PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN TIKTOK TERHADAP REGULASI DIRI PADA SISWA SMAN 5 LANGSA

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

NADIA FAJRI
NIM : 3022020041



PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI IAIN LANGSA

2025 M

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri LangsaUntuk Memenuhi
Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana
Sosial (S.Sos) Bimbingan dan Konseling Islam

Oleh:

NADIA FAJRI

NIM: 3022020041

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam

Disetujui oleh:

Pembimbing I,	Pembimbing II,
Syiva Fitria, M.Sc	**Dedy Surya,M.Psi**
NIP.19930228 201903 2 018	**NIP. 19910717 201801 1 001**

Telah di Nilai Oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri
Langsa Dinyatakan Lulus dan Diterima Sebagai Tugas Akhir
Penyelesaian Program Sarjana (S-1) Dalam
Ilmu Bimbingan dan Konseling Islam :

Pada Hari/ Tanggal:
Kamis 20 Februari 2025 M
21 Sya'ban 1446 H

Panitian Ujian Munaqasyah Skripsi

Ketua,

Syiva Fitria, M.Sc
NIP.19930228 201903 2 018

Sekretaris,

Dedy Surya,M.Psi
NIP. 19910717 201801 1 001

Penguji I,

Wan Chalidaziah, M.Pd
NIP.19920622 201903 2 018

Penguji II,

Dr. Mawardi, M.Si
NIP. 19740510 201411 1 002

Mengetahui
Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Langsa

Dr. T. Wildan, MA
NIP. 19841128 201903 1 002

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nadia Fajri

NIM : 3022020041

Fakultas/Prodi :Ushuluddin Adab dan Dakwah / Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Aceh Tamiang

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **"Pengaruh Intensitas Penggunaan TikTok Terhadap Regulasi Diri Pada Siswa SMAN 5 Langsa"** adalah benar hasil karya sendiri dan original sifatnya. Apabila dikemudian hari ternyata/terbukti hasil plagiat karya orang lain, maka akan dibatalkan dan saya siap menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat dengan sebenar-benarnya.

Langsa, 27 Januari 2025

Yang Membuat Pernyataan

Nadia Fajri
NIM. 302202004

KATA PENGANTAR

بسم الله الرحمن الرحيم

Alhamdulillah penulis ucapkan puji dan syukur kehadiray Allah SWT yan g maha kuasa karena kasih dan karunia-

Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang sudah menjadi tugas dan tangg ung jawab setiap mahasiswa di akhir masa perkuliahnnya.

Shalawat dan salam kepada junjungan nabi besar muhammad SAW, yang telah membawa umatnya dari alam kebodohan ke alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Penulis bersyukur kepada Allah SW, yang telah memberikan hiday ah dan Inayah-

Nya, sehingga skripsi yang berjudul **"Pengaruh Intensitas Penggunaan Tiktok Terhadap Regulasi Diri Pada Siswa SMAN 5 Langsa"** dapat terselesaikan den gan baik dan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini diselesaikan atas bantuan dan bimbingan dosen pembimbing saya. Oleh karena itu, penulis mengucapkan t erima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. **Prof. Dr. Ismail Fahmi Arrauf Nasution, MA** Rektor IAIN Langsa, bes erta segenap wakil rektor
2. **Dr. T. Wildan, MA** Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Langsa
3. **Marimbun, M.Pd** sebagai ketua Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam.
4. **Syiva Fitria, BA, S.Psi, M.Sc** sebagai pembimbing I yang sangat banyak membantu dalam memberikan masukan serta arahan kepada penulis

5. **Dedy Surya M. Psi,** sebagai pembimbing II yang sangat banyak memberi kan saran dan juga masukan pada penyusunan skripsi ini.
6. Kedua orang tua saya yang sangat memotivasi baik dari segi moril dan m aterial dalam penyelesaian pendidikan dan seluruh keluarga saya yang sel alu menyemangati dan memberikan inspirasi dalam hidup saya
7. Seluruh dosen dan staf fakultas ushuluddin adab dan dakwah yang tidak d apat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas segala ilmu dan peng arahan yang telah diberikan kepada penulis
8. Seluruh sahabat dan teman seperjuangan yang sangat memotivasi dan jug a mendukung dalam penyelesaian skripsi ini.

Langsa, 27 Januari 2025

Penulis

Nadia Fajri
NIM. 3022020041

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN ..... **i**
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN ..... **ii**
KATA PENGANTAR ..... **iv**
DAFTAR ISI ..... **vi**
DAFTAR TABEL ..... **ix**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **x**
ABSTRAK ..... **xi**

BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Identifikasi Masalah 6
C. Batasan Masalah 8
D. Rumusan Masalah 9
E. Tujuan dan Manfaat Penelitian 9
F. Sistematika Pembahasan 11

BAB II LANDASAN TEORI **13**
A. Kerangka Teoritis 13
1. Regulasi Diri 13
a. Pengertian Regulasi Diri 13
b. Tahapan Regulasi Diri 15
c. Aspek-aspek regulasi diri 18
2. Hubungan Regulasi Diri Dengan Intensitas pengguna media sosial TikTok 23
3. Intensitas Penggunaan TikTok 26
a. Pengertian Intensitas Penggunaan TikTok 26
b. Aspek-aspek intensitas penggunaan media sosial 28
c. Faktor yang mempengaruhi penggunaan TikTok 30
B. Penelitian Yang Relevan 32

C. Kerangka Berfikir 35
D. Hipotesis 37

BAB III METODE PENELITIAN 38
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian 38
B. Lokasi dan Waktu Penelitian 39
C. Identifikasi Variabel 39
D. Defenisi Operasional 40
E. Populasi dan sampel 41
F. Teknik Pengumpulan Data 43
G. Instrumen Penelitian 45
H. Teknik Analisis Data 50

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 53
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian 53
B. Hasil Penelitian 54
C. Pembahasan 65

BAB V PENUTUP . 74
A. Kesimpulan 74
B. Saran 74

DAFTAR PUSTAKA 76

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Defenisi Operasional 40
Tabel 3.2 Penilaian skala likert 44
Tabel 3.3 Kisi-kisi instrumen untuk mengukur pengaruh intensitas penggunaan TikTok terhadap regulasi siswa 45
Tabel 3.4 Hasil uji validitas instrumen regulasi diri siswa SMAN 5 Langsa 47
Tabel 3.5 Hasil uji validitas intensitas penggunaan tiktok siswa SMAN 5 Langsa 49
Tabel 3.6 Reability statistics regulasi diri 50
Tabel 3.7 Reability statistics intensitas penggunaan TikTok 50
Tabel 4.1 Skor angket intensitas penggunaan TikTok 55
Tabel 4.2 Mean dan standar deviasi intensitas penggunaan TikTo 55
Tabel 4.3 Kategorisasi intensitas penggunaan TikTok siswa SMAN 5 Langsa 56
Tabel 4.4 Skor angket regulasi diri 57
Tabel 4.5 Mean dan standar deviasi regulasi diri 58
Tabel 4.6 Kategorisasi regulasi diri siswa SMAN 5 Langsa 59
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas 60
Tabel 4.8 Hasil Uji Linieritas 62
Tabel 4.9 Hasil uji analisis linier sederhana 63
Table 4.10 Hasil uji analisis regresi linier sederhana 63

