

**PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP KECANDUAN MEDIA SOSIAL
DENGAN MEDIASI KETERAMPILAN SOSIAL
PADA SISWA SMA NEGERI X**

SKRIPSI



Disusun Oleh:

ANGGI NATASYA

200701017

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK
GRESIK
2024**

**PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP KECANDUAN MEDIA SOSIAL
DENGAN MEDIASI KETERAMPILAN SOSIAL
PADA SISWA SMA NEGERI X**

SKRIPSI

Diajukan guna Memenuhi Sebagian Persyaratan
dalam Mencapai Gelar Sarjana Psikologi Pada
Program Studi Psikologi
Universitas Muhammadiyah Gresik

Disusun Oleh :

ANGGI NATASYA

200701017

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK

GRESIK

2024

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT. Yang telah memberikan daya dan kekuatan bagi orang-orang yang bertawakal, yang memberikan kemudahan dan menghilangkan kesukaran, memberikan petunjuk kebenaran yang benar dan kesalahan yang salah serta memberikan kekuatan kepada kami untuk mampu menjauhinya. Sholawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, atas keluarga, sahabat dan orang-orang yang mengikuti mereka dengan baik hingga hari akhir.

Seiring dengan rasa syukur kepada Allah SWT., atas terselesaikannya penulisan skripsi yang berjudul “PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP KECANDUAN MEDIA SOSIAL DENGAN MEDIASI KETERAMPILAN SOSIAL PADA SISWA SMA Negeri X” maka penulis tidak lupa mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Awang Setiawan Wicaksono, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
2. Ibu Prianggi Amelasasih, S.Psi., M.Si selaku Ka. Prodi Psikologi.
3. Ibu Idha Rahayuningsih, M.Psi., Psikolog selaku dosen wali.
4. Ibu Dr. Asri Rejeki, M.M., Psikolog selaku Pembimbing I skripsi
5. Ibu Haniwati, M.Si., Psikolog selaku pembimbing II skripsi
6. Seluruh Dosen dan Civitas Akademika Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
7. Semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini yang tidak mungkin saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa di dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan walaupun demikian penulis tetap berharap semoga penulisan proposal skripsi ini berguna dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang psikologi.

Gresik, September 2024

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan	Error! Bookmark not defined.
Halaman Pengesahan	Error! Bookmark not defined.
Halaman Motto	Error! Bookmark not defined.
Halaman Persembahan	Error! Bookmark not defined.
Pernyataan Keaslian Skripsi	Error! Bookmark not defined.
Kata Pengantar.....	ii
Daftar Isi.....	iii
Daftar Gambar	vi
Daftar Tabel.....	vii
Daftar Rumus.....	ix
Daftar Lampiran	x
Abstrak.....	xi
<i>Abstract</i>	xii
BAB I : PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	8
1.3 Batasan Masalah.....	14
1.4 Rumusan Masalah	15
1.5 Tujuan Penelitian.....	15
1.6 Manfaat Penelitian.....	16
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Kecanduan Media Sosial	17
2.1.1 Pengertian Kecanduan Media Sosial.....	17
2.1.2 Aspek-Aspek Kecanduan Media Sosial	18
2.1.3 Faktor-Faktor Kecanduan Media Sosial.....	18
2.2 Kontrol Diri	19
2.2.1 Pengertian Kontrol Diri.....	19

2.2.2 Aspek-Aspek Kontrol Diri	20
2.2.3 Faktor-Faktor Kontrol Diri.....	21
2.3 Keterampilan Sosial	21
2.3.1 Pengertian Keterampilan Sosial	21
2.3.2 Aspek-Aspek Keterampilan Sosial	22
2.3.3 Faktor-Faktor Keterampilan Sosial	22
2.4 Hubungan Antar Variabel	24
2.4.1 Hubungan Kontrol Diri dan Kecanduan Media Sosial.....	24
2.4.2 Hubungan Kontrol Diri dengan Keterampilan Sosial	24
2.4.3 Hubungan Keterampilan Sosial dengan Kecanduan Media Sosial	25
2.4.4 Hubungan Kontrol Diri Terhadap Kecanduan Media Sosial Dengan Mediasi Keterampilan Sosial	25
2.5 Kerangka Konseptual	26
2.6 Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III : METODE PENELITIAN	
3.1 Tipe Penelitian.....	27
3.2 Identifikasi Variabel.....	27
3.3 Definisi Oprasional	27
3.3.1 Kecanduan Media Sosial (Y)	27
3.3.2 Keterampilan Sosial (Z)	28
3.3.3 Kontrol Diri (X)	29
3.4 Populasi dan Teknik Sampling.....	30
3.4.1 Populasi	30
3.4.2 Sampel.....	31
3.5 Teknik Pengumpulan Data	32
3.6 Validitas dan Reliabilitas	34
3.6.1 Validitas	34
3.6.2 Reliabilitas	34
3.7 Teknik Analisis Data.....	35
3.7.1 Uji Normalitas.....	35
3.7.2 Uji Linearitas.....	35

