

**HUBUNGAN ANTARA  
INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL *TIKTOK*  
DENGAN KONTROL DIRI PADA SISWA KELAS X  
MAN 2 SLEMAN YOGYAKARTA**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Memperoleh Gelar  
Sarjana Strata I**

**Disusun Oleh:**

**Nurroh Maya**

**NIM 21102020070**

**Pembimbing:**

**Arya Fendha Ibnu Shina, M.Si**

**NIP 199006282019032022**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2025**



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-268/Un.02/DD/PP.00.9/02/2025

Tugas Akhir dengan judul : HUBUNGAN ANTARA INTESITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK  
DENGAN KONTROL DIRI PADA SISWA KELAS X MAN 2  
SLEMAN YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : NURROH MAYA  
Nomor Induk Mahasiswa : 21102020070  
Telah diujikan pada : Jumat, 31 Januari 2025  
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang  
Arya Fendha Ibnu Shina, M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 67b6f9a6c2298



Penguji I  
A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 67bae72c996c3



Penguji II  
Sudarmo Dwi Yuwono, M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 67b6bc08e2d6d



Yogyakarta, 31 Januari 2025  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Prof. Dr. Arif Malfuhin, M.Ag., M.A.I.S.  
SIGNED

Valid ID: 67b6c5a5f6f7



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

---

---

**SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI**

Kepada:  
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

*Assalamualaikum wr.wb.,*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Nurroh Maya  
NIM : 21102020070  
Judul Skripsi : Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial *TikTok* dengan Kontrol Diri pada Siswa Kelas X MAN 2 Sleman Yogyakarta

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah Jurusan/Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.

Dengan ini saya berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqsyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 22 Januari 2025

Mengetahui:  
Ketua Prodi,

Pembimbing,

Ferya Fenda Ibnu Shina, M.Si  
NIP 1990028 201903 2 022

Zaen Musvrihin, M.Pd. I.  
NIP 19900428 202321 1 029

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nurroh Maya  
NIM : 21102020070  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial *Tiktok* dengan Kontrol Diri pada Siswa Kelas X MAN 2 Sleman Yogyakarta adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab penyusun.

Yogyakarta, 21 Januari 2025

Yang menyatakan,



Nurroh Maya

NIM 21102020070

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi ini dipersembahkan untuk almamater tercinta

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## MOTTO

“Menguasai diri adalah langkah pertama untuk menguasai dunia”

*-Aristoteles<sup>1</sup>-*



---

<sup>1</sup>“The Project Gutenberg eBook of The Enchiridion, by Epictetus,” diakses 22 Januari 2025, [https://www.gutenberg.org/files/45109/45109-h/45109-h.htm?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.gutenberg.org/files/45109/45109-h/45109-h.htm?utm_source=chatgpt.com).

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah-Nya, serta memberikan kekuatan, ketabahan, kemudahan, dan kedamaian berpikir sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “hubungan antara intensitas penggunaan media sosial *Tiktok* dengan kontrol diri siswa kelas X MAN 2 Sleman Yogyakarta” dengan lancar. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia ke dalam cahaya islam yang penuh kedamaian.

Dalam proses penyusunan penelitian ini, penulis dihadapkan pada berbagai tantangan dan kemudahan yang memberikan pelajaran berharga. Penelitian ini tidak hanya sekedar memenuhi tugas akhir sebagai syarat memperoleh gelar sarjana S1, tetapi juga menjadi sebuah proses yang memperkaya wawasan, memperdalam pengalaman, dan memberikan bekal untuk menghadapi masa depan. Proses penyusunan penelitian ini tentunya tidak terlepas dari bantuan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, penulis ingin menyampaikan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D., Selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Pajar Hatma Indra Jaya, S.Sos., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

3. Bapak Zaen Musyrifin, S.Sos.I.M.Pd.I., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Ferra Puspito Sari, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan arahan serta semangat akademik.
5. Ibu Arya Fendha Ibnu Shina, M. S.i selaku Dosen pembimbing Skripsi yang telah banyak meluangkan waktu dan memberikan arahan, dukungan, bimbingan, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Seluruh dosen dan karyawan prodi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan serta motivasi kepada penulis selama menjalani perkuliahan.
7. Semua subjek siswa kelas X MAN 2 Sleman Yogyakarta dan guru BK yang telah membantu kelancaran penelitian skripsi ini.
8. Kepada kedua orang tua Bapak Idrus dan Ibunda Maria tercinta saya mengucapkan rasa terima kasih yang tak terhingga. Tanpa lelah, mendukung dan mendoakan. Setiap nasihat, semangat, dan perhatian yang diberikan menjadi kekuatan terbesar peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada Kakak Desni Mardiah dan Adik Maisyaroh, yang selalu memberikan dukungan selama perjalanan peneliti menyelesaikan skripsi ini.
10. Kepada teman terdekat saya yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan ini khususnya kepada Rida Iqlima, Inas Fida

atas waktu, ide, dan bantuan teknis yang sangat berarti selama penulisan skripsi ini.

11. Untukmu, Al-Zikri terimakasih atas semua percakapan, tawa, dan pengertian yang kamu berikan. Denganmu, perjalanan ini semakin unik dengan canda dan gelak setiap momennya.
12. Kepada teman-teman PPL yang luar biasa, terima kasih atas kebersamaan, suport, dan semangat yang selalu kalian berikan selama menjalani masa praktik.
13. Seluruh teman-teman jurusan Bimbingan dan Konseling Islam angkatan 2021 Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
14. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan yang telah kalian berikan. Amin.

Yogyakarta, 21 Januari 2025  
Peneliti

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA  
Nurroh Maya  
NIM 21102020070

## ABSTRAK

**Nurroh Maya (21102020070)**, “Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok Dengan Kontrol Diri Pada Siswa MAN X Yogyakarta” Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2025.

