

**PERBEDAAN *SELF-CONTROL* DITINJAU DARI  
INTENSITAS PENGGUNAAN *FACEBOOK* PADA REMAJA DI  
MTs NURUL IKHWAN TANJUNG MORAWA**

**SKRIPSI**

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh*

*Gelar Sarjana Di Fakultas Psikologi*

*Universitas Medan Area*

**OLEH:**

**MIRA HANDANI**

**14.860.0348**



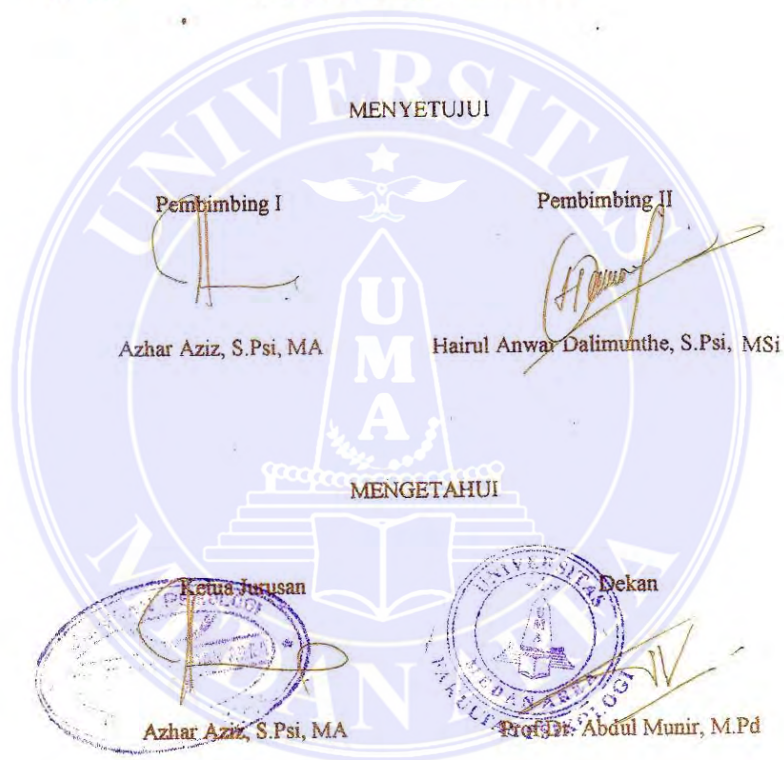
**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**MEDAN**

**2019**

**LEMBAR PENGESAHAN**

Judul Skripsi : PERBEDAAN *SELF-CONTROL* DITINJAU DARI  
INTENSITAS PENGGUNAAN *FACEBOOK*  
Nama Mahasiswi : MIRA HANDANI  
NPM : 14.860.0348  
Jurusan : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN



Tanggal Sidang Meja Hijau

Januari 2019

i

i

**DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA  
DAN DITERIMA UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN  
DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH  
GELAR SARJANA(S1) PSIKOLOGI**

Pada Tanggal

16 Januari 2019

**MENGESAHKAN  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

DEKAN

(Prof.Dr. Abdul Munir, M.Pd)

DEWAN PENGUJI

1. Dra. Hj. Irna Minauli, MSi
2. Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi
3. Azhar Aziz, S.Psi, MA
4. Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, MSi

TANDA TANGAN



ii

ii

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat skripsi ini.



Medan, 16 Januari 2019



Mira Handani

## PERSEMBAHAN

*Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

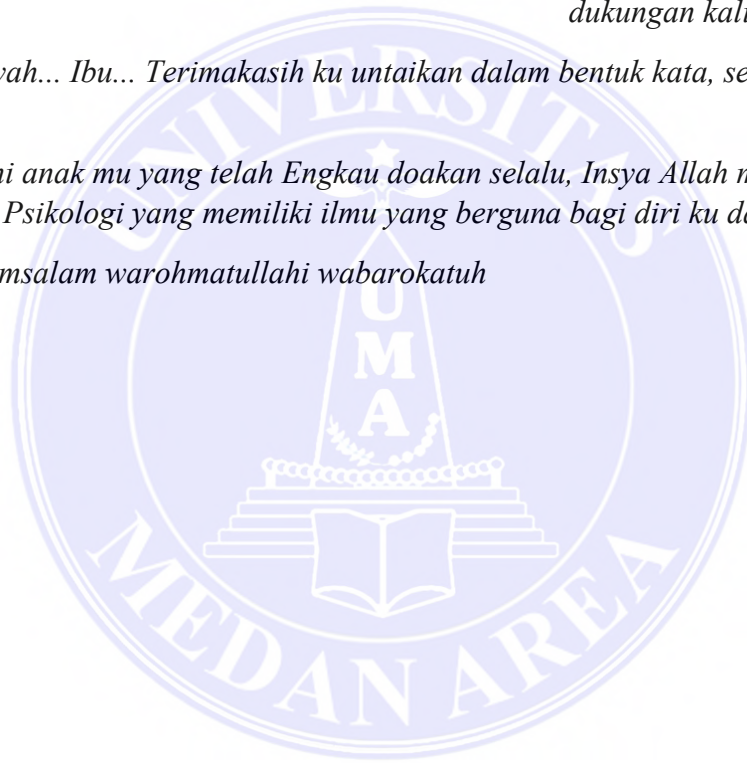
*Ku persembahkan karya sederhana ini teruntuk kedua orang tua ku,  
Ayah...Ibu... Terimakasih telah memberikan segala bentuk kasih sayang kalian  
kepadaku, terima kasih telah mendoakan ku dalam setiap langkahku, dan selalu  
memberikan motivasi serta dukungan kepadaku...*

*Alhamdulillah Allah memberikan hadiah yang indah dari setiap doa dan  
dukungan kalian kepada ku...*

*Ayah... Ibu... Terimakasih ku untaikan dalam bentuk kata, senyum dan kerja  
nyataku...*

*Ini anak mu yang telah Engkau doakan selalu, Insya Allah menjadi Sarjana  
Psikologi yang memiliki ilmu yang berguna bagi diri ku dan orang lain....*

*Walaikumsalam warohmatullahi wabarokatuh*





## MOTTO

„Bahwasanya seorang manusia tiada memperoleh selain apa yang telah diusahakannya, dan bahwasanya usaha itu kelak akan diperlihatkan (kepadanya).”

(QS.An-Najm : 39-40)

“*Man jadda wajada*”

Barangsiapa bersungguh-sungguh maka mendapatlah ia

Orang yang sukses tidak akan pernah menyerah, dan orang yang menyerah tidak akan pernah sukses

“Penulis”

“Dari Abi Darda RA. berkata,aku mendengar Rasulullah SAW. bersabda: barangsiapa yang berjalan dalam rangka mencari ilmu maka Allah akan memberikan jalan menuju *Jannah*. Sesungguhnya para malaikat benar-benar meletakkan sayapnya kepada orang yang mencari ilmu, karena ridha terhadap apa yang dicarinya. Para penghuni langit dan bumi sampai hewan-hewan laut memohonkan ampunan dan rahmat baginya. Kelebihan orang yang berilmu atas ahli ibadah ialah seperti kelebihan rembulan pada malam purnama atas seluruh bintang-bintang. Sesungguhnya orang yang berilmu (ulama) adalah pewaris para nabi. Sedangkan para nabi tidak mewariskan dinar dan dirham, tetapi hanya mewariskan ilmu. Maka barangsiapa mengambilnya (ilmu), berarti ia telah mengambil bagian yang banyak (melimpah).”

(Hadist Riwayat At-Tirmidzi)

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, atas segala berkah, rahmat, dan karunia-Nya yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, kekuatan, kesabaran, dan kesempatan kepada peneliti sehingga mampu menyelesaikan skripsi ini. Akan tetapi sesungguhnya peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, maka penyusunan skripsi ini tidak dapat berjalan dengan baik. Hingga selesainya penulisan skripsi ini telah banyak menerima bantuan waktu, tenaga dan pikiran dari banyak pihak. Sehubungan dengan itu, maka pada kesempatan ini perkenankanlah peneliti menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Yayasan Haji Agus Salim Universitas Medan Area
2. Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
4. Bapak Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, M.Psi, selaku Wakil Dekan Fakultas Universitas Medan Area, sekaligus pembimbing II (dua) saya yang selalu membimbing dengan baik, selalu memberikan masukan dan arahan dengan penuh kesabaran kepada saya untuk menyelesaikan skripsi ini
5. Bapak Azhar Aziz, S.Psi, MA, selaku ketua jurusan psikologi Perkembangan sekaligus pembimbing I (satu) saya yang selalu membimbing dengan baik, memberikan masukan dan pemecahan masalah dengan tepat, dan yang selalu memberikan kemudahan dalam memperlengkapi berkas-berkas dari penyusunan seminar proposal hingga penyusunan berkas sidang.
6. Ibu Dra. Hj. Irna Minali, Msi, selaku ketua sidang yang telah memberikan masukan yang baik serta membawa acara persidangan dengan hikmat.

7. Ibu Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi, selaku sekretaris sidang yang telah memberikan masukan yang baik, memberikan koreksian sehingga hasil penelitian ini menjadi lebih baik dan dapat di terima secara keilmuan.
8. Dosen-dosen dan staf administrasi Fakultas Psikologi yang telah memberikan masukan dan dukungan dan membantu segala hal yang berbentuk administrasi saya selama pengerjaan skripsi ini mulai dari seminar awal hingga penyusunan berkas sidang.
9. Untuk Ibu Nafesah dan Ibu Titi terima kasih banyak atas waktu dan kesediaannya dalam perlengkapan berkas berupa kartu puas praktikum.
10. Bapak Wahyu Kurniawan S.Pd, selaku kepala sekolah MTS Nurul Ikhwan yang telah memberikan saya kesempatan untuk melakukan penelitian dan memberikan saya wawasan serta pengalaman selama melakukan penelitian, serta guru-guru dan siswa-siswi lainnya yang turut serta membantu saya, terimakasih untuk kesempatan dan ilmunya.
11. Teruntuk orang tua saya tercinta dan terhebat, ayahanda Lasian, sosok ayah paling mengerti, pelindung bagiku penyemangatku di kala rapuh, semangatmu selalu menjadi motivasiku untuk maju. Mamaku tersayang Siti Aisyah, seorang wanita yang selalu terdepan memarahi dan menegurku ketika salah, tapi anak mu ini mengerti bahwa marah mu adalah bentuk kasih sayang dan perhatian mu terhadap ku, dan kasih sayangnya yang telah membuat saya mengerti dan faham akan makna kesabaran dalam hidup yang sebenarnya, kamu adalah ibu paling sabar yang aku miliki. Terimakasih untuk segala cinta dan kasih sayang yang tiada henti untuk anak mu ini.
12. Untuk abang saya Lian saputra dan Adik Saya Bayu Susiloyang selalu memberikan semangat dan motivasi yang tiada hentinya baik nasehat, masukan, dan arahannya kepada saya. terimakasih untuk kasih sayang dan semangat untuk kakak, kakak teramat sayang dengan kalian, semoga kita bisa membahagiakan orang tua kita selalu.
13. Sahabat-sahabat terbaik ku selama di perkuliahan (AJ) Isnen, surya, melati, Roni, Deby, Ajo, dan Nilam. Kalian adalah sahabatku yang selalu tau banyak



hal tentang aku, yang selalu ada disaat suka maupun duka. terimakasih untuk persahabatan ini.

14. Teruntuk teman-teman Psikologi D 2014 Emel, Indah, Hartika, Tusak dan teman-teman lainnya yang turut serta membantu dan mengkoreksi skripsi ini hingga selesai, terimakasih untuk kebersamaan selama 4 tahun ini, kalian semua luar biasa hebat, semoga kelak kita semua bisa menjadi orang hebat dan mampu mewujudkan cita-cita masing-masing.
15. Terimakasih saya ucapkan untuk seseorang yang telah memberikan motivasi dan semangat dalam menyelesaikan tugas akhir ini kepada Bagus Muhammad Rizki yang sangat banyak membantu saya dalam menyelesaikan tugas akhir saya ini, yang tak pernah kenal lelah dan letih memberikan motivasi, masukan dan ikut membantu saya dalam banyak hal sehingga skripsi ini dapat selesai di waktu yang tepat.
16. Sahabatku Deden Santoso, sahabat terbaik sejak Sekolah Menengah Pertama sampai saat ini, yang selalu mendengarkan curhatku, tempatku berbagi penat, terimakasih untuk persahabatan ini.

Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak atas perhatian dan pemberian semangat selama proses penyelesaian skripsi.

Medan, 16 januari 2019

Mira Handani

# Perbedaan *Self-control* Ditinjau Dari Intensitas Penggunaan *Facebook* di MTS Nurul Ikhwan Tanjung Morawa

Oleh

Mira Handani

14.860.0348

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *self-control* ditinjau dari intensitas penggunaan *facebook*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah siswa-siswi MTS Nurul Ikhwan yang berjumlah 53 orang dengan menggunakan teknik *random sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan skala likert pada skala *self-control* dan skala multicois pada skala intensitas penggunaan *facebook*. Uji validitas seluruh 18 aitem *self-control* valid memiliki skor *Corrected Item-Total Correlation* (indeks daya beda  $r_{xy}$ )  $\geq 0,3$ ; dengan skor bergerak dari  $r_{bt} = 0.308$  sampai  $r_{bt} = 0.673$ , dengan skor reliabilitas (keandalan) *Cronbach Alpha* 0.806, yang berarti skala stres kerja tergolong reliabel. Hasil perhitungan analisis diketahui dengan melihat nilai atau koefisien perbedaan memiliki signifikansi  $0.003 < 0.050$ , hal ini berarti nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari 0.050. Nilai rata-rata empirik *self-control* rendah = 65,00 dan *self-control* tinggi = 37,12 sedangkan nilai rata-rata hipotetiknya pada *self-control* sebesar 45. Sehingga hipotesis dengan asumsi *self-control* yang rendah memiliki intensitas penggunaan *facebook* nya lebih tinggi dibandingkan dengan *self-control* yang tinggi dengan intensitas penggunaan *facebook* yang rendah dinyatakan diterima.