3.7.3 Uji Heteroskedastisitas	35
3.7.4 Uji Multikolinearitas	36
3.7.5 Uji Hipotesis	36
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Gambaran Umum Penelitian	37
4.1.1 Profil SMA Negeri X	37
4.1.2 Visi SMA Negeri X	37
4.1.3 Misi SMA Negeri X	37
4.1.4 Persiapan Penelitian	38
4.1.5 Hambatan Penelitian	38
4.2 Subyek Penelitian	38
4.3 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	39
4.3.1 Hasil Uji Validitas	39
4.3.2 Hasil Uji Reliabilitas	42
4.4 Hasil Uji Asumsi dan Uji Hipotesis	43
4.4.1 Hasil Uji Asumsi	43
4.4.2 Uji Hipotesis	44
4.5 Kategorisasi Berdasarkan Norma	47
4.6 Hasil dan Pembahasan	48
4.6.1 Pembahasan	48
BAB V : KESIMPULAN	
5.1 Kesimpulan	58
5.2 Saran	58
Daftar Pustaka	60
Lampiran	63

DAFTAR GAMBAR

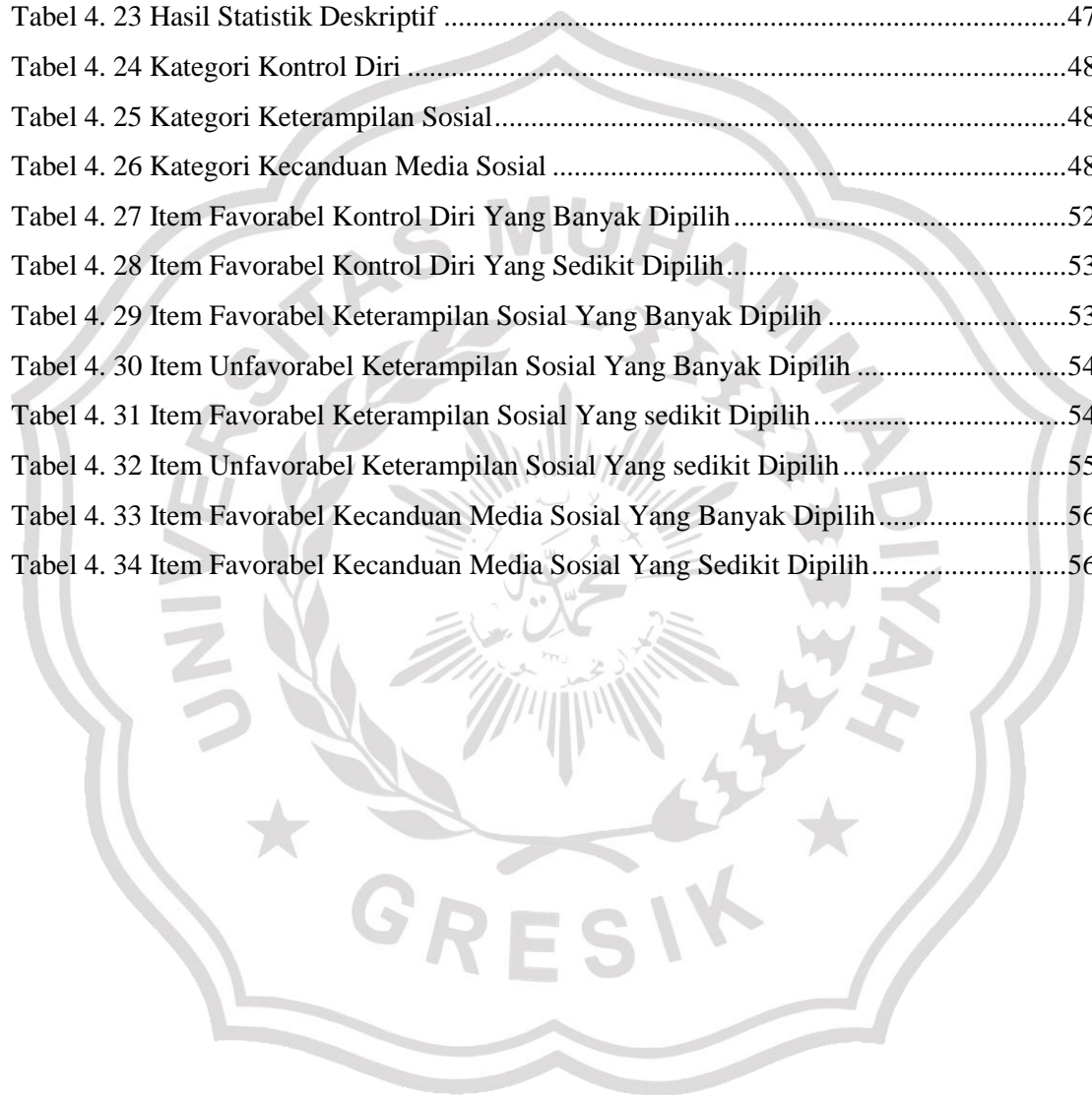
Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual.....	26
Gambar 4. 1 Jalur Koefisien Regresi.....	45



