

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DAN PENGUNGKAPAN DIRI  
DENGAN INTENSITAS PENGGUNAAN *FACEBOOK* PADA  
SISWA SMP SUNAN GIRI MALANG**

**SKRIPSI**



**Oleh**

**NAILUN IZZATI WAHDAH  
NIM. 12410197**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2016**

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DAN PENGUNGKAPAN DIRI  
DENGAN INTENSITAS PENGGUNAAN *FACEBOOK* PADA  
SISWA SMP SUNAN GIRI MALANG**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang  
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh  
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

**NAILUN IZZATI WAHDAH  
NIM. 12410197**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2016**

ii

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DAN PENGUNGKAPAN DIRI  
DENGAN INTENSITAS PENGGUNAAN *FACEBOOK* PADA  
SISWA SMP SUNAN GIRI MALANG**

**SKRIPSI**

Oleh

**NAILUN IZZATI WAHDAH  
NIM. 12410197**

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



**Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si**  
NIP. 197008132001121001

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



**Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag.**  
NIP. 197307102000031002

SKRIPSI

HUBUNGAN KONTROL DIRI DAN PENGUNGKAPAN DIRI DENGAN  
INTENSITAS PENGGUNAAN *FACEBOOK* PADA SISWA SMP SUNAN  
GIRI MALANG

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada tanggal, 05 September 2016

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

Dr. H. Rahmat Aziz, M. Si  
NIP. 197008132001121001

Anggota Penguji lain  
Penguji Utama,

Dr. Endah Kurniawati P., M.Psi., Psikolog  
NIP. 197505142600032003

Ketua Penguji,

M. Bahrin Amiq, M. Si  
NIP. 197712242008011007

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi  
Tanggal, 05 September 2016

Mengesahkan  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag.  
NIP. 197307102000031002

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nailun Izzati Wahdah

NIM : 12410197

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “Hubungan Kontrol Diri dan Pengungkapan Diri dengan Intensitas Penggunaan *Facebook* pada Siswa SMP Sunan Giri Malang”, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika di kemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 05 September 2016

Penulis,



Nailun Izzati Wahdah

NIM. 12410197

## MOTTO

ما يلفظ من قول إلا لديه رقيب عتيد

*“Tiada suatu kata yang diucapkannya melainkan ada di dekatnya malaikat yang selalu hadir”*

*(Qṣ. Qaf: 18)*

*I count him braver who overcomes his desire than him who conquers his enemies, for the hardest victory is over self*

*(Aristoteles)*

## PERSEMBAHAN

*Karya ini penulis persembahkan untuk :*

*Ibu Lukluul Millati Atviva,*

*Bapak Suhadi (almarhum),*

*Keluarga Besar:*

*Mbahkung, Nenek, Adik, Jante, Om, Sepupu,*

*dan*

*Almamater*

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, atas limpahan rahmat, taufik, hidayah serta inayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Sholawat dan Salam senantiasa terlimpahkan kepada junjungan umat Islam Nabi Muhammad SAW, semoga kita mendapat syafa'at beliau kelak di hari kiamat.

Karya ini mungkin tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Mudjia Rahardjo, M.Si., Selaku Rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag Selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si, selaku Dosen Pembimbing yang dengan sabar memberikan bimbingan dan arahan selama penyusunan skripsi ini.
4. Segenap sivitas akademika Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang terutama seluruh dosen, terimakasih tiada tara atas ilmu dan bimbingannya. Juga kepada seluruh staff yang selalu sabar melayani administrasi selama proses penelitian ini.
5. Seluruh responden siswa-siswi SMP Sunan Giri Malang kelas VII, VIII dan IX yang telah bersedia memberikan waktunya untuk membantu penelitian.
6. Ibu Lukluul Millati Aviva untuk segala do'a, perhatian, dukungan dan cintanya. Bapak Suhadi (almarhum) yang selalu kupegang teguh nasihatnya.

7. Segenap keluarga besar tercinta, Kakek, Nenek, Adik, Tante, Om dan semua sepupu yang selalu memberikan perhatian, dukungan dan arahan kepada penulis hingga saat ini.
8. Kepada keluarga besar PP Al Mubarak, Abah Yai dan Umik yang selalu membimbing dan mengarahkan dengan penuh kesabaran dan keikhlasan. Juga teman-teman santri seperjuangan, terutama angkatan 2012.
9. Sahabat-sahabatku Desi, Ghorsina dan Melia yang selalu memberikan bantuan, support, saran dan motivasi kepada penulis.
10. Seluruh teman angkatan 2012 yang berjuang bersama-sama untuk meraih mimpi, semoga silaturrohim kita terus terjalin sampai kelak kita sukses.
11. Semua pihak yang telah membantu penulis hingga terselesaikannya penelitian ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Semoga Allah membalas kebaikan kalian semua.

Penulis menyadari bahwa skripsi masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk penyempurnaan skripsi ini.

Akhirnya dengan segala kerendahan hati penulis berharap semoga karya ini memberikan manfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca umumnya.

Malang, 31 Agustus 2016

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xvi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xvii</b>
<b>ABSTRCT.....</b>	<b>xviii</b>
<b>ملخص .....</b>	<b>xix</b>
<b>BAB I : PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	10
C. Tujuan Penelitian.....	11
D. Manfaat Penelitian.....	11
<b>BAB II : KAJIAN TEORI.....</b>	<b>13</b>
A. Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> .....	13
1. Pengertian Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> .....	13
2. Aspek-Aspek Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> .....	15
3. Sejarah <i>Facebook</i> .....	16
B. Kontrol Diri .....	18
1. Pengertian Kontrol Diri .....	18
2. Jenis-jenis Kontrol Diri .....	20
3. Aspek-aspek Kontrol Diri.....	20
4. Fungsi Kontrol Diri .....	22

