NEGERI 7 MUARO JAMBI

Rosita Dewi<sup>1</sup>, Yulianti Yulianti<sup>2</sup>, K.A Rahman Rahman<sup>3</sup>

Universitas Jambi, Indonesia

\*Korespondensi: [rositadewiayu3@gmail.com](mailto:rositadewiayu3@gmail.com)

### Abstract

*Technology is a means to provide the things necessary for human survival. Social media is online-based media that can be used to participate, share and communicate with other users. One of the most popular social media that is loved by all groups, from children to parents, is the social media Tiktok. Tiktok is an application made in China created by the ByteDance company which was launched in September 2016. Teenagers who use the social media Tiktok too intensely can have a negative impact on their daily life from the way they think and their behavior and the child's personality. This research deals with students' self-control of the intensity of using social media Tiktok in class VIII students at SMP Negeri 7 Muaro Jambi.*

*This type of quantitative research is research that emphasizes objective aspects of social phenomena. The research method used in this study was Expost-facto research. In this study the data collected was data from class VIII students who met the criteria previously described so that a sample of 85 students.*

*The results showed that in general the level of self-control given with a percentage of 58.44% which is in the moderate level classification, the intensity level of using social media tiktok for students at SMP Negeri 7 Muaro Jambi is at a moderate level with a percentage of 51.69%. need to watch out for, the determination is at 0.227 or 22.7%. The criterion for interpreting the effect of determination is 0.227 or 22.7% in the fairly strong category (0.17 – 0.49), so the research shows that there is a significant influence between the self-control variable on the intensity variable of using social media tiktok.*

**Keywords:** *Self control, intensity of Tiktok use, teenagers*

### Abstrak

Teknologi merupakan sebuah sarana untuk menyediakan hal-hal yang diperlukan bagi kelangsungan hidup manusia. Media sosial merupakan media yang berbasis online yang bisa digunakan untuk berpartisipasi, berbagi serta dapat berkomunikasi dengan sesama pengguna lainnya. Salah satu media sosial yang sangat populer yang digemari semua kalangan dari anak-anak hingga orang tua ialah media sosial Tiktok. Tiktok merupakan aplikasi buatan China yang dibuat oleh perusahaan ByteDance yang diluncurkan pada bulan September 2016. Remaja yang terlalu intens dalam penggunaan media sosial tiktok dapat membawa dampak buruk pada kehidupan sehari-harinya dari cara berfikirnya maupun tingkah lakunya serta kepribadian anak tersebut. Penelitian ini berkaitan dengan kontrol diri siswa terhadap intensitas penggunaan media sosial tiktok pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 7 Muaro Jambi.

Jenis penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menekankan pada aspek secara obyektif terhadap fenomena sosial. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian Expost-facto. Pada penelitian ini data yang dikumpulkan merupakan data dari siswa kelas VIII yang memenuhi kriteria yang sudah dijelaskan sebelumnya sehingga sampel sebanyak 85 siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum tingkat kontrol diri yang diberikan dengan presentase 58,44% yang berada pada klasifikasi tingkat sedang, tingkat intensitas penggunaan media sosial tiktok pada siswa di SMP Negeri 7 Muaro Jambi berada pada tingkat sedang dengan presentase 51,69% hal ini perlu diwaspadai, determinasi berada pada angka 0,227 atau 22,7%. Kriteria penafsiran pengaruh determinasi 0,227 atau 22,7 % berada pada kategori cukup kuat (0,17

– 0,49) maka penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel kontrol diri terhadap variabel intensitas penggunaan media sosial tiktok.

**Kata Kunci :** *Intensitas penggunaan Tiktok, pengendalian diri, remaja*

**How To Cite :** .(2023). *Pengaruh Kontrol Diri terhadap Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok pada Siswa di SMP Negeri 7 Muaro Jambi*, 6(2), 121-131



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2023 by author

## PENDAHULUAN

Teknologi merupakan sebuah alat yang digunakan untuk mempermudah kehidupan manusia. Teknologi diciptakan agar memenuhi kebutuhan manusia. Begitu juga teknologi informasi diciptakan agar dapat memenuhi kebutuhan informasi, informasi yang terkandung dapat berupa sebuah berita, pengetahuan, komunikasi serta hiburan. Teknologi informasi tentu memudahkan dalam proses komunikasi baik dalam mencari informasi maupun menyampaikan informasi dengan waktu yang singkat dan lebih akurat.