Skripsi ini membahas intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan kontrol diri pada siswa kelas X MAN 2 Sleman Yogyakarta. Penelitian ini berawal dari kemunculan media sosial *TikTok* yang sedang populer di Indonesia. Dengan meningkatnya popularitas *TikTok* di kalangan remaja, yang mencapai 46,84% dari total pengguna media sosial di Indonesia, muncul kekhawatiran tentang dampaknya terhadap perilaku dan kontrol diri siswa. Data menunjukkan bahwa durasi penggunaan *TikTok* meningkat sekitar 3.81% dalam satu tahun, yang dapat mengganggu pengaturan waktu dan fokus siswa. Hipotesis dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif antara intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan kontrol diri pada siswa kelas X MAN 2 Sleman Yogyakarta. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 200 siswa. Penelitian ini menggunakan pengambilan sampel dengan teknik proporsional random sampling. Besaran sampel dalam penelitian ini sebanyak 133 orang dari kelas X MAN 2 Sleman Yogyakarta. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan bantuan *IBM SPSS for windows*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa  $r$  hitung  $0,297 > r$  tabel  $0,1432$  hal ini menunjukkan terdapat hubungan. Dari pernyataan tersebut, menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial *TikTok* memiliki hubungan yang signifikan dengan kontrol diri pada siswa kelas X MAN 2 Sleman Yogyakarta.

***Kata kunci: Intensitas, Media sosial, Kontrol diri***

## ABSTRACT

Nurroh Maya (21102020070), “*The Relationship Between the Intensity of TikTok Social Media Use and Self-Control Among MAN X Yogyakarta Students*” Thesis. Yogyakarta: Faculty of Da'wah and Communication, Sunan Kalijaga State Islamic University Yogyakarta, 2025.

*This thesis discusses the intensity of TikTok social media use and self-control among tenth-grade students at MAN 2 Sleman Yogyakarta. The study stems from the rise of TikTok as a popular social media platform in Indonesia. With its increasing popularity among teenagers—accounting for 46.84% of total social media users in Indonesia—concerns have emerged regarding its impact on students' behavior and self-control. Data indicate that the duration of TikTok usage has increased by approximately 3.81% within a year, potentially disrupting students' time management and focus.*

*The hypothesis of this study posits a positive relationship between the intensity of TikTok social media use and self-control among tenth-grade students at MAN 2 Sleman Yogyakarta. This study employs a quantitative correlational method. The population consists of 200 students, with a sample size of 133 students selected using proportional random sampling. The collected data were analyzed using IBM SPSS for Windows.*

*The results indicate that the calculated  $r$ -value (0.297) exceeds the table  $r$ -value (0.1432), demonstrating a significant relationship. This finding suggests that the intensity of TikTok social media use has a significant correlation with self-control among tenth-grade students at MAN 2 Sleman Yogyakarta.*

*Keywords: Intensity, Social media, Self-control*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	v
MOTTO .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT .....	xi
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	10
C. Batasan Masalah .....	10
D. Rumusan Masalah.....	11
E. Tujuan Penelitian .....	11
F. Manfaat Penelitian .....	11
G. Kajian Pustaka.....	12
<b>BAB II KERANGKA TEORI.....</b>	<b>21</b>
A. Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> .....	21
B. Konsep Kontrol Diri.....	35
C. Perspektif BKI Terkait Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> dengan Kontrol Diri.....	42
D. Dinamika Hubungan Antara Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> Dengan Kontrol Diri .....	46
E. Hipotesis.....	52

<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>53</b>
A. Jenis Penelitian.....	53
B. Variabel Penelitian.....	53
C. Definisi Operasional .....	55
D. Populasi dan Sampel .....	56
E. Instrumen Penelitian .....	60
F. Metode Pengumpulan Data.....	61
G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	63
H. Teknik Analisa Data.....	69
I. Prosedur Penelitian .....	71
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN, DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>75</b>
A. Hasil Analisis .....	75
B. Hasil Analisis Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok.....	77
C. Hasil Analisis Variabel Kontrol Diri .....	80
D. Hasil Uji Hipotesis.....	82
E. Pembahasan.....	85
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>91</b>
A. Kesimpulan .....	91
B. Saran .....	92
DAFTAR PUSTAKA.....	95
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	101

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Data Sampel Penelitian .....	59
Tabel 3.2	Skoring Skala Pengukuran.....	61
Tabel 3.3	Aitem Valid dan Gugur Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> .....	65
Tabel 3.4	<i>Blue Print</i> Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> Setelah Uji Coba.....	65
Tabel 3.5	Aitem Valid dan Gugur Dalam Skala Kontrol Diri .....	67
Tabel 3.6	Pedoman Interpretasi Koefisien.....	68
Tabel 3.7	Hasil Uji Reliabilitas Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> Dengan Kontrol Diri .....	69
Tabel 4.1	Responden Kelas X MAN 2 Sleman Yogyakarta.....	75
Tabel 4.2	Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	76
Tabel 4.3	Gambaran Umum Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> .....	77
Tabel 4.4	Rumus Perhitungan Jarak Interval .....	78
Tabel 4.5	Kategori Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> .....	79
Tabel 4.6	Gambaran Umum Kontrol Diri.....	80
Tabel 4.7	Kategorisasi Kontrol Diri.....	81
Tabel 4.8	Hasil Uji Normalitas .....	82
Tabel 4.9	Koefisien Kekuatan Hubungan antara Variabel .....	84
Tabel 4.10	Hasil Uji Korelasi Pearson Pearson Product Moment ....	85

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1	Data Survei APJII 2024 Pengguna Media Sosial <i>TikTok</i> .....	4
Gambar 2.1	Kerangka Dinamika Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> dengan Kontrol Diri.....	51
Gambar 4.1	Diagram Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	76

## LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1.	Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> Sebelum Uji Coba .....	101
Lampiran 2.	Skala Kontrol Diri Sebelum Uji Coba .....	103
Lampiran 3.	Skoring Uji Coba Instrumen Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> dan kontrol diri.....	106
Lampiran 4.	Hasil Uji Validitas Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> .....	107
Lampiran 5.	Hasil Uji Validitas Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> .....	108
Lampiran 6.	Hasil Uji Reliabilitas Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> .....	109
Lampiran 7.	Hasil Uji Reliabilitas Skala Kontrol Diri .....	109
Lampiran 8.	Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> setelah Uji <i>Coba</i> .....	110
Lampiran 9.	Skala Kontrol Diri Setelah Uji Coba.....	111
Lampiran 10.	Skoring Uji Coba Instrumen Intensitas Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> dan Kontrol Diri .....	113
Lampiran 11.	Hasil Uji Hipotesis .....	116
Lampiran 12.	Dokumentasi Penelitian .....	117
Lampiran 13.	Biodata Peneliti .....	118

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Perkembangan teknologi telah memberikan kemajuan yang signifikan bagi peningkatan kualitas hidup manusia. Masyarakat kini lebih mudah berkomunikasi dan memperoleh informasi tanpa terhalang oleh jarak maupun waktu.<sup>2</sup> Dengan adanya teknologi digital masyarakat dapat berkomunikasi dengan lebih cepat. Berbagai platform yang hadir seperti media sosial, email, dan aplikasi pesan instan yang sering digunakan oleh berbagai kalangan. Selain itu, teknologi dengan akses informasi yang luas dan bisa diakses secara langsung. Individu dapat memperoleh pengetahuan dan berita dari berbagai belahan dunia tanpa terhalang oleh batasan keadaan maupun waktu. Kemajuan ini telah meningkatkan produktivitas, mempercepat penyebaran informasi, serta mendukung perkembangan di bidang pendidikan, bisnis, dan berbagai faktor lainnya.