5. Faktor – Faktor Kontrol Diri .....	23
6. Kontrol Diri dalam Perspektif Islam.....	24
C. Pengungkapan Diri .....	26
1. Pengertian Pengungkapan Diri .....	26
2. Tingkatan-tingkatan Pengungkapan Diri .....	30
3. Manfaat Pengungkapan Diri .....	31
4. Kerugian Pengungkapan Diri.....	32
5. Aspek-aspek Pengungkapan Diri.....	33
6. Faktor-Faktor Pengungkapan Diri.....	35
7. Pengungkapan Diri dalam Perspektif Islam .....	38
D. Hubungan antara Variabel Y dengan Variabel X.....	36
8. Hubungan antara Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> dengan Kontrol Diri .....	40
9. Hubungan antara Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> dengan Pengungkapan Diri.....	42
E. Kerangka Berpikir .....	44
F. Hipotesis.....	44
<b>BAB III : METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>40</b>
A. Rancangan Penelitian .....	45
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	45
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	46
D. Subjek Penelitian.....	47
E. Instrumen Pengumpulan Data .....	48
F. Validitas dan Reliabilitas .....	51
G. Teknik Analisis Data.....	55
<b>BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>60</b>
A. Pelaksanaan Penelitian .....	60
B. Hasil Penelitian .....	64
C. Pembahasan Hasil Penelitian .....	83

<b>BAB V : PENUTUP .....</b>	<b>94</b>
A. Kesimpulan.....	94
B. Saran.....	95
 <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	 <b>98</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>102</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Situs Jejaring Sosial yang Sering Digunakan Siswa .....	10
Tabel 3.1	<i>Blue Print</i> Skala Kontrol Diri .....	49
Tabel 3.2	<i>Blue Print</i> Skala Pengungkapan Diri .....	50
Tabel 3.3	<i>Blue Print</i> Skala Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> .....	51
Tabel 3.4	<i>Blue Print</i> Kontrol Diri (Setelah Uji Coba) .....	52
Tabel 3.5	<i>Blue Print</i> Pengungkapan Diri (Setelah Uji Coba) .....	53
Tabel 3.6	<i>Blue Print</i> Skala Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> (Setelah Uji Coba) .....	53
Tabel 3.7	Reliabilitas Uji Coba Skala Kontrol Diri .....	54
Tabel 3.8	Reliabilitas Uji Coba Skala Pengungkapan Diri .....	55
Tabel 3.9	Reliabilitas Uji Coba Skala Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> .....	55
Tabel 3.10	Kategorisasi.....	56
Tabel 3.11	Tabel Keputusan Uji Autokoreasi .....	59
Tabel 4.1	Uji Validitas Skala Kontrol Diri .....	64
Tabel 4.2	Uji Validitas Skala Pengungkapan Diri .....	65
Tabel 4.3	Uji Validitas Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> .....	65
Tabel 4.4	Reliabilitas Skala Kontrol Diri.....	66
Tabel 4.5	Reliabilitas Skala Pengungkapan Diri.....	66
Tabel 4.6	Reliabilitas Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> .....	66
Tabel 4.7	Deskripsi Statistik Kontrol Diri .....	67
Tabel 4.8	Kategorisasi Kontrol Diri.....	68
Tabel 4.9	Deskripsi Statistik Pengungkapan Diri .....	68
Tabel 4.10	Kategorisasi Pengungkapan Diri .....	69
Tabel 4.11	Deskripsi Statistik Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> .....	69
Tabel 4.12	Kategorisasi Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> .....	70
Tabel 4.13	Tabel Uji Normalitas.....	71
Tabel 4.14	Hasil Uji Linearitas Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> dan Kontrol Dir .....	72
Tabel 4.15	Hasil Uji Linearitas Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> dan Pengungkapan Diri.....	72
Tabel 4.16	Uji Heteroskedastisitas.....	73
Tabel 4.17	Uji Multikolinearitas .....	74
Tabel 4.18	Tabel Keputusan Uji Autokoreasi.....	75

Tabel 4.19 Uji Autokorelasi.....	72
Tabel 4.20 Tabel <i>Correlations</i> .....	73
Tabel 4.21 Tabel <i>R Square</i> .....	75
Tabel 4.22 Tabel Beta.....	76
Tabel 4.23 Tabel ANOVA.....	76
Tabel 4.24 Tabel Analisis Aspek Kontrol Diri - Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> .....	77
Tabel 4.25 Tabel Analisis Aspek Pengungkapan Diri - Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> .....	78



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Grafik Pengguna <i>Facebook</i> Indonesia Berdasarkan Usia.....	4
Gambar 4.1 Diagram Persentase Tingkat Kontrol Diri .....	79
Gambar 4.2 Diagram Persentase Tingkat Pengungkapan Diri .....	81
Gambar 4.3 Diagram Presentase Tingkat Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i> .....	88



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala.....	99
Lampiran 2 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala.....	111
Lampiran 3 Kategorisas.....	114



## ABSTRAK

**Wahdah, Nailun Izzati.** 2016. Hubungan Kontrol Diri dan Pengungkapan Diri dengan Intensitas Penggunaan *Facebook* Siswa SMP Sunan Giri Malang. Skripsi. Malang: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

**Pembimbing: Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si**

Kata Kunci: Kontrol Diri, Pengungkapan Diri, Intensitas Penggunaan *Facebook*.

Remaja adalah adalah masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini individu mengalami perubahan relasi dengan teman sebaya. Remaja lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sebaya daripada orang tua, sehingga remaja lebih terbuka mengenai hal-hal yang intim dan bersifat pribadi kepada teman-temannya. Seiring dengan perkembangan teknologi, pengungkapan diri saat ini dapat dilakukan di situs jejaring sosial, salah satunya adalah *facebook*. Pengungkapan diri tersebut dapat dilakukan melalui fitur-fitur yang ada di *facebook*, seperti *chatting*, *update status*, *upload foto* dan fitur *facebook* yang lain. Sehingga remaja dengan tingkat pengungkapan diri yang tinggi dimungkinkan bahwa intensitas penggunaan *facebook*nya juga tinggi. Namun dalam menggunakan *facebook*, seharusnya remaja mampu mengontrol diri agar tidak berlebihan, karena penggunaan *facebook* yang berlebihan bisa menimbulkan berbagai dampak negatif. Oleh karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan pengungkapan diri dengan intensitas penggunaan *facebook*.