DAFTAR LAMPIRAN

A. Angket Intensitas Penggunaan Tiktok
B. Angket Regulasi diri
C. Hasil Uji Validitas Instrumen Oleh Dosen
D. Hasil Angket Responden

ABSTRAK

Nadia Fajri, 2025. Pengaruh Intensitas Pengguna Tiktok Terhadap Regulasi Diri Pada Siswa SMAN 5 Langsa Skripsi Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah

Pada zaman ini sedang maraknya penggunaan tekhnologi di kalangan remaja terutama pada siswa sekolah menengah atas. Siswa menggunakan smart phone tidak hanya untuk melakukan komunikasi tetapi juga mengikuti update pada aplikasi sosial media yang mereka gunakan seperti salah satunya penggunaan aplikasi TikTok. Aplikasi TikTok sangat berkembang pesat penggunaannya dibandingkan dengan aplikasi lainnya.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui tingkat regulasi diri siswa terhadap intensitas pengguna *Tiktok* di SMAN 5 Langsa dan seberapa berpengaruh intensitas penggunaan tiktok terhadap regulasi diri siswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Jumlah subjek penelitian 100 siswa SMA Negeri 5 Langsa dengan menggunakan teknik purposive sampling. Adapun teknik pengumpulan data kuesioner yang berisi tentang intensitas penggunaan tiktok dan regulasi diri siswa dengan menggunakan kategori *skala likert*. Teknik analis data yang digunakan yaitu analisis *Regresi Linier.*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat intensitas penggunaan TikTok siswa di SMAN 5 Langsa dapat dikatakan sedang dengan nilai mean 99,38 dan standar deviasi 15,128 dan regulasi diri siswa di SMAN 5 Langsa dapat dikatakan sedang dengan nilai mean 62.12 dan standar deviasi 13.305. Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara intensitas penggunaan TikTok terhadap regulasi diri siswa di SMAN 5 Langsa. Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana sebesar 0,000 < 0,05 dengan t_{hitung} 1,405 > t_{tabel} 1,131. Dimana semakin tinggi intensitas penggunaan TikTok maka semakin rendah tingkat regulasi diri siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perlu adanya peraturan yang lebih ketat terhadap penggunaan TikTok guna meningkatkan regulasi diri siswa.

Kata Kunci: Intensitas ; TikTok; Regulasi Diri ; Siswa

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kemajuan teknologi adalah sesuatu yang tidak bisa kita hindari dala m kehidupan ini, karena kemajuan teknologi akan berjalan sesuai dengan ke majuan ilmu pengetahuan. Perkembangan teknologi informasi ini membawa sebuah perubahan dalam masyarakat seperti lahirnya media sosial menjadika n pola perilaku masyarakat mengalami pergeseran baik budaya, etika dan nor ma yang ada.

Pergeseran budaya, etika maupun norma pada remaja usia sekolah a kibat perkembangan teknologi dan informasi perlu dibatasi oleh konsep y ang harus dibangun dalam diri siswa adalah konsep regulasi diri yang merup akan salah satu penentu akan menjadi apa anak di masa mendatang. jik a regulasi diri siswa berkembang dengan baik. maka siswa akan tumbuh m enjadi siswa yang memiliki konsep diri yang bagus, dapat mengontrol emosi, dan memiliki disiplin diri yang tinggi. namun Sebaliknya, jika tidak memili ki regulasi diri yang bagus, maka akan mengalami banyak permasalahan yan g akan menghambat prestasi siswa di sekolah.[1]

[1] Rina Syafrida, Regulasi Diri dan Intensitas Pengguna Smarphon Terhadap Keterampilan Sosial, *Jurnal, Pendidikan Usia Dini, Volume 8 Nomor 2 November 2024,* hal.I

Regulasi diri adalah proses di mana seseorang dapat mengatur, mengontrol, dan mengarahkan perilakunya sendiri.[2] Perilaku yang dimaksud di sini ialah perilaku terhadap penggunaan media sosial. Seseorang yang memiliki regulasi diri yang baik, cendrung akan mampu mengelolah dan mengontrol keadaan lingkungan yang dapat mengganggu lingkungan seseorang, begitu juga sebaliknya seseorang yang memiliki regulasi diri yang kurang baik cendrung tidak mampu mengontrol dan mengelolah keadaan dirinya di dalam norma-norma lingkungannya.

Maka regulasi diri merupakan proses individu untuk mengatur dan memperbaiki diri serta mempunyai tujuan yang ingin dicapai atau target, dan ketika selesai pada pencapaian, maka ada proses mengevaluasi pencapaian tersebut, ketika proses berjalan dengan maksimal dan tercapai individu biasanya merasakan kepuasan dalam dirinya. Dukungan regulasi diri yang baik akan mendorong berbagai keberhasilan yang terjadi terutama bagi remaja dalam proses masa pertumbuhan dan perkembangan. Jantz mengatakan bahwa proses regulasi diri yang baik dapat meningkatkan prestasi remaja.[3]

Regulasi diri merupakan point penting dalam menanamkan karakter dan perilaku anak dalam memanfaatkan media sosial seperti *TikTok*. Dengan regulasi diri yang baik akan mampu mengontrol terhadap emosi dan perilaku sosial siswa dalam memainkan perannya sebagai makhluk sosial dalam lingkungan masyarakat. Oleh karena itu para siswa yang tumbuh dan berkemban

---

[2] Friedman, dkk. *Kepribadian Teori Klasik Dan Riset Modern*. (Jakarta: Erlangga, edisi 3, 2016), hal. 284

[3] Shelly E Tailor, *Psiko/ogi Sosial, Edisi 12,* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2019), hal. 143.

g dengan menggunakan teknologi atau sering disebut dengan generasi intern et harus mampu mengikuti perkembangan teknologi, mampu dalam mencari informasi, mampu *multitasking*, dan tidak mudah menyerah. Namun disampin g itu, intensitas penggunaan teknologi seperti *TikTok* yang berlebihan dapat mengakibatkan generasi internet yaitu para siswa memiliki kelemahan sep erti tidak mudah fokus akan satu hal, kurang menghargai proses, emosi yang cenderung kurang stabil serta terlalu mengandalkan kecanggihan teknolo gi. Sehingga para siswa ketika menggunakan media sosial *TikTok* menjadi ti dak efektif, intensitas penggunaan *TikTok* yang berlebihan yang menyebabka n para siswa banyak menghabiskan waktu untuk bermain *TikTok* dan ingin t erus-

menerus terhubung dengan media sosial sehingga mengabaikan tugas dan k ewajibannya yang membuat para siswa menjadi *Fear of missing out.*[4]

Regulasi diri yang baik terhadap intensitas penggunaan *TikTok* akan berdampak pada diri siswa itu sendiri, karena siswa dengan regulasi diri yang baik akan cenderung mematuhi peraturan yang ditetapkan oleh norma, nilai dan hukum yang berlaku pada masyarakat dan dapat meredam konflik yang ter jadi serta mampu meminimalisir penggunaan *TikTok* dalam kehidupan sehari-hari.