Media sosial merupakan suatu wadah yang berbasis online yang dapat dapat memudahkan penggunanya dalam berpartisipasi, berbagi informasi serta dapat berkomunikasi dengan sesama penggunanya. Perkembangan media sosial yang semakin canggih juga bertujuan untuk memudahkan untuk mempermudah dalam hal komunikasi maupun dalam pekerjaan tentu hal ini akan memiliki dampak positif apabila kita dapat memanfaatkan perkembangan media sosial ini dengan baik. Setiap remaja yang memiliki akun media sosial hendaknya dapat mengatur perilakunya agar sesuai dengan norma yang berlaku di kehidupan masyarakat dan dapat menghindari perilaku yang hanya memuaskan dirinya tanpa melihat dampak yang akan terjadi, kemampuan tersebut disebut dengan kontrol diri (Sariyani, 2017).

Tiktok merupakan salah satu media sosial yang sangat digemari oleh seluruh kalangan penikmatnya baik anak-anak hingga orang dewasa. Tiktok merupakan aplikasi yang diciptakan oleh perusahaan *ByteDance* di China yang dirilis pada September 2016. Menurut Nurohman (2021) dalam aplikasi Tiktok para penggunanya dapat membuat atau merekam video dengan durasi pendek yang dapat mengabadikan moment atau berbagi pengalaman para penggunanya serta penikmatnya..

Pada aplikasi tiktok terdapat istilah FYP (*For Your Page*) yang mana video FYP biasanya video yang sering kita cari dipencarian apabila kita menyukai jenis video tersebut maka seterusnya akan muncul jenis video yang sama dan FYP juga biasa muncul ketika video tersebut viral dan masuk ke beranda para pengguna tiktok. Hal ini dikhawatirkan apabila seorang remaja yang menyukai video yang bersifat kriminal atau kekerasan kemudian ditonton terus menerus akan merubah perilaku remaja tersebut.

Tiktok akan memberikan pengaruh yang besar apabila anak tidak dapat mengontrol diri dalam menonton tiktok. Begitu pula dengan anak yang memasuki usia remaja. Masa remaja adalah masa peralihan dari usia anak-anak menuju dewasa. Sehingga remaja ingin merasakan kebebasan tanpa diatur-atur oleh orang lain dan mencari jati dirinya, serta ia merasa mampu dalam menyelesaikan masalahnya. Namun sebagai makhluk sosial, remaja juga memerlukan bantuan orang lain untuk menyelesaikan masalah dalam hidupnya.

Remaja yang terlalu intens dalam penggunaan media sosial tiktok dapat membawa dampak buruk pada kehidupan sehari-harinya dari cara berfikirnya maupun tingkah lakunya serta kepribadian anak tersebut. Menurut KBBI, intensitas merupakan keadaan tingkatan atau ukuran intensnya. Adapun menurut Chaplin (2006) intensitas merupakan sifat kuantitatif dari satu penginderaan yang berhubungan dengan intensitas perangsangnya, seperti kecermelangan suatu bunyi atau suatu warna, kekuatan tingkah laku atau pengalaman seperti intensitas reaksi emosional, kekuatan yang mendukung pendapat atau sikap (Septia & Indrawati, 2018). Ajzen 2005, (Romadi, 2020) intensitas dibagi menjadi beberapa aspek yakni perhatian, durasi, frekuensi dan penghayatan.

Kay (Marsela dan Suprianta, 2019) berpendapat bahwa memperkuat kontrol diri merupakan salah satu tugas perkembangan masa remaja. Goldfried dan Merbaum (Gufon dan Rini, 2012) mengartikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif. Setiap remaja memiliki tingkat kontrol diri yang berbeda-beda. Kontrol diri adalah bagian dari faktor internal yang berfungsi dapat mencegah terjadinya kecanduan smarhphone (Nurningtyas dan Ayriza, 2021). Agusta 2016, (Sriati dkk, 2019) menyatakan bahwasanya kontrol diri adalah aspek yang dominan yang menyebabkan seorang remaja mengalami kecanduan. Menurut Averil (Thalib, 2017:110) kontrol diri memiliki tiga aspek penting yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif dan mengontrol keputusan.