**Kata Kunci:** *self-control*, intensitas penggunaan *facebook* tinggi dan rendah

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah .....	9
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Manfaat Penelitian .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Remaja	
1. Pengertian Remaja .....	11
2. Karakteristik Remaja.....	12
3. Perkembangan Pada Masa Remaja .....	14
B. Intensitas Penggunaan Facebook	
1. Pengertian Intensitas .....	16
2. Aspek-Aspek Intensitas .....	18
3. Unsure-unsur Intensitas.....	19
4. Dampak Jejaring Sosial.....	20
5. Waktu Penggunaan Media Sosial.....	21
C. <i>Sel-control</i>	
1. Pengertian Self-Control.....	22
2. Aspek-aspek Self-Control .....	24

3. Ciri-ciri Self-Control.....	26
4. Fungsi Self-Control.....	27
5. Faktor yang Mempengaruhi Self-Control.....	28
D. Perbedaan <i>Self-Control</i> Ditinjau Dari Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> .....	29
E. Kerangka Konseptual.....	32
F. Hipotesis.....	33

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Tipe Penelitian.....	34
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	34
C. Defenisi Operasional.....	35
D. Populasi & Sampel Penelitian.....	36
E. Teknik Pengambilan Data.....	37
F. Validitas dan Reliabilitas Penelitian.....	38
G. Metode Analisa Data.....	39

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Subjek Penelitian.....	41
B. Orientasi Kencah dan Persiapan Penelitian	
1. Orientasi Kencah.....	41
2. Persiapan Penelitian.....	42
a. Persiapan Administrasi.....	42
b. Persiapan Alat Ukur.....	43
C. Pelaksanaan Penelitian.....	46
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	47
E. Pembahasan.....	52

### **BAB V SIMPULAN DAN SARAN**

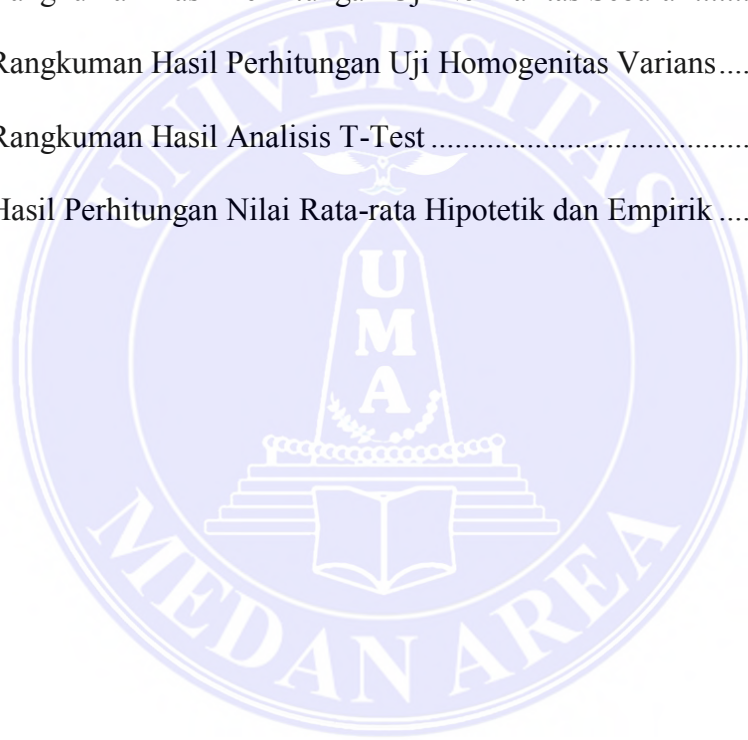
A. Simpulan.....	56
B. Saran.....	57

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>58</b>
----------------------------	-----------

### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

1. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala self-control sebelum pelaksanaan penelitian .....	44
2. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala intensitas penggunaan facebook.....	45
3. Distribusi Penyebaran Skala self-control setelah uji coba.....	48
4. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	49
5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Homogenitas Varians.....	49
6. Rangkuman Hasil Analisis T-Test.....	50
7. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Empirik.....	52





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran .....	
A. Data Penelitian .....	61
B. Validitas dan Reabilitas Skala self-control .....	62
C. Uji Normalitas dan Uji Homogenitas.....	63
D. Alat Ukur Penelitian.....	64
E. Surat Keterangan.....	65



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa topan badai, di mana pada masa tersebut timbul gejolak dalam diri akibat pertentangan nilai-nilai akibat kebudayaan yang makin modern. Masa remaja sering juga dikatakan sebagai masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa yang dalam rentangannya terjadi perubahan-perubahan dan perkembangan pada aspek fisik, psikologis, kognisi, dan sosialnya (Santrock, 2003). Menurut Hurlock (1980) secara umum, masa remaja dibagi menjadi dua bagian, yaitu awal masa dan akhir masa remaja. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13 tahun sampai 16 atau 17 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun, yaitu usia matang secara hukum. Dengan demikian akhir masa remaja merupakan periode yang sangat singkat.

Kehidupan sosial remaja tidak terlepas dari pergaulan dengan teman sebaya, senior, junior, maupun orang-orang dewasa lainnya yang ada di lingkungannya. Kehidupan sosial ini tidak hanya terjadi di kehidupan nyata saja namun juga terjadi di kehidupan maya yaitu pergaulan melalui jejaring sosial media seperti *facebook*, *twitter*, *yahoo mesangger*, *path*, *instagram* dan yang terakhir adalah *skype*. Fungsi dari jejaring sosial itu sendiri berfokus pada koneksi yang akan dibangun oleh satu orang dengan orang lain, dimana dapat berupa hubungan sahabat, keluarga, sex, event, profesi, hingga bisnis dan pekerjaan (Body & Ellison, dalam Muna & Astuti, 2010).

*Facebook* adalah salah satu sosial media yang banyak di gandrungi oleh segala lapisan masyarakat termasuk golongan pelajar remaja. Penelitian tentang hubungan *facebook* dan dunia akademis ini dilakukan terhadap 219 pelajar Amerika Serikat. Hasil penelitian yaitu 68% subjek pengguna media sosial *facebook* membuka akun miliknya setiap hari (Muna & Astuti, 2010). Perkembangan *facebook* yang begitu pesat menjadikan Indonesia sebagai negara dengan pengunjung *facebook* terbanyak seAsia-Pasifik dengan *traffic rank* yang terus meningkat dari waktu ke waktu (Top Sites Alexa, dalam Wahyuni & Harmaini, 2017). Berdasarkan survei yang dilakukan oleh *We Are Social* Indonesia tahun 2015 dalam Wahdah (2016) didapatkan sebanyak 61 juta pengguna *facebook* adalah remaja hingga dewasa awal berusia 13-29.

Menurut data dari Webershandwick dalam Wahyuni & Harmaini (2017), perusahaan public relations dan pemberi layanan jasa komunikasi, untuk wilayah Indonesia ada sekitar 65 juta pengguna facebook aktif. Sebanyak 33 juta pengguna aktif per harinya, 55 juta pengguna aktif yang memakai perangkat mobile dalam pengaksesannya per bulan dan sekitar 28 juta pengguna aktif yang memakai perangkat mobile per harinya. Menurut lembaga riset Forester Reasearch, kebanyakan pengguna facebook adalah mereka yang tergolong usia remaja (Kemenkominfo, 2014).

Facebook memang situs jejaring sosial yang sudah menjadi bagian yang tidak bisa terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari bagi kebanyakan remaja. Tidak heran apabila pengguna facebook bisa 5-6 kali memperbaharui statusnya, bahkan ada yang lebih dari itu, sedangkan lamanya waktu yang dihabiskan untuk

mengakses facebook dalam sehari ialah lebih dari 1,3 jam (kategori *Heavy users* menurut *The Graphic, Visualization dan Utility Center di The Georgia Institute of Technology* dalam Wahyuni & Harmaini (2017). Setiap orang yang menggunakan sosial media jenis *facebook* ini memiliki alasan tersendiri dalam hal penggunaannya seperti agar tetap dapat berhubungan dengan teman-teman, dapat bertukar informasi dengan siapapun, berbelanja *online* maupun membuka bisnis *online*, ataupun hanya sekedar berbagi status (cerita) dan mengomentari status (cerita) dari orang lain yang terhubung.

Tingginya tingkat penggunaan facebook menyebabkan individu tidak bisa berjauhan dengan handphone. Seseorang melakukan suatu kegiatan dikarenakan ada dorongan dalam dirinya, dan kegiatan yang dilakukan secara terus menerus sering disebut intensif. Intensitas juga berhubungan dengan frekuensi, yaitu seberapa sering kegiatan tersebut dilakukan (Simatupang, dalam Wahyuni & Harmaini, 2017). Menurut Kaloh (dalam Ruhban, dalam Wahyuni & Harmaini, 2017) intensitas merupakan tingkat keseringan seseorang dalam melakukan suatu kegiatan tertentu yang didasari rasa senang dengan kegiatan yang dilakukan tersebut. Jadi perasaan senang dalam melakukan suatu kegiatan sangat mempengaruhi seseorang dalam melaksanakan suatu kegiatan dalam hal ini yaitu mengoperasikan facebook.

Pembentukan tinggi rendahnya intensitas penggunaan facebook pada remaja bisa dilihat melalui *perceived behavior control* (PBC). PBC adalah ukuran sejauh mana individu percaya tentang mudah atau sulitnya menampilkan tingkah laku tertentu (Hogg & Vaughan dalam Ruhban, dalam Wahyuni & Harmaini,

2017). PBC adalah persepsi tentang kesulitan atau kemudahan dalam melaksanakan tingkah laku, berdasarkan pada pengalaman sebenarnya dan hambatan yang diantisipasi dalam melaksanakan tingkah laku tertentu (Felman dalam Ruhban, dalam Wahyuni & Harmaini, 2017 ). Jika dilihat dari pengertian PBC, tinggi rendahnya intensitas penggunaan facebook dipengaruhi oleh keyakinan pengguna tentang manfaat yang didapat ketika menggunakan facebook. Keyakinan tentang manfaat ini dapat berupa bisa berkomunikasi dengan teman-teman, bersosialisasi, dan menambah relasi juga mencari informasi-informasi yang dibutuhkan. Keyakinan-keyakinan itulah yang turut berpartisipasi dalam membentuk intensitas penggunaan facebook yang tinggi. Begitu pula sebaliknya ketika keyakinan yang terbentuk kecil maka intensitas penggunaan facebook juga cenderung rendah.

Menurut Horrigan dalam Chairunnisa, (Wahdah, 2016) terdapat dua hal mendasar yang harus diamati untuk mengetahui intensitas penggunaan internet seseorang, yakni frekuensi internet yang sering digunakan dan lama menggunakan tiap kali penggunaan internet yang dilakukan oleh pengguna internet. Seringnya penggunaan sosial media dalam bentuk *facebook* di pengaruhi oleh berbagai faktor seperti *habbits* (kebiasaan), faktor demografis, *trait* (sifat), kesepian, isolasi, harga diri, *locus of control*, dan *self control* (Ozler & Polat, dalam Ardilasari, 2016).

Unsur yang paling penting dalam mempengaruhi intensitas penggunaan *facebook* adalah kemampuan individu dalam mengontrol dirinya (*self control*).

Menurut Ghufroon dalam Ardilasari (2016), setiap individu memiliki mekanisme



yang dapat membantu mengatur dan mengarahkan perilaku yaitu mengontrol diri. Dimana *self control* yang baik dapat mengatur segala tingkah laku ataupun dorongan-dorongan yang muncul dalam diri kita untuk melakukan sesuatu. Calhoun dan Acocella dalam Santrock (2003) mendefinisikan control diri (*self-control*) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Goldfriend dan Merbaum dalam Santrock (2003) mendefinisikan control diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif. Control diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Kontrol diri (*self control*) tiap individu berbeda-beda. Yang membedakannya tentu dari faktor-faktor yang mempengaruhinya seperti usia, kognitif, lingkungan keluarga maupun sosial (Gufron, dalam Wahdah, 2016). *Self control* yang rendah menjadikan diri individu untuk sulit mengatur kehidupannya. Ketidak mampuan dalam mengatur diri akan membuat individu lemah dalam mengambil keputusan yang tepat dan tidak mampu mengendalikan dorongan-dorongan yang muncul sehingga akan melakukan apapun yang diinginkan baik perilaku yang positif maupun negatif.

Menurut Gottfredson & Hirschi dalam Wahdah (2016) individu yang memiliki *self control* yang rendah adalah individu yang mengikuti kata hati, tidak peka, egois, dan bertindak tanpa berpikir ulang, sedangkan individu yang

memiliki *self control* yang tinggi mempunyai kedisiplinan diri dalam melakukan suatu hal, berpikir dengan matang sebelum melakukan sesuatu, dapat mengontrol dirinya dalam segi kesehatan dan etika sosial, kemudian mampu menyelesaikan tugas yang diberikan.

Seperti yang terjadi pada beberapa remaja atau siswa di MTs Nurul Ikhwan Tanjung Morawa yang menunjukkan adanya gejala *self control* yang rendah, dari hasil observasi peneliti melihat beberapa siswa yang sedang duduk-duduk di kantin berkumpul dengan temannya tetapi malah sibuk dengan ponsel masing-masing. Walaupun sekolah melarang membawa ponsel ke sekolah tetapi tetap ada beberapa siswa yang kedapatan membawa ponsel diam-diam ke sekolah. Ketika peneliti melakukan wawancara singkat, peneliti menemukan jawaban yang mengejutkan bahwa 6 orang dari perkumpulan tersebut semuanya sibuk melihat sosial media pribadi mereka masing-masing pada saat berkumpul di kantin. Seperti yang di ungkapkan salah seorang remaja berikut ini :

“lagi istirahat ni kami paling buka-buka *facebook* kak, kalau enggak apa mau kerja lagi kak sambil nunggu jam masuk buka hp biar enggak suntuk. (wawancara personal, 07 maret 2018) ”

Dari wawancara di atas, membuktikan bahwa banyak dari siswa yang lebih suka memanfaatkan waktunya untuk berselancar di dunia maya dibandingkan melakukan aktifitas sosial di dunia nyata bersama teman-teman yang ada didekatnya.

Hal ini juga terjadi di sekitaran taman dan kelas MTs Nurul Ikhwan Tanjung Morawa, dimana terlihat banyak siswa yang berkumpul di bangku taman

bersama teman-temannya sedang berfoto (*selfie*) dan setelah diperhatikan lebih lama para remaja tersebut lebih banyak menghabiskan waktu berkumpul tersebut dengan memainkan atau menggunakan ponsel masing-masing. Setelah dilakukan wawancara dari 10 siswa yang ada di taman tersebut 6 remaja menyatakan lebih senang bermain dengan ponsel mereka dengan alasan bosan atau ingin melewati waktu dengan cepat. Seperti yang di ungkapkan oleh salah satu remaja berikut :

“ngumpul sambil main hp (ponsel) kak, iya walaupun sebenarnya kami dilarang sih kak membawak hp kesekolah, tapi kami tetap membawanya secara diam-diam, karna kalau gak bawak hp rasanya kek ada yang kurang gitu kak. Terus kan kak kadang gak ada bahan cerita makanya saya lebih sering bawak hp dan lihat-lihat hp saya, kalau di hp kan bisa liat *facebook*, *chattingan* lebih banyak yang dilihat jadi gak bosan kak, kadang pun kalau saya lagi bosan salfi-selfi terus saya upload ke facebook, jadi waktu pun gak terasa tiba-tiba dah siang, soalnya suntuk asik belajar aja di kelas tadi” (wawancara personal, 30 Juli 2018)

Hal ini juga membuktikan adanya *self control* yang lemah dalam mengendalikan dorongan-dorongan beraktifitas di dunia maya. Ketidakmampuan mengontrol diri dalam penggunaan media sosial dapat mengakibatkan secara bertahap hilangnya privasi individu, penipuan identitas, *cyber bullying*, hilangnya rasa peka, tumbuhnya sifat egois dan individualisme (Lazarinis, dalam Wahdah, 2016).

Dari fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai “Perbedaan *Self- Control* ditinjau dari Intensitas Penggunaan Facebook pada Remaja di MTs Nurul Ikhwan Tanjung Morawa”

## B. Identifikasi Masalah

*Self-control* adalah kemampuan mengendalikan perasaan, pikiran dan tindakan agar dapat menahan dorongan dari dalam maupun luar sehingga seseorang mampu bertindak dengan benar. Individu yang lemah dalam mengendalikan dirinya tidak akan mampu mengendalikan perilaku-perilaku negatif yang akan berdampak buruk bagi kehidupannya. Salah satunya adalah dorongan-dorongan dalam penggunaan sosial media jenis *facebook*.