Perkembangan teknologi merupakan hal penting dan pada setiap peningkatan bertujuan untuk memberikan manfaat positif serta memperkenalkan cara baru dalam

---

<sup>2</sup> Melani Cahya, Widia Ningsih, dan Ayu Lestari, "Dampak Media Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja: Tinjauan Pengaruh Penggunaan Media Sosial pada Kecemasan dan Depresi Remaja," *Jurnal Sosial Teknologi* 3 (16 Agustus 2023): 704–6, <https://doi.org/10.59188/jurnalsostech.v3i8.917>, Hlm. 704.

menjalani aktivitas yang lebih praktis. Pada era digital ini, media sosial telah menjadi kebutuhan bagi orang banyak. Media sosial merupakan platform digital yang memungkinkan penggunaannya untuk berkomunikasi, berbagi informasi, dan berinteraksi secara virtual tanpa batasan waktu dan lokasi. Media sosial mencakup berbagai bentuk, seperti jejaring sosial *Facebook*, *Instagram*, *Twitter*. Ada juga platform yang membagikan video seperti *YouTube*, dan *TikTok*, hingga aplikasi pesan instan *WhatsApp*, dan *Telegram*. Selain itu, sebagai sarana hiburan media sosial juga berfungsi sebagai alat pemasaran, pendidikan, dan komunikasi yang mendukung konektivitas global serta pertukaran informasi dengan cepat dan mudah.

Belakangan ini, salah satu platform yang sedang ramai digunakan adalah media sosial *TikTok*. Media sosial ini, merupakan aplikasi yang dibuat oleh perusahaan ByteDance yang berasal dari China. Aplikasi yang diluncurkan pada bulan September 2016 ini dibuat oleh Zhang Yiming dan tergolong sebagai salah satu aplikasi yang paling banyak di unduh di sepanjang tahun 2020 dalam *Google Play Store* dan *App store*.<sup>3</sup> Media sosial

---

<sup>3</sup> “Sejarah TikTok dari Aplikasi Negeri Panda hingga Mendunia - Profil Katadata.co.id,” diakses 20 Februari 2025, <https://katadata.co.id/ekonopedia/profil/6404f5c3ce775/sejarah-tiktok-dari-aplikasi-negeri-panda-hingga-mendunia>.

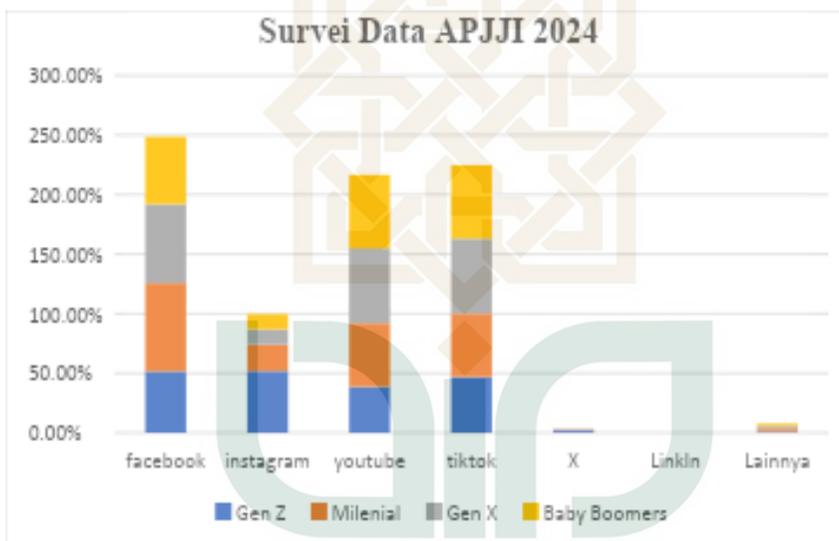
*TikTok* merupakan aplikasi jejaring sosial untuk membuat dan berbagi video yang memiliki durasi waktu 15 detik hingga 1 menit. Platform ini memungkinkan pengguna untuk mengekspresikan diri secara kreatif melalui video yang didukung oleh berbagai fitur menarik, seperti filter visual, efek khusus, serta beragam pilihan musik dan suara latar. Media sosial *TikTok* memberikan kemudahan bagi penggunaannya untuk membuat konten dengan cepat dan membagikannya kepada audiens di seluruh dunia. Selain itu, algoritma dan kemampuan platform untuk menghadirkan tren viral dengan cepat menjadikannya sangat menarik bagi berbagai kalangan.

Media sosial *TikTok* merupakan yang paling populer sepanjang tahun 2024 di Indonesia, menurut riset yang dilakukan oleh Indonesia Indicator (I2).<sup>4</sup> Media sosial *TikTok* mendominasi perhatian pengguna media sosial di Tanah Air, popularitas ini tidak hanya terlihat dari jumlah pengguna yang terus meningkat, tetapi juga dari durasi penggunaan yang signifikan. Adapun data dari We Are Social menunjukkan di Indonesia mengalami kenaikan durasi rata-rata menghabiskan waktu pada media sosial *TikTok* dari awal Januari 2023 sampai awal Januari 2024

---

<sup>4</sup> Hendaru Tri Hanggoro, *MediaIndonesia.com* developer, "TikTok, Platform Media Sosial Paling Populer di 2024," diakses 4 Januari 2025, <https://mediaindonesia.com/humaniora/730874/tiktok-platform-media-sosial-paling-populer-di-2024>. 31 Desember 2024.

sebesar 3.81%.<sup>5</sup> Peningkatan ini mencerminkan bahwa *TikTok* terus menjadi daya tarik utama bagi masyarakat terutama generasi muda, dengan fitur-fitur yang dirancang untuk mempertahankan perhatian pengguna. Durasi penggunaan yang semakin tinggi dapat menyebabkan intensitas penggunaan semakin tinggi pula dengan konten *TikTok* yang menarik dan adiktif.