Bagi remaja Indonesia khusunya dikalangan pelajar, media sosial sea kan sudah menjadi candu, tiada hari tanpa membuka media sosial, bahkan ha

[4] Meishe Agatha Vikcyyati, "Analisis Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Fear Of Missing Out (Studi Pada Remaja Pengguna TikTok), Seminar Nasional Seri 3 "Optimalisasi Potensi Generasi: Membangun Pribadi yang Tangguh daJam Berbagai Bidang". *Seminar Nasional Seri 3 "Optimalisasi Potensi Generasi: Membangun Pribadi yang Tangguh dalam Berbagai Bidang"*, hal.2

mper 24 jam para siswa tidak lepas dari *smartphone.* Media sosial terbesa r yang paling sering digunakan oleh oleh para siswa antara lain *facebook , twitter, youtube, Instagram, line, TikTok* dan *whatsapp.* Masing-masing media sosial tersebut mempunyai keunggulan khusus dalam menarik b anyak pengguna media sosial yang mereka miliki. Media sosial memang men awarkan banyak kemudahan yang membuat para siswa betah berlama-lama berselancar didunia maya.

Media sosial yang sedang marak digunakan saat ini oleh para siswa yaitu media sosial *TikTok,* menurut databoks Pengguna Aplikasi *TikTok* di I ndonesia pada Oktober 2021-Januari 2024. Berdasarkan laporan *We are Social,* jumlah pengguna *TikTo k* di Indonesia sebanyak 126,83 juta orang pada Januari 2024. Angka ters ebut meningkat 19,1% dibandingkan dengan tiga bulan sebelumnya yang sebanyak 106,52 juta orang. Jumlah itu menjadikan Indonesia sebagai negara dengan intensitas pengguna *TikTok* terbanyak ke-2 di dunia.[5] Hal ini menyadarkan kita bahwa pengguna *Tiktok* yang begitu b esar telah merubah pola pikir dan cara bersikap generasi Indonesia terutama para siswa untuk melakukan segala cara untuk dapat eksis dalam dunia maya. Sehingga menyebabkan meningkatkanya nasrsisme pada siswa. Tak heran pa ra siswa rela melakukan banyak hal untuk mendapatkan suka, komentar dan bagikan. Banyak konten yang tidak bermanfaat dan cenderung negatif ditemu kan dikalangan para siswa, seperti yang diungkapkan Erma dalam penelitia

[5]https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/05/24/pengguna-tiktok-di-indonesia-terbanyak-kedua-di-dunia-per-april-2023-nyaris-salip-as

n berikut: "Di *TikTok* itu juga sering ada *hate comment gitu, cyber bullying* ata u bahkan *body shaming* Dan juga membuat para siswi untuk berlomba-lomba menampakkan kecantikannya. Aplikasi *TikTok* juga sering disalahg unakan oleh pembuat konten yang mencari ketenaran dengan saling menghuj at.[6]

Aplikasi *Tiktok* ini merupakan media sosial yang memberikan efek s pesial yang unik dan menarik yang bisa digunakan oleh para penggunanya. Pa da awalnya siswa bermain *TikTok* ketika merasa bosan atau saat waktu luan g, namun mereka tidak menyadari lama kelamaan akan menimbulkan kecand uan seperti selalu ingin membuat konten atau mengikuti trend dalam aplik asi *TikTok.* Dengan adanya konten-konten yang bervariasi dalam *TikTok* menjadikan para pengguna berlomba-lomba untuk membuat dengan bagus demi like yang banyak, mereka melak ukan hal-hal nekat demi keviralan. Tidak jarang para siswi yang berhijab berjoget tanp a rasa malu, Aplikasi *TikTok* disalahgunakan untuk mencari ketenaran, sal ing menyindir dan saling menghujat.[7] Dikarenakan mereka belum tau keuntu ngan dan kerugian dari tindakan yang mereka lakukan. Pada ini mereka sed ang mengalami masa transisi dari kanak-kanak kemasa dewasa yang ditandai dengan perubahan dan kematangan sec ara mental, emosional, sosial dan fisik. Siswa belum dapat menyelesaikan masal

[6] https://www.uinsaid.ac.id/id/tiktok-mefusak-akhlak-generasi- muda. di akses tanggal, 5 Maret 2024

[7] Rizky, Vandry Ivana. "Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Dengan Harga Diri," *Jurnal Kajian Komunikasi 4, no. 2 (2017),* hal 208–18 https://www.doi.org/10.24198/jkk.v4i2.7737

ahnya sendiri karena mereka belum memiliki pengalaman menghadapi hidup . Karena masa remaja mereka adalah masa mencari identitas, sehingga mere ka membutuhkan arahan dari individu yang telah dewasa agar mereka d apat mengatur dan mengelola diri sendiri.[8]

Hal ini terlihat dari beberapa siswa yang mengakui hampir setiap hari bermain *smartphone* untuk membuka media sosial seperti *Tiktok* baik saat be lajar di dalam ruang kelas maupun di luar ruang kelas tanpa memperhati han keadaan yang seharusnya, kemudian siswa mengatakan saat melakukan hal itu siswa merasa senang. Mereka berdialog dengan teman atau hanya se kedar menulis perasaan yang sedang dirasakannya, dan bermain joget sendiri di kelas, banyak hal lain pula yang terjadi di dalam lingkungan sekolah yan g sering kali didapati peserta didik yang sedang aktif menggunakan media s osial sering kurang memperdulikan keadaan teman sekitarnya akibat terlalu fokus dengan membalas dan melihat kegiatan tayangan yang ada di dunia m aya. Hal ini juga akan menimbulkan rasa kecewa dari teman yang sedang d i ajak bicara di kehidupan nyatanya, tidak jarang mereka harus mengulang kembali apa yang sudah dibicarakan untuk kedua kalinya dan dikhawartirka n juga akan berdampak terhadap kehidupan sosialnya. Gambaran intensita s penggunaan media sosialnya pun terlihat sering sekali mereka menggunak aan *smartphone* nya saat di dalam kelas pada proses pembelajaran, kemudia n saat jam istirahat, dan pada saat pulang sekolah dengan durasi yang cuk up lama. Disinilah terlihat masalah peserta didik tidak dapat mengatur dan

[8] Fransisca Rosmala Dewi, *lntervensi Kemainpuan Regu/asi Diri*, (Yogyakarta: ANDI, 2019), hal. 3

mengontrol perilakunya secara baik dengan cara kapan seharusnya melakuk an kegiatan dengan tepat dan tidak tepat.[9]

Namun, selain dampak negatif dari penggunaan *TikTok,* dikalangan para siswa *TikTok* juga memberikan dampak positif seperti muculnya eduka si-edukasi barn dan luas yang didapat, para siswa dapat mempelajari hal-hal barn dari konten yang diperoleh dari vidio pendek dan teks yang ditampi lkan, dan bagi siswa yang malas membaca teks panjang akan menganggap *TikTok* menarik tampilan cerita ringkas meningkatkan minat siswa dalam m enyimak dan mendengarkan, dapat menambah teman, meningkatkan hubunga n antara semua orang dan komunitas, dan pendapatan yang diperoleh dapat dig unakan untuk meningkatkan kehidupan sehari- hari. Masih banyak video-video yang bermanfaat dalam aplikasi *TikTok* seperti tutorial memasak, cara menyelesaikan soal-soal, cara berjualan, dan masih banyak lagi video yang menginspirasi bagi pe ngguna *TikTok.*[10]

Siswa sebagai sosok generasi penerus suatu bangsa hendaknya dapat mengontrol perilakunya sendiri dalam kehidupan sehari-hari. Serta mampu mengatur waktu yang tepat untuk menggunakan *smartpho ne* sehingga tidak akan mengganggu terhadap konsentrasi proses belajamya. Oleh sebab itu, intensitas penggunaan *TikTok* dan regulasi diri dirasakan sa ngat diperlukan oleh siswa yang menggunakan sosial media hanya untuk menc

[9] Hasil Observasi Peneliti pada SMA Negeri 5 Langsa, tanggal, 28 Desember 2023

[10] Dita Efani, Perilaku Narsistik Pada Anak Pecandu Aplikasi Tiktok, *Jurna/ Bimbingan DanKonse/ing Vol. 2, No.2,* April 2020. file:///C:/Users/HP-ONE/Downloads/58-Article%20Text- l 70-l-l 0-20200904.pdf

ari perhatian, meluapkan perasaannya dengan cara menulis dan memposting se buah status agar dibaca dan diberikan komentar oleh temannya. Hal tersebut mungkin dapat membantu mereka menghilangkan rasa bosan namun pererta d idik belum bisa mengontrol kapan hal tersebut dapat dilakuan dan kapan tidak perlu dilakukan.