Fenomena yang terjadi saat ini adalah maraknya penggunaan sosial media yang tidak lagi mengenal tempat, waktu, juga usia. Facebook telah menarik perhatian sebagian besar pengguna internet di Indonesia. Hal ini dibuktikan dengan jumlah penggunanya yang sangat besar. Tingginya tingkat penggunaan *facebook* menyebabkan individu tidak bisa berjauhan dengan handphone. Seseorang melakukan suatu kegiatan dikarenakan ada dorongan dalam dirinya, dan kegiatan yang dilakukan secara terus menerus sering disebut intensif. Intensitas juga berhubungan dengan frekuensi, yaitu seberapa sering kegiatan tersebut dilakukan (Simatupang, dalam Wahyuni & Harmaini, 2017) .

Intensitas dalam menggunakan *facebook* di pengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah *self control*. Jika *self control* seseorang lemah, maka individu tersebut tidak akan mampu dalam mengendalikan dorongan-dorongan dalam melakukan aktifitas yang kurang bermanfaat seperti menggunakan *facebook* dengan tidak mengenal waktu dan tempat. Sebaliknya, jika *self control* tinggi

maka individu tersebut akan mampu mengendalikan perilaku dan segala aktifitasnya hanya untuk yang bermanfaat saja.

### **C. Batasan Masalah**

Dalam penelitian ini, peneliti akan membatasi masalah pada “perbedaan *self control* di tinjau dari intensitas penggunaan *facebook* pada remaja MTs Nurul Ikhwan Tanjung Morawa”.

### **D. Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah yang dimaksud adalah sebagai berikut :  
“Apakah Ada Perbedaan *self control* di tinjau dari intensitas penggunaan *facebook* pada remaja di MTs Nurul Ikhwan Tanjung Morawa?”.

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan penemuan permasalahan yang dijelaskan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui “Perbedaan *self control* di tinjau dari intensitas penggunaan *facebook* pada remaja di MTs Nurul Ikhwan Tanjung Morawa”.



## F. Manfaat Penelitian

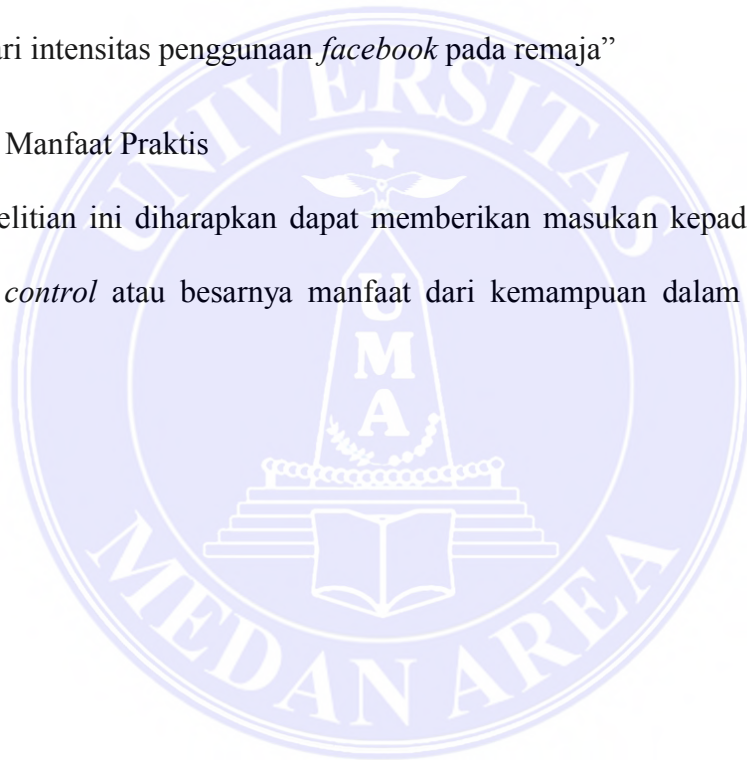
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis,, manfaat tersebut yaitu:

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan kepada ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan tentang “Perbedaan *self control* di tinjau dari intensitas penggunaan *facebook* pada remaja”

### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada remaja dalam hal *self control* atau besarnya manfaat dari kemampuan dalam mengendalikan diri.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. REMAJA

##### 1. Pengertian Remaja

Masa remaja merupakan masa topan badai, di mana pada masa tersebut timbul gejolak dalam diri akibat pertentangan nilai-nilai akibat kebudayaan yang makin modern. Masa remaja adalah tahapan perkembangan antara pubertas, usia dimana seseorang memperoleh kemampuan untuk melakukan reproduksi seksual dengan masa dewasa (Tavris dan Wade, dalam Titi Prihartini, 2002). Batasan usia untuk remaja (*adolescence*) menurut Hall antar usia 12-25 tahun (Sarwono, 2011). Menurut Monks, remaja adalah suatu masa peralihan antara masa remaja dan masa dewasa. Fase masa remaja secara global berlangsung antara usia 12-21 tahun, dengan pembagian 12-15 tahun masa remaja awal, 15-18 tahun masa remaja pertengahan, 18-21 tahun masa remaja akhir (Monks, Knoers, Siti Rahayu, 2006).

Berdasarkan pengertian – pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa remaja adalah individu yang sedang mengalami masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang dalam rentangannya terjadi perubahan-perubahan dan perkembangan pada aspek fisik, psikologis, kognisi, dan sosialnya. Sedangkan, rentang usia pada masa remaja tersebut adalah antara 12-21 tahun.

## 2. Karakteristik remaja

Hurlock, 1999 (dalam Pramita, 2006) berpendapat, bahwa semua periode yang penting selama masa kehidupan mempunyai karakteristiknya sendiri. Begitu pun masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode masa kanak-kanak dan dewasa. Ciri-ciri tersebut antara lain :

### a. Masa remaja sebagai periode yang penting

Masa remaja dipandang sebagai periode yang penting daripada periode lain karena akibatnya yang langsung terhadap sikap dan perilaku, serta akibat-akibat jangka panjangnya. Misalnya saja, perkembangan biologis menyebabkan timbulnya perubahan-perubahan tertentu, baik yang bersifat fisiologis yang cepat dan disertai percepatan perkembangan mental yang cepat, terutama pada masa remaja awal. Semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya membentuk sikap, nilai, dan minat baru.

Minat baru yang dominan muncul pada masa remaja adalah minatnya terhadap seks. Pada masa remaja ini mereka berusaha melepaskan ikatan-ikatan afektif lama dengan orang tua. Remaja lalu berusaha membangun relasi-relasi afektif yang baru dan yang lebih matang dengan lawan jenis dan dalam memainkan peran yang lebih tepat dengan seksnya. Dorongan untuk melakukan ini datang dari tekanan-tekanan sosial akan tetapi terutama dari minat remaja pada seks dan keingintahuannya tentang seks.

### b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Pada masa peralihan ini remaja bukan lagi seorang anak-anak dan juga bukan orang dewasa. Namun, status remaja yang tidak jelas ini menguntungkan

karena status ini memberi waktu kepada remaja untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja beriringan dengan tingkat perubahan fisik. Pada awal masa remaja, ketika perubahan terjadi dengan pesat maka perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung cepat. Begitu pula jika perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku menurun juga.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Masa remaja dikatakan sebagai usia bermasalah karena sepanjang masa kanak-kanak sebagian permasalahan anak-anak diselesaikan oleh guru atau orang tua mereka, sehingga pada masa remaja mereka tidak cukup berpengalaman dalam menyelesaikan masalah. Namun, pada masa remaja mereka merasa ingin mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orang tua dan guru-gurunya sampai pada akhirnya remaja itu menemukan bahwa penyelesaian masalahnya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Pada akhir masa kanak-kanak sampai pada awal masa remaja, penyesuaian diri dengan standar kelompok jauh lebih penting bagi anak yang lebih besar daripada individualitas. Namun, pada masa remaja mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-temannya dalam segala hal.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Stereotip populer pada masa remaja mempengaruhi konsep diri dan sikap remaja terhadap dirinya sendiri, dan ini menimbulkan ketakutan pada remaja. Remaja takut bila tidak dapat memenuhi tuntutan masyarakat dan orang tuanya sendiri. Hal ini menimbulkan pertentangan dengan orang tua sehingga membuat jarak bagi anak untuk meminta bantuan kepada orang tua guna mengatasi pelbagai masalahnya.

g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistic

Remaja cenderung melihat dirinya sendiri dan orang lain seperti yang mereka inginkan dan bukan sebagaimana adanya terlebih dalam hal cita-cita. Cita-cita yang tidak realistis ini tidak saja untuk dirinya sendiri tetapi juga untuk orang lain disekitarnya (keluarga dan teman-temannya) yang akhirnya menyebabkan meningginya emosi. Kemarahan, rasa sakit hati, dan perasaan kecewa ini akan lebih mendalam lagi jika ia tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkannya sendiri.

h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum minuman keras, menggunakan obat-obatan terlarang, dan terlibat dalam perbuatan seks dengan harapan bahwa perbuatan ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

### 3. Perkembangan pada masa remaja

Periode yang disebut masa remaja akan dialami oleh semua individu. Awal timbulnya masa remaja ini dapat melibatkan perubahan-perubahan yang



mendadak dalam tuntutan dan harapan sosial atau sekedar peralihan bertahap dari peranan sebelumnya. Meskipun bervariasi, satu aspek remaja bersifat universal dan memisahkannya dari tahap-tahap perkembangan sebelumnya (Santrock, 2003), seperti :

a. Perkembangan fisik

Perkembangan fisik remaja didahului dengan perubahan pubertas. Pubertas ialah suatu periode di mana kematangan kerangka dan seksual terjadi secara pesat terutama pada awal masa remaja.

b. Perkembangan psikis

Perkembangan remaja secara psikologis yang dimaksud di sini meliputi perkembangan minat, moral, dan citra diri. Tidak seperti masa kanak-kanak yang pertumbuhan fisiknya berlangsung perlahan dan teratur, remaja awal yang tumbuh pesat pada waktu-waktu tertentu cenderung merasa asing terhadap diri mereka sendiri. Mereka disibukkan dengan tubuh mereka dan mengembangkan citra individual mengenai gambaran tubuh mereka. Dibutuhkan waktu untuk mengintegrasikan perubahan dramatis ini menjadi perasaan memiliki identitas diri yang mapan dan penuh percaya diri.

c. Perkembangan kognisi

Kemampuan kognitif pada masa remaja berkembang secara kuantitatif dan kualitatif. Kuantitatif artinya bahwa remaja mampu menyelesaikan tugas-tugas intelektual dengan lebih mudah, lebih cepat dan efisien dibanding ketika masih kanak-kanak. Dikatakan kualitatif dalam arti bahwa perubahan yang bermakna

juga terjadi dalam proses mental dasar yang digunakan untuk mendefinisikan dan menalar permasalahan

#### d. Perkembangan social

Salah satu tugas perkembangan yang tersulit pada masa remaja adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Untuk menjadi dewasa dan tidak hanya dewasa secara fisik, remaja secara bertahap harus memperoleh kebebasan dari orang tua, menyesuaikan dengan pematangan seksual, dan membina hubungan kerjasama yang dapat dilaksanakan dengan teman-teman sebayanya. Dalam proses ini remaja secara bertahap mengembangkan suatu filsafat kehidupan dan pengertian akan identitas diri.

### **B. Intensitas Penggunaan *Facebook***

#### **1. Pengertian Intensitas Penggunaan *Facebook***

Intensitas dalam Bahasa Inggris adalah “*intensity*” yang berarti besar atau kekuatan tingkah laku. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002) intensitas adalah keadaan tingkatan atau ukuran intensnya. Sedangkan menurut Simatupang dalam Wahdah (2016) seseorang melakukan suatu kegiatan dikarenakan ada dorongan dalam dirinya, dan kegiatan yang dilakukan secara terus menerus sering disebut intensif. Intensitas juga berhubungan dengan frekwensi, yaitu seberapa sering kegiatan tersebut dilakukan.

Menurut Chaplin dalam Wahyuni & Harmaini (2017) dikatakan intensitas adalah kekuatan yang mendukung suatu pendapat atau suatu sikap. Menurut Kalo (dalam Ruhban, dalam Wahyuni & Harmaini, 2017) intensitas merupakan tingkat keseringan seseorang dalam melakukan suatu kegiatan tertentu yang

didasari rasa senang dengan kegiatan yang dilakukan tersebut. Jadi perasaan senang dalam melakukan suatu kegiatan sangat mempengaruhi seseorang dalam melaksanakan suatu kegiatan dalam hal ini yaitu mengoprasikan facebook.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa intensitas merupakan tingkat keseringan seseorang melakukan suatu kegiatan tertentu dikarenakan suatu dorongan dari dalam dirinya dan kegiatan tersebut dilakukan secara terus menerus.

Sedangkan *facebook* sendiri menurut Nuryani dalam Wahdah (2016) adalah sebuah layanan jejaring sosial di dunia maya yang digunakan untuk mencari teman baru, teman lama dan lainnya. Banyak Individu memanfaatkan *facebook* untuk mempromosikan diri sendiri dengan cara meng- *upload* foto, meng-*update* status dan juga sebagainya. Selain itu *facebook* juga digunakan untuk bisnis online. Menurut Hunt dalam Wahdah (2016) *facebook* dianggap sebagai situs media sosial paling populer berdasarkan pengguna dan pengunjung situsnya. Menurut Horrigan dalam chairunnisa, (Wahdah, 2016) terdapat dua hal mendasar yang harus diamati untuk mengetahui intensitas penggunaan *facebook*, yakni tingkatan frekwensi dan juga lama penggunaan tiap kali membuka internet.

Tingakatan disini menggambarkan seberapa sering jejaring sosial facebook di pakai oleh seorang remaja untuk mengubah atau status dalam kurun waktu tertentu. Mencari informasi seseorang atau berkomunikasi dengan orang lain dengan suatu layanan tertentu (*chatting*) antar anggota *facebook*. Jadi dapat disimpulkan bahwa defenisi intensitas penggunaan media sosial facebook adalah

seberapa sering (tingkatannya) dan seberapa lama dalam menggunakan *facebook* dalam kurun waktu tertentu.

## 2. Aspek-Aspek Intensitas Penggunaan *Facebook*

Ajzen (dalam Frisnawati, 2012) mengemukakan bahwa aspek-aspek intensitas penggunaan internet adalah sebagai berikut:

### a. Perhatian

Merupakan ketertarikan individu terhadap objek tertentu yang menjadikan target perilaku.

### b. Penghayatan

Merupakan pemahaman dan penyerapan terhadap informasi sebagai pengetahuan yang baru bagi individu yang bersangkutan.

### c. Durasi

Merupakan kebutuhan individu dalam selang waktu tertentu untuk melakukan perilaku yang menjadi target (lamanya selang waktu dalam satuan jam).

### d. Frekuensi

Merupakan banyaknya pengulangan perilaku yang menjadi target (dalam kurun waktu satu hari)

Andrawati dan sarkanto (2005) menyatakan bahwa intensitas hanya mengacu pada dua aspek berikut:

- a. Frekuensi yang menyatakan satuan kurun waktu tertentu (per hari, .per minggu, per bulan)

- b. Durasi yang menyatakan satuan kurun waktu tertentu (per menit, atau per jam).

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan facebook adalah tingkat penggunaan facebook, mencakup berapa lama (durasi) dan sering (frekuensi) seseorang dalam menjalankan facebook dalam suatu rentan waktu tertentu. Tingkat penggunaan dinyatakan dalam jumlah jam akses per minggu, dimana durasi tiap kali akses dikumulasi sesuai frekuensi rata-rata penggunaan per minggu. Juga merupakan tingkat teori ini mempertimbangkan apa yang dilakukan orang pada media, yaitu menggunakan media untuk pemuas kebutuhan.