**Gambar 1.1**  
**Data Survei APJJI 2024 Pengguna Media Sosial *TikTok***

Berdasarkan data yang diperoleh dari Survei APJII 2024 ditampilkan dalam grafik tersebut terdapat empat generasi yang menggunakan media sosial yaitu Baby Boomers, Gen X, Millennial, dan Gen Z. Data

---

<sup>5</sup> “Digital 2024: Indonesia - Kalodata,” diakses 4 Januari 2025, <https://www.kalodata.com/id/blog/2024/04/digital-2024-indonekalosia/>.

menunjukkan penggunaan media sosial *TikTok* pada Baby Boomers memperoleh 13,57% pengguna, Gen X memperoleh 23,66% pengguna, Millennial memperoleh 31,72% pengguna dan Gen Z memperoleh 46,84% pengguna. Hal tersebut berarti selisih terbesar Gen Z dengan generasi Baby Boomers sebesar 33.26%. Selisih Gen X sebesar 23.18% dan selisih Milenial sebesar 15.12%. Dapat dilihat bahwa media sosial didominasi oleh Gen Z. Angka ini jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya. Data ini menunjukkan bahwa *TikTok* sangat populer di kalangan remaja.

Kepopuleran media sosial *TikTok* memberikan dampak kepada penggunanya termasuk pada remaja yang merupakan salah satu pengguna media sosial *TikTok*. Adapun efek positif dari penggunaan media sosial *TikTok* yaitu memberikan hiburan dan platform kreatif bagi orang banyak. Selain itu, media sosial *TikTok* juga memberikan kemudahan bagi penggunanya dalam mengakses informasi, berinteraksi dan berbagi ide dan menjalin hubungan antara satu dengan yang lainnya.<sup>6</sup> Sebagai contohnya para konten kreator di media sosial *TikTok* yang memberikan tips *publik speaking*, psikologi trik dan masih

---

<sup>6</sup> A Rafiq, "Dampak Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Suatu Masyarakat" (<https://ejournal.upnvj.ac.id/globalkomunika/index>, 10 Juni 2020), <https://ejournal.upnvj.ac.id/index.php/globalkomunika/article/view/1704>. Hlm. 6.

banyak lagi konten kreator lain yang dapat meningkatkan pengetahuan dan kreativitas para remaja.<sup>7</sup> Jika remaja menggunakan media sosial *TikTok* dengan bijak maka memperoleh manfaat positif yang membantu dalam kehidupan akademik dan sosial.

Di sisi lain, terdapat sisi lain dari efek penggunaan media sosial *TikTok*. Adapun efek tersebut berupa efek negatif salah satunya *cyberbullying*. *Cyberbullying* mengakibatkan korbannya mengalami depresi berat hingga berkeinginan mengakhiri hidupnya sendiri.<sup>8</sup> Kasus *cyberbullying* yang terjadi menjadi viral di media sosial *TikTok*. Terdapat salah satu video yang ditunjukkan korban mendapatkan perlakuan kekerasan dan terluka.<sup>9</sup> Hal ini tentu sangat mengkhawatirkan bagi para remaja yang berada pada fase pubertas mencari identitas dan keinginan untuk diterima dalam suatu kelompok. Remaja yang masih dalam tahap perkembangan Berdasarkan pada kasus

---

<sup>7</sup> “contoh-konten-edukasi-di-tiktok,” diakses 14 Februari 2025, <https://www.popmama.com/big-kid/10-12-years-old/mutiara-oktaviana/ccontoh-konten-edukasi-di-tiktok?page=all>.

<sup>8</sup> Amelia Ayu Devasari, Arwinda Diniati Arwinda Diniati, dan Azizah Isnaini Istiqomah Azizah Isnaini Istiqomah, “Cyberbullying Pada Aplikasi Media Sosial Tiktok,” *Empati : Jurnal Bimbingan dan Konseling* 9, no. 2 (7 November 2022): 156–65, <https://doi.org/10.26877/empati.v9i2.11072>. Hlm. 164.

<sup>9</sup> Kompas Cyber Media, “Viral di Tiktok, Video Bullying Anak di Bandung Sebut Nama Jenderal TNI, Polisi Buru Pelaku Halaman all,” KOMPAS.com, 28 April 2024, <https://www.kompas.com/tren/read/2024/04/28/170000165/viral-di-tiktok-video-bullying-anak-di-bandung-sebut-nama-jenderal-tni>.

tersebut, kontrol diri merupakan hal yang penting untuk mengelola emosi dan informasi sebelum mengunggah konten ke media sosial.

Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA), sebagai bagian dari generasi digital native, memiliki akses luas terhadap media sosial termasuk *TikTok*. Siswa SMA saat ini menggunakan smartphone, media sosial, dan internet sebagai kebutuhan dan bagian dari kesehari-harian baik untuk media edukasi maupun hiburan. Selain itu, remaja juga memiliki kemampuan multitasking dalam mengakses berbagai platform digital secara bersamaan.<sup>10</sup> Remaja lebih leluasa mengekspresikan dirinya melalui media sosial serta mempermudah menemukan komunitas yang sesuai dengan karakternya. Dalam tahap perkembangan manusia, remaja berada pada tahap mencari identitas sehingga media sosial dapat membantu remaja dalam menemukan jati diri.

Media sosial menyediakan berbagai sarana untuk mengembangkan diri. Pengembangan diri tersebut mencakupi keterampilan, pengetahuan, maupun komunitas yang sesuai karakter individu.<sup>11</sup> Hal ini dapat

---

<sup>10</sup> Ririn Nur Febriani, “Kenali Karakter Remaja Generasi Z,” *www.Pikiran-Rakyat.com*, diakses 14 Februari 2025, <https://www.pikiran-rakyat.com/bandung-raya/pr-01277638/kenali-karakter-remaja-generasi-z-397866?page=all>.

<sup>11</sup> “Citra Diri di Era Digital: Pengaruh Media Sosial terhadap Identitas Remaja,” *BINUS @Bekasi - Kampus Beken | Business Service and Technology* (blog), 17 November 2024, <https://binus.ac.id/bekasi/>

mempermudah remaja dalam mengekspresikan diri, menemukan minat yang sama, dan membentuk jati diri. Selain itu, media sosial juga menjadi tempat bagi individu untuk menggali potensi dan menunjukkan bakat serta minat yang dimiliki.

