

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial (Instagram) pada remaja. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial (Instagram) pada remaja. Subjek dalam penelitian ini adalah 150 remaja yang berusia 15 sampai 18 tahun. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kontrol diri oleh Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) untuk mengukur kontrol diri dan skala *Social Media Addiction-Student Form* (SMA-SF), yang disusun oleh Sahin (2018) untuk mengukur kecanduan media sosial (instagram). Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi product moment. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) = -0,313 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,050$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial (Instagram), sehingga hipotesis diterima. Koefisien determinasi (R^2) yang diperoleh sebesar 0,098, hal tersebut menunjukkan bahwa variabel kontrol diri memiliki kontribusi sebesar 9,8% terhadap variabel kecanduan media sosial (Instagram) pada remaja dan sisanya 90,2% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Kata kunci : kontrol diri, kecanduan media sosial (Instagram), remaja

ABSTRACT

This study aims to find out the relationship between self-control and social media addiction (Instagram) in adolescents. The hypothesis proposed in this study is that there is a negative relationship between self-control and social media addiction (Instagram) in adolescents. The subjects in the study were 150 adolescents aged 15 to 18. This method of data collection in the study uses a self-control scale by Tangney, Baumeister, and Boone (2004) to measure self-control and the Social Media Addiction-Student Form (SMA-SF) scale, compiled by Sahin (2018) to measure social media addiction (instagram). The data analysis technique used is product moment correlation. Based on the results of the data analysis obtained the correlation coefficient (r_{xy}) = -0.313 with $p = 0.000$ ($p < 0.050$). The results showed that there was a negative relationship between self-control and social media addiction (Instagram), so the hypothesis was accepted. The coefficient of determination (R^2) obtained by 0.098, it shows that the self-control variable has a contribution of 9.8% to the social media addiction variable (Instagram) in adolescents and the remaining 90.2% is influenced by other factors.

Keywords: *self-control, social media addiction (Instagram), teenagers*