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Negara yang banyak menghabiskan waktu di media sosial.....	2
Tabel 1. 2 Hasil Wawancara Kecanduan Media Sosial	3
Tabel 1. 3 Hasil Wawancara Terkait dengan Kontrol Diri	9
Tabel 1. 4 Wawancara keterampilan Sosial.....	11
Tabel 3. 1 Populasi	31
Tabel 3. 2 Sampel	31
Tabel 3. 3 Skoring Alat Ukur Kontrol Diri.....	32
Tabel 3. 4 Skoring Alat Ukur Keterampilan Sosial.....	32
Tabel 3. 5 Skoring Alat Ukur Kecanduan Media Sosial.....	32
Tabel 3. 6 Blueprint Kontrol Diri	33
Tabel 3. 7 Blueprint Keterampilan Sosial.....	33
Tabel 3. 8 Blueprint Kecanduan Media Sosial	34
Tabel 4. 1 Populasi dan Sampel Penelitian.....	39
Tabel 4. 2 Presentase Jenis Kelamin.....	39
Tabel 4. 3 Presentase Usia.....	39
Tabel 4. 4 Uji Validitas Skala Kontrol Diri.....	40
Tabel 4. 5 Uji Validitas Skala Keterampilan Sosial	41
Tabel 4. 6 Uji Validitas Kecanduan Media Soaial.....	41
Tabel 4. 7 Uji Reliabilitas Skala Kontrol Diri	42
Tabel 4. 8 Uji Reliabilitas Skala Keterampilan Sosial.....	42
Tabel 4. 9 Uji Reliabilitas Skala Kecanduan Media Sosial	42
Tabel 4. 10 Uji Normalitas	43
Tabel 4. 11 Uji Linearitas	43
Tabel 4. 12 Uji Heteroskedastisitas	44
Tabel 4. 13 Uji Multikolinearitas.....	44
Tabel 4. 14 Uji Anova X dan Z terhadap Y.....	44
Tabel 4. 15 Koefisien determinasi X dan Z terhadap Y	45
Tabel 4. 16 Uji anova X terhadap Y	45
Tabel 4. 17 Koefisien Determinasi X terhadap Z.....	45