Subjek penelitian ini berjumlah 85 orang siswa SMP Sunan Giri Malang dengan rentangusia 12-15 tahun dan pengguna situs jejaring sosial *facebook*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan teknik analisis regresi linier berganda. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Tingkat kontrol diri pada penelitian ini diukur menggunakan skala yang diadaptasi dari *Full Self-Control Scale* milik Tangney, Baumeister dan Boone (2004). Jumlah item yang valid untuk skala kontrol diri sebanyak 17 item dengan reliabilitas sebesar 0.867. Sedangkan alat ukur pengungkapan diri dikembangkan dari skala *Revised Self-Disclosure Scale* (RSDS) milik Wheelless (1978). Jumlah item yang valid untuk skala pengungkapan diri sebanyak 25 item dengan reliabilitas sebesar 0.884. Sedangkan tingkat intensitas penggunaan *facebook* diukur menggunakan 2 item yang dibuat oleh peneliti dengan reliabilitas sebesar 0.656.

Hasil analisis hubungan antara kontrol diri dan intensitas penggunaan *facebook* menunjukkan  $r$  hitung sebesar  $-0.362$ ;  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Sedangkan hasil analisis hubungan antara pengungkapan diri dan intensitas penggunaan *facebook* menunjukkan  $r$  hitung sebesar  $0.542$ ;  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Sehingga dari hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis diterima dan terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan pengungkapan diri dengan intensitas penggunaan *facebook*.

## ABSTRACT

**Nailun Izzati Wahdah.** 2016. The Relationship between Self-Kontrol and Self-Disclosure with the Intensity of Facebook Usage. Thesis. Malang: Faculty of Psychology of Islamic State University of Malang.

**Supervisor: Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si**

---

**Key Words:** Self-Control, Self-Disclosure and Intensity of Facebook Usage

Adolescence is a period of transitions of children toward adulthood. During this period the individual is experiencing changes in relationships with peers. Adolescents spend more time with peers rather than parents, so adolescent more openly about things that are intimate and personal to his friends. Along with the development of technology, self-disclosure can currently do in social networking sites, one of which is facebook. The self-disclosure can be made through existing features on facebook, such as chats, status updates, photos upload and other facebook features. So that adolescent with high levels of self-disclosure it is possible that the intensity of his Facebook usage is also high. But in using facebook, adolescent should be able to control them self in order to not overdo it, because excessive use of facebook can cause a variety of negative effects. Therefore, this research aims to determine the relationship between self-control and self-disclosure with the intensity of facebook usage.

The subject of this research totalled 85 students of Sunan Giri junior high school of Malang with the range of 12-15 years and users of the social networking site facebook. This study use correlational quantitative methods with multiple linear regression analysis technique. Sampling using a purposive sampling technique. The level of self-control in this study measured using a scale adapted from the Full self-control Scale belonging Tangney, Baumeister and Boone (2004). The number of valid items for the scale of self-control as many as 17 items with reliability of 0.867. While self-disclosure measurement tool was developed from the revised scale of Self-Disclosure Scale (RSDS) belonging Wheelless (1978). The number of the number of valid items for the scale of self-disclosure as many as 25 items with reliability of 0.884. While the level of intensity of use of facebook is measured using 2 items made by researchers with the reliability of 0.656.

The results of the analysis of the relationship between self-control and intensity of use of facebook show r count of -0.362;  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). While the results of the analysis of the relationship between self-disclosure and the intensity of use of facebook show r count of 0.542;  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). So from the results showed that the hypothesis was accepted and there is a significant relationship between selfcontrol and self-disclosure with the intensity of use of facebook.

## ملخص

وحده، نيل عزة. 2016 العلاقة بين قبضة النفس وتبينه مع كثافة استخدام الفيسبوك لطلاب المدرسة المتوسطة الإسلامية الحكومية سنن غيري مالانج. البحث العلمي. مالانج: كلية علم النفس في جامعة مولانا مالك إبراهيم مالانج الإسلامية الحكومية.  
المشرف: لدكتور رحمة عزيز الماجستير

**كلمات البحث:** قبضة النفس، تبين النفس، كثافة استخدام الفيسبوك.

المراهقون هو الانتقال من الأطفال إلى سن البلوغ. في هذا الوقت تغير علاقات الناس مع أصدقائهم. ليس يستغرق المراهقين كثيرا من أوقاتهم مع أصدقائهم بل آبائهم، لذلك المراهقون بشكل أكثر صراحة عن الأشياء التي هي حميمة وشخصية لأصدقائهم. حسب مع تطور التكنولوجيا، ويمكن الآن أن يتم الكشف عن الذات من على مواقع الشبكات الاجتماعية، واحدة منها الفيسبوك. ويمكن أن يتم الكشف عن الذات من خلال الميزات الموجودة في الفيسبوك، مثل الدردشة، تحديثات، تحميل الصور وغيرها من الميزات من الفيسبوك. ذلك أن المراهقين لديهم مستويات عالية من الكشف عن الذات من الممكن أن كثافة استخدام الفيسبوك مرتفعة للغاية. وفي استخدام الفيسبوك، ينبغي أن يكون المراهقون قادرة على تبين أنفسهم أن لا تبالي، بسبب الاستخدام المفرط للفيسبوك التي يمكن أن تسبب مجموعة متنوعة من الآثار السلبية. ولذلك، تهدف هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين ضبط النفس والتعبير عن الذات مع كثافة استخدام الفيسبوك.