### 3. Unsur-unsur Intensitas pemakaian Facebook

Dari pengertian diatas dapat diambil beberapa unsur dalam intensitas ber facebook, yaitu:

- a. Mengetahui prihal *facebook (knowing)*, yaitu paham tentang facebook serta mengetahui bagaimana mengaktifkan facebook.
- b. Pemakaian fasilitas *facebook (application)*, adanya proses mengolah atau mengutak-atikfacebook, seperti mengaplikasikan fitur-fitur yang telah disediakan facebook.
- c. Tingkat keseringan/frekuensi individu (*frequency*), yaitu tingkat keseringan dalam mengaktifkan atau menggunakan facebook dalam jangka waktu tertentu.



Menurut Fishbein dan Ajze dalam Wahdah (2016), bahwa intensitas terdiri dari empat elemen yang membentuk perilaku yang diulang-ulang. Pemahaman terhadap apa yang dilakukannya, batasan waktu, dan adanya subjek. Sehingga apabila dijabarkan seperti berikut:

- a. Perilaku yang diulang-ulang dalam penelitian ini adalah menggunakan facebook yaitu menggunakan fitur-fitur yang disediakan.
- b. Pemahaman, yaitu mengerti dan paham akan jejaring sosial facebook.
- c. Batasan waktu dalam penelitian ini, peneliti memberikan batasan frekuensi dalam waktu sehari semalam
- d. Dan adanya subjek yaitu remaja MTs Nurul Ikhwan Tanjung Morawa.

Dari beberapa uraian diatas dapat disimpulkan bahwa unsur-unsur pemakaian facebook yaitu untuk mengetahui perihal facebook, fasilitas facebook, dan frekuensi penggunaan facebook.

#### **4. Dampak jejaring sosial media**

Akhir-akhir ini banyak dijumpai pemberitaan dimedia cetak dan elektronik yang memberitakan tentang penyalagunaan situs jejaring sosial. setidaknya ada beberapa dampak negative dari aitia jejaring sosial internet:

1. Membuat seseorang menjadi penyendiri dan susah bergaul
2. Kurangnya sosialisasi dengan lingkungan
3. Menghamburkan uang
4. Berkurangnya waktu belajar
5. Mengurangi waktu kinerja

6. Berkurangnya perhatian terhadap keluarga
7. Tergantikannya kehidupan sosial
8. Pornografi
9. Pemanfaatan untuk kegiatan negative

Dampak positif dari jejaring sosial internet adalah sebagai berikut:

1. Memperluas jaringan pertemanan, dengan situs jejaring sosial bisa mendapatkan teman-teman baru.
2. Cepat mendapatkan informasi terkini
3. Media refreshing
4. Tempat sarana diskusi, di situs jejaring sosial kita bisa bergabung dengan berbagai komunitas.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa dampak dari penggunaan jejaring media sosial ada dua jenis yaitu dampak positif dan dampak negative.

## **5. Waktu Penggunaan sosial media**

Mengenai waktu penggunaan sosial media ini, SWA-Mark Plus & Co (dalam Abrar, 2003 ) Berdasarkan temuannya pada 1.100 orang pengguna sosial media , menggolongkan tipe-tipe pengguna sosial media berdasarkan lama waktu yang digunakan , ialah sebagai berikut:

- a. Pengguna Berat (heavy users), yaitu individu yang menggunakan sosial media selama lebih dari 40 jam per bulan.

- b. Pengguna ringan ( light users), yaitu individu yang menggunakan sosial media lebih dari 10 jam perbulan.

Intensitas Penggunaan sosial media	Minggu	Bulan	Keterangan
Pengguna Berat	>10jam	40jam	Tinggi
Pengguna Ringan	<2,5jam	<10jam	Rendah

Menurut Horrigan (2000), terdapat dua hal mendasar yang harus diamati untuk mengetahui intensitas penggunaan internet seseorang, yakni frekuensi internet yang sering digunakan dan lama menggunakan tiap kali mengakses internet yang dilakukan oleh pengguna internet. Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa waktu penggunaan sosial media digolongkan berdasarkan lama waktu yang digunakan yaitu penggunaan berat, penggunaan sedan, dan penggunaan ringan.

### C. *Self-Control*

#### 1. *Pengertian Self-control*

Self-control adalah kemampuan untuk mengatur, membimbing dan mengarah prilakunya sendiri melalui pertimbangan yang baik meliputi control prilaku, control kognitif dan control pengambilan keputusan. Dalam Goldfied dan Merbaum dalam Wahdah (2016), *self-control* adalah proses dimana seorang individu menjadi pihak utama membentuk, mengarahkan dan mengatur prilaku yang akhirnya diarahkan pada konsekuensi positif.

Chaplin dalam Wahdah (2016), dikatakan bahwa *self-control* adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangikan impuls-impuls atau tingkah laku impulsif. Dalam Kartini Kartono (2000), *self-control* atau control diri adalah mengatur sendiri tingkah laku yang dimiliki. Kartini Kartono (2000), mengatakan bahwa *self-control* atau control diri adalah mengatur sendiri tingkah laku yang dimiliki. Hurlock (1983) mengatakan bahwa control diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Sedangkan Skinner (dalam Santrock, 2003) mengatakan bahwa control diri merupakan tindakan diri dalam mengontrol variabel-variabel luar yang menentukan tingkah laku. Tingkah laku itu sendiri dapat dikontrol melalui berbagai cara yaitu menghindari, penjenjuran, stimulus yang tidak disukai, dan memperkuat diri.

Messina & Messina dalam Gunarso (2009), menyatakan bahwa pengendalian diri adalah seperangkat tingkah laku yang berfokus pada keberhasilan mengubah diri pribadi, keberhasilan menangkalkan pengrusakan diri (*self-destructive*), perasaan mampu pada diri sendiri, perasaan mandiri (autonomy) atau bebas dari pengaruh orang lain, kebebasan menentukan tujuan, kemampuan untuk memisahkan perasaan dan pikiran rasional, serta seperangkat tingkah laku yang berfokus pada tanggung jawab pada diri sendiri. Gangestad dalam Wahdah (2016) mengatakan bahwa konsep mengenai control diri secara langsung sangat relevan untuk melihat hubungan antara pribadi dengan lingkungan masyarakat dalam mengatur kesan masyarakat yang sesuai dengan isyarat situasional dalam bersikap dan berpendirian yang efektif. Individu dengan control diri tinggi sangat

memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu cenderung akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat perilakunya lebih responsive terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar intraksi sosial, bersikap hangat dan terbuka.

Dari beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa *self-control* (pengendalian diri) adalah kemampuan individu untuk menggunakan kehendak atau keinginannya dalam membimbing tingkah laku sendiri dan menekan atau merintangai implus-implus atau tingkah laku implusif, yang dapat diarahkan pada konsekuensi positif.

## 2. Aspek – Aspek *Self Control*

Menurut Averill (dalam Sarafino, 1990), terdapat tiga jenis control diri, yaitu:

### a. *Behavioral Control* (control perilaku)

Berkaitan dengan kemampuan untuk mengambil tindakan yang kongkret untuk mengurangi dampak stressor. Tindakan tersebut mungkin dapat mengurangi intensitas peristiwa yang penuh dengan tekanan atau memperpendek jangka waktu. Menurut Averill (1973) dalam Sarafino (1990), *behavioral control* ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu: mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modification*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa



yang mengendalikan situasi atau keadaan dirinya sendiri atau sesuatu diluar dirinya.

Individu yang kemampuan mengontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan memodifikasi stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

*b. Cognitive control*

Merupakan kemampuan untuk menggunakan proses dan strategi yang sudah dipikirkan untuk mengubah pengatur stressor. Ini untuk memodifikasi akibat dari tekanan-tekanan. Strategi tersebut termasuk dalam hal yang berbeda atau terfokus pada kesenangan atau pemikiran yang netral atau membuat sensasi. Menurut Averill (1973) dalam Sarafino (1990), *cognitive control* terdiri dari atas 2 komponen, yaitu memperoleh informasi (*informasi gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

c. *Decisional control*

Merupakan kesempatan untuk memilih antara prosedur *alternative* atau cara bertindak. Menurut Averill (1973) dalam Sarafino (1990), *decisional control* merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. *Self control* dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan.

Bedasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa ada beberapa aspek-aspek yang ada dalam *self-control* yaitu *behavioral control*, *cognitive control*, dan *decisional control*.

### 3. Ciri- Ciri *Self Control*

Ciri-ciri control diri mengacu pada teori control diri Averill dalam Sarafino (1990) yaitu :

1. Kemampuan mengontrol perilaku, yaitu kemampuan untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi.
2. Kemampuan mengontrol stimulus, yaitu kemampuan untuk menghadapi stimulus yang tidak diinginkan dengan cara mencegah atau menjauhi sebagian stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum berakhir, dan membatasi intensitas stimulus.

3. Kemampuan mengantisipasi peristiwa, kemampuan untuk mengantisipasi keadaan melalui berbagai pertimbangan secara *relative obyektif*.
4. Kemampuan menafsirkan peristiwa, yaitu kemampuan untuk menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subyektif.
5. Kemampuan untuk mengambil keputusan, yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri yang ada dalam control diri meliputi kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan menafsirkan peristiwa, kemampuan mengantisipasi peristiwa, kemampuan mengambil keputusan

#### **4. Fungsi *Self-control***

Messina (Gunadarsa, 2009), menyatakan bahwa self-control memiliki beberapa fungsi, diantaranya:

- a. Membatasi individu kepada orang lain

Dengan adanya pengendalian diri, individu akan memberikan perhatian pada kebutuhan pribadinya pula., tidak hanya sekedar berfokus pada kebutuhan, kepentingan atau keinginan orang lain pada lingkungan. Perhatian yang terlalu banyak pada kebutuhan, kepentingan, atau keinginan kepada orang lain akan menyebabkan individu mengabaikan bahkan melupakan kebutuhan pribadinya.

b. Membatasi individu untuk bertingkah laku negative

Individu yang memiliki pengendalian diri akan terhindar dari berbagai tingkah laku negative. Pengendalian diri memiliki arti sebagai kemampuan individu untuk menahan dorongan atau keinginan untuk bertingkah laku (negative) yang tidak sesuai dengan norma sosial.

c. Membatasi keinginan individu untuk mengendalikan orang lain di sekitarnya,

Dengan adanya pengendalian diri, individu akan membatasi ruang bagi aspirasi orang lain supaya terkomodasi secara bersama-sama.

d. Membatasi individu untuk memenuhi kebutuhan hidup secara seimbang.

Individu yang memiliki pengendalian diri yang baik, akan berusaha memenuhi kebutuhan hidupnya dalam takaran yang sesuai dengan kebutuhan yang ingin dipenuhi. Dalam hal ini, pengendalian diri membantu individu untuk menyeimbangkan pemenuhan kebutuhan hidup.

## 5. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi *Self Control*

Self-control atau control diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, menurut Gufron dan Risnawati (2011) faktor-faktor yang mempengaruhi control diri secara garis besar diantaranya:

- a. Faktor eksternal diantaranya adalah lingkungan keluarga (Hurlock, 1980), dalam lingkungan keluarga terutama orang tua akan menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Bila orang tua menerapkan kepada anaknya disiplin secara intens sejak dini, dan orang tua bersikap konsisten

terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila dia menyimpang diri yang sudah ditetapkan, maka sikap konsistensi inilah yang akan diinternalisasi oleh anak dan kemudian akan menjadi control diri baginya.

- b. Faktor internal yang turut andil dalam kemampuan diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang maka semakin baik kemampuan mengontrol diri orang tersebut (Newman, dalam Verawati, 1992 dalam Wahdah, 2016). Faktor internal lainnya adalah kematangan, dan salah satu faktor yang mempengaruhi kematangan adalah kesadaran agama (Yusuf, dalam Wahdah, 2016). Kesadaran beragama dapat membawa seseorang untuk memiliki kematangan beragama. Individu yang memiliki kematangan beragama akan berperilaku hidup terkontrol dan terarah dalam menjalani kehidupannya.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi dalam pengendalian diri meliputi kemampuan faktor eksternal dan faktor internal.

#### **D. Perbedaan *Self-Control* Ditinjau dari Intensitas Penggunaan Media Sosial *Facebook* pada Remaja**

Remaja mengakses internet untuk memudahkan segala aktivitas di kehidupannya. Pemakaian internet diantaranya untuk sarana mencari data informasi, sarana hiburan melalui bermain *game online*, sarana komunikasi dengan menggunakan *media sosial*, bahkan untuk keperluan berbelanja dan berdagang banyak diantara mereka yang menggunakan *shopping* secara *online* di



internet. Fenomena yang terjadi pada remaja saat ini adalah remaja menjadi individu yang sibuk sendiri dengan *handphone* yang dimiliki untuk meng-*update* status atau memberi komentar walaupun remaja tersebut sedang berjalan bersama dengan teman-temannya. Para remaja tersebut rela menghabiskan waktunya untuk bermain internet dan memilih tidak bermain dengan temannya.

Saat ini sedang populer di Indonesia adalah facebook. Facebook telah menarik perhatian sebagian besar pengguna internet di Indonesia. Hal ini dibuktikan dengan jumlah pengguna yang sangat besar. Menurut lembaga riset Forester Research, kebanyakan pengguna facebook adalah mereka yang tergolong usia remaja (Kemenkominfo, 2014). Facebook memang situs jejaring sosial yang sudah menjadi bagian yang tidak bisa terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari bagi kebanyakan remaja. Tidak heran apabila pengguna facebook bisa 5-6 kali memperbaharui statusnya, bahkan ada yang lebih dari itu, sedangkan lamanya waktu yang dihabiskan untuk mengakses facebook dalam sehari ialah lebih dari 1,3 jam (kategori Heavy users menurut The Graphic, Visualization dan Utility Center di The Georgia Institute of Technology dalam Wahyuni & Harmaini, 2017)

Tingginya tingkat penggunaan facebook menyebabkan individu tidak bisa berjauhan dengan *handphone*. Seseorang melakukan suatu kegiatan dikarenakan ada dorongan dalam dirinya, dan kegiatan yang dilakukan secara terus menerus sering disebut intensif. Intensitas juga berhubungan dengan frekuensi, yaitu seberapa sering kegiatan tersebut dilakukan (Simatupang, dalam Wahyuni & Harmaini, 2017). Menurut Kaloh (dalam Ruhban, dalam Wahyuni & Harmaini,

2017) intensitas merupakan tingkat keseringan seseorang dalam melakukan suatu kegiatan tertentu yang didasari rasa senang dengan kegiatan yang dilakukan tersebut. Jadi perasaan senang dalam melakukan suatu kegiatan sangat mempengaruhi seseorang dalam melaksanakan suatu kegiatan dalam hal ini yaitu mengoperasikan facebook.