Berdasarkan pemaparan terhadap fenomena tersebut maka peneliti tert arik untuk melakukan penelitian dengan judul *"Pengaruh lntensitas Penggun a Tiktok Terhadap Regu/asi Diri Pada Siswa SMAN 5 Langsa"*

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, identifikasi masalah yang aka n diajukan adalah sebagai berikut :

1. Intensitas pengunaan *TikTok* yang berlebihan
2. Kurangnya regulasi diri dalam pengguan *TikTok* pada siswa

C. Batasan Masalah

Tujuan pembatasan masalah ini adalah agar ruang lingkup yang diteliti tida k meluas dan akan lebih fokus untuk menghindari kesalahan sehingga tidak men yimpang pada tujuan pokok dari permasalahan serta untuk mencapai tujuan yang ingin ditetapkan. Berdasarkan identifikasi masalah tersebut di atas, di sini penel iti hanya membatasi masalah hanya pada intensitas pengguna *Tiktok* terhadap regu lasi diri siswa pada di SMAN 5 Langsa.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana tingkat intensitas pengguna *Tiktok* pada siswa di SMAN 5 Langsa?
2. Bagiamana tingkat regulasi diri siswa terhadap intensitas pengguna *Tiktok* di SMAN 5 Langsa ?
3. Apakah intensitas pengguna *Tiktok* berpengaruh terhadap regulasi diri siswa pada di SMAN 5 Langsa ?

E. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Pada dasarnya setiap kegiatan atau pekerjaan yang dilakukan oleh seorang tentu memiliki tujuan tertentu untuk dicapai, begitupun dengan penelitian ini. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat intensitas pengguna *Tiktok* pada siswa di SMAN 5 Langsa
2. Untuk mengetahui tingkat regulasi diri siswa terhadap intensitas pengguna *Tiktok* di SMAN 5 Langsa
3. Untuk men~etahui apakah intensitas pengguna *Tiktok* berpengaruh terhadap regulasi diri siswa pada di SMAN 5 Langsa

2. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah, antara lain :

a. Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber informasi ilmiah serta dapat memberikan kontribusi di bidang ilmu psikologi sosial s erta psikologi perkembangan remaja mengenai intensitas penggunaan *TikT ok,* terhadap regulasi diri siswa. Serta diharapkan dapat menjadi referensi un tuk penelitian berikutnya.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling Hasil penelitian ini diharap kan dapat dipergunakan dalam proses pemberian layanan bimbin gan dan konseling bagi peserta didik yang didapati memiliki ting kat penggunaan media sosial yang'sangat tinggi.
2. Bagi Peserta Didik

   Agar dapat memahami bagaimana regulasi diri yang baik, serta b agai mana proses regulasi diri itu dapat mempengaruhi seseoran g sehingga peserta didik akan mampu memiliki regulasi diri yang baik.
3. Bagi Peneliti Lain

   Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi dalam melak ukan penelitian lain dengan memperluas dan memperdalam ling kup penelitian yang berkenaan dengan hubungan regulasi diri de ngan intensitas penggunaan media sosial.

F. Sistematika Pembahasan

BAB I. PENDAHULUAN bah ini berisi tentang latar belakang m asalah, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitia n, penjelasan istilah dan, sistematika Pembahasan.

BAB II. TINJUAN PUSTAKA memuat uraian tentang kerangka te oritis, penelitian terdahulu, kerangka pemik:irandan hipotesis penelitian.

BAB III. METODE PENELITIAN memuat secara rinci metodologi penelitian yang meliputi pendekatan penelitian, lokasi dan waktu penelitia n, populasi dan sampel, sumber data penelitian, instrumen pengumpulan data, definisi operasional variabel dan teknik analisa data.

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN Berisi karakt eristik objek penelitian, analisis data dan hasil penelitian serta pembahasan.

BAB V. PENUTUP Bab terakhir berisi kesimpulan, saran-saran atau rekomendasi. Kesimpulan menyajikan secara ringkas seluruh pene muan penelitian yang ada hubungannya dengan maslah penelitian. Kesimpul an diperoleh berdasarkan hasil analisis dan interpretasi data yang telah diurai kan pada bab-bab sebelumnya. Saran-saran dirumuskan berdasarkan hasil penelitian, berisi uraian mengenai langka h-kangkah apa yang perlu diambil oleh pihak-pihak terkait dengan hasil penelitian yang bersangkutan. Saran diarahkan pad a dua hal, yaitu : 1) Saran dalam usaha memperluas hasil penelitian, misalny

a disarankan perlunya diadakan penelitian lanjutan. 2) Saran untuk menentuk an kebijakan di bidang-bidang terkait dengan masalah atau fokus penelitian.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Statistik

Deskripsi data merupakan penampilan data yang diperoleh pada masing-masing variabel. Pada bab ini dijelaskan variabel terkait yaitu yaitu tentang intens itas penggunaan TikTok dan regulasi diri siswa di SMAN 5 Langsa. Besaran stat istik deskriptif antara lain rata-

rata (*mean*), nilai tengah (*median*), frekuensi terbanyak (*modus*) dan simpangan b aku (*standar deviation*).

a. Desskripsi data variabel intensitas penggunaan TikTok siswa SMAN 5 Langsa

Untuk mendapatkan data mengenai intensitas penggunaan TikTok, penelit i menggunakan kuesioner intensitas penggunaan TikTok yang diukur dengan menggunakan 7 indikator yang selanjutnya dibuat ke dalam 40 butir pernyataa n dengan rentang skor 1-

5. Kemudian diperoleh nilai tertinggi 127 dan nilai terendahnya adalah 70. Dal am penelitian ini yang dijadikan subjek penelitian adalah siswa di SMAN 5 La ngsa sejumlah 100 siswa. Adapun hasil skor kuesioner intensitas penggunaan TikTok siswa di SMAN 5 Langsa adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1
Skor angket intensitas penggunanaan tiktok

Skor intensitas penggunaan tiktok	Frekuensi
70-84	12
85-100	33

101-112	42
113-127	13
Jumlah	100

Setelah diketahui skor jawaban kuesioner lalu mencari mean dan standar deviasi dari data yang sudah diperoleh. Berikut output SPSS mean dan standar d eviasi:

Tabel 4.2 Mean dan Standar Deviasi

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std.deviation
INTENSITAS	100	70	127	99.38	15.128
VALID N (listwise)	100				

.