Tabel 4. 18 Uji Anova Z ke Y	46
Tabel 4. 19 Koefisien Determinasi Z terhadap Y	46
Tabel 4. 20 Uji Anova X terhadap Y	47
Tabel 4. 21 Koefisien Determinasi X terhadap Y	47
Tabel 4. 22 Kategorisasi Norma	47
Tabel 4. 23 Hasil Statistik Deskriptif	47
Tabel 4. 24 Kategori Kontrol Diri	48
Tabel 4. 25 Kategori Keterampilan Sosial.....	48
Tabel 4. 26 Kategori Kecanduan Media Sosial	48
Tabel 4. 27 Item Favorabel Kontrol Diri Yang Banyak Dipilih.....	52
Tabel 4. 28 Item Favorabel Kontrol Diri Yang Sedikit Dipilih.....	53
Tabel 4. 29 Item Favorabel Keterampilan Sosial Yang Banyak Dipilih	53
Tabel 4. 30 Item Unfavorabel Keterampilan Sosial Yang Banyak Dipilih	54
Tabel 4. 31 Item Favorabel Keterampilan Sosial Yang sedikit Dipilih.....	54
Tabel 4. 32 Item Unfavorabel Keterampilan Sosial Yang sedikit Dipilih.....	55
Tabel 4. 33 Item Favorabel Kecanduan Media Sosial Yang Banyak Dipilih.....	56
Tabel 4. 34 Item Favorabel Kecanduan Media Sosial Yang Sedikit Dipilih.....	56



DAFTAR RUMUS

Rumus 3. 1 Slovin	31
Rumus 3. 2 Uji Sobel.....	36



DAFTAR LAMPIRAN

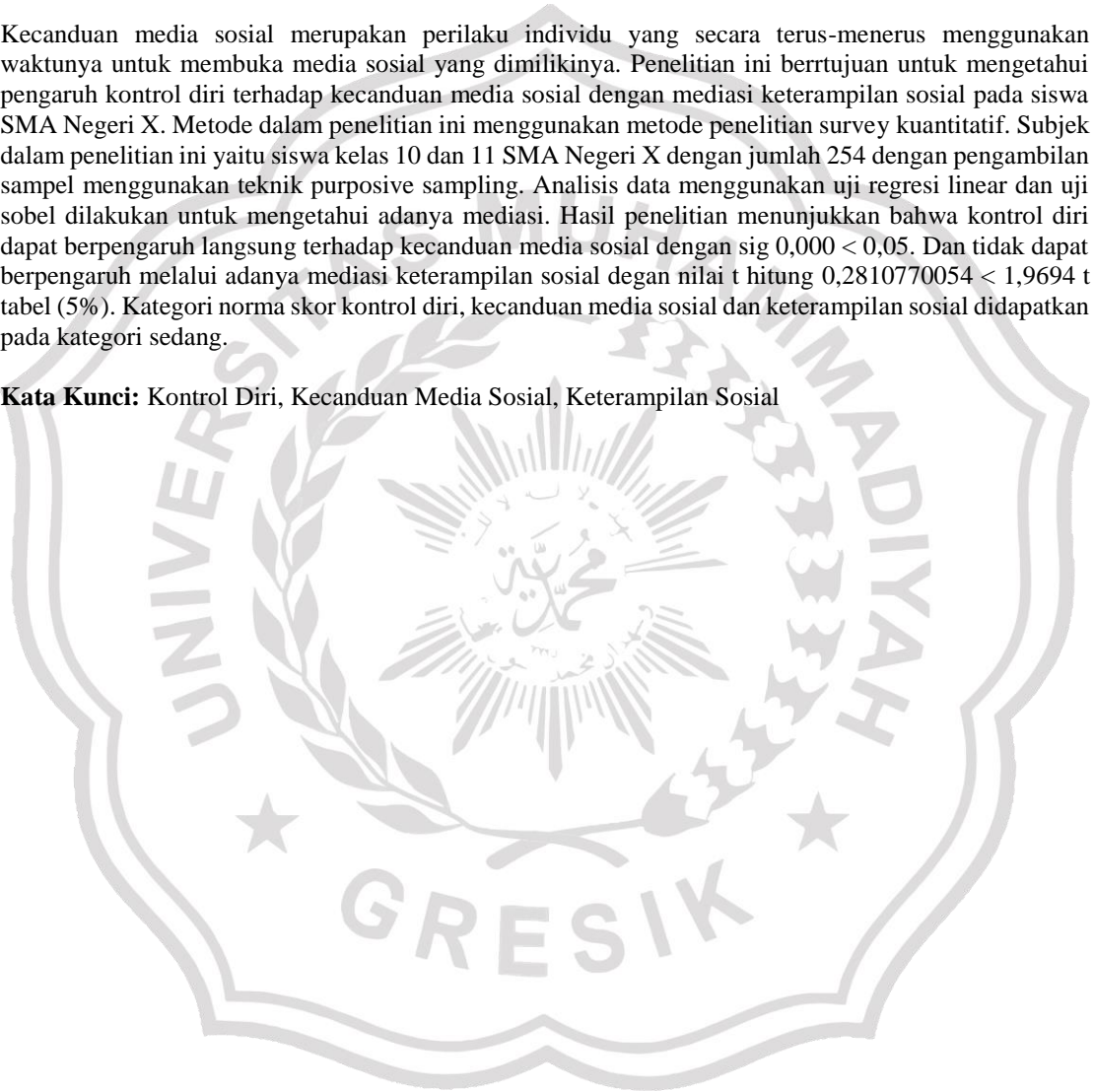
Lampiran 1 Surat Izin Penelitian	63
Lampiran 2 Plagiasi Checker.....	64
Lampiran 3 Kartu Bimbingan.....	65
Lampiran 4 Expert Judgment.....	67
Lampiran 5 Surat Keterangan Hasil Penelitian.....	69
Lampiran 6 Kuisisioner penelitian	70
Lampiran 7 Tabulasi Variabel (X) Kontrol Diri.....	75
Lampiran 8 Tabulasi Variabel (Z) Keterampilan Sosial.....	80
Lampiran 9 Tabulasi Variabel (Y) Kecanduan Media Sosial.....	83
Lampiran 10 Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel X.....	86
Lampiran 11 Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Z Putaran 1	87
Lampiran 12 Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Z putaran 2	89
Lampiran 13 Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Z Putaran 3	90
Lampiran 14 Uji validitas dan Reliabilitas variabel Y Putaran 1	91
Lampiran 15 Uji Validitas dan Reliabilitas variabel Y putaran 2.....	92
Lampiran 16 Hasil Uji Asumsi Klasik.....	93
Lampiran 17 Hasil Uji Hipotesis	95
Lampiran 18 Hasil Uji Deskriptif dan Uji Frekuensi	97