Menurut Anggraini dkk, penggunaan media sosial juga menimbulkan dampak positif bagi remaja karena dapat menambah wawasan remaja dalam berbagai hal.<sup>12</sup> Seperti kemudahan mengakses informasi dengan cepat dan juga menjadi media pengembangan diri bagi remaja. Dengan demikian, media sosial dapat menjadi bermanfaat bagi remaja jika digunakan secara bijak. Namun, ada hal yang perlu diperhatikan dalam penggunaan media sosial yaitu kontrol diri pada remaja. Remaja yang memiliki kontrol diri yang baik dapat mengatur waktu dalam penggunaan media sosial. Sehingga penggunaan media sosial dapat memberikan dampak positif dan memberikan manfaat pada penggunanya.

Penelitian ini dilakukan di MAN 2 Sleman Yogyakarta dengan subjek siswa kelas X. Peneliti tertarik dengan salah satu kebijakan sekolah yang mengizinkan siswa dan siswinya membawa smartphone ke sekolah.

---

2024/11/citra-diri-di-era-digital-pengaruh-media-sosial-terhadap-identitas-remaja/.

<sup>12</sup> Ratih Anggraini dkk., "Pengaruh Positif Dan Negatif Penggunaan Media Sosial" 4, Nomor 1, (2022). Hlm. 30.

Dibandingkan dengan sekolah lain yang melarang siswa dan siswinya membawa smartphone. Meskipun demikian, berdasarkan pengamatan peneliti siswa dan siswi tidak menunjukkan gejala negatif pada penggunaan smartphone. Namun, dikarenakan siswa berada direntang usia 13-16 tahun tergolong dalam tingkat perkembangan remaja, khususnya remaja awal hingga menengah dimungkinkan terjadi berbagai perubahan emosional dan sosial yang signifikan. Erik Erickson menyatakan pada tahap ini remaja mulai mencari jati diri serta membangun hubungan sosial yang lebih luas.<sup>13</sup> Dikhawatirkan smartphone terutama media sosial *TikTok* di dalamnya tidak hanya menjadi sarana komunikasi akan tetapi juga menjadi tempat untuk hiburan yang berlebihan, penyebaran hoaks, dan pembullying. Peneliti menduga tidak adanya gejala negatif pada siswa dan siswi di MAN 2 yang menonjol di akibatkan mereka memiliki kontrol diri yang baik. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik meneliti lebih jauh terkait hubungan antara intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan kontrol diri pada siswa kelas X MAN 2 Sleman Yogyakarta.

---

<sup>13</sup> Hikmandayani Hikmandayani dkk., *Psikologi Perkembangan Remaja* (Eureka Media Aksara, 2023), <https://repository.penerbiteureka.com/publications/565319/>. Hlm. 60.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, adapun penelitian ini membahas beberapa poin utama yang menjadi dasar dari penelitian tentang hubungan antara intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan kontrol diri pada siswa kelas X MAN 2 Sleman Yogyakarta adalah sebagai berikut:

1. *TikTok* menjadi salah satu platform media sosial yang paling banyak digunakan oleh remaja.
2. Bahwa penggunaan media sosial tiktok menyebabkan dampak positif dan negatif tergantung dari kontrol diri masing-masing individu.
3. Kontrol diri merupakan faktor penting dalam mencapai keberhasilan individu dalam mengelola waktu, emosi, dan membuat keputusan yang bijak dalam menggunakan media sosial.

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, adapun batasan masalah dalam penelitian ini adalah hubungan antara kontrol diri pada remaja dalam menggunakan media sosial *TikTok*.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan kontrol diri pada Siswa kelas X MAN 2 Sleman Yogyakarta.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan kontrol diri pada siswa MAN 2 Sleman Yogyakarta.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan bermanfaat dan dapat membantu untuk melihat terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan kontrol diri pada Siswa MAN 2 Sleman Yogyakarta.

##### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada konselor sebagai intervensi dan acuan pengembangan program dalam menyediakan pemahaman yang lebih baik dan mendalam mengenai intensitas penggunaan media sosial *TikTok* mempengaruhi kontrol diri. Hasil penelitian juga

diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti pada penelitian berikutnya.

## **2. Manfaat Praktis**

Secara praktis penelitian ini bermanfaat sebagai berikut:

- a. Memberikan kesempatan bagi peneliti untuk menerapkan pengetahuan.
- b. Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan dalam praktik konseling terutama pada konselor yang memberikan bantuan kepada konseli.
- c. Bagi siswa, untuk mengetahui dampak intensitas penggunaan media sosial *TikTok* secara berlebihan, sehingga dapat mengambil tindakan yang bijaksana dalam menggunakan media sosial *TikTok*.

## **G. Kajian Pustaka**

Selain mengambil sumber dari buku-buku yang relevan dengan penelitian, peneliti juga menjadikan penelitian terdahulu sebagai acuan dalam penelitian ini guna memperdalam penelitian ini. terdapat beberapa penelitian terkait intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan kontrol dari pada Siswa MAN 2 Sleman Yogyakarta. Adapun penelitian-penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Jurnal penelitian Volume 12 Nomor 2 Tahun 2022 karya dari Nadela Dwi Afrelia dan Masnida Khairat dengan judul penelitian “*Hubungan antara Intensitas Penggunaan TikTok dengan Kontrol Diri pada Remaja*”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional, subjek penelitian pada penelitian ini adalah anak remaja yang berusia 13-18 tahun di Nagari Simpang Kapuak Kec. Mungka Kab. Lima Puluh Kota dengan jumlah populasi sebanyak 200 remaja dengan karakteristik remaja yang berusia 13-18 tahun, memiliki aplikasi *TikTok* dan aktif menggunakan *TikTok* minimal 4 kali dalam sehari dengan durasi 3 jam/hari. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji validitas, uji normalitas, uji korelasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan kontrol diri pada remaja. Hal ini sesuai dengan perhitungan penelitian dengan menggunakan program SPSS 20.0 *for windows* yang menggunakan uji hipotesis diperoleh -0,588 dengan signifikansi (p) 0,000. Berdasarkan penelitian tersebut menyatakan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara intensitas penggunaan *TikTok* dengan kontrol diri pada remaja di Nagari Simpang Kapuak Kec. Lima Puluh Kota. Semakin tinggi intensitas penggunaan *TikTok* maka

semakin rendah kontrol diri pada remaja. Begitupun sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan *TikTok* maka semakin tinggi kontrol diri pada remaja. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti mengenai hubungan antara intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan kontrol diri. Perbedaannya terletak pada subjek penelitian dan lokasi penelitian.