Juditha dan Rahayu 2019 (Afrelia dkk 2022), mengemukakan bahwa dalam penggunaan media sosial, seseorang dapat dikatakan normal apabila kurang dari 3 jam per hari dengan frekuensi kecil dari 4 kali sehari saat mengakses media sosial. Semakin tinggi intensitas penggunaan Tiktok pada remaja yang melampaui batas normal, maka dapat membuat remaja sukar mengontrol dirinya dalam penggunaan Tiktok tersebut dan secara tidak langsung penggunaan Tiktok dengan intensitas tinggi maka remaja akan terpapar berbagai informasi tanpa difikirkan terlebih dulu yang maka akan membuat remaja tersebut mengalami perubahan perilaku.

Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Novitasari dkk, 2022) yang membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial. Penyebab remaja kecanduan media sosial salah satunya ialah kegagalan remaja di dalam mengontrol perilaku. Menurut Zelfia (2016), kecanduan media sosial pada remaja dapat dilihat dari kegiatan yang dilakukan sehari-hari, sehingga remaja lupa tugas, waktu, dan kewajiban lainnya serta akan merasakan stres dan ketidaknyamanan saat perilaku ditunda atau dihentikan.

Berdasarkan data awal yang diperoleh dikelas VIII di SMP N 7 Muaro Jambi , terdapat fenomena siswa yang berfrekuensi berat atau menggunakan media sosial tiktok selama 3 jam atau lebih dari 3 jam sehari atau 21 jam seminggu. Perilaku siswa yang kurang dalam mengontrol diri yaitu mereka bersikap cuek dan tetap menonton Tiktok

tanpa peduli dengan tugas sekolah yang diberikan oleh guru, saat diberikan pekerjaan rumah siswa terlambat dalam pengumpulan tugasnya, dan ada pula siswa yang mengucapkan kata-kata viral di Tiktok. Dari data yang didapat maka sangat diperlukan mengontrol diri dalam penggunaan media sosial tiktok.

Peneliti melakukan wawancara singkat dengan siswa kelas VIII di SMP Negeri 7 Muaro Jambi yang berinisial K dan R. Seperti hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada siswi yang berinisial K (perempuan) berusia 14 tahun yang menyatakan bahwa telah mengunduh aplikasi Tiktok pada tahun 2020. Awalnya K tidak begitu tertarik, tetapi lama-kelamaan K senang mengakses Tiktok dan menjadi kebiasaan setiap hari harus membuka aplikasi Tiktok. K lebih senang berada di rumah dan bermain Tiktok daripada bermain dengan teman-temannya. K menyatakan ia menghabiskan waktu 3-4 dalam sehari dan ketika libur ia bisa menghabiskan waktu 6 jam untuk menonton tiktok.

Sedangkan siswa yang berinisial R (laki-laki) yang berusia 14 tahun telah mengunduh tiktok pada awal tahun 2021. Awal mula R mengunduh aplikasi tiktok karena bosan setelah pemerintah menetapkan untuk belajar dari rumah. Semenjak itu R aktif menonton tiktok dan membuat video tiktok berupa membuat video-video transisi mengenai motornya dan game yang ia mainkan. Dalam sehari R dapat menghabiskan waktu 5 jam dalam menonton tiktok. Ia sering keterusan dan ia juga sering menunda-nunda hal yang ia ingin lakukan seperti mandi, sholat serta ia sering lupa mengerjakan tugas sekolah.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan dan mengingat permasalahan di lapangan. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok di SMP Negeri 7 Muaro Jambi".