هذه الموضوعات البحثية 85 طالبا الإعدادية سنن غيري مالانج مع مجموعة من 12-15 سنة، والروسية موقع الشبكات الاجتماعية الفيسبوك. تستخدم هذه الدراسة وجود علاقة الكمي مع تقنية متعددة تحليل الانحدار الخطي. أخذ العينات باستخدام عينات هادفة. وقد تم قياس مستوى ضبط النفس في هذه الدراسة باستخدام مقياس مقتبس من ضبط النفس الكاملة الملكية مقياس من Boone Baumeister، Tangney (2004). عدد العناصر صالحة للنطاق ضبط النفس كثيرة مثل 17 بنود ذات موثوقية 0.867. بينما الذاتي المتقدمة أجهزة القياس الكشف عن مقياس المنقحة-الإفصاح عن الذات (RSDS) ينتمون Wheelless (1978). وقد تم قياس عدد من العناصر الصالحة لحجم الكشف الذاتي ما يصل إلى 25 بنود ذات موثوقية الفيسبوك 0.884. أما مستوى كثافة استخدام باستخدام اثنين من البنود التي أدلى بها الباحثون مع موثوقية 0.656.

نتائج تحليل العلاقة بين ضبط النفس وكثافة استخدام الفيسبوك العد تظهر ص من -0.362. ص = 0.000 (ع > 0.05). في حين أن نتائج تحليل العلاقة بين التعبير عن الذات وكثافة استخدام الفيسبوك تظهر العد ص يساوي 0.542. ص = 0.000 (ع > 0.05). لذلك من نتائج أظهرت أن يتم قبول الفرضية، وهناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين ضبط النفس والتعبير عن الذات مع كثافة استخدام الفيسبوك

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Transisi dari masa anak-anak ke masa remaja melibatkan sejumlah perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional (Santrock, 2007). Masa remaja awal dimulai sejak usia 12-15 tahun (Desmita, 2008). Pada aspek psikososialnya remaja mulai mencari identitas. Mereka mulai menyadari adanya rasa suka terhadap lawan jenis, mulai mempunyai tujuan atau rencana di masa depan, dan mulai mempunyai kemampuan mengontrol kehidupannya. Dalam kesehariannya remaja lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sebayanya daripada dengan orang tua. Kedekatan remaja secara pribadi dengan teman sebaya lebih intens daripada dengan orang tua, sehingga remaja lebih terbuka dan sering menceritakan masalah-masalah pribadi kepada teman sebayanya daripada orang tua (Desmita, 2008). Oleh karena itu mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan orang lain merupakan tugas perkembangan masa remaja (Yusuf, 2001).

Komunikasi merupakan suatu proses pertukaran informasi antara satu orang dengan yang lainnya untuk membentuk saling pengertian yang mendalam (Wishnuwardhani & Mashoedi, 2012). Dayakisni (2006) menyatakan suatu bentuk komunikasi yang menawarkan informasi mengenai diri sendiri kepada orang lain disebut sebagai pengungkapan diri. Menurut Morton pengungkapan diri merupakan kegiatan membagi perasaan dan informasi yang

akrab dengan orang lain. Pengungkapan diri ini dapat bersifat deskriptif atau evaluatif (Dayakisni, 2006).

Menurut Knapp dan Vangelesti (Dalam Derlega, 1993), pengungkapan diri tidak muncul dengan sendirinya, namun memerlukan proses dan waktu serta rasa percaya untuk membangun munculnya pengungkapan diri. Pengungkapan diri akan muncul saat hubungan sudah terjalin dengan akrab dan ada rasa percaya antar individu yang bersangkutan.

Namun pengungkapan diri juga memiliki resiko terutama pada pengungkapan yang mengandung informasi negatif. Pengungkapan informasi yang bersifat negatif dapat menimbulkan penolakan dari orang lain, bahkan dicemooh, dihindari dan dikucilkan dari pergaulan sosial sehingga muncul kesulitan dalam diri, yang dapat berujung pada rendahnya tingkat kepuasan terhadap diri (Derlega, 1993).

Seiring dengan pertumbuhan yang sangat pesat dalam penggunaan situs jejaring sosial beberapa tahun terakhir, pengungkapan diri bisa dilakukan melalui dunia maya. Dengan situs jejaring sosial individu dapat berkomunikasi dan mengungkapkan diri tanpa dibatasi ruang dan waktu. Studi yang dilakukan oleh Barak & Block (dalam Blau, 2011) terhadap remaja menunjukkan bahwa *self-disclosure* lebih sering terjadi saat seseorang berada dalam kondisi *online* dibandingkan *offline*. Hal ini karena situs jejaring sosial memiliki empat karakteristik yang tidak dimiliki oleh kehidupan nyata, yakni keberadaan, kemampuan *searching*, kemampuan menggantikan keberadaan dan para pengguna yang tidak nyata (Boyd, 2008). Fenomena komunikasi di dunia maya

inilah yang memicu perubahan dinamika dan interaksi sosial, khususnya di jejaring sosial. *Facebook* dalam hal ini mewakili fenomena penggunaan situs jejaring sosial di seluruh dunia.

Delapan tahun yang lalu *facebook* merupakan situs keenam yang paling diperdagangkan dan menjadi situs berbagi foto nomor satu di dunia. Dengan lebih dari 80 juta pengguna aktif di lebih dari 55.000 daerah, pekerjaan, SMA, dan jaringan perguruan tinggi (*Facebook* dalam Ables, 2013). Hingga saat ini *facebook* tetap menjadi fenomena dan memiliki banyak pengguna, khususnya di Indonesia. Indonesia masuk dalam jajaran negara dengan pengguna *facebook* terbanyak. Jumlah pengguna aktif bulanan *facebook* Indonesia mencapai kisaran 82 juta orang pada kuartal-IV 2015. Menurut Reynold D'Silva, Business Group Head *facebook*, mengutip informasi dari data internal *facebook* per Maret 2016, jumlah tersebut tumbuh dari 77 juta pengguna yang tercatat setahun. Angka tersebut mendekati jumlah keseluruhan pengguna internet di Indonesia pada 2015, sebesar 88,1 juta atau 34,9 persen dari total 252,4 juta penduduk. Dengan kata lain, hampir semua pengguna internet Indonesia turut memakai *facebook* (Yusuf, 2016).