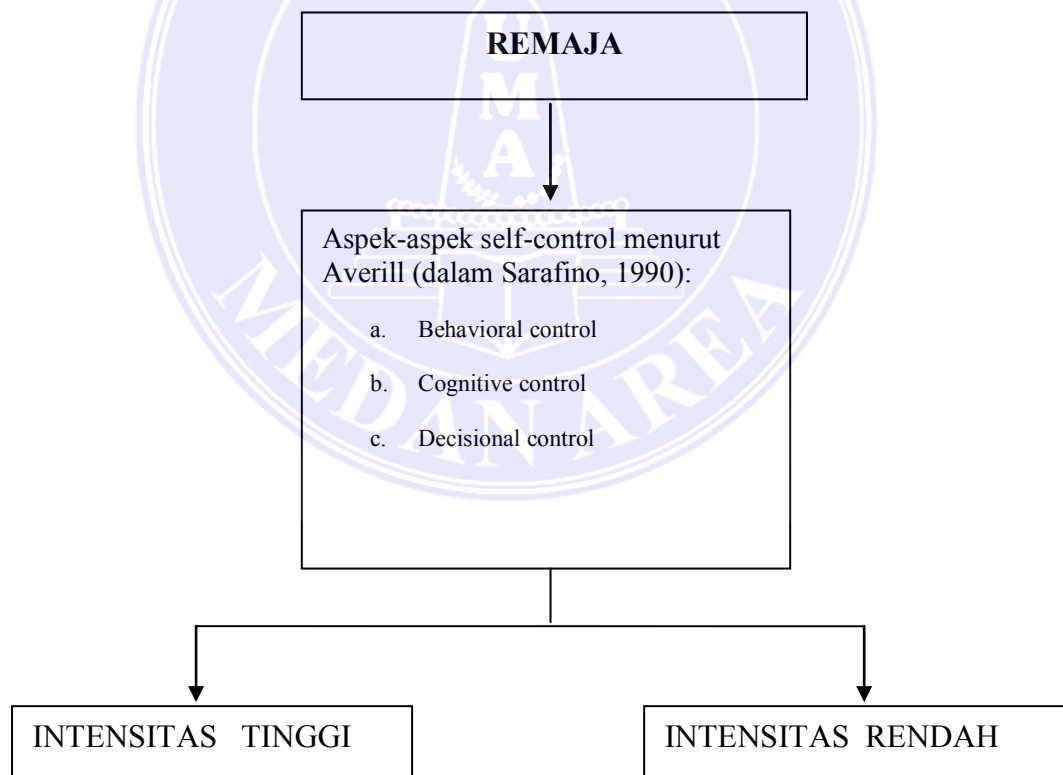
Intensitas penggunaan sosial media ini dapat disebabkan oleh banyak hal salah satu diantaranya yaitu kemampuan individu dalam mengontrol dirinya. Kontrol diri adalah unsur yang penting untuk dapat terlepas dari kecanduan tersebut. Papalia, Olds dan Feldman dalam Muna & Astuti (2015) menyebutkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menyesuaikan tingkah laku dengan apa yang dianggap diterima secara sosial oleh masyarakat. Sejalan dengan pendapat di atas Borba dalam Muna & Astuti (2015) yang mengatakan kontrol diri adalah kemampuan mengendalikan perasaan, pikiran dan tindakan agar dapat menahan dorongan dari dalam maupun luar sehingga seseorang mampu bertindak dengan benar.

Dari pendapat di atas menyimpulkan bahwa, intensitas penggunaan *facebook* tiap individu berbeda-beda tergantung bagaimana *self control* individu tersebut. Seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Muna & Astuti (2015) bahwa kecenderungan kecanduan media sosial berkaitan dengan kemampuan individu untuk melakukan pengendalian atas perilakunya atau kontrol diri. Baumeister dalam Muna & Astuti (2015) menyatakan bahwa individu yang mempunyai kontrol diri tinggi berkorelasi dengan adanya penyesuaian yang lebih

baik, lebih bisa mengatur emosi secara optimal, kurangnya patologi dan dapat menjalin hubungan dengan orang lain.

Berdasarkan uraian-uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa *self control* pada remaja yang intensitas penggunaan *facebook* tinggi dikategorikan rendah, sedangkan pada remaja yang intensitas penggunaan *facebook* nya rendah memiliki *self control* yang tinggi. Hal ini dikarenakan semakin baik individu dalam mengendalikan diri maka semakin rendah peluang individu tersebut dalam melakukan perilaku yang negatif.

#### E. Kerangka Konseptual



## F. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian diatas, maka dalam penelitian ini digunakan hipotesis “ Ada perbedaan intensitas penggunaan media sosial (*facebook*) antara remaja yang memiliki *self-control* tinggi dan remaja yang memiliki *self-control* yang rendah” Dengan asumsi bahwa remaja yang memiliki *self-control* tinggi maka intensitas penggunaan media sosial (*facebook*) akan lebih rendah, dan sebaliknya.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Tipe Penelitian

Tipe Penelitian ini adalah Penelitian Kuantitatif. Menurut (Sugiyono, 2015) metode kuantitatif dinamakan metode tradisional, karena metode ini sudah cukup lama digunakan sehingga sudah mentradisi sebagai metode penelitian. Metode ini disebut sebagai metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik. Model penelitian ini yaitu penelitian uji beda, yang mana tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat perbedaan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Untuk menguji hipotesis penelitian, terlebih dahulu diidentifikasi variabel-variabel yang menjadi pusat perhatian dalam penelitian ini. Adapun yang menjadi variabel dalam penelitian ini yaitu:

1. Variabel Bebas (X) : *Self-control*
2. Variabel Terikat (Y) : *Intensitas penggunaan facebook*



### C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Defenisi operasional penelitian merupakan batasan dari variabel-variabel yang secara konkrit berhubungan dengan realitas yang merupakan menifestasi dari hal-hal yang akan diamati dalam penelitian.

#### 1. *Self Control*

*Self-control* (pengendalian diri) adalah kemampuan individu untuk menggunakan kehendak atau keinginanya dalam membimbing tingkah laku sendiri dan menekan atau merintangangi implus-implus atau tingkah laku implusif, yang dapat diarahkan pada konsekuensi positif. Dalam mengukur *self control* peneliti mengukur berdasarkan aspek-aspek yang ada dalam *self-control* menurut Averill (dalam Sarafino, 1990), yaitu *behavioral control*, *cognitive control*, dan *decisional control*. Dimana semakin tinggi skor yang didapatkan oleh subjek maka semakin tinggi *self control*-nya, dan sebaliknya semakin rendah skor yang didapatkan oleh subjek maka semakin buruk *self control*-nya.

#### 2. Intensitas Penggunaan *Facebook*

Intensitas penggunaan media sosial facebook adalah seberapa sering (tingkatannya) dan seberapa lama dalam menggunakan untuk mengubah atau status dalam kurun waktu tertentu. Mencari informasi seseorang atau berkomunikasi dengan orang lain dengan suatu layanan tertentu (chatting) antar anggota facebook.

Intensitas penggunaan *facebook* diukur berdasarkan teori intensitas dari SWA-Mark Plus & Co (dalam Abrar, 2003 ) yang mengkategorikan penggunaan menjadi dua kategori yaitu “berat” dan “ringan”.

#### **D. Populasi dan Sampel Penelitian**

##### **1. Populasi**

Menurut Sugiyono (2015), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa MTs Nurul Ikhwan Tanjung Morawa yang berjumlah 264 siswa.

##### **2. Sampel**

Sedangkan sampel menurut Hadi (2004), adalah sebagian dari populasi atau wakil populasi yang diteliti dan sedikitnya memiliki sifat yang sama dan sampel ini yang akan dikenai langsung dalam penelitian. Penelitian ini menggunakan metode pengambilan sampel dengan teknik *Random Sampling*. Arikunto (2006) mengemukakan bahwa jika populasinya kurang dari 100 orang lebih baik diambil semuanya sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Tetapi jika jumlah subjeknya besar, dapat diambil antara 10-15% atau 20-25%, dengan demikian jumlah sample dalam penelitian ini adalah 53 siswa yang diambil dari 20% jumlah populasi.

## E. Teknik Pengumpulan Data

Alat ukur penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologis, dimana skala psikologis ini berbentuk angket yang berisi tentang pernyataan-pernyataan yang telah disiapkan dan disusun sedemikian rupa sehingga responden hanya tinggal memilih salah satu pilihan yang tersedia.

1. Bagian pertama berisi skala *self-control* yang diambil berdasarkan aspek-aspek *self-control: behavioral control, cognitive control, dan decisional control*. Dalam peneliti ini alat pengumpul data yang digunakan peneliti adalah skala likert. Untuk variabel self-control, peneliti digunakan skala likert yang menggunakan pertanyaan pendapat yang disajikan kepada responden yang memberikan tanda pada skala favorable adalah 4 sampai 1, sedangkan skala unfavorable adalah 1 sampai 4 sebagai alternative jawaban, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Untuk alternative jawaban ragu-ragu atau netral (R) tidak digunakan agar mengurangi pengaruh “kecenderungan sentral” dan mendorong responden untuk memutuskan sendiri apakah pasif atau negative (dalam Sevilla, 1993).
2. Bagian kedua berisi skala intensitas penggunaan internet. Bentuk alat ukur berupa skala multicois yang terdiri dari 10 item yang keseluruhannya berbentuk pernyataan favorable. Tidak ada item yang berbentuk unfavorable, sehingga tidak ada item yang diberi penilaian secara terbalik. Subjek diminta untuk memilih salah satu kategori jawaban yang mewakili dirinya yaitu

dengan cara meng *check list*. Pengkategorian pada batas tertinggi untuk skor jawaban tertinggi yaitu 1 dan yang terendah yaitu 0.

## F. Validitas dan Realibilitas

Suatu alat ukur diharapkan dapat memberikan informasi sesuai yang diinginkan, oleh karena itu harus memenuhi persyaratan tertentu, terutama syarat validitas dan reliabilitas alat ukur. Alasannya adalah kualitas alat ukur tersebut akan sangat menentukan baik tidaknya suatu hasil penelitian, haruslah memiliki syarat validitas dan reliabilitas sehingga alat tersebut tidak menyesatkan hasil pengukuran dari kesimpulan yang di dapat (Azwar, 1998).

### 1. Validitas

Defenisi validitas tes atau validitas alat ukur yang sudah klasik adalah sejauh mana alat tes itu mengukur apa yang dimaksud untuk di ukur (Suryabrata, 2000). Ukuran menunjukkan kevalidan atau kesahihan suatu intrumen, suatu intrumen yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi, sebaiknya instrument yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah.

Proses validitas dimaksudkan untuk mengetahui sejauh mana butir soal menjalankan fungsinya ukurannya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Secara singkat validitas mempunyai arti sejauh mana ketepatan ( mampu mengukur apa yang seharusnya diukur) dan kecermatan ( dapat memberikan gambaran mengenai perbedaan yang sekecil-kecilnya antar subjek yang satu dengan subjek yang lain ) alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya ( Azwar, 2002). Artinya, sejauh mana sekala itu

mampu mengukur atribut yang ia rancang untuk mengukurnya. Uji validitas dalam penelitian ini dengan menggunakan konsistensi internal.

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas dari suatu alat ukur diartikan sebagai konsistensi dari alat ukur yang pada prinsipnya menunjukkan hasil-hasil yang relative, tidak berbeda bila dilakukan pengukuran kembali pada subjek yang sama (Azwar, 1992). Pengukuran kedua angket dalam penelitian ini menggunakan teknik Analisis Validitas Hyot, dimana rumus nya sebagai berikut:

$$rtt = 1 - \frac{MK_1}{MK_2}$$

Keterangan :

Rtt = koefisien realibilitras alat ukur

MK1 = mean kuadrat interaksi antar aitem dengan subjek

MK2 = mean kuadrat antar subjek

I = bilangan koefisien

## G. Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis *Independent Sample - T Test* . Uji *T Test* digunakan untuk menguji hipotesis komperatif (uji perbedaan). karena pada penelitian ini memiliki tujuan ingin melihat perbedaan antara satu variable bebas self-control tinggi dan self-control rendah. Dengan rumus sebagai berikut :



$$t_{test} = \frac{\overline{XA_1} - \overline{XA_2}}{\sqrt{\left\{ \frac{X^2A_1 + X^2A_2}{NA_1 + NA_2 - 2} \right\} \left\{ \frac{1}{NA_1} + \frac{1}{NA_2} \right\}}}$$

Keterangan:

- $t_{test}$  : koefisien Self-Control  
 $\overline{X}$  : Rata-rata dari data Self-Control  
 $X^2$  : Jumlah kuadrat dari data Self-Control  
 $A_1$  : Kelompok pelajar Self-Control rendah  
 $A_2$  : Kelompok pelajar Self-Control tinggi  
 1 : Bilangan konstan  
 2 : Bilangan konstan untuk kelompok  
 N : Jumlah Subjek

Sebelum dilakukan analisis data dengan teknik analisis *Independent Sample - T Test*, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yang meliputi:

- a. Uji Normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
- b. Uji Homogenitas, uji ini digunakan untuk mengetahui apakah kedua kelompok memiliki tingkat varians data yang sama atau berbeda.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Bab ini membahas mengenai pelaksanaan penelitian berupa kenchah penelitian dan segala persiapan yang telah dilakukan, pelaksanaan penelitian, hasil perhitungan analisis data dan pembahasan.

#### **A. Gambaran Subjek Penelitian**

Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa MTs Nurul Ikhwan Tanjung Morawa. Subjek yang ikut serta dalam penelitian ini yaitu siswa MTs Nurul Ikhwan jumlah subjek yang terlibat dalam penelitian secara keseluruhan berjumlah 53 orang.

#### **B. Orientasi Kenchah dan Persiapan Penelitian**

##### **1. Orientasi Kenchah**

Penelitian ini dilaksanakan di dalam sekolah MTs Nurul Ikhwan yang beralamat JL. Dahlan Tanjung Morawa No 226 Medan. Pembangunan madrasah nurul ikhwan di bangun pada tahun 1979 dengan surat keterangan permohonan izin untuk mendirikan bangunan tersebut, yang mana tanah terletak di jalan H.A Dahlan Tanjung Morawa.

Pembangunan Madrasah Nurul Ikhwan berawal dari 3 (tiga) ruang, dan 1 (satu) kantor yang terletak di jalan H.A Dahlan Tanjung Moraw. Pada masing-masing ruang berukuran 9x8 M. Tahun 1984 di bangun ruang untuk MTs. (Madrasah Tsanawiyah) Nurul Ikhwan Tanjung Morawa sebanyak 6 (enam) ruang, hingga akhirnya bertambah menjadi 12 (dua belas) ruangan

siswa-siswi, 1 (satu) kantor, 1 (satu) ruangan guru dan 1 (satu) ruangan perpustakaan. Hingga sekarang ini.

Sekolah ini memiliki banyak guru sebanyak 25 guru yang menepati berbagai bagian di dalam sekolah tersebut. Dan sekolah MTs Nurul Ikhwan juga memiliki siswa sebanyak 1288 siswa, 107 pelajaran, dan 4 ekstrakurikuler.

## **2. Persiapan Penelitian**

Adapun yang menjadi persiapan penelitian meliputi:

### **a. Persiapan administrasi**

Sebelum melakukan penelitian ini, terlebih dahulu dilakukan persiapan-persiapan yang berkaitan dengan administrasi penelitian yaitu masalah perizinan yang meliputi pengambilan data uji coba alat ukur (skala) dan data penelitian dengan memberikan surat pengantar dari pihak fakultas psikologi kepada pihak kepala sekolah MTs Nurul Ikhwan di JL. Dahlan Tanjung Morawa No 226 Medan dengan nomor surat 164/FPSI/01.10/VIII/2018 tertanggal 14 Agustus 2018, selanjutnya peneliti melaksanakan penelitian setelah mendapatkan izin persetujuan dari pihak kepala sekolah MTs Nurul Ikhwan Tanjung Morawa. Setelah selesai melakukan pengambilan data, peneliti meminta surat bukti selesai pengambilan data dari pihak sekolah MTs Nurul Ikhwan Tanjung Morawa tertanggal 20 Agustus 2018.

## **b. Persiapan Alat Ukur**

Persiapan yang dimaksud adalah persiapan alat ukur yang nantinya digunakan. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala self-control dan skala intensitas penggunaan facebook.

### **1. Skala self-control**

Skala self-control disusun berdasarkan aspek-aspek yang diungkapkan oleh Averill (dalam Sarafino, 1990) yaitu: behavioral control, cognitive control, dan decisional control.