## METODE

Metode penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode *Expost-facto*. Jenis penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang memfokuskan pada aspek secara obyektif terhadap fenomena sosial. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *Expost-facto*. Menurut Sutja, dkk (2017:63), penelitian *expost-facto* merupakan penelitian yang menaksir tentang akibat suatu perlakuan yang tidak dilakukan oleh peneliti, tetapi telah ada sedemikian rupa yang mungkin dilakukan oleh pihak lain.

Populasi pada penelitian ini adalah siswa yang memiliki kriteria yang memiliki kontrol diri dengan ciri-ciri yaitu, a) siswa yang sulit mengendalikan dirinya dalam menonton tiktok, b) siswa yang merasa ingin terus mengakses tiktok, c) siswa yang merasa gelisah apabila belum mengakses tiktok. Sedangkan kriteria intensitas penggunaan media sosial tiktok dengan ciri-ciri yaitu, a) siswa yang menggunakan tiktok lebih dari 3 jam, b) siswa yang menonton tiktok 7 hari dalam seminggu, c) siswa yang memiliki intensitas menggunakan tiktoknya meningkat dari waktu ke waktu. Berdasarkan kriteria tersebut maka didapatkan populasi dalam penelitian ini yaitu 85 siswa kelas VIII di SMP Negeri 7 Muaro Jambi.

Instrument penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah angket dan skala pengukuran yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *likert*. Menurut Sutja (2017:79) skala *likert* bertujuan untuk menilai perilaku, kebiasaa, atau hal yang mengandung konflik. Hasil yang diperoleh dari angket dengan skala *likert* yaitu berupa

untuk melihat tingkat kontrol diri dan intensitas penggunaan media sosial tiktok pada siswa di SMP Negeri 7 Muaro Jambi.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data berupa uji presentase untuk mengukur seberapa tingkat kontrol diri dan tingkat intensitas penggunaan media sosial tiktok, selanjutnya pada uji asumsi statistic terdapat dua syarat yang harus terpenuhi yakni uji normalitas dan uji linearitas dan yang terakhir yakni menggunakan analisis regresi sederhana untuk mengukur pengaruh antara kontrol diri terhadap intensitas penggunaan media sosial tiktok dengan bantuan SPSS versi 23.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Deskripsi Data

#### 1. Deskripsi Data Kontrol Diri (X)

Kontrol diri merupakan variabel bebas Kuesioner dengan 24 item pertanyaan digunakan dalam skala likert. Pada penelitian ini nilai terendah variabel ini adalah 6 dan nilai maksimumnya adalah 43.

Selanjutnya peneliti akan menampilkan hasil tingkat presentase angket menggunakan rumus presentase formula C untuk skala item berbeda sebagai berikut:

$$P = \frac{\sum fb}{\sum n(i)(bi)} \times 100$$

$$P = \frac{5.961}{85(24)(4)} \times 100$$

$$P = \frac{5.961}{8.169} \times 100$$

$$P = 58,44 \%$$

Berikut hasil tingkat presentase kontrol diri berdasarkan masing-masing indikator menggunakan rumus presentase dan dijabarkan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

No	Indikator	Skor						
		Ideal	Max	Min	$\Sigma$	Mean	%	Ket
1.	Mengontrol Perilaku (11)	44	43	19	2806	33,01	60	Baik
2.	Mengontrol Kognitif (9)	36	34	15	2184	25,69	58	Baik
3.	Mengontrol Keputusan (4)	16	16	6	971	11,42	57	Cukup
<b>Total</b>		<b>96</b>	<b>93</b>	<b>40</b>	<b>5961</b>	<b>70,12</b>	<b>58,44</b>	<b>Baik</b>

Berdasarkan hasil perhitungan persentase pada table diatas, presentase kontrol diri yaitu 58,44 yakni pada kualita baik.

## 2. Deskripsi Data Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok (Y)

Intensitas penggunaan media sosial Tiktok merupakan variabel terikat Kuesioner dengan 16 item pertanyaan digunakan dalam skala likert. Pada penelitian ini nilai terendah variabel ini adalah 2 dan nilai maksimumnya adalah 53.