Data data output SPSS yang diperoleh dari hasil perhitungan kuesioner int ensitas penggunaan TikTok siswa SMAN 5 Langsa. Dari perhitungan tersebut di ketahui bahwa N adalah jumlah sampel 100 siswa nilai mean sebesar 99.38 nilai standar deviasi sebesar 15.128 nilai minimum atau nilai terendah sebesar 70 seda ngkan nilai maksimum atau nilai tertinggi sebesar 127.

Untuk menentukan kriteria intensitas penggunaan TikTok itu tinggi, sedan g atau rendah maka dibuat pengelompokan menggunakan rumus sebagai berikut:

1. Intensitas penggunaan TikTok tinggi apabila X > Mean + 1. Standar Dev iasi
2. Intensitas penggunaan TikTok sedang apabila Mean –
   1. Standar Deviasi ≤ X ≤ Mean + 1. Standar Deviasi
3. Intensitas penggunaan TikTok rendah apabila X < Mean –
   1. Standar Deviasi.

Adapun perhitungannya sebagai berikut:

a. X > Mean + 1.Standar Deviasi = X > 99,38 + 1.15,128 atau X > 115, 5

b. Mean –1.Standar Deviasi ≤ X ≤ Mean + 1.Standar Deviasi = 99,38 – 1. 15,128 ≤ X ≤ 99,38 + 1. 15,128 atau 83,25 ≤ X ≤ 115,5

c. X < Mean – 1.Standar Deviasi = X < 99,38– 1. 15,128 atau X < 83,25

Dengan demikian dapat diketahui bahwa skor lebih dari 115,5 dikategorikan intensitas penggunaan TikTok siswa SMAN 5 Langsa tinggi. Skor antara 83,25 sampai 115,5 dikategorikan intensitas penggunaan TikTok siswa SMAN 5 Langsa sedang. Skor kurang dari 83,25 dikategorikan intensitas penggunaan TikTok remaja siswa SMAN 5 Langsa rendah. Untuk mengetahui tentang intensitas penggunaan TikTok siswa SMAN 5 Langsa dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.3 Kategorisasi Intensitas Penggunaan TikTok Siswa SMAN 5 Langsa

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	12	12.0	12.0	12.0
	SEDANG	75	75.0	75.0	87.0
	TINGGI	13	13.0	13.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Dari tingkatan tersebut dapat diketahui bahwa intensitas penggunaan TikTok siswa SMAN 5 Langsa dalam kategori tinggi terdapat 13 siswa dengan pers

entase 13% sedang dengan frekuensi sebanyak 75 siswa dengan persentase 75 % termasuk pada kategori sedang. Sementara intensitas penggunaan TikTok si swa SMAN 5 Langsa dalam kategori rendah dengan frekuensi sebanyak 12 sis wa dengan persentase 12%.

2. Deskripsi data variabel Regulasi Diri Siswa SMAN 5 Langsa

Untuk mendapatkan data mengenai regulasi diri siswa, peneliti mengguna kan kuesioner regulasi diri yang diukur dengan menggunakan 3 indikator yang selanjutnya dibuat ke dalam 20 butir pernyataan dengan rentang skor 1-5. Kemudian diperoleh nilai tertinggi 90 dan nilai terendahnya adalah 40. Dala m penelitian ini yang dijadikan subjek penelitian adalah SMAN 5 Langsa yang berjumlah 100 orang. Adapun hasil skor kuesioner regulasi diri siswa SMAN 5 Langsa adalah sebagai berikut:

Tabel 4.4
Skor angket regulasi diri siswa

Skor regulasi diri siswa	Frekuensi
40-52	29
53-65	27
66-77	32
78-90	12
Jumlah	100

Setelah diketahui skor jawaban kuesioner lalu mencari mean dan standar deviasi dari data yang sudah diperoleh. Berikut output SPSS mean dan standar deviasi:

Tabel 4.5 Mean dan Standar Deviasi Regulasi Diri

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std.deviation
INTENSITAS	100	40	90	62.12	13.305
VALID N (listwise)	100				

Data data output SPSS yang diperoleh dari hasil perhitungan kuesioner int ensitas regulasi diri siswa SMAN 5 Langsa. Dari perhitungan tersebut diketahui b ahwa N adalah jumlah sampel 100 siswa nilai mean sebesar 62,12 nilai standar d eviasi sebesar 13,305 nilai minimum atau nilai terendah sebesar 40 sedangkan nil ai maksimum atau nilai tertinggi sebesar 90.

Untuk menentukan kriteria intensitas penggunaan TikTok itu tinggi, sedan g atau rendah maka dibuat pengelompokan menggunakan rumus sebagai berikut:

Untuk menentukan kriteria regulasi diri siswa itu tinggi, sedang atau rend ah maka dibuat pengelompokan menggunakan rumus sebagai berikut:

4. Regulasi diri siswa tinggi apabila X > Mean + 1. Standar Deviasi
5. Regulasi diri siswa sedang apabila Mean –

   1. Standar Deviasi ≤ X ≤ Mean + 1. Standar Deviasi
6. Regulasi diri siswa TikTok rendah apabila X < Mean –

   1. Standar Deviasi.

   Adapun perhitungannya sebagai berikut:

   d. X > Mean + 1.Standar Deviasi = X > 62,12 + 1.13.305 atau X > 76,4

      2

e. Mean –1.Standar Deviasi ≤ X ≤ Mean + 1.Standar Deviasi = 62,12 – 1. 13,305 ≤ X ≤ 62,12 + 1. 13,305 atau 47,81 ≤ X ≤ 76,42

f. X < Mean – 1.Standar Deviasi = X < 62,12– 1. 13,305 atau X < 47,81

Dengan demikian dapat diketahui bahwa skor lebih dari 76,42 dikategorikan regulasi diri siswa SMAN 5 Langsa tinggi. Skor antara 47,81 sampai 76,42 dikategorikan regulasi diri siswa SMAN 5 Langsa sedang. Skor kurang dari 47,81 dikategorikan intensitas penggunaan TikTok remaja siswa SMAN 5 Langsa rendah. Untuk mengetahui tentang intensitas penggunaan TikTok siswa SMAN 5 Langsa dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.6 Kategorisasi Regulasi Diri Siswa SMAN 5 Langsa

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	15	15.0	15.0	15.0
	SEDANG	70	70.0	70.0	85.0
	TINGGI	15	15.0	15.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Dari tingkatan tersebut dapat diketahui bahwa regulasi diri siswa SMAN 5 Langsa dalam kategori tinggi terdapat 15 siswa dengan persentase 15% sedang dengan frekuensi sebanyak 70 siswa dengan persentase 70% termasuk pada kategori sedang. Sementara intensitas penggunaan TikTok siswa SMAN 5 Langsa dalam kategori rendah dengan frekuensi sebanyak 15 siswa dengan persentase 15%.