Survei menunjukkan bahwa orang-orang bergabung dengan situs jejaring sosial karena memiliki beberapa alasan misalnya seperti agar tetap dapat berhubungan dengan teman-teman, membuat rencana dengan teman-teman (pertemuan atau party), atau mendekati (mengoda) seseorang. Riding dan Gefen (2004) mengemukakan alasan lain mengapa orang-orang ikut bergabung dan ikut serta dalam situs jejaring sosial adalah salah satunya mungkin adanya

perasaan rasa memiliki, membutuhkan informasi dari orang lain, ingin mencapai tujuan tertentu, untuk identitas diri, nilai diri seseorang, dan ingin mendapat perilaku yang dapat diterima orang-orang.

Namun faktanya mayoritas pengguna *Facebook* adalah kalangan remaja. Dilansir KompasTekno, Kamis (9/4/2015) dari Recode, lembaga penelitian Paw Research mengungkap bahwa *Facebook* masih menjadi andalan bagi para remaja. Setidaknya 71 persen remaja dengan rentang usia 13 hingga 17 tahun masih menggunakan jejaring sosial tersebut. Bahkan, 41 persen di antaranya mengaku bahwa *Facebook* adalah situs yang paling sering mereka kunjungi (Bohang, 2015). Sedangkan survei Digital yang dilakukan oleh We Are Social Indonesia tahun 2015 didapatkan sebanyak 26 juta pengguna *facebook* adalah remaja berusia 13-19 tahun.

Gambar 1.1

Grafik Pengguna *Facebook* Indonesia Berdasarkan Usia



Tingginya angka pengguna *facebook* mengindikasikan tingginya tingkat intensitas penggunaan *facebook*. Tidak heran apabila pengguna *facebook* bisa 5-

6 kali memperbaharui statusnya, bahkan ada yang lebih dari itu (Agung, dalam Simatupang, 2011). Tingginya tingkat penggunaan *facebook* dapat disebabkan oleh motivasi tertentu. Pertama, adalah penerimaan dari teman sekelompok dan kedua adalah umpan balik interpersonal (komentar) pada diri pengguna. Kedua hal ini merupakan fitur yang penting yang ada pada situs jejaring sosial, karena salah satu fungsinya diduga dapat menjadi alat vital (prediktor) yang penting dalam menentukan harga diri sosial remaja. Oleh karena itu diperlukan kontrol diri agar tidak berlebihan dalam menggunakan *facebook* baik dalam hal intensitas ataupun intensitas penggunaannya (Valkenburg, Peter & Schouten dalam Simatupang, 2011)

Menurut Schouten(2007), *facebook* merupakan salah satu media yang dapat menstimuli terjadinya pengungkapan diri. Pengungkapan diri (*self-disclosure*) melalui media *facebook* ini dapat mengurangi kesulitan atau masalah yang sering kali terjadi pada saat remaja, mengingat pada masa ini terjadi berbagai macam konflik dengan orang lain maupun dengan dirinya sendiri. Bagi remaja, pengungkapan diri (*self-disclosure*) termasuk hal yang penting karena digunakan sebagai salah satu keterampilan sosial yang harus dimiliki agar mereka dapat diterima dalam lingkungan sosialnya (Asnadi, 2010).

Penelitian tentang pengungkapan diri dan intensitas penggunaan *facebook* pernah dilakukan. Sebuah penelitian dari Bonnie Anne Boyd Huling (2011), dari Brigham Young University menunjukkan bahwa ada korelasi positif yang cukup kuat  $r(358) = .46, p = .01$  antara penggunaan *Facebook* dan pengungkapan diri *online*. Hipotesis ini berasal dari aplikasi multifaset yang

ditemukan di *Facebook*. Terdapat beberapa aplikasi komunikasi ditemukan di *Facebook* yang memungkinkan terjadinya pengungkapan diri, yaitu: dinding, pesan, penempatan foto atau video, aplikasi, bergabung dengan kelompok, dll. Dari sini akan terlihat pengguna yang memiliki pengungkapan diri yang tinggi, dengan memanfaatkan beberapa aplikasi untuk menampilkan gambar.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Yuniar & Nurwidawati (2012) dengan judul “Hubungan Antara intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial *Facebook* dengan Pengungkapan Diri (*Self-disclosure*) Pada Siswa-Siswi Kelas VIII SMP Negeri 26 Surabaya. Didapatkan koefisien korelasi sebesar 0,443 yang berarti ada hubungan positif antara variabel tersebut. Sedangkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa intensitas penggunaan situs jejaring sosial *facebook* dan pengungkapan diri (*self-disclosure*) pada perempuan lebih tinggi daripada laki-laki di SMP Negeri 26 Surabaya.

Fakta bahwa tingkat pengungkapan diri perempuan lebih tinggi di banding laki-laki juga didukung dengan hasil survey yang dilakukan oleh Jajak Pendapat App (Jakpat), salah satu platform survei yang berasal dari Indonesia. Jakpat melakukan studi mengenai tingkah laku dan aktivitas pengguna *Facebook* di Indonesia. Menerapkan tabel Krejcie & Morgan yang diikuti oleh 730 responden di Indonesia mengungkapkan bahwa laki-laki lebih sering membuat post dalam bentuk catatan di *Facebook* sedangkan wanita aktif dalam menginformasikan segala hal yang terjadi dalam hidupnya. Perbedaan pengungkapan diri antara pria dan wanita ini menurut Jourard (1979) terjadi karena adanya harapan yang berbeda terhadap pria dan wanita. Harapan bagi

pria untuk tampak lebih kuat, objektif, kerja keras, dan tidak emosional dapat menghambat pengungkapan diri pada pria, sedangkan harapan bagi wanita untuk mampu menolong dan menyenangkan orang lain dapat meningkatkan pengungkapan diri pada wanita.