2. Jurnal Sublimasi Volume 2 Nomor 2 Tahun 2021 karya dari Arsenal Pata, Aspin dan Yuliasri Ambar Pambudhi dengan judul penelitian “Kontrol Diri Siswa terhadap Kecanduan Media Sosial”. Metode pada penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan teknik korelasional. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji regresi sederhana. Hasil penelitian dengan taraf signifikansi sebesar 0,037 menunjukkan bahwa kontrol diri berperan sangat signifikan terhadap kecanduan media sosial. Nilai *R square* sebesar 0,081, artinya sumbangan efektif kontrol diri terhadap kecanduan media sosial sebesar 8,1%. Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial. Adapun persamaan penelitian ini sama-sama menggunakan variabel kontrol diri. Adapun perbedaannya terletak pada variabel dependen yang digunakan. Perbedaan terletak pada variabel

dependen apabila penelitian ini untuk mengetahui kontrol diri terhadap kecanduan media sosial maka penelitian yang akan dilakukan bertujuan untuk mengetahui intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan kontrol diri siswa di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

3. Jurnal Empati Volume 1 Nomor 3 Tahun 2020 karya dari Endah Sulistio, Dewi Puspo R, Dina Dwi I, Husni Anggoro, Muhammad Ervin S, dan Starry Kireida K dengan judul “Hubungan antara *Self-Control* dengan *Internet Addiction* pada Remaja”. Metode pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*). Hasil yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *self control* dengan *internet addiction* adalah sebesar  $-0,770 < r \text{ tabel } 0,279$ . Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara variabel, karena *r* hitung atau *pearson correlation* bernilai negatif yang mana dapat diartikan terdapat hubungan negatif antara kedua variabel. Adapun perbedaan terletak pada variabel dependen,

penelitian yang akan dilakukan menggunakan kontrol diri sebagai variabel dependen.

4. Skripsi karya Moh. Iqbalur Ruli Nasrullah, program studi Komunikasi dan Penyiaran Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi dengan judul “Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial *TikTok* Terhadap Perilaku Akhlak Siswa MTS Riyadlus Shalihin Desa Bucor Wetan Kecamatan Pakuniran Kabupaten Probolinggo”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat intensitas penggunaan *TikTok* oleh siswa, perilaku akhlak siswa di MTs Riyadlus Shalihin dan mengetahui antara intensitas penggunaan *TikTok* terhadap perilaku akhlak siswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan populasi 28 siswa. Teknik analisis data menggunakan regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat penggunaan *TikTok* oleh siswa tergolong tinggi, perilaku akhlak siswa tergolong baik dan terdapat pengaruh signifikan antara intensitas penggunaan *TikTok* terhadap perilaku akhlak siswa, dengan kontribusi sebesar 10,9%. Penelitian ini menyoroti pentingnya kontrol penggunaan media sosial untuk mencegah dampak negatif terhadap akhlak siswa. Hal ini relevan bagi pihak sekolah, guru dan orang tua dalam membimbing siswa menggunakan

media sosial secara bijak. Perbedaan penelitian ini terletak pada variabel dependen dimakan pada skripsi ini menggunakan Perilaku Akhlak. Adapun persamaannya yaitu sama-sama menggunakan penggunaan media sosial *TikTok* sebagai variabel independen.

5. Skripsi karya Putri Selian Gemasih program studi psikologi dengan judul “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Intensitas Mengakses Media Sosial pada Siswa SMA Negeri 3 Banda Aceh”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan intensitas mengakses media sosial pada siswa SMA 3 Banda Aceh. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan teknik korelasional. Adapun pengambilan sampel berdasarkan teknik *simple random sampling*, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 251 orang. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan program SPSS dengan uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis. Hasil dari penelitian ini menunjukkan hasil Anova (*analysis of variance*) 7,162 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan intensitas mengakses media sosial pada siswa SMAN 3 Banda Aceh. Berdasarkan analisis deskriptif secara hipotetik

dari skala kontrol diri diketahui bahwa siswa SMAN 3 Banda Aceh yang memiliki kontrol diri rendah sebanyak 39 orang (15%), kategori sedang sebanyak 173 orang (70%) dan kategori tinggi sebanyak 39 orang (15%). Berdasarkan hasil analisis deskripsi skala kontrol diri tersebut diketahui bahwa kontrol diri pada siswa SMAN 3 Banda Aceh sama-sama pada kategori sedang. Adapun perbedaan terdapat pada variabel independen kontrol diri dan variabel dependen intensitas mengakses media sosial, kemudian terdapat perbedaan lokasi dan waktu pelaksanaan penelitian.

6. Skripsi karya Dewi Murni Arumsari, program studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan. Adapun judul penelitiannya adalah “Pengaruh Antara Lingkungan Sekolah Dengan Pelaksanaan Sistem Full Day School Terhadap Prestasi Belajar Pada Mata Pelajaran PAI Siswa Kelas V dan VI di SDIT Darul Falah Sukorejo Ponorogo Tahun Pelajaran 2017/2018. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh lingkungan sekolah terhadap prestasi belajar mata Pelajaran PAI, mengetahui pengaruh sistem full day school terhadap prestasi belajar mata Pelajaran PAI, dan mengetahui pengaruh gabungan lingkungan sekolah dan sistem full day school terhadap prestasi belajar dengan kontribusi

sebesar 2.4%. Adapun persamaan dari penelitian ini adalah sama-sama menggunakan rumus Slovin untuk mengetahui jumlah sampel.





STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan kontrol diri siswa kelas X MAN 2 Sleman Yogyakarta. Dari hasil kategorisasi maka dapat disimpulkan bahwa kondisi siswa kelas X MAN 2 Sleman Yogyakarta mayoritas memiliki intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dan kontrol diri pada kategori rendah.