2. Statistik Inferensial

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dibuat, dalam penelitian ini dila kukan model analisis regresi, yaitu analisis regresi linier sederhana. Model analisi s regresi linier sederhana digunakan untuk melihat pengaruh dari variabel X inten sitas penggunaan TikTok terhadap variabel Y regulasi diri. Adapun sebelum dilak ukan analisis regresi linier sederhana, maka perlu dilakukan uji normalitas dan lin ieritas terlebih dahulu, agar saat akan dilakukan analisis dengan model regresi, da ta sudah berdistribusi normal dan memiliki hubungan yang linier satu dengan yan g lain. Berikut adalah hasil dari perhitungan menggunakan bantuan aplikasi SPSS .

a. Uji Asumsi Klasik

1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji untuk mengukur apakah variabel depend en dan independen memiliki distribusi normal atau tidak. Uji normalitas p ada penelitian ini menggunakan uji kolmogorovsmirnov dengan kriteria p engambilan keputusan nilai Sig atau signifikasi atau nilai probabilitas kur ang dari 0,05 distribusi data adalah tidak normal sedangkan nilai Sig atau signifikasi atau nilai probabilitas lebih dari 0,05 distribusi data adalah nor mal. Berikut ini output SPSS uji normalitas:

Tabel 4.7
Hasil uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters[a,b]	Mean	0E-7
	Std. Deviation	13.25550497
Most Extreme Differences	Absolute	.075
	Positive	.075
	Negative	-.053
Kolmogorov-Smirnov Z		.748
Asymp. Sig. (2-tailed)		.631

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan pada tabel 4.7 dapat diketahui bahwa nilai Asymp. Si g. (2-

tailed) nya adalah 0,631. Dengan demikian berarti nilai signifikansi data t ersebut berada di atas nilai 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa data te rsebut berdistribusi normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas merupakan suatu uji yang dilakukan dengan tujuan m engetahui apakah antara variabel tidak bebas (Y) dan variabel bebas (X) mempunyai hubungan yang linier dengan pengambilan keputusan apabila nilai Sig atau signifikasi atau nilai probabilitas kurang dari 0,05 distribusi data adalah tidak linier sedangkan nilai Sig atau signifikasi atau nilai prob

abilitas lebih dari 0,05 distribusi data adalah linier. Berikut ini output SPS S uji linieritas:

Tabel 4.8
Hasil uji linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
regulasi * intensitas	Between Groups	(Combined)	4738.489	34	139.367	.708	.863
		Linearity	1131.427	1	131.427	.668	.417
		Deviation from Linearity	4607.061	33	139.608	.710	.858
	Within Groups		12788.071	65	196.740		
	Total		17526.560	99			

Berdasarkan tabel 4.8 diketahui bahwa nilai Sig. deviation from linearity sebesar 0,858 maka lebih besar dibandingkan nilai signifikansi 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara intensitas penggunaan TikTok dengan regulasi diri siswa.

3. Uji Hipotesis

Uji Hipotesis Setelah melakukan uji asumsi klasik berupa uji normalitas dan linieritas maka selanjutnya adalah uji hipotesis. Hasil pengujian hipotesis akan memberikan kesimpulan untuk menolak atau menerima hipotesis. Pada penelitian ini uji hipotesis menggunakan regresi linier sederhana digunakan untuk melihat pengaruh yang terjadi di antara dua variabel yaitu variabel dependen dan independen yaitu apakah ada pengaruh anta

ra intensitas penggunaan TikTok terhadap regulasi diri siswa di SMAN 5 Langsa. Model ini dilakukan dengan cara membandingkan angka sig dan 0,05. Jika sig > 0,05 maka tidak ada pengaruh sedangkan jika sig < 0,05 maka ada pengaruh. Berikut ini output SPSS uji regresi linier sederhana.

Tabel 4.9
Hasil uji analisis regresi linier sederhana

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.141[a]	.020	.010	13.240
Predictors: (Constant), INTENSITAS				

4.10
Hasil uji analisis regresi linier sederhana

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	49.836	8.842		5.636	.000
	INTENSITAS	.124	.088	.141	1.405	.000

Tabel 4.10 merupakan hasil uji regresi yang menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,141 dengan nilai signifikansi 0,000 yang terdapat pada tabel 4.10. Hal ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh antara variabel intensitas penggunaan TikTok terhadap regulasi diri. Tabel model summary menunjukkan nilai R Square sebesar 0,020. Dari tabel 4.10 diketahui bahwa nilai Constant sebesar 49,836 dengan nilai intensitas penggunaan

TikTok (B/Koefisien Regresi) sebesar 0,124 Sehingga disusunlah persama an regresinya yaitu Y = a + Bx + e sehingga Y = 49,836 + 0,124 X + e

Dari persamaan tersebut maka dapat diterjemahkan sebagai berikut :

a. Konstanta sebesar 49,836 mengandung arti bahwa nilai konsta nta variabel regulasi diri sebesar 49,836.
b. Nilai koefisien regresi X sebesar 0,124 menyatakan bahwa seti ap penambahan 1% nilai intensitas penggunaan TikTok maka nilai regulasi diri juga akan bertambah sebesar 0,124

Pengambilan keputusan dalam uji regresi:

a. Berdasarkan nilai signifikansi dari tabel Coefficients diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 < 0,05, maka terdapat pengaru h antara variabel X dan variabel Y sehingga dapat disimpulka n bahwa variabel intensitas penggunaan TikTok (X1) berpeng aruh terhadap variabel regulasi diri (Y).
b. Berdasarkan nilai t diketahui bahwa nilai thitung sebesar 1,40 5 > 1,131, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel intensit as penggunaan TikTok (X1) berpengaruh terhadap variabel re gulasi diri (Y).

Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah:

Ha : terdapat pengaruh antara intensitas penggunaan TikTok d engan regulasi diri siswa

Ho : tidak terdapat pengaruh antara penggunaan TikTok denga n regulasi diri siswa

Kriteria penerimaan H0 adalah apabila $t_{hitung} < t_{tabel}$ atau nilai signifikansin ya > 0,05. Dan H0 ditolak apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau nilai signifikansinya < 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa H0 ditolak atau Ha diterima, dengan kata lain int ensitas penggunaan TikTok berpengaruh terhadap regulasi diri siswa di SMAN 5 Langsa

B. Pembahasan

Berdasarkan uji analisis yang sudah dilakukan dengan hasil berupa data st atistik, tingkat intensitas penggunaan TikTok dari keseluruhan subjek 100 siswa SMAN 5 Langsa terbagi dalam tiga kategori. Kategori yang pertama yaitu katego ri tinggi terdapat 13 siswa dengan persentase 13%. Kategori sedang sebanyak 75 siswa dengan persentase 75% dan kategori rendah dengan frekuensi sebanyak 12 siswa dengan persentase 12%.

1. Tingkat intensitas Penggunaan TikTok Pada siswa SMAN 5 Langsa

Berdasarkan data yang diperoleh dari skala penelitian, intensitas pengguna an TikTok SMAN 5 Langsa mengacu pada seluruh aspek-
aspek intensitas penggunaan TikTok yang dikemukakan oleh Ajzen adalah sebag ai berikut.[49]

a. Pada aspek perhatian, siswa dengan tingkat intensitas penggunaan Tik Tok tinggi menunjukkan pola perilaku selalu mengakses aplikasi tikto

[49] leek Ajzen, Attitutes, *Personality And Behavior,* (New York: Open University Press,2015), hal. 8

k karena merupakan kebutuhan hidup selalu mengabaikan lingkungan sekitar karena terlalu fokus dalam mengakses TikTok, selalu mengaba ikan kegiatan sekolah dan lebih mengutamakan untuk mengakses Tik Tok dan. Siswa dengan tingkat intensitas penggunaan TikTok sedang menunjukkan pola perilaku yang cenderung sering mengakses media s osial TikTok dimana fokus dan perhatian siswa tidak bisa terbagi dan cenderung mengabaikan lingkungan sekitar saat mengakses media sosi al TikTok, perhatiannya berkurang karena ingin selalu mengakses aku n TikToknya dan cenderung sering mengabaikan tugas sekolah. Sedan gkan untuk siswa dengan tingkat intensitas penggunaan TikTok yang r endah menunjukkan pola perilaku tidak pernah mengabaikan lingkung an sekitar dan mengabaikan tugas sekolah ketika mengakses TikTok.