Di sisi lain, ada dampak negatif yang ditimbulkan dari penggunaa situs jejaring sosial. Menurut Krasnova, Gunther, Spiekermann, & Koroleva (2009) bahwa terdapat masalah privacy terkait dengan etika dalam menggunakan jejaring sosial. Hal tersebut dapat kita buktikan dengan kasus individu yang mempublikasikan informasi tentang kegiatan dan keadaan sehari-hari, seperti posisi keberadaan pengguna, atau kondisi rumah yang kosong. Informasi-informasi seperti inilah yang dapat mengundang tindakan-tindakan asusila ataupun criminal, seperti halnya *cyber-bullying*, perselingkuhan, penculikan, perampokan dan hal-hal criminal lainnya. Lubis & Nugraheni (2010) menyebutkan juga tentang dampak negatif yang ditimbulkan dari penggunaan *facebook*, diantaranya yaitu, memicu perceraian, memicu anak bunuh diri, menghilangkan ungkapan tradisional, membuat penggunanya merasa tidak menarik dan mengungkap kehidupan pribadi.

Kasus-kasus penculikan terhadap para remaja setelah berkenalan dengan seseorang melalui *Facebook*, sudah seringkali terjadi. Sebagian besar korbannya adalah wanita yang usianya masih belasan tahun. Para korban dengan mudah dibujuk dan dirayu oleh pelaku dengan menggunakan akun *Facebook* palsu. Iming-iming materi dan juga janji manis kerap kali menjadi modus para pelaku kriminal.

Tahun 2014, terjadi kasus penculikan yang menimpa seorang siswa yang masih duduk di bangku kelas tiga SMP di Ciledug, kota Tangerang. Setelah diselidiki pelaku penculikan merupakan seorang pria yang dikenalnya melalui *facebook*, berinisial GL (28) yang mengaku mahasiswa salah satu perguruan tinggi swasta di Yogyakarta. Pelaku berhasil dibekuk Satreskrim Polres Metro Tangerang pada 15 Januari 2014 (Irawan, 2014). Sedangkan di Bogor, seorang siswi SMP Negeri 01 Gunung Jati, Kecamatan Gunung Putri berinisial MZ (14) dikabarkan hilang sejak 14 Agustus 2016 dan diduga dibawa kabur teman pria berinisial AN yang dikenalnya melalui *facebook* (Astyawan, 2016).

Tidak hanya penculikan, kasus *cyber-bullying* pernah terjadi di *facebook* dan menyebabkan korbannya melakukan gantung diri. Seorang remaja di India, nekat gantung diri setelah di bully oleh teman-temannya di *facebook*. Sebelum meninggal remaja yang tidak disebutkan namanya itu meninggalkan sebuah catatan bunuh diri sebanyak 6 halaman. Catatan inilah yang kemudian menjadi dasar penyelidikan polisi (S. B., 2010).

Selain dalam hal privasi dan sosial, *facebook* juga menimbulkan dampak negatif dalam hal kesehatan. Pengguna *facebook* terlalu banyak duduk atau diam tanpa melakukan kegiatan apapun, tidak pernah olah raga, terlambat makan ataupun tidur tidak teratur, sehingga beresiko bagi kesehatan. Sedangkan dalam hal akademik, waktu belajar siswa pengguna *facebook* dengan kontrol diri yang rendah akan berkurang, tidak hanya di rumah bahkan di sekolah.

Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Chairunnisa, 2010 yang berjudul “Hubungan Antara Intensitas Mengakses

*Facebook* dengan Motivasi Belajar Siswa MAN 13 Jakarta”. Uji korelasi menghasilkan  $r$  hitung sebesar 0.266 dengan  $p$  value sebesar 0.017. Sementara nilai  $t$  tabel pada taraf signifikansi 5% dengan  $N=81$  adalah sebesar 0.220. Hasil uji korelasi tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Intensitas mengakses *facebook* dengan motivasi belajar siswa MAN 13 Jakarta.

Melihat dampak-dampak negatif yang ditimbulkan dari pengungkapan diri di *facebook* maka dari itu perlu adanya kontrol diri dalam penggunaan *facebook* khususnya remaja. Gailiot, Gitter, Baker, & Baumeister (2012) mengatakan *self-control* yang rendah meningkatkan pelanggaran standar nilai sosial. Perilaku berisiko yang termasuk pelanggaran terhadap standar nilai adalah mencuri, menggunakan narkoba, dan memfitnah teman. Individu yang memiliki *self-control* yang rendah menurut Gottfredson & Hirschi (1990) 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 sesuatu hal, berpikir dengan matang sebelum melakukan sesuatu, dapat mengontrol dirinya dalam segi kesehatan dan etika sosial, kemudian mampu menyelesaikan tugas yang diberikan (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004). Ketidakmampuan untuk mengontrol diri dalam penggunaan media sosial dapat mengakibatkan secara bertahap hilangnya privasi individu, penipuan identitas, pelecehan, dan *cyber-bullying* (misalnya, beredar rumor palsu tentang seseorang) dan tindakan-tindakan buruk lainnya (Lazarinis, 2010).

Namun temuan di atas tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2012), dalam penelitiannya yang menghubungkan antara kontrol diri dengan intensitas penggunaan *facebook*. Hasilnya menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *self-control* dengan intensitas penggunaan *facebook* pada remaja Jakarta.

Dari paparan di atas maka peneliti ingin meneliti hubungan antara variabel pengungkapan diri, kontrol diri dan intensitas penggunaan *facebook*. Peneliti mengambil responden siswa SMP Sunan Giri Malang, karena berdasarkan survei mengenai situs jejaring sosial yang paling sering siswa gunakan dari 101 siswa, 60% di antaranya sering menggunakan *facebook*. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa sering menggunakan situs jejaring sosial *facebook*. Hasil surevei dapat dilihat pada tabel berikut:

**Table 1.1**  
**Tabel Situs Jejaring yang Sering Digunakan Siswa**

Situs Jejaring Sosial	Kelas			$\Sigma$	Persentase
	VII	VIII	IX		
<i>Facebook</i>	23	20	18	61	60%
<i>Instagram</i>	1	4	1	6	6%
<i>Blackberry</i> <i>Messenger</i>	0	8	8	16	16%
<i>Line</i>	1	0	0	1	1%
<i>Google +</i>	8	2	4	14	14%
<i>Whatsapp</i>	0	2	1	3	3%
<b>TOTAL</b>	<b>33</b>	<b>36</b>	<b>32</b>	<b>101</b>	<b>100%</b>