Penelitian skala ini berdasarkan format skala likert. Nilai skala setiap pernyataan diperoleh dari jawaban subjek yang menyatakan kesetujuan (favorable) dan tidak kesetujuan (unfavorable). Skala ini terdiri dari empat alternative jawaban yaitu nilai 4 untuk jawaban SS (sangat setuju, nilai 3 untuk jawaban S (setuju), nilai 2 untuk jawaban TS (tidak setuju), dan nilai 1 untuk jawaban STS (sangat tidak setuju). Sebaliknya penelitian yang diberikan setiap butir unfavorable yaitu nilai 1 untuk jawaban SS (sangat setuju, nilai 2 untuk jawaban S (setuju), nilai 3 untuk jawaban TS (tidak setuju), nilai 4 untuk jawaban STS (sangat tidak setuju),

**Tabel 1. Distribusi butir skala Aspek-Aspek Self-Control**

NO	Aspek self-control	Indikator	favorable	unfavorable	jumlah
1	Behavioral control	Kemampuan mengendalikan keadaan	1, 2, 14, 15	3, 4, 13, 21	8
2	Cognitive control	Kemampuan mempertimbangkan keadaan	8, 7, 16	6, 5	5
3	Decisional control	Kemampuan mengambil keputusan	9, 12, 20, 18	10, 11, 19, 17	8
	Total		11	10	21

## 2. Skala Intensitas Penggunaan Facebook

Skala intensitas penggunaan facebook disusun berdasarkan waktu penggunaan media sosial yang diungkapkan oleh SWA-Mark Plus & Co (dalam Abrar, 2003) yaitu: penggunaan berat dan penggunaan ringan.

Peneliti skala ini berdasarkan format skala likert yang terdiri dari 10 aitem yang keseluruhannya berbentuk pernyataan favorable. Tidak ada pernyataan yang berbentuk unfavorable, sehingga tidak ada aitem yang diberi penilaian terbalik. Subjek diminta untuk memilih salah satu kategori jawaban yang mewakili dirinya yaitu dengan cara meng checklist. Pengkategorian pada batas tertinggi diberi nilai 2 dan yang terendah diberi nilai 1.



**Tabel 2. Distribusi butir skala Intensitas Penggunaan Facebook**

<b>NO</b>	<b>Item</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Keterangan</b>
1	1	16	T
2	2	16	T
3	3	19	T
4	4	17	T
5	5	16	T
6	6	16	T
7	7	17	T
8	8	16	T
9	9	19	T
10	10	16	T
11	11	18	T
12	12	17	T
13	13	16	T
14	14	19	T
15	15	16	T
16	16	16	T
17	17	16	T
18	18	19	T
19	19	16	T
20	20	19	T
21	21	14	R
22	22	16	T
23	23	19	T
24	24	12	R
25	25	14	R
26	26	12	R
27	27	12	R
28	28	14	R
29	29	14	R
30	30	12	R
31	31	12	R
32	32	12	R
32	33	14	R
34	34	13	R
35	35	14	R
36	36	13	R
37	37	12	R
38	38	12	R
49	39	10	R
40	40	10	R
41	41	12	R
42	42	14	R

43	43	13	R
44	44	12	R
45	45	12	R
46	46	14	R
47	47	13	R
48	48	10	R
49	49	12	R
50	50	14	R
51	51	14	R
52	52	14	R
53	53	14	R

**KETERANGAN:**

T: tinggi

R: rendah

**C. Pelaksanaan Penelitian**

Pelaksanaan penelitian ini dimulai pada tanggal 14 Agustus 2018, sebelumnya penelitian membuat janji terlebih dahulu untuk membagikan skala kepada kepala sekolah MTs Nurul Ikhwan dan diberikan izin untuk menyebarkan skala kepada siswa-siswi MTs Nurul Ikhwan. Peneliti melaksanakan 1 kali penyebaran angket dimana dilaksanakan ketika jam pelajaran dimulai, karena kalau menyebarkan angket di waktu jam istirahat siswa-siswi nya akan sulit untuk di jumpai.

Peneliti tidak dapat menyebarkan angket sewaktu jam istirahat. Karena para siswa-siswi akan istirahat dan berpencar dengan ada yang pergi ke kantin, ke kamar mandi, dan ketempat lainnya. Sehingga peneliti melaksanakan penyebaran angket ketika jam pelajaran berlangsung. Dan wali kelas juga sudah mengingatkan terlebih dahulu kepada peneliti untuk tidak mengganggu jam istirahat para siswa-siswi. Setelah seluruh skala disebar ,

peneliti melakukan pemeriksaan semua sekala dengan utuh. Kemudian peneliti memeriksa kelengkapan pengisian guna menghindari jawaban yang kosong atau double. Selanjutnya data di skor dan ditabulasi untuk dianalisis.

Langkah-langkah penskoran untuk intensitas dan self-control dalam penelitian sebagai berikut:

1. Mengkoreksi jawaban tinggi rendahnya intensitas penggunaan facebook dari seluruh siswa-siswi di MTs Nurul Ikhwan.
2. Untuk mendapatkan nilai total setiap siswa-siswi pada variabel self-control ini adalah dengan memberikan nilai pada setiap pernyataan (favorable dan unfavorable) sesuai dengan nomor urut pernyataan. Selanjutnya nilai-nilai tersebut dijumlahkan yang kemudian didapat kan nilai total setiap orang untuk skala self-control.
3. Memasangkan setiap nilai total yang telah diperoleh berdasarkan nama atau inisial yang tertera pada angket. Data-data inilah yang menjadi induk penelitian.

#### **D. Analisis Data**

##### **1. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas**

Berdasarkan uji validitas dan reliabilitas alat ukur diketahui skala skala self-control dari 21 aitem, terdapat 3 aitem yang gugur atau yang memiliki skor validitas Correted item-Total Correlation (indeks daya beda  $x$ )  $< 0.3$  yaitu aitem nomor 2, 13, 14. Dan seluruh 18 aitem lainnya valid memiliki skor Correted Item- Total Correlation (indeks daya beda  $rx_y$ )  $\geq 0,3$ ; dengan skor bergerak dari  $r_{bt} = 0.308$  sampai  $r_{bt} = 0.673$ , dengan skor reliabilitas

(keandalan) CronbachAlpha 0.806, yang berarti skala self-control tergolong reliable.

**Table 3. distribusi butir skala *self-control* setelah diuji**

No	Aspek/Karakteristik	Favorable		Unfavorable		Jumlah
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Kemampuan mengendalikan keadaan	1,15	2, 14	3,4,21	13	8
2	Kemampuan mempertimbangkan keadaan	8,7,16	-	6,5	-	5
3	Kemampuan mengambil keputusan	9,12,18,20	-	10.11.17,19	-	8
	Total	9	2	9	1	21

## 2. Uji Asumsi

### a. Uji Normalitas

Adapun maksud dari uji normalitas sebaran ini adalah untuk membuktikan penyebaran data penelitian yang menjadi pusat setelah menyebarkan berdasarkan prinsip kurva normal. Uji normalitas sebaran dianalisis dengan menggunakan uji normalitas sebaran data penelitian menggunakan teknik *kolmogrovof-smirnov goodnees of fit test*. Untuk mengetahui variabel self-control apakah mengikuti sebaran normal yang berdistribusi sesuai dengan prinsip kurva normal atau tidak. Sebagai kriterianya untuk variabel self-control yang menggunakan skala likert. Apabila  $p > 0,05$  sebarannya dinyatakan normal, sebaliknya dinyatakan apabila  $p < 0,05$  sebaran nya dinyatakan tidak normal.

Tabel 4

## Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran

Variabel	RERATA	SB/SD	K-S	P	KETERANGAN
Self-control	50,06	6,449	0,621	0,835	Normal

Keterangan:

RERATA : nilai rata-rata

K-S : Koefisien Kolmogorov-Simon

SB : simpangan baku (standart defiasi)

P : Signifikasi

## b. Uji Homogenesis

Uji homogenesis varians dimaksud untuk mengetahui apakah subjek peneliti bersipat homogeny. Berdasarkan uji homogenesis varian diketahui bahwa subjek penelitian berasal dari sampel yang homogen. Sebagai kriterianya apabila nilai signifikan atau  $p > 0,05$  maka dinyatakan homogen dan apabila nilai signifikan atau  $p < 0,05$  dinyatakan tidak homogen.

Berikut ini merupakan tabel rangkuman hasil perhiytungan uji homogenitas varians.

Tabel 5

## Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Homogenitas Varians

Variabel	Uji Homogenitas	F	Sig	Keterangan
<i>Self-control</i>	Levense Test	3.402	0.071	Homogen



## 2. Uji Hipotesis

### a. Hasil Analisa T-Test

Berdasarkan hasil perhitungan dari analisis menggunakan T-Test, diketahui ada perbedaan self-control rendah dan self-control tinggi dengan intensitas penggunaan facebook. Hasil ini diketahui dengan melihat nilai atau koefisien perbedaan memiliki nilai signifikan  $0,003 < 0,050$ , hal ini berarti nilai signifikan yang diperoleh lebih kecil dari 0,050. Dengan demikian maka hipotesis yang berbunyi ada perbedaan self-control antara tinggi dan rendah dengan intensitas penggunaan facebook dinyatakan diterima. Hasil perhitungan T-Test dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 6**  
**Rangkuman Hasil Analisis T-Test**

ANOVA					
self control	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	.218	1	.218	.005	.003
Within Groups	2120.609	50	42.412		
Total	2120.827	51			

Keterangan :

- Antar A : Antar *Self-Control*  
 JK : Jumlah Kuadrat  
 Db : Derajat Kebebasan  
 F : Koefisien Perbedaan  
 Sig : Signifikasi

### c. Mean Hipotetik

Mean hipotetik untuk variabel self-control kelompok, jumlah butir yang valid adalah sebanyak 18 butir yang diformat dengan skala likert dalam 4

pilihan jawaban, maka mean hipotetiknya adalah :  $\{(18 \times 4) + (18 \times 1)\} : 2 = 45$

d. Mean Empirik

Berdasarkan analisis data, seperti yang terlihat dari deskriptif analisis t-test diketahui bahwa, self-control rendah mean empiriknya adalah 65.00 dan self-control tinggi mean empiriknya adalah 37.13.

e. Kriteria

Dalam upaya mengetahui self-control yang rendah dan tinggi, maka perlu dibandingkan antara mean/nilai rata-rata empiric dengan mean/ nilai rata-rata hipotetik dengan memperhatikan besarnya bilangan SD dari masing-masing. Self-control yang tinggi SD nya adalah 5.496, self-control yang rendah SD nya adalah 7.211.

Dari besarnya bilangan SD tersebut, maka untuk variable self-control, apabila mean/nilai rata-rata hipotetik < mean/ nilai rata-rata empiric, dimana mean/nilai rata-rata hipotetik ditambah SD dan nilai mean/nilai rata-rata empiric berada di atasnya maka self-control tergolong tinggi/baik. Apabila mean/nilai rata-rata hipotetik < lebih kecil mean/nilai rata-rata empiric, dimana mean/nilai rata-rata hipotetik ditambah atau dikurang SD dan nilai mean/nilai rata-rata empiric berada di antaranya maka self-control tergolong sedang. Apabila mean/nilai rata-rata hipotetik < mean/nilai rata-rata empiric, dimana mean/nilai rata-rata hipotetik dikurang SD dan nilai mean/nilai rata-rata empiric berada di bawahnya maka self-controlnya tergolong rendah/kurang baik.

Selanjutnya apabila mean/nilai rata-rata hipotetik > mean/nilai rata-rata empiric, dimana mean/nilai rata-rata hipotetik ditambah atau dikurang SD dan nilai mean/nilai rata-rata empiric berada diantaranya maka self-control tergolong sedang. Apabila mean/nilai rata-rata hipotetik > mean/nilai rata-rata empiric , dimana mean/nilai rata-rata hipotetik dikurang SD dan nilai mean/nilai rata-rata empiric berada dibawahnya maka self-control tergolong rendah/kurang baik. Gambaran selengkapnya mengenai perbandingan mean/nilai rata-rata hipotetik dan nilai mean/nilai rata-rata empiric dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 7

#### Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata Hipotetik dan Empirik

Variabel	SB/SD	Nilai rata-rata		Keterangan
		Hipotetik	Empiric	
Self-control rendah	7.211	45	65.00	Tinggi
self-control tinggi	5.496	45	37.13	Rendah

#### E. Pembahasan

Berdasarkan uji validitas dan uji realibilitas alat ukur diketahui skala self-control dari 21 aitem, terdapat 3 yang gugur memiliki skor *Corrected Item – Total Correlation* (indrks daya beda  $r_{xy}$ ) < 0,3, yaitu aitem nomor 2, 13, 14. Dan 18 aitem lainnya valid memiliki skor *Correted Item-Total Correlation* (indeks daya beda  $r_{xy}$ )  $\geq$  0,3; dengan skor bergerak dari  $r_{bt} = 0,308$  sampai  $r_{bt} = 0,673$ , dengan skor reabilitas (keandalan) *CronbachAlpha* 0,806, yang berarti skala self-control tergolong reliable.

Hasil uji normalitas sebaran dianalisis dengan menggunakan uji normalitas sebaran data penelitian menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov Goodness Of Fit Test*. Untuk mengetahui variabel self-control apakah mengikuti sebaran normal yang berdistribusi sesuai dengan prinsip kurva normal atau tidak. Sebagai kriterianya untuk variabel self-control yang menggunakan skala likert. Apabila  $p > 0,05$  sebarannya dinyatakan normal, sebaliknya dinyatakan apabila  $p < 0,05$  sebarannya dinyatakan tidak normal.

Uji homogenitas varians dimaksud untuk mengetahui apakah subjek peneliti bersifat homogen. Berdasarkan uji homogenitas varians diketahui bahwa subjek penelitian berasal dari sampel yang homogen. Sebagai kriterianya apabila nilai signifikan atau  $p > 0,05$  maka dinyatakan homogen dan apabila nilai signifikan atau  $p < 0,05$  dinyatakan tidak homogen.

Berikut ini merupakan tabel rangkuman hasil perhitungan uji homogenitas varians.

Hasil perhitungan dari analisis menggunakan T-Test, diketahui ada perbedaan self-control rendah dan self-control tinggi dengan intensitas penggunaan facebook. Hasil ini diketahui dengan melihat nilai atau koefisien perbedaan memiliki nilai signifikan  $0,003 < 0,050$ , hal ini berarti nilai signifikan yang diperoleh lebih kecil dari 0,050. Dengan demikian maka hipotesis yang berbunyi ada perbedaan self-control antara tinggi dan rendah dengan intensitas penggunaan facebook dinyatakan diterima. Hasil perhitungan T-Test dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Kaloh (dalam Ruhban, 2013 dalam Wahyuni & Harmaini, 2017) intensitas merupakan tingkat keseringan seseorang dalam melakukan suatu kegiatan tertentu yang didasari rasa senang dengan kegiatan yang dilakukan tersebut. Jadi perasaan senang dalam melakukan suatu kegiatan sangat mempengaruhi seseorang dalam melaksanakan suatu kegiatan dalam hal ini yaitu mengoprasikan facebook. Selanjutnya Simatupang (dalam, Wahdah, 2016) seseorang melakukan suatu kegiatan dikarenakan ada dorongan dalam dirinya, dan kegiatan yang dilakukan secara terus menerus sering disebut intensif. Intensitas juga berhubungan dengan frekwensi, yaitu seberapa sering kegiatan tersebut dilakukan. Berdasarkan beberapa uraian diatas dapat disimpulkan bahwa intensitas merupakan tingkat keseringan seseorang melakukan suatu kegiatan tertentu dikarenakan suatu dorongan dari dalam dirinya dan kegiatan tersebut dilakukan secara terus menerus. Maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan *self-control* ditinjau dari intensitas penggunaan *facebook*.