ABSTRAK

Anggi Natasya (200701017). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecanduan Media Sosial Dengan Mediasi Keterampilan Sosial Pada Siswa SMA Negeri X.

Kecanduan media sosial merupakan perilaku individu yang secara terus-menerus menggunakan waktunya untuk membuka media sosial yang dimilikinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap kecanduan media sosial dengan mediasi keterampilan sosial pada siswa SMA Negeri X. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian survey kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini yaitu siswa kelas 10 dan 11 SMA Negeri X dengan jumlah 254 dengan pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data menggunakan uji regresi linear dan uji sobel dilakukan untuk mengetahui adanya mediasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri dapat berpengaruh langsung terhadap kecanduan media sosial dengan $\text{sig } 0,000 < 0,05$. Dan tidak dapat berpengaruh melalui adanya mediasi keterampilan sosial dengan nilai $t \text{ hitung } 0,2810770054 < 1,9694 t \text{ tabel } (5\%)$. Kategori norma skor kontrol diri, kecanduan media sosial dan keterampilan sosial didapatkan pada kategori sedang.

Kata Kunci: Kontrol Diri, Kecanduan Media Sosial, Keterampilan Sosial



ABSTRACT

Anggi Natasya (200701017). *The Effect of Self-Control on Social Media Addiction with Mediation of Social Skills in X State High School Students.*

Social media addiction is the behaviour of individuals who constantly use their time to open their social media. This study aims to determine the effect of self-control on social media addiction with mediation of social skills in SMA Negeri X students. The method in this study uses quantitative survey research methods. The subjects in this study were 10th and 11th grade students of SMA Negeri X with a total of 254 with sampling using purposive sampling technique. Data analysis using multiple linear regression tests and sobel tests were conducted to determine the existence of mediation. The results showed that self-control can have a direct effect on social media addiction with a sig of $0.000 < 0.05$. And can not affect through the mediation of social skills with the value of t count $0.2810770054 < 1.9694$ t table (5%). The norm category of self-control scores, social media addiction and social skills is found in the moderate category.

Keywords: *Self-Control, Social Media Addiction, Social Skills*