Selanjutnya peneliti akan menampilkan hasil tingkat presentase angket menggunakan rumus presentase formula C untuk skala item berbeda sebagai berikut:

$$P = \frac{\sum fb}{\sum n(i)(bi)} \times 100$$

$$P = \frac{2.226}{85(16)(4)} \times 100$$

$$P = \frac{2.226}{5.440} \times 100$$

$$P = 41,71 \%$$

No	Indikator	Skor						
		Ideal	Max	Min	$\Sigma$	Mean	%	Ket
1.	Perhatian (5)	20	17	0	721	8,48	42,41	Tinggi
2.	Durasi (3)	12	12	0	340	4	33,33	Tinggi
3.	Frekuensi (2)	8	8	0	314	3,69	46,17	Tinggi
3.	Penghayatan (6)	24	16	2	851	10,01	41,71	Tinggi
<b>Total (16)</b>		<b>64</b>	<b>53</b>	<b>2</b>	<b>2.226</b>	<b>26,18</b>	<b>40,91</b>	<b>Tinggi</b>

Berdasarkan perhitungan persentase formula C pada angket intensitas penggunaan media sosial Tiktok kelas VIII di SMP Negeri 7 Muaro Jambi didapatkan bahwa nilai persentase sebesar 59% dengan kriteria penafsiran pada kualitas tinggi.

## B. Hasil Penelitian

### 1. Uji Asumsi Statistik

#### a. Uji Normalitas

Untuk mengetahui apakah suatu data berdistribusi teratur atau tidak, digunakan uji normalitas data. Pengujian pengolahan data ini menggunakan SPSS 23 uji One-Sample Kolmogorov Smirnov (K-S). Hasil uji data Kolmogorov Smirnov (K-S), yaitu sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas One Sample Kolmogrov Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		85
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.66683072
Most Extreme Differences	Absolute	.094
	Positive	.094
	Negative	-.053
Test Statistic		.094
Asymp. Sig. (2-tailed)		.063 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai Asymp.Sig (2-Tailed) berdasarkan pengujian melalui Kolmogrov Smirnov sebesar 0.063 dengan alpha ( $\alpha = 0.05$ ). Jadi dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal, karena nilai Signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0.05 atau  $0.063 > 0.05$ .

### b. Uji Linearitas

Uji Linearitas dilakukan melalui program SPSS 23, berikut ini merupakan hasil pengolahan data data yang dilakukan dengan uji linearitas antara variabel X terhadap Y, dengan menggunakan bantuan SPSS 23 :

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
intensitas	Between	(Combined)	2083.179	34	61.270	.965	.537
* kontrol	Groups	Linearity	319.444	1	319.444	5.032	.029
diri		Deviation from Linearity	1763.735	33	53.447	.842	.696
Within Groups			3173.810	50	63.476		
Total			5256.988	84			

Berdasarkan tabel di atas, nilai signifikansi pada Linierity yaitu  $0,029 < 0,05$ , maka dapat dimaknai bahwa antara variabel kontrol diri (X) terhadap variabel intensitas penggunaan media sosial Tiktok (Y) mempunyai keterkaitan atau hubungan yang linear.

### 1. Uji Hipotesis

#### a. Uji Regresi Sederhana

Pengaruh kontrol diri terhadap intensitas penggunaan media social tiktok pada siswa di SMP Negeri 7 Muaro Jambi dapat dilihat dari analisis regresi

sederhana. Hasil analisis regresi sederhana dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Table 3. Hasil Uji Regresi Sederhana

		Coefficients <sup>a</sup>				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	41.324	6.585		6.275	.000
	kontrol diri	-.216	.093	-.247	-2.317	.023

a. Dependent Variable: intensitas

Berdasarkan hasil analisis regresi pada tabel di atas maka dapat diketahui regresi sederhana sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 41.324 + (-216) X$$

Keterangan:

Y = Intensitas penggunaan media sosial tiktok

b = Koefisien regresi

X = kontrol diri

Persamaan regresi sederhana ini memberikan prediksi bahwa kontrol diri memiliki pengaruh positif sebesar -216 terhadap nilai intensitas. Jika tidak ada perhatian orangtua maka hasil belajar secara konstanta sebesar 49,206.