Hasil penelitian lain jugak sependapat dengan Borba, Muna, dan Astuti (2015) yang mengatakan *self-control* adalah kemampuan mengendalikan perasaan, pikiran dan tindakan agar dapat menahan dorongan dari dalam maupun luar sehingga seseorang mampu bertindak dengan benar. Salah satu yang mempengaruhi intensitas penggunaan *facebook* tiap individu berbeda-beda tergantung bagaimana *self-control* individu tersebut. Boumeister (2007) juga menyatakan pendapat bahwa individu yang mempunyai control diri tinggi berkorelasi dengan adanya penyesuaian yang lebih baik.



Hasil Hiopotetik untuk variabel aself-control kelompok, jumlah butir yang valid adalah sebanyak 18 butir yang diformat dengan skala likert dalam 4 pilihan jawaban, maka mean hipotetiknya adalah :  $\{(18 \times 4) + (18 \times 1)\} : 2 = 45$ . Sedangkan mean empirik seperti yang terlihat dari deskriptif analisis t-test, diketahui bahwa, self-control rendah mean empiriknya adalah 65.00 dan self-control tinggi mean empiriknya adalah 37.13.

Dalam upaya mengetahui self-control yang rendah dan tinggi, maka perlu dibandingkan antara mean/nilai rata-rata empiric dengan mean/ nilai rata-rata hipotetik dengan memperhatikan besarnya bilangan SD dari masing-masing. Self-control yang tinggi SD nya adalah 5.496, self-control yang rendah SD nya adalah 7.211. dalam penelitian ini, self-control dinyatakan baik. Hasil ini diketahui dengan melihat dengan perbandingan nilai rata-rata empirik dengan nilai rata-rata hipotetik.

Hal ini sesuai dengan kenyataan yang terlihat ditempat penelitian, dimana sebagian besar remaja yang *self-control* nya rendah kualitas penggunaan *facebook* nya tinggi, sedangkan remaja yang *self-control* nya tinggi kualitas penggunaan *facebook* nya rendah.

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

Pada uraian ini akan diuraikan simpulan dan saran-saran sehubungan dengan hasil yang diperoleh peneliti ini pada bagian pertama akan dijabarkan simpulan dan penelitian ini dan pada bagian berikutnya akan dikemukakan saran-saran yang mungkin dapat digunakan bagi para pihak terkait.

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dari pembahasan maka hal-hal yang dapat peneliti simpulkan sebagai berikut.

1. Berdasarkan hasil perhitungan dari analisis menggunakan t-test/independent sample test, diketahui ada perbedaan self-control tinggi dan self-control rendah dengan intensitas penggunaan facebook. Hasil ini diketahui dengan melihat  $0,003 < 0,050$ , hal ini berarti signifikan yang diperoleh lebih kecil dari 0.050. dengan demikian maka hipotesis yang berbunyi pada perbedaan self-control rendah dan self-control tinggi dengan intensitas penggunaan facebook dinyatakan diterima.
2. Mean hipotetik untuk variabel self-control dengan intensitas penggunaan facebook, jumlah butir yang valid adalah sebanyak 18 butir diformat dengan skala likert dalam 4 pilihan jawaban, maka mean hipotetiknya adalah  $\{(18 \times 4) + (18 \times 1)\} : 2 = 45$
3. Mean empirik seperti yang terlihat dari deskriptif analisis t-test, diketahui bahwa, self-control rendah mean empiriknya adalah 65.00 dan self-control tinggi mean empiriknya adalah 37.13.

4. Dengan hasil penelitian maka ada perbedaan self-control rendah dan tinggi dengan intensitas penggunaan facebook, dinyatakan diterima. Hasil perhitungan analisis t-test dapat dilihat pada tabel berikut ini.

## **B. Saran**

Berdasarkan dengan kesimpulan diatas maka berikut dapat diberikan beberapa saran diantaranya:

1. Bagi pihak sekolah

Bagi pihak sekolah lebih meningkatkan kedisiplinan dalam membawa hp kesekolah, agar siswa lebih berfokus kepada pelajaran nya. Sehingga dalam belajar mengajar dapat berlangsung dengan baik.

2. Bagi pihak peneliti selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya agar tertarik untuk meneliti perbedaan self-control ditinjau dari intensitas penggunaan facebook sebaiknya mengaitkan dengan variabel lain yang mempengaruhi self-controlnya itu sendiri.

## DAFTAR PUSTAKA

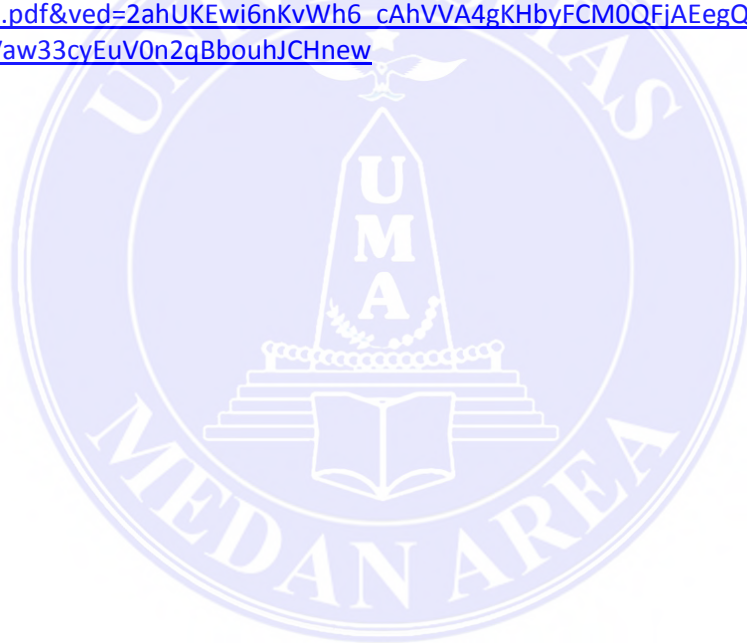
- Abrar (2003). *Teknologi komunikasi perspektif ilmu komunikasi*. Yogyakarta: LESFI.
- Averill (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*. Vol. 80, No. 4, 286-303
- Ardilasari, Noratika. 2016. Hubungan *Self Control* Dengan Perilaku *Cyberloafing* Pada Pegawai Negeri Sipil. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. (2014). *Reliabilitas dan Validitas : edisi 4*. Yogyakarta: pustaka Pelajar.
- Chairunnisa. (2010). Hubungan intensitas mengakses facebook dengan motivasi belajar siswa MAN 13 Jakarta. (Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah) <http://repository.uinjkt.ac.id/> . diakses 27 februari 2018.
- Chalhoun, J.F & Accocella, J.R (1990). *Psychology of adjustment and human relationship*. Psikologi tentang penyesuaian dan hubungan kemanusiaan. R.S. Satmoko (terjemahan). Edisi ketiga. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Chaplin, J.P (2006). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo
- Chaplin (2008). *peran internet dalam dunia pendidikan*. Diambil tanggal 30 November 2017 dari <http://chaplin.blogdetik.com/2008/08/02/peran-dalam-dunia-pendidikan/>
- Gunadarsa, SD (2009). *Dari anak sampai usia lanjut*. Jakarta: BPK Gunung Mulia
- Ghufron (2004). Hubungan control diri dan persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua dengan prokrastinasi akademi. *Tabula Rasa*. Nomor 1, volume 2, april 2004.
- Ghufron, M.N, & Risnawawati, R. (2011). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta : Ar-Ruz Media.
- Golfried, M R & Merbaum, M (1973). *Behavior change through self-control*. New York: Holt, Rinehart and Winston, Inc.
- Hurlock, E.B. 1980. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan edisi ke lima*, Jakarta: Erlangga.

- Kartono, DR Kartini. (2000). *Kamus psikologi*. Bandung: CV. Pionir Jaya.
- Kelinger, FN (2006). *Foundation of behavioral research*. Asas-asas penelitian Behavioral. Landung. R Simatupang (Terjemahan). Edisi ketiga. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Muna, Fauzul Resti dan Astuti, Puji Tri. 2010. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Akhir. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Online*. Diakses pada 10 juli 2018 di [https://www.google.co.id/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://media.neliti.com/media/publications/64372-ID-hubungan-antara-kontrol-diri-dengan-kece.pdf&ved=0ahUKEwi6nKvWh6\\_cAhVVA4gKHbyFCM0QFghSMAG&usg=AOvVaw3id7Cktx6m1vZ3xlpXkGiQ](https://www.google.co.id/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://media.neliti.com/media/publications/64372-ID-hubungan-antara-kontrol-diri-dengan-kece.pdf&ved=0ahUKEwi6nKvWh6_cAhVVA4gKHbyFCM0QFghSMAG&usg=AOvVaw3id7Cktx6m1vZ3xlpXkGiQ)
- Rachdianti, Yuniar. (2011). Hubungan Antara Self-control dengan Intensitas penggunaan Internet Pada remaja. Skripsi. Jakarta: Fakultas Psikologi Non Reguler Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Sari, Rifka. (2010). *Hubungan Kontrol Diri dengan Kecanduan Internet pada Anak Remaja Pengguna Facebook*. Skripsi (tidak diterbitkan). Medan : Fakultas Psikologi Universitas Sumatra Utara
- Santrock, J. W,dkk. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*, Jakarta: Erlangga
- Sevilla, CG (1993). *An introduction to research methods*. Pengantar metode Penelitian. Alimuddin Tuwu (Terjemahan). Universitas Indonesia: UI-pres
- Simatupang , T.M. (2011). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial (Facebook) Dengan Hjarga Diri (Self-Esstem) Pada Siswa SMK Negeri 1 Merangin-Jambi Tahun 2011. (Skripsi Universitas Andalas). <http://repository.unand.ac.id>. Diunduh pada 28 februari 2018.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, RnD*. Bandung: IKAPI.
- Permana, Revita. (2012). *“Hubungan Antara Intensitas Bermain Game Online Dengan Kompetensi Sosial pada Remaja SMA”*. Jakarta: Universitas Gunadarma
- Pramudawardani, Andisyia Putri. (2016). *“Pengaruh Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Facebook dan Twitter Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Pendidikan IPS”*. Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Yogyakarta

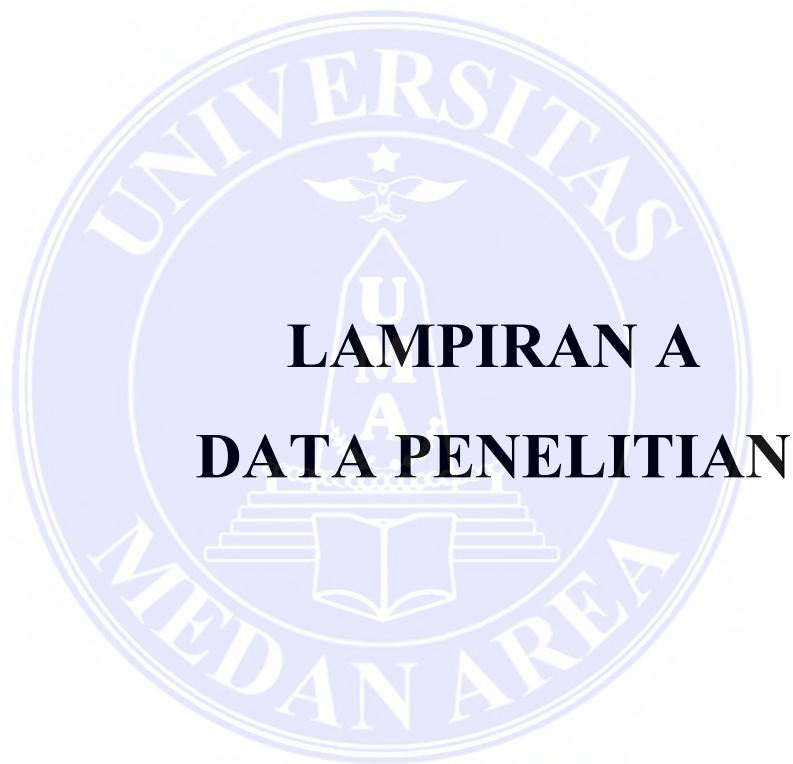


Wahyuni, Ria & Harmaini. 2017. Hubungan Intensitas Menggunakan Facebook Dengan Kecenderungan Nomophobia pada Remaja. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. *Jurnal Psikologi online*. Vol 13 No. 1. Di akses pada tanggal 30 Juli 2018 di [https://www.google.co.id/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://media.neliti.com/media/publications/127648-ID-hubungan-intensitas-menggunakan-facebook.pdf&ved=0ahUKEwi6nKvWh6\\_cAhVVA4gKHbyFCMOQFghMMAC&usg=AOvVaw0LPjYJILVok7yv0VpZEL\\_i](https://www.google.co.id/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://media.neliti.com/media/publications/127648-ID-hubungan-intensitas-menggunakan-facebook.pdf&ved=0ahUKEwi6nKvWh6_cAhVVA4gKHbyFCMOQFghMMAC&usg=AOvVaw0LPjYJILVok7yv0VpZEL_i)

Wahdah, Izzati Nailun. 2016. Hubungan Kontrol Diri Dan Pengungkapan Diri Dengan Intensitas Penggunaan Facebook Pada Siswa SMP Sunan Giri Malang. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi Online. Di Akses pada tanggal 30 Juli 2018 di [https://www.google.co.id/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://eprints.umm.ac.id/34396/1/jiptummpp-gdl-noratikaar-44168-1-noratika-1.pdf&ved=2ahUKEwi6nKvWh6\\_cAhVVA4gKHbyFCMOQFjAEgQIAxAB&usg=AOvVaw33cyEuV0n2qBbouhJCHnew](https://www.google.co.id/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://eprints.umm.ac.id/34396/1/jiptummpp-gdl-noratikaar-44168-1-noratika-1.pdf&ved=2ahUKEwi6nKvWh6_cAhVVA4gKHbyFCMOQFjAEgQIAxAB&usg=AOvVaw33cyEuV0n2qBbouhJCHnew)







INTENSITAS FACEBOOK											
NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Jumlah
1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	15
2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	16
3	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	16
4	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	17
5	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	16
6	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	16
7	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	16
8	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	16
9	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	18
10	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	16
11	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	16
12	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	18
13	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20
14	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	16
15	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	18
16	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	17
17	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	14
18	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	15
19	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	16
20	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	18
21	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	14
22	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	16
23	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	16
24	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	15
25	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	13
26	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	15
27	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	16
28	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	12
29	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	14
30	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	14
31	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	12
32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
33	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	12
34	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	11
35	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	18
36	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	14
37	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	12
38	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
39	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	14

40	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
41	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	11
42	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	14
43	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	14
44	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	12
45	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	13
46	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	12
47	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	12
48	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	12
49	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
50	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	13
51	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	14
52	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	11
53	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	13