Berdasarkan hasil uji analisis data dan pembahasan sebelumnya, kedua variabel tersebut menunjukkan hubungan yang positif dengan nilai 0.239 dengan koefisien korelasi sebesar  $0,006 < 0,05$  yang berarti  $H_1$  diterima. Dalam penelitian ini, nilai koefisien korelasi adalah 0,239 yang berada dalam rentang 0,20 – 0,399. Berdasarkan tabel interpretasi hubungan antara kedua variabel tersebut tergolong lemah. Meskipun hubungan tersebut signifikan secara statistik ( $0,006 < 0,05$ ) artinya ada hubungan yang nyata antara kedua variabel, tetapi tingkat keterkaitannya masih tergolong lemah. Ini mengindikasikan bahwa variabel bebas hanya memiliki pengaruh kecil terhadap variabel terikat.

Hasil penelitian ini memberikan gambaran baru terhadap penggunaan media sosial pada remaja. Individu dengan kontrol diri yang baik dapat mengendalikan dirinya

untuk memanfaatkan media sosial secara bijak. Dukungan dari lingkungan dan orang tua juga menjadi faktor penting dalam memperkuat kontrol diri remaja.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti dapat menyarankan beberapa hal yaitu sebagai berikut:

### **1. Siswa**

Siswa yang mengakses media sosial *TikTok* dengan intensitas tinggi.

Diharapkan pada siswa untuk mengelola waktu penggunaan media sosial *TikTok* dengan baik agar tidak terganggu aktivitas belajar maupun tanggung jawab sebagai pelajar. Selain itu, memanfaatkan *TikTok* untuk hal-hal positif seperti mendapatkan informasi bermanfaat, meningkatkan kreativitas dan mengikuti tren yang mendukung perkembangan diri.

### **2. Keluarga**

Diharapkan orang tua memberikan pengawasan yang bijak terhadap penggunaan media sosial dengan menetapkan batasan waktu penggunaan atau memantau jenis konten yang di akses. Hal ini penting dilakukan untuk mengedukasi anak-anak remaja tentang risiko dan manfaat media sosial agar mereka dapat lebih bertanggung jawab dengan penggunaannya.

3. Kepada peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi kontrol diri, seperti motivasi diri, lingkungan sosial, atau pola asuh keluarga untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam. Khususnya yang berkaitan dengan intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan kontrol diri, sehingga melahirkan teori-teori baru yang bermanfaat bagi perkembangan penelitian selanjutnya.

4. Kepada guru/pihak sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan pada guru untuk memberikan edukasi kepada siswa tentang penggunaan media sosial yang sehat melalui program literasi digital atau kegiatan ekstrakurikuler yang mendukung pengembangan kontrol diri.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## DAFTAR PUSTAKA

- A Rafiq. “Dampak Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Suatu Masyarakat.”  
<https://ejournal.upnvj.ac.id/globalkomunika/index>, 10 Juni 2020.  
<https://ejournal.upnvj.ac.id/index.php/globalkomunika/article/view/1704>.
- Ainiyah, Nur. “Remaja Millennial Dan Media Sosial: Media Sosial Sebagai Media Informasi Pendidikan Bagi Remaja Milenial.” *Jurnal Pendidikan Islam Indonesia* 2, No. 2 (2 April 2018): 221–36.  
<https://doi.org/10.35316/jpii.v2i2.76>.
- Alaydrus, Ragwan Mohsen. “Membangun Kontrol Diri Remaja Melalui Pendekatan Islam Dan Neuroscience.” *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 22, No. 2 (25 Juli 2017): 15–27.  
<https://doi.org/10.20885/psikologika.vol22.iss2.art2>.
- Anggraini, Ratih, Nindi Suhendri, Yuliana Shintia, Dan Xena Amanda. “Pengaruh Positif Dan Negatif Penggunaan Media Sosial” 4 (2022).
- Auliya, Achmad Alie, Aliefan Badar Yahya, Dan Faizah Kanahaya Huryos. “Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja Di Indonesia.” *Jurnal Harmoni Nusa Bangsa* 1, No. 1 (30 Oktober 2023): 57.  
<https://doi.org/10.47256/jhnb.v1i1.297>.
- Binus @Bekasi - Kampus Beken | Business Service And Technology. “Citra Diri Di Era Digital: Pengaruh Media Sosial Terhadap Identitas Remaja,” 17 November 2024.  
<https://binus.ac.id/bekasi/2024/11/citra-diri-di-era-digital-pengaruh-media-sosial-terhadap-identitas-remaja/>.

“Buku Azwar 2017 | Pdf.” Diakses 21 Januari 2025.  
<https://id.scribd.com/document/555040890/buku-azwar-2017>.

Cahya, Melani, Widia Ningsih, Dan Ayu Lestari. “Dampak Media Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja: Tinjauan Pengaruh Penggunaan Media Sosial Pada Kecemasan Dan Depresi Remaja.” *Jurnal Sosial Teknologi* 3 (16 Agustus 2023): 704–6.  
<https://doi.org/10.59188/jurnalsostech.v3i8.917>.

Chaq, Mohammad Kabul, Suherman Suherman, Dan Amanda Pasca Rini. “Religiusitas, Kontrol Diri Dan Agresivitas Verbal Remaja.” *Fenomena* 27, No. 2 (24 Januari 2019).  
<https://doi.org/10.30996/fn.v27i2.1979>.

“Contoh-Konten-Edukasi-Di-Tiktok.” Diakses 14 Februari 2025.  
<https://www.popmama.com/big-kid/10-12-years-old/mutiara-oktaviana/contoh-konten-edukasi-di-tiktok?page=all>.

Devasari, Amelia Ayu, Arwinda Diniati Arwinda Diniati, Dan Azizah Isnaini Istiqomah Azizah Isnaini Istiqomah. “Cyberbullying Pada Aplikasi Media Sosial Tiktok.” *Empati : Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 9, No. 2 (7 November 2022): 156–65.  
<https://doi.org/10.26877/empati.v9i2.11072>.

Developer, MediaIndonesia Com. “Tiktok, Platform Media Sosial Paling Populer Di 2024.” Diakses 5 Januari 2025.  
<https://mediaindonesia.com/humaniora/730874/tiktok-platform-media-sosial-paling-populer-di-2024>.

“Digital 2024: Indonesia - Kalodata.” Diakses 5 Januari 2025.  
<https://www.kalodata.com/id/blog/2024/04/digital-2024-indonesia/>.

Febriani, Ririn Nur. “Kenali Karakter Remaja Generasi Z.” [www.pikiran-rakyat.com](http://www.pikiran-rakyat.com). Diakses 14 Februari 2025.

<https://www.pikiran-rakyat.com/Bandung-Raya/Pr-01277638/Kenali-Karakter-Remaja-Generasi-Z-397866?Page=All>.