Melihat fenomena yang telah dijelaskan sebelumnya maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul; “**Hubungan**

## **Kontrol Diri dan Pengungkapan Diri dengan Intensitas Penggunaan *Facebook* pada Siswa SMP Sunan Giri Malang”.**

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diutarakan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kontrol diri siswa SMP Sunan Giri Malang?
2. Bagaimana tingkat pengungkapan diri siswa SMP Sunan Giri Malang?
3. Bagaimana tingkat intensitas penggunaan *facebook* siswa SMP Sunan Giri Malang?
4. Apakah ada hubungan antara kontrol diri dan pengungkapan diri dengan intensitas penggunaan *facebook* siswa SMP Sunan Giri Malang?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui tingkat kontrol diri siswa SMP Sunan Giri Malang
2. Mengetahui tingkat pengungkapan diri siswa SMP Sunan Giri Malang
3. Mengetahui tingkat intensitas penggunaan *facebook* siswa SMP Sunan Giri Malang
4. Mengetahui hubungan antara kontrol diri dan pengungkapan diri dengan intensitas penggunaan *facebook* siswa SMP Sunan Giri Malang

## 5. Manfaat Penelitian

### 1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih dalam pengembangan bidang psikologi sosial, psikologi komunikasi dan psikologi perkembangan remaja, khususnya berkaitan kontrol diri, pengungkapan diri dan intensitas penggunaan *facebook*.

### 2. Secara praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi para pembaca agar lebih memahami kontrol diri dan aktivitas remaja pada situs jejaring sosial *facebook* khususnya pengungkapan diri.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Intensitas Penggunaan *Facebook***

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

Intensitas dalam Bahasa Inggris adalah “intensity” yang berarti kehebatan (Echols & Shadily, 1996, h. 326). Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002) intensitas adalah keadaan tingkatan atau ukuran intensinya. Sedangkan menurut Simatupang (2011) 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.

Chaplin (2008) mendefinisikan intensitas sebagai sifat kuantitatif dari suatu penginderaan, yang berhubungan dengan intensitas perangsangnya. Menurutnya intensitas dapat diartikan dengan kekuatan tingkah laku atau pengalaman. Sedangkan menurut Kartono dan Gulo (2003), intensitas berasal dari kata “*intensity*” yang berarti besar atau kekuatan tingkah laku; jumlah energi fisik yang digunakan untuk merangsang salah satu indera; ukuran fisik dari energi atau data indera. Jadi intensitas dapat disimpulkan sebagai frekuensi atau seberapa sering suatu kegiatan atau perilaku dilakukan.

Sedangkan *facebook* sendiri menurut Nuryani (2014) adalah sebuah layanan jejaring sosial di dunia maya yang digunakan untuk mencari teman

baru, teman lama dan lainnya. Para remaja memanfaatkan *facebook* untuk mempromosikan diri sendiri dengan cara meng-*upload* foto, meng-*update* status, dan lain sebagainya. Selain itu *facebook* digunakan untuk bisnis *online*.

*Facebook* tergolong situs jejaring sosial karena memenuhi beberapa kriteria, yaitu berisi profil dengan sistem yang terkontrol, daftar informasi dari pengguna yang terhubung, dan daftar pengguna dalam suatu organisasi (Boyd & Ellison, 2008). Interaksi antara pengguna dalam *facebook* didukung dengan beberapa fitur seperti sistem pesan internal dan pilihan status update. (Ables, 2013).

Menurut Hunt (2012) & Lipsman (2011) *facebook* dianggap sebagai situs media sosial paling populer berdasarkan pengguna dan pengunjung situs (Ables, 2013). Hasil penelitian Brenner (2012) & Hampton (2011) menunjukkan bahwa *facebook* memegang 92% bagian dari seluruh user internet (Ables, 2013).

Dilihat dari sisi penggunaanya, menurut Hampton (2011) dalam Ables (2013) pengguna *facebook* berbeda dengan pengguna jejaring sosial lainnya. Para peneliti menemukan bahwa pengguna *facebook* lebih aktif berpolitik, memiliki tampilan yang lebih terpercaya, dan memiliki hubungan yang lebih dekat.

Menurut Horrigan (dalam Chairunnisa, 2010) 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.

*The graphic, visualization & usability center, the Georgia institute of technology* (dalam Chairunnisa, 2010) menggolongkan pengguna internet menjadi tiga kategori dengan berdasarkan intensitas internet yang digunakan:

- a) *Heavy user* (lebih dari 40 jam per bulan)
- b) *Medium user* (antara 10 sampai 40 jam per bulan)
- c) *Light user* (kurang dari 10 jam per bulan)

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

Menurut Andarwati dan Sankarto (2005) mengemukakan aspek intensitas penggunaan internet yaitu mencakup frekuensi dan durasi dalam menggunakan internet (Kilamanca, 2010)

### **a) Frekuensi**

Frekuensi mencakup gambaran seberapa sering individu mengakses internet dengan berbagai tujuan. Frekuensi penggunaan dinyatakan dalam satuan kurun waktu tertentu (misalnya per hari, per minggu, atau per bulan).

### **b) Durasi**

Durasi mencakup gambaran seberapa lama individu mengakses internet dengan berbagai tujuan. Durasi penggunaan dinyatakan dalam satuan kurun waktu tertentu (misalnya per menit atau per jam).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan *facebook* adalah tingkatan 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 diakumulasi sesuai frekuensi rata-rata penggunaan per minggu.

### 3. Sejarah *Facebook*

Arifin(2009), mengemukakan bahwa *facebook* mulai dipublikasikan pada 4 februari 2004. Nama *facebook* diambil dari nama buku daftar profil mahasiswa yang setiap tahunnya selalu diperbaruhi seiring dengan masuknya mahasiswa baru. Mark yang hobi mengembangkan aplikasi komputer berusaha membuat *website facebook* dari kamar asramanya dan berhasil menarik perhatian para mahasiswa di Universitas Harvard untuk menjadi anggotanya. Ternyata *facebook* berkembang diluar dugaanya, sehingga Mark memutuskan untuk keluar dari Universitas Harvard dan mulai lebih serius mengembangkan *facebook* bersama tiga orang rekannya Andre McCollum, Dustin Moskovitz, dan Chris Hughes. Perkembanganya kemudian *facebook* dibuka untuk umum. Saat ini Mark yang baru berusia 25 tahun menjadi salah satu orang terkaya di dunia.