b. Pada aspek penghayatan, siswa dengan tingkat intensitas penggunaan TikTok tinggi menunjukkan pola perilaku dimana kondisi moodnya se lalu dipengaruhi oleh konten TikTok yang diakses. Bagi siswa dengan tingkat intensitas penggunaan TikTok sedang menunjukkan pola peril aku yang cenderung sering terpengaruh kondisi moodnya oleh konten TikTok yang diakses sehingga tidak jarang moodnya yang terdapat dal am konten tersebut mempengaruhi kehidupan siswa. Sedangkan siswa dengan tingkat intensitas penggunaan TikTok yang rendah menunjuk kan pola perilaku tidak pernah terpengaruh kondisi moodnya oleh kon ten TikTok yang diakses.

c. Pada aspek durasi siswa dengan tingkat intensitas penggunaan TikTok yang tinggi menunjukkan pola perilaku yang selalu mengakses TikTo k dan selalu menghabiskan waktu luangnya untuk mengakses TikTok. Siswa yang memiliki tingkat intensitas penggunaan TikTok yang seda ng menunjukkan pola perilaku yang cenderung mengakses media sosi al TikTok dalam jangka waktu yang melebihi batas wajar seperti 10 k ali dalam sehari sehingga lebih membuang-

buang waktu untuk mengakses media sosialnya. Siswa juga cenderung kesulitan dalam menahan keinginan untuk mengakses TikTok serta m embagi waktu untuk melakukan aktivitas lainnya. Sedangkan siswa de ngan tingkat intensitas penggunaan TikTok yang rendah menunjukkan pola perilaku yang lebih sedikit durasinya dalam mengakses TikTok dan tidak pernah menghabiskan waktu dengan mengakses TikTok.

d. Pada aspek frekuensi, siswa dengan tingkat intensitas penggunaan Tik Tok yang tinggi menunjukkan pola perilaku yang selalu aktif pada seti ap konten TikTok yang diakses dan selalu mengakses TikTok lebih se ring dibandingkan teman-

teman yang lain. siswa dengan tingkat intensitas penggunaan TikTok yang sedang menunjukkan pola perilaku yang cenderung sering updat e status di media sosial TikTok. Hal ini dilakukan salah satunya untuk mengupload kehidupan pribadinya di akun TikTok mereka. Selain itu remaja juga cenderung melakukan pengulangan dalam mengkases Tik Tok untuk mengikuti dan membuat konten yang sedang menjadi tren

di media sosial TikTok. Sedangkan remaja dengan tingkat intensitas p enggunaan TikTok yang rendah menunjukkan pola perilaku yang tida k pernah update konten TikTok yang diakses dan tidak sering melaku kan pengulangan dalam mengakses TikTok.

e. Emosi dan kepuasan. Siswa yang tingkat intensitas penggunaan aplika si TikTok Tinggi cenderung sangat terikat dengan aplikasi TikTok dan merasakan ketidak nyamanan ketika belum membuka aplikati TikTok dan merasakan ada kekurangan dalam kegiatan sehari-harinya. Siswa dengan intensitas sedang cenderung menjadikan aplika si TikTok menjadi kegiatan rutin untuk membuka aplikasi tersebut da n siswa yang kategori rendah cenderung tidak merasakan hal yang ane h ketika tidak membuka aplikasi tersebut.

f. Keterlibatan konten. Siswa dengan kategori tinggi memiliki keterlibat an yang sangat intens dengan aplikasi TikTok seperti ikut update satut us, berkomentar di VT orang lain dan ikut membuat tren-tren baru pada aplikasi TikTok. Siswa dengan kategori sedang cenderu ng sering terlibat pada setiap konten tiktok nya maupun tiktok orang l ain seperti berkomentar dan lainnya. Sedangkan siswa dengan kategori rendah tidak pernah mengikuti tren TikTok dan ikut berkomentar pad a VT orang lain.

g. Motivasi. Siswa yang termasuk kategori tinggi merupakan siswa yang sangat menjadikan tiktok sebagai sumber atau role modelnya. Sement ara siswa yang termasuk pada kategori sedang menjadikan titkok seba

gai sarana untuk ia mengikuti update kehidupannya. Dan siswa yang k ategori rendah tidak melibatkan tiktok pada kesehariannya.

2. Tingkat Regulasi Diri siswa SMAN 5 Langsa

Berdasarkan uji analisis yang sudah dilakukan dengan hasil berupa data ti ngkat regulasi diri siswa dari keseluruhan subjek 100 siswa di SMAN 5 Langsa t ergolong dalam tiga kategori. Kategori yang pertama yaitu kategori tinggi terdapa t 15 siswa dengan persentase 15% sedang dengan frekuensi sebanyak 70 siswa de ngan persentase 70% termasuk pada kategori sedang. Sementara intensitas pengg unaan TikTok siswa SMAN 5 Langsa dalam kategori rendah dengan frekuensi se banyak 15 siswa dengan persentase 15%.

Berdasarkan data yang diperoleh dari skala penelitian, regulasi diri siswa SMAN 5 Langsa mengacu pada seluruh aspek-
aspek regulasi diri yang dikemukakan oleh Zimerman; [50]

a. Pada aspek metakognitif, siswa yang memiliki regulasi diri tinggi mer upakan siswa yang cenderung lebih sering mengakses aplikasi tiktok d aripada belajar. Siswa yang memiliki regulasi diri sedang menjadikan aplikasi TikTok sebagai sarana untuk kegiatan kesehariannyadan buka n untuk kegiatan pembelajaran . Sedangkan siswa yang memiliki regul asi diri rendah adalah siswa yang menggunakan aplikasi tiktok dan tid ak berpengaruh terhadap hasi belajarnya

[50] B. J. Zimmerman, & Risemberg, R. *Self-regulatory dimensions of academic learning and motivation. In G. D. Phye (Ed.), Handbook of academic learning: Construction of knowledge* (San Diego, CA: Academic Press, 1997) (pp. 105-125)

b. Pada aspek motivasi, siswa yang memiliki regulasi diri tinggi merupa kan siswa yanglebih fokus dalam mengakses aplikasi TikTok daripada belajar dan berpengaruh terhadap hasil belajar. Siswa yang regulasi se dang cenderung sering diingatkan oleh orang tua ketika mengakses apl ikasi tiktok. Sementara siswa yang regulasi diri rendah adalah siswa y ang dapat mengatur dirinya dalam menggunakan aplikasi tiktok dan ti dak mengganggu prestasi.

c. Pada aspek prilaku, siswa yang memiliki regulasi diri tinggi adalah sis wa yang kurang mampu membagi waktu antara belajar dan mengakses aplikasi tikto. Siswa yang memiliki regulasi diri sedang adalah sering menggunkana aplikasi tiktok hingga di tegur temannya karena mengg anggu, dan siswa yang memiliki regulasi diri rendah adalah siswa tida k menggunakan aplikasi tiktok saat sedang belajar.