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa nilai sig yang didapatkan sebesar  $0,023 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yang berarti ada pengaruh kontrol diri (X) terhadap intensitas penggunaan media social Tiktok pada siswa di SMP Negeri 7 Muaro Jambi.

Perlu dilakukan uji signifikansi dengan menggunakan uji t untuk memastikan bahwa hasil regresi yang diperoleh dapat dipercaya. Hasil uji t untuk menentukan diterima atau ditolaknya hipotesis. Berdasarkan hasil pengolahan data melalui SPSS 23 pada tabel diatas nilai t hitung = 2,317 dan t tabel  $(05.25) = 1,663$ .

Berdasarkan nilai yang diketahui bahwa  $2,317 > 1,663$  maka hipotesis yang diajukan diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa kontrol diri (X) berpengaruh terhadap intensitas penggunaan media social Tiktok (Y).

#### b. Pengukuran Indeks Determinasi

Untuk mengetahui berapa persen pengaruh kontrol diri (X) terhadap intensitas penggunaan media social tiktok (Y) dapat dilihat dari hasil uji koefisien determinasi berikut ini:

Table 4. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary <sup>b</sup>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.349 <sup>a</sup>	.122	.113	19,13392

a. Predictors: (Constant), kontrol diri

b. Dependent Variable: intensitas

Berdasarkan hasil perhitungan pada model summary diperoleh angka R Square sebesar 0,122 atau 12,2%. Dengan hasil sebesar 12,2% dapat diartikan bahwa 12,2% intensitas penggunaan media social tiktok ditentukan oleh kontrol diri.

## **C. Pembahasan Hasil Penelitian**

### **1. Kontrol Diri**

Adapun hasil penelitian menjelaskan bahwa pada variabel kontrol diri (X) berada pada klasifikasi tingkat baik dengan presentase 58,44%. Kontrol diri terdiri dari 3 indikator dengan tingkat presentase dan klasifikasi berbeda, untuk indikator kontrol perilaku berada pada tingkat baik dengan persentase 60%, indikator kontrol kognitif berada pada tingkat baik dengan persentase 58% dan indikator mengontrol keputusan berada pada tingkat cukup dengan persentase 57%.

Temuan penelitian ini membuktikan pandangan Lazarus 1976 (Thalib 2017:107) yang menyatakan bahwa kontrol diri menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan kognitif untuk mengontrol perilaku guna meningkatkan hasil dan tujuan tertentu, sebagaimana yang diinginkan.

### **2. Intensitas penggunaan media sosial Tiktok**

Adapun hasil penelitian dari variabel intensitas penggunaan media sosial tiktok dapat diketahui bahwa intensitas penggunaan media sosial tiktok (Y) berada pada klasifikasi tingkat tinggi dengan presentase 40,91%. Intensitas penggunaan media sosial terdiri dari 4 indikator dengan tingkat presentase yang berbeda, indikator perhatian berada pada tingkat tinggi dengan presentase 42,41%, indikator durasi berada pada tingkat tinggi dengan presentase 33,33%, indikator frekuensi berada pada tingkat tinggi dengan presentase 46,17% dan indikator penghayatan berada pada tingkat tinggi dengan presentase 41,71%. Data tersebut menunjukkan bahwa secara umum presentase intensitas berada pada kategori sangat tinggi sehingga perlu untuk semakin diminimalkan dan dicegah peningkatannya.

Menurut Afrelia & Khairat (2022) menjelaskan bahwa intensitas penggunaan tiktok pada remaja yang melebihi batas normal maka remaja akan sulit dalam mengendalikan diri dan semakin mudah terpapar informasi atau fitur-fitur yang dapat mengubah perilaku remaja. Pada data yang sudah dijabarkan di atas menunjukkan bahwa secara umum tingkat intensitas penggunaan media sosial tiktok pada siswa di SMP Negeri 7 Muaro Jambi berada pada tingkat sangat tinggi dengan presentase 40,91%. Tingkatan kategori tinggi menunjukkan bahwa siswa cukup intens mempunyai perhatian, penghayatan, durasi dan frekuensi dalam menggunakan aplikasi tiktok, artinya dalam penggunaan media sosial tiktok pada siswa SMP Negeri 7 Muaro Jambi sudah melebihi batas wajar dan perlu dicegah peningkatannya.