**KETERANGAN**  
**TINGGI**  
**RENDAH**

**:**  
**: 15-20**  
**: 10-15**

Data Self-Control																							
NO	Aitem																					Jumlah	Intensitas
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21		
1	4	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	73	2
2	4	3	1	2	1	2	4	3	4	1	3	4	1	2	3	4	3	4	2	2	2	55	2
3	4	3	1	2	1	2	4	4	4	2	4	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	62	2
4	4	4	2	2	1	4	3	3	1	2	3	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	58	2
5	4	3	4	2	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	53	2
6	3	3	3	2	3	1	4	3	3	3	3	4	2	4	3	4	2	3	4	3	3	63	2
7	4	2	2	2	3	1	4	4	4	3	3	3	2	1	3	2	4	3	4	4	2	60	2
8	3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	57	2
9	3	2	1	2	2	2	3	3	3	2	2	4	2	4	4	4	4	4	2	3	2	58	2
10	4	3	2	4	2	1	3	2	2	4	3	4	1	1	4	2	4	4	1	3	2	56	2
11	3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	57	2
12	4	1	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	61	2
13	3	2	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	62	2
14	3	2	3	2	2	2	3	3	4	3	3	4	2	2	3	4	3	3	2	3	2	58	2
15	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	1	2	2	2	2	3	50	2
16	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	4	3	3	63	2
17	3	3	3	2	3	2	2	4	2	2	2	3	2	3	2	3	1	2	2	2	2	50	2
18	2	3	2	2	2	1	3	4	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	4	3	2	56	2
19	4	4	1	2	1	2	4	4	4	2	4	3	3	3	2	2	4	4	3	3	3	62	2
20	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	1	1	3	4	3	3	4	4	3	69	2
21	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	4	3	2	1	1	3	3	3	3	2	2	52	1
22	2	3	2	2	2	1	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	53	2
23	4	3	1	2	1	1	3	3	4	2	3	4	1	3	2	1	2	2	1	4	2	49	2
24	4	3	3	1	1	3	3	4	4	3	3	1	1	3	3	4	4	2	4	3	1	58	1
25	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	4	4	3	2	3	2	1	1	3	2	54	1
26	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	75	1
27	3	3	3	3	2	1	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	61	2
28	2	2	2	2	2	1	3	3	4	3	2	3	2	2	3	4	4	3	3	3	3	56	1
29	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	55	1
30	4	4	3	3	4	2	2	1	3	3	4	2	3	1	3	3	3	1	3	2	1	55	1
31	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	4	1	3	4	55	1

32	3	3	1	4	4	1	4	4	4	4	3	4	1	1	3	3	3	3	3	3	3	62	1
33	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	65	1
34	4	4	1	1	1	4	4	4	4	4	3	4	1	1	4	3	2	3	2	3	2	59	1
35	4	3	3	2	2	1	1	3	2	3	2	2	4	3	2	3	3	2	1	3	1	50	1
36	3	3	3	3	1	2	3	4	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	54	1
37	3	4	2	2	1	1	3	2	1	2	1	3	1	4	3	2	1	3	2	4	2	47	1
38	4	3	2	2	4	1	4	3	2	2	3	3	2	1	4	3	2	3	2	4	2	56	1
39	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	4	4	3	3	4	3	3	64	1
40	3	4	2	3	2	1	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	68	1
41	3	2	2	2	2	2	3	3	4	4	2	3	1	1	3	3	2	3	2	4	2	53	1
42	3	2	2	3	3	2	3	4	4	4	1	4	1	1	4	4	4	4	4	4	3	64	1
43	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	62	1
44	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	57	1
45	4	3	3	4	4	2	4	2	2	4	4	1	4	1	3	3	3	3	4	3	3	64	1
46	4	2	2	4	1	1	3	4	3	4	3	1	1	4	1	4	2	1	1	3	2	51	1
47	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	52	1
48	4	4	3	4	3	2	4	3	3	4	3	4	1	1	4	3	3	4	3	1	3	64	1
49	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	4	4	1	1	4	3	4	4	4	4	4	69	1
50	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	50	1
51	3	3	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	72	1
52	4	4	2	2	3	1	1	3	4	2	2	2	2	4	3	2	2	1	2	3	3	52	1
53	4	3	3	3	4	1	4	3	4	4	4	3	2	1	4	3	4	3	4	3	4	68	1

keterangan:

Tinggi : 2

Rendah : 1



**LAMPIRAN B**  
**UJI VALIDITAS DAN UJI**  
**REALIBILITAS**



Handani mira hasil

## Reliability

### Scale: self control

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	53	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	0.0
	Total	53	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.806	21

#### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
sk1	3.3654	.59504	53
sk2	2.8462	.75107	53
sk3	2.4038	.79852	53
sk4	2.6923	.82933	53
sk5	2.5385	.97943	53
sk6	1.7500	.73764	53
sk7	3.0769	.76302	53
sk8	3.0962	.69338	53
sk9	3.0385	.90665	53
sk10	2.9808	.77940	53
sk11	2.8269	.85683	53
sk12	3.0962	.79852	53

sk13	2.3462	.98786	53
sk14	2.2692	1.06854	53
sk15	3.0385	.79117	53
sk16	3.1346	.81719	53
sk17	2.9038	.84621	53
sk18	2.9423	.82637	53
sk19	2.7115	.97692	53
sk20	2.9808	.72735	53
sk21	2.6346	.74172	53

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
sk1	55.3077	43.080	.391	.808
sk2	55.8269	45.362	-.176	.830
sk3	56.2692	41.299	.315	.800
sk4	55.9808	40.215	.308	.892
sk5	56.1346	38.001	.429	.879
sk6	56.9231	42.504	.314	.808
sk7	55.5962	38.951	.484	.878
sk8	55.5769	41.896	.397	.802
sk9	55.6346	39.099	.373	.886
sk10	55.6923	39.237	.441	.881
sk11	55.8462	40.721	.346	.898
sk12	55.5769	41.033	.342	.898
sk13	56.3269	43.362	-.015	.825
sk14	56.4038	48.755	-.385	.865
sk15	55.6346	39.060	.451	.880
sk16	55.5385	40.018	.335	.890
sk17	55.7692	37.318	.591	.865
sk18	55.7308	38.906	.442	.880
sk19	55.9615	35.371	.673	.851
sk20	55.6923	40.570	.329	.891

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
sk1	55.3077	43.080	.391	.808
sk2	55.8269	45.362	-.176	.830
sk3	56.2692	41.299	.315	.800
sk4	55.9808	40.215	.308	.892
sk5	56.1346	38.001	.429	.879
sk6	56.9231	42.504	.314	.808
sk7	55.5962	38.951	.484	.878
sk8	55.5769	41.896	.397	.802
sk9	55.6346	39.099	.373	.886
sk10	55.6923	39.237	.441	.881
sk11	55.8462	40.721	.346	.898
sk12	55.5769	41.033	.342	.898
sk13	56.3269	43.362	-.015	.825
sk14	56.4038	48.755	-.385	.865
sk15	55.6346	39.060	.451	.880
sk16	55.5385	40.018	.335	.890
sk17	55.7692	37.318	.591	.865
sk18	55.7308	38.906	.442	.880
sk19	55.9615	35.371	.673	.851
sk20	55.6923	40.570	.329	.891
sk21	56.0385	38.469	.557	.872

45



## NPar Tests

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		self control
N		53
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	50.06
	Std. Deviation	6.449
Most Extreme Differences	Absolute	.086
	Positive	.086
	Negative	-.061
Kolmogorov-Smirnov Z		.621
Asymp. Sig. (2-tailed)		.835
a. Test distribution is Normal.		

## Oneway

### Descriptives

self control

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
rendah	29	65.00	7.211	1.339	47.26	52.74	38	66
tinggi	24	37.13	5.496	1.146	47.75	52.51	41	63
Total	53	50.06	6.449	.894	48.26	51.85	38	66



### Test of Homogeneity of Variances

self control

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3.402	2	50	.071

### ANOVA

self control					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	.218	1	.218	.005	.003
Within Groups	2120.609	50	42.412		
Total	2120.827	51			



## PETUNJUK PENGISIAN

Dibawah ini terdapat beberapa pertanyaan. Baca dan pahami lah setiap pertanyaan dengan baik. Berilah (X) pada setiap pertanyaan. Tidak ada jawaban yang dianggap salah, semua jawaban adalah benar.,

1. Dalam 1 minggu, saya bermain *facebook* sebanyak ?
  - a. >10 kali
  - b. <3 kali
2. Dalam 1 minggu, waktu yang saya gunakan untuk bermain *facebook* ?
  - a. >10 jam
  - b. <2,5 jam
3. Dalam 1 minggu, berapa kali anda mengunggah foto ke *facebook* ?
  - a. >10 kali
  - b. <3 kali
4. Dalam 1 minggu, waktu yang saya gunakan untuk mengunggah *facebook* ?
  - a. >10 jam
  - b. <2,5 jam
5. Pada saat jam istirahat berlangsung berapa kali anda membuka *facebook*?
  - a. >10 kali
  - b. <3 kali
6. Pada waktu istirahat, waktu yang saya gunakan untuk membuka *facebook*?
  - a. >10 jam
  - b. <2,5 jam
7. Dalam 1 minggu, saya chatting di *facebook* sebanyak?
  - a. >10 kali
  - b. <3 kali
8. Dalam 1 minggu, waktu yang saya gunakan ketika chatting di *facebook*?
  - a. >10 jam
  - b. <2,5 jam

9. Dalam 1 minggu, saya menggunakan *facebook* untuk mencari teman baru sebanyak?
- >10 kali
  - <3 kali
10. Dalam 1 minggu, waktu yang saya gunakan untuk mencari teman baru di *facebook* sebanyak?
- >10 jam
  - <2,5 jam



### Identitas Responden

Nama:

Kelas:

Usia:

Jenis Kelamin:

### PETUNJUK PENGISIAN

Dibawah ini terdapat beberapa pernyataan. Baca dan pahami setiap pernyataan dengan baik. Berilah ceklist (✓) pada setiap pernyataan yang paling sesuai dengan diri anda. Tidak ada jawaban yang di anggap salah, semua jawaban adalah benar.

Contoh :

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya suka bermain facebook		✓		
2	Saya tida suka bermain facebook				

Adapun pilihan jawaban tersebut adalah

SS : Sangat setuju

S : Setuju

TS : Tidak setuju

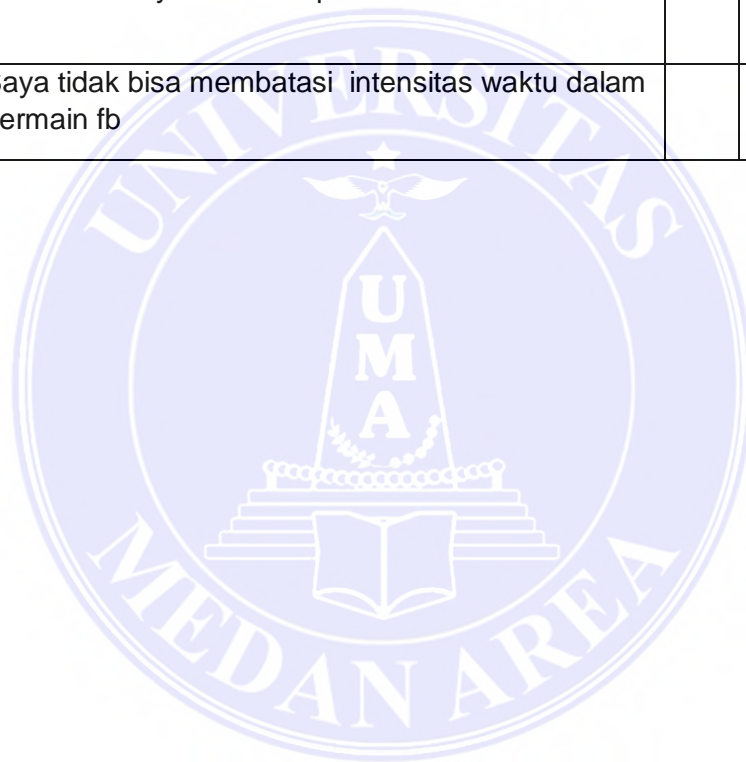
STS : Sanga tidak setuju

### SKALA A

NO	Peyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya hanya membuka fb disaat lagi santai saja				
2	Terkadang saya bisa tidak membuka fb dalam sehari				
3	selalu membuka fb dimana pun saya berada				
4	Dalam satu hari itu saya tidak bisa kalau tidak membuka fb				
5	Saya sulit menahan diri ketika sedang bermain fb				
6	Saya sering menggunakan fb untuk mencari teman baru				
7	Saya bisa membagi waktu ketika sedang bermain fb				
8	Saya menmggunakan fb hanya untuk mencari informasi				
9	Saya lebih memilih untuk membaca buku dari pada membuka fb				
10	Saya tidak bisa belajar kalau tidak membuka fb				
11	Saya lebih suka membuka fb dari pada membaca buku				
12	Saya bisa menunda membuka fb disaat lagi belajar				
13	Saya tidak pernah menyisihkan uang jajan untuk bermain fb diwarnet				
14	Saya selalu menyisihkan uang jajan untuk bermain fb di warnet				
15	Saya membatasi intensitas waktu dalam bermain fb				



16	Menurut saya, bermain fb dapat menghilangkan stress				
17	Dari pada mengerjakan tugas , saya lebih senang bermain fb				
18	Saya lebih memilih mengerjakan tugas ketimbang bermain fb				
19	Saya rela mengorbankan waktu tidur demi chat dengan teman di fb				
20	Lebih baik saya tidur dari pada bermain fb				
21	Saya tidak bisa membatasi intensitas waktu dalam bermain fb				





# **SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

# UNIVERSITAS MEDAN AREA

## FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
 Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
 Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ\_medanarea@uma.ac.id

Noor : (61) /FPSI/01.10/VIII/2018

Medan, 14 Agustus 2018

Piripiran : -

: Pengambilan Data

**Kepala Sekolah MTs Nurul Ikhwan  
 ablan Tanjung Morawa No. 226,  
 Medan, Sumatera Utara**

pat

gan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan  
 mpatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Mira Handani  
 NPM : 14 860 0348  
 Program Studi : Ilmu Psikologi  
 Fakultas : Psikologi


ik melaksanakan pengambilan data di Sekolah MTs Nurul Ikhwan Tanjung Morawa Jl.  
 lan Tanjung Morawa No. 226, Kota Medan, Sumatera Utara guna penyusunan skripsi  
 berjudul "*Perbedaan Self-Control ditinjau dari Intensitas Penggunaan Facebook di MTs  
 ul Ikhwan Tanjung Morawa*".

u kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah  
 penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk  
 ikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

ibungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan  
 m pengambilan data yang diperlukan dan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa  
 asiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di Sekolah yang Bapak/Ibu  
 pin.

ikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,

  
 Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, M.Si

busan

Mahasiswa Ybs

frsip





MADRASAH TSANA WYAH  
**NURUL IKHWAN**

Jl. H. Dahlan Tanjung No. 226 Tanjung Morawa  
 Kab. Deli Serdang Sumatera Utara  
 Email: *nurulikhwan226@gmail.com*

**SURAT KETERANGAN**

**No. 221/MTs.NI/SKPPL/VIII/2018**

Yang bertanda tangan dibawah ini, kepala Madrasah Tsanawiyah Nurul Ikhwan Tanjung Morawa :

Nama : Wahyu Kurniawan, S.Pd  
 Jabatan : Kepala Madrasah MTs. Nurul Ikhwan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : MIRA HANDAYANI  
 No. M : 14 860 0348  
 Fakultas : Psikologi  
 Program Studi : Ilmu Psikologi

yang bersangkutan telah selesai melaksanakan Penelitian di MTs. Nurul Ikhwan Tanjung Morawa pada tanggal 16 Agustus 2018.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tanjung Morawa, 20 Agustus 2018  
 a/n Kepala Madrasah  
 MTs. Nurul Ikhwan

*Nasib, S.Pd*