3. Pengaruh Intensitas Penggunaan Aplikasi Tiktok Terhadap Regulasi Di ri siswa SMAN 5 Langsa

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar tingkat intensitas penggunaan TikTok siswa SMAN 5 Langsa dalam kategori sedang, pa da signifikansi 5% dengan persentase 75%. Untuk tingkat regulasi diri juga dala m kategori sedang, pada signifikansi 5% dengan persentase 70%. Berdasarkan an alisis regresi linier sederhana diperoleh nilai signifikansi 0,000 < 0,05 dengan $t_{hit\ ung}$ 1,405 > t_{tabel} 1,131,. Kriteria penerimaan Ho adalah apabila $t_{hitung} < t_{tabel}$ atau ni

lai signifikansinya > 0,05. Dan H0 ditolak apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau nilai signifikansinya < 0,05.

Maka dapat disimpulkan bahwa H0 ditolak atau Ha diterima, dengan kata lain intensitas penggunaan TikTok berpengaruh terhadap regulasi diri siswa di SMAN 5 Langsa. Berdasarkan nilai koefisien regresi X sebesar 0,124 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai intensitas penggunaan TikTok maka nilai regulasi diri siswa juga akan bertambah sebesar 0,124. Artinya semakin tinggi tingkat intensitas penggunaan TikTok maka semakin tinggi juga tingkat regulasi diri siswa dalam menggunakan TikTok.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti akan menjelaskan gambaran hasil penelitian pengaruh intensitas penggunaan TikTok terhadap regulasi diri siswa di SMAN 5 Langsa. Diterimanya hipotesis awal penelitian ini menunjukkan bahwa intensitas penggunaan TikTok dapat dianggap sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi regulasi diri siswa.

Beberapa penelitian terdahulu telah membuktikan bahwa *self regulation* memiliki pengaruh terhadap keberhasilan belajar, sehingga pengendalian diri pada siswa dapat meningkatkan sikap kemandirian belajar yang dimiliki oleh siswa. Pervin dalam Febriani menyatakan bahwa self regulation merupakan suatu proses kepribadian yang melibatkan perilaku motivasi diri secara langsung. Sehingga siswa yang memiliki regulasi diri yang baik mampu memotivasi diri mereka untuk menyusun tujuannya, merencanakan strategi yang akan dilakukan agar mencapai tujuannya, juga dapat mengevaluasi perilaku yang telah dilakukan. Sehingga sisw

a dapat bertanggung jawab terhadap dirinya dengan adanya regulasi diri dalam di rinya.[51]

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh R asmitasari et alyang meneliti tentang pengaruh media sosial terhadap prokrastinas i dengan sampelnya merupakan siswa sekolah menengah atas sederajat.[52] Dalam penelitian tersebut terungkap bahwa intensitas penggunaan media sosial berpenga ruh secara positif dan signifikan terhadap akademik. Siswa akan mudah untuk me ninggalkan tugas serta tanggung jawab akademik mereka apabila sudah kecandua n dalam bermain media sosial sehingga dari kecanduan tersebut timbul rasa mala s yang pada akhirnya akan mempengaruhi pendidikan dan hasil belajar mereka

Pengaruh dari intensitas penggunaan media sosial Tiktok ini juga dijelask an pada *Theory of Planned Behaviour yang dikemukakan* oleh Ajzen (1991) menj elaskan bahwa perilaku muncul karena adanya niat dari individu tersebut untuk b erperilaku dan niat individu disebabkan oleh beberapa faktor internal maupun eks ternal dari setiap individu tersebut. Niat tersebut merupakan sebuah indikasi sese orang terhadap seberapa keras seseorang untuk mencoba, seberapa besar usaha m ereka dalam merencanakan untuk melakukan perilaku tersebut oleh karenanya ka rena disini siswa sangat berniat untuk mengakses media sosial secara berlebihan s ehingga terwujudnya rasa malas dan pada akhirnya berdampak pada tingginya tin gkat prokrastinasi akademik.

---

[51] Mega Famela, 'Pengaruh Regulasi Diri, Iklim Sekolah, dan Dukungan Sosial Terhadap Kemandirian Belajar Siswa Smp Ypui Jakarta Selatan', Repository.Uinjkt.Ac.Id, 2019. h. 72-75. .

[52] D. M., Rasmitasari, A., Rahman, & Nurhadi. Pengaruh intensitas mengakses tiktok terhadap tingkat prokrastinasi akademik Siswa SMAN 3 Sragen. Jupe: *Jurnal Pendidikan Mandala,* (2022). 7(4).

TikTok merupakan salah satu media sosial yang sering diakses oleh sebag ian besar remaja di Indonesia. TikTok yang dilengkapi oleh berbagai fitur menari k menjadi alasan media sosial ini sering diakses oleh remaja. Hal ini dikarenakan media sosial TikTok dinilai dapat menghibur siswa ketika dilanda kebosanan.[53] I ntensitas penggunaan media sosial khususnya TikTok pada siswa yang tinggi me njadi faktor yang melatar belakangi regulasi diri pada siswa. Hal ini apabila terus menerus dilakukan akan memicu permasalahan serius pada siswa seperti stres be rkelanjutan dan rasa khawatir berlebihan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaa n TikTok memberikan pengaruh yang signifikan terhadap regulasi diri siswa di S MAN 5 Langsa. Dimana semakin tinggi tingkat intensitas penggunaan TikTok sis wa maka akan semakin tinggi pula tingkat regulasi diri siswa. Apabila tidak ditan gani dengan baik maka akan merugikan siswa tersebut dimasa akan datang

[53] Danis Milania Rasmitasari, Abdul Rahman dan Nurhadi , Pengaruh Intensitas Mengakses Tiktok Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMA N 3 Sragen. *Jurnal Pendidikan Mandala*. 2022. 1060

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian deskripsi data serta analisis data dalam penelitian ini d apat diambil kesimpulan bahwa tingkat intensitas penggunaan TikTok siswa di S MAN 5 Langsa dapat dikatakan sedang. Hal ini diperoleh dari hasil angket siswa dengan rincian 75% dengan frekuensi sebanyak 75 siswa dari 100 responden dala m kategori sedang. Selanjutnya regulasi diri siswa di SMAN 5 Langsa dapat dika takan sedang. Hal ini diperoleh dari hasil angket siswa dengan rincian 70 % deng an frekuensi sebanyak 70 siswa dari 100 responden dalam kategori sedang.

Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa terdapat penga ruh yang signifikan antara intensitas penggunaan TikTok terhadap regulasi diri si swa di SMAN 5 Langsa. Tabel model summary menunjukkan nilai R Square seb esar 0,020.

B. Saran

Dari hasil analisis data pembahasan mengenai pengaruh intensitas penggu naan TikTok terhadap regulasi diri siswa di SMAN 5 Langsa, maka saran-saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi siswa, sebagai masukan agar dapat memanfaatkan kemajuan ilm u pengetahuan dan teknologi dengan bijak serta mengisi waktu luang

dengan lebih bermanfaat sehingga dapat menurunkan tingkat regulasi diri dalam proses belajar.

2. Bagi guru, sebagai saran dan masukan agar dapat meningkatkan pengo ntrolan kepada siswa terkait penggunaan TikTok, agar sesuai dengan k ebutuhan siswa
3. Bagi penelitian yang lain, penelitian ini masih terbatas pada variabel i ntensitas penggunaan TikTok, disarankan peneliti selanjutnya di dala m ruang lingkup pendidikan, tidak hanya intensitas penggunaan TikTo k saja sebagai tolak ukur pada variabel yang lain.