### **3. Pengaruh Perhatian Orangtua Tunggal (X) Terhadap Hasil Belajar (Y)**

Setelah meneliti informasi yang didapat dari kuesioner penelitian, yang berkaitan dengan kontrol diri dengan intensitas penggunaan media social tiktok pada siswa. Hasil dari pengolahan SPSS 23 diperoleh nilai signifikansi  $0,023 < 0,005$  maka dapat disimpulkan variabel perhatian kontrol diri (X) mempunyai pengaruh terhadap variabel intensitas penggunaan media sosial (Y). Kemudian nilai pengaruh diperoleh melalui nilai R Square sebesar 0,122 yang dipersentasikan menjadi 12,2%, sisanya 87,8% dipengaruhi oleh variabel lain.

Variabel lain dalam seperti kepercayaan diri, motivasi belajar, prokrastinasi, narsisme dan sebagainya.

Berdasarkan hasil tersebut, tujuan dalam penelitian ini telah tercapai, yaitu terdapat pengaruh perhatian kontrol diri (X) terhadap intensitas penggunaan media sosial tiktok (Y) di SMP Negeri 7 Muaro Jambi yaitu sebesar 12,2% yaitu pada tafsiran “rendah tapi pasti”.

## KESIMPULAN

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas Kontrol Diri berada pada kualiat “Baik” dengan persentase 58,44%.
2. Kualitas Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok berada pada klasifikasi “Sedang” dengan persentase sebesar 40,91%.
3. Koefisien determinasi yang dimiliki oleh variabel X terhadap variabel Y yaitu sebesar 0,122 dengan tafsiran pengaruh parsial menggunakan determinasi berada pada kriteria “Rendah tapi pasti”. Dengan demikian, variabel X mempengaruhi variabel Y sebesar 0,122 atau dengan persentasi 12,2 %.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan sesuai dengan prosedur. Penulis jugamengucap terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam penelitian ini.

## REFERENSI

- Afrelia, N.D & Khairat, M. (2022). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Tiktok Dengan Kontrol Diri Pada Remaja. *Jurnal Spirits*. Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang. Vol. 11 (2), 61–69.
- Akmal, Sutja. Dkk.2017. *Penulisan Skripsi Untuk Bimbingan Dan Konseling*. Yogyakarta: Writing Revolution.
- Aris Nurohman, Dwi. 2021 . *Konten Kreator Cara Kreatif Menghasilkan Uang dengan Menjadi Blogger, Youtuber atau Tiktok*. Bengkulu: Penerbit Elmarkazi. Halaman 97-100.
- Ghufron N.M & Risnawati R.(2010). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta : Ar-Ruz Media. Hal 21-32 .
- Harahap, Syarifah Ainun, dkk (2022). *Belajar Dan Pembelajaran*. Tahta Media Grup Halaman 41.
- Marsela, R. D., & Suprianta, M. (2019). Kontrol diri : Definisi dan faktor. *Jurnal Of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*. 3(2), 65-69.
- Novitasari, D., Lestari, W., & Hayati, R. (2022). Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Di Kota Pontianak. 4(1), 27–34.
- Nurningtyas, F., & Ayriza, Y. (2021). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Intensitas Penggunaan Smartphone Pada Remaja. *Acta Psychologia*, 3(1), 14–20. <https://doi.org/10.21831/ap.v3i1.40040>
- Romadi, P. (2020). Intensitas Menonton Video Dakwah melalui Media Platform Online dengan Tingkat Religiusitas. *Idarotuna*, 2(2), 19–33. <https://doi.org/10.24014/idarotuna.v2i2.9994>
- Sariyani. (2017). *Hubungan Antara Kontrol Diri dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Kemampuan Sosialisasi*. 5(4), 503–509.
- Sriati, A., Yamin, Ah., & Sekvia Andriani, W. (2012). Gambaran Kontrol Diri Penggunaan Smartphone Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Dan Sederajat Dikecamatan Jatinangor. *Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran*.

Thalib, S.B. (2017). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: Kencana Media Group. Halaman 110-111.