Karunia H, Hans, Nauvaliana Ashri, Dan Irwansyah Irwansyah. “Fenomena Penggunaan Media Sosial : Studi Pada Teori Uses And Gratification.” *Jurnal Teknologi Dan Sistem Informasi Bisnis* 3, No. 1 (31 Januari 2021): 92–104. <https://doi.org/10.47233/jteksis.v3i1.187>.

Link, Get, Facebook, X, Pinterest, Email, Dan Other Apps. “Tafsir Surat Al-’Ashr, Ayat 1-3,” 27 Oktober 2015. <http://www.ibnukatsironline.com/2015/10/Tafsir-Surat-Al-Asr-Ayat-1-3.html>.

———. “Tafsir Surat Al-Qiyamah, Ayat 1-15,” 27 Oktober 2015. <http://www.ibnukatsironline.com/2015/10/Tafsir-Surat-Al-Qiyamah-Ayat-1-15.html>.

M. Rozi Indrafuddin. “Pengaruh Intensitas Penggunaan Tiktok Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Siswa Kelas Ix Di Smpn 1 Babadan Kabupaten Ponorogo Tahun Pelajaran 2022/2023 - Electronic Theses Of Iain Ponorogo.” <https://etheses.iainponorogo.ac.id/23539/>. Diakses 13 Maret 2024. <https://etheses.iainponorogo.ac.id/23539/>.

Media, Kompas Cyber. “Viral Di Tiktok, Video Bullying Anak Di Bandung Sebut Nama Jenderal Tni, Polisi Buru Pelaku Halaman All.” [Kompas.Com](https://www.kompas.com/tren/read/2024/04/28/170000165/viral-di-tiktok-video-bullying-anak-di-bandung-sebut-nama-jenderal-tni), 28 April 2024. <https://www.kompas.com/tren/read/2024/04/28/170000165/viral-di-tiktok-video-bullying-anak-di-bandung-sebut-nama-jenderal-tni>.

Mukti, Khansania Adinda, Dan Suryono Budi Santosa. “Aplikasi Model S-O-R Pada Analisis Pengaruh E-Wom Melalui Social Media Influencer, Celebrity Endorsement, Dan Customer Review Terhadap Minat Beli Dengan Brand Image Sebagai Variabel Intervening” 12 (2023).

- Prof. Dr. Syamsul Bachri Thalib, M.Si. *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Prenada Media, 2017.
- “Profil Madrasah - Man 2 Sleman,” 7 November 2023. <https://Man2sleman.Sch.Id/Profil-Madrasah/>.
- Putri, Faradilla Azzahra, Rizky Ananda Putra, Dan Fakung Rahman. “Dampak Media Sosial Terhadap Perubahan Perilaku Sosial Di Kalangan Remaja.” *Prosiding Seminar Nasional Manajemen* 4, No. 1 (2025): 561–65.
- Sanaky, Musrifah Mardiani, La Moh Saleh, Dan Henriette D Titaley. “Analisis Faktor-Faktor Penyebab Keterlambatan Pada Proyek Pembangunan Gedung Asrama Man 1 Tulehu Maluku Tengah” 11, No. 1 (2021).
- Scribd. “Sugiyono - 2013 - Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D | Pdf.” Diakses 14 Februari 2025. <https://www.scribd.com/document/671612229/Sugiyono-2013-Metode-Penelitian-Kuantitatif-Kualitatif-Dan-R-D-1>.
- Sherlyana, Astrid Kurnia, Dan Nur Aini Rakhmawati. “Pengaruh Dan Pola Aktivitas Penggunaan Internet Serta Media Sosial Pada Siswa Smpn 52 Surabaya.” *Journal Of Information Systems Engineering And Business Intelligence* 2, No. 1 (29 April 2016): 17. <https://doi.org/10.20473/jisebi.2.1.17-22>.
- Sianturi, Roasina P., Dan Hotpascaman Hotpascaman. “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Intensitas Penggunaan Tiktok Pada Remaja Akhir.” *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3, No. 4 (17 September 2023): 6423–36.
- Suparmo, Ludwig. “Uses And Gratifications Theory Dalam Media Sosial Wa (Whatsapp).” *Communicology: Jurnal Ilmu Komunikasi* 5, No. 2 (21 Desember 2017): 27–37. <https://doi.org/10.21009/Communicology.062.02>.

“Surat Al-Mu’minun Ayat 3 | Tafsiro.Com.” Diakses 3 Februari 2025. <https://Tafsiro.Com/23-Al-Muminun/Ayat-3>.

“Surat At-Tahrim Ayat 6 Arab, Latin, Terjemah Dan Tafsir | Baca Di Tafsiroweb.” Diakses 3 Februari 2025. <https://Tafsiroweb.Com/11010-Surat-At-Tahrim-Ayat-6.Html>.

Tafsir Alquran Online. “Surat Al-Mu’min (Al-Ghaafir) Ayat 39.” Diakses 13 Januari 2025. <https://Tafsiro.Com/Permalink/Ayat/4172>.

Tangney, June P., Roy F. Baumeister, Dan Angie Luzio Boone. “High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, And Interpersonal Success.” *Journal Of Personality* 72, No. 2 (April 2004): 271–324. <https://Doi.Org/10.1111/J.0022-3506.2004.00263.X>.

“The Project Gutenberg Ebook Of The Enchiridion, By Epictetus.” Diakses 22 Januari 2025. [https://Www.Gutenberg.Org/Files/45109/45109-H/45109-H.Htm?Utm\\_Source=Chatgpt.Com](https://Www.Gutenberg.Org/Files/45109/45109-H/45109-H.Htm?Utm_Source=Chatgpt.Com).

Triani, Sonia Nyoman, Novembra B Niki, Mahdalena Madeline Paremme, Rizky Pandu Keling Margono, Jovee Charlie Caesar Geraldo, Dan Yohanes Pemandi Lian. “Dampak Media Sosial Terhadap Perubahan Perilaku Remaja Ketika Bersosialisasi.” *Innovative: Journal Of Social Science Research* 4 Nomor 5 (T.T.): 888–94.

Yuniar, Nurwidawati, “Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial Facebook Dengan Pengungkapan Diri (Self Disclosure) Pada Siswa-Siswi Kelas Viii Smp Negeri 26 Surabaya,” (*Paper*, Vol. 2 No. 1, 2013)