Pada awalnya, "*Facebook*" bernama "*The Facebook*", nama tersebut diambil dari nama lembaran dokumen yang dibagikan kepada setiap pelajar baru di harvard yang menampilkan profil murid dan karyawan. Dalam

waktu 24 jam sejak peluncurannya, 1.200 pelajar Harvard langsung bergabung. Satu bulan kemudian, lebih dari separuh pelajar di sana sudah mendata profilnya. Bulan berikutnya, jaringan tersebut kemudian dengan cepat meluas ke sekolah lain di wilayah *Boston (Boston College, Boston University, MIT, Tufts), Rochester, Stanford, NYU, Northwestern*, dan semua sekolah yang termasuk dalam *Ivy League*.

Dalam kurun waktu empat bulan, 30 kampus telah tergabung dalam jaringan tersebut. Situs yang beralamat di *thefacebook.com* tersebut kemudian berubah nama menjadi *facebook.com* pada bulan Agustus 2005. Nama *facebook.com* tersebut dibeli dengan harga \$200.000 (Dua miliar rupiah, kalau dolar seharga Rp. 10.000,-) dari *Aboutface Corporatio*. Pada September 2005, *facebook* kemudian membuka jaringannya untuk para siswa SMU, jadi tidak hanya mahasiswa saja. Kemudian disusul untuk pekerja kantoran dan pada akhirnya bulan September 2006, *facebook* membuka pendaftaran untuk siapa saja yang memiliki alamat email (Zembry, 2008).

Dari september 2006 hingga september 2007, peringkatnya naik dari posisi ke-60 keposisi ke-7 situs paling banyak dikunjungi, dan merupakan situs nomor satu untuk foto di Amerika Serikat, mengungguli situs publik lain seperti *Flickr*, dengan 8,5 juta foto dimuat setiap harinya. Sekarang *Facebook* merupakan situs peringkat no 1 yang dicari orang Indonesia di *googlesearch* dengan kata kunci *Facebook*, *login Facebook*, *cara membuat Facebook*, dan semua kata yang ada *Facebook* nya (Nuryani, 2014).

## **B. Kontrol Diri**

### **1. Pengertian Kontrol Diri**

Kontrol diri menurut Chaplin (2006), adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif.

Messina & Messina (dalam Gunarsa, 2009), menyatakan bahwa kontrol diri adalah seperangkat tingkah laku yang berfokus pada keberhasilan mengubah diri pribadi, keberhasilan menangkai 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 terfokus pada tanggung jawab atas diri pribadi. Sedangkan Berk (dalam Gunarsa, 2009), mengatakan kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial.

Kartini Kartono (2000) mengatakan *self-control* atau kontrol diri adalah mengatur sendiri tingkah laku yang dimiliki. Hurlock (1990) mengatakan bahwa kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Sedangkan Skinner (dalam Alwisol, 2009) mengatakan bahwa kontrol diri merupakan tindakan diri dalam mengontrol variabel-variabel luar yang menentukan tingkah laku. Tingkah laku itu sendiri dapat dikontrol melalui berbagai cara

yaitu menghindar, penjenahan, stimuli yang tidak disukai dan memperkuat diri.

Menurut Baumeister (2002) *self-control* merupakan kemampuan untuk menahan keinginan dan dorongan dalam diri sendiri. *Self-control* mengacu pada kapasitas untuk mengubah tanggapan sendiri, terutama untuk mengarahkan seseorang sesuai dengan standar seperti cita-cita, nilai-nilai, moral, dan harapan sosial, dan untuk mendukung mereka dalam mengejar tujuan jangka panjang (Baumeister, Vohs & Tice, 2007). Menurut Baumeister, Vohs & Tice (2007), *self-control* dapat memungkinkan seseorang untuk menahan suatu response atau lebih, dengan demikian mereka bisa memunculkan response yang berbeda. *Self-control* memegang peranan penting dalam memahami sifat dasar dan fungsi dari *self-control*.

Menurut Baumeister, Vohs & Tice (2007), mengidentifikasi empat domain utama diri control mengendalikan pikiran, emosi, impuls, dan kinerja yang akan menjadi penting untuk disertakan dalam indeks keseluruhan kontrol diri. Tangney, Baumeister & Boone (2004) menjelaskan bahwa, komponen utama dari *self-control* adalah suatu kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah respon di dalam diri seseorang, serta menghilangkan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari suatu tindakan yang dilakukan. Dengan demikian, pengendalian diri secara garis besar melibatkan suatu kemampuan untuk berubah dan beradaptasi yang baik antara diri sendiri dan dunia (Tangney, Baumeister & Boone, 2004). *Self-control* juga peran penting dalam aspek lain dari

penyesuaian psikologis, seperti kecemasan, depresi, perilaku obsesif-kompulsif, dan keluhan somatic (Tangney, Baumeister & Boone, 2004).

## 2. Jenis-jenis Kontrol Diri

Block & Block (dalam Lazarus, 1976) mengemukakan bahwa ada tiga jenis kontrol diri, yaitu:

### a) *Over Control*

*Over control* merupakan jenis kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan hingga menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus.

### b) *Under Control*

*Under control* merupakan jenis kontrol diri berupa suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan yang masak.

### c) *Appropriate Control*

*Appropriate control* merupakan jenis kontrol diri dengan berusaha untuk mengendalikan impuls secara tepat.

## 3. Aspek-Aspek Kontrol Diri

Ada lima aspek kontrol diri menurut Tangney, Baumeister dan Boone (2004):

### a) *Self-Discipline*

Aspek ini menilai tentang kedisiplinan diri individu dalam melakukan suatu. Disiplin dalam hal ini individu bisa fokus pada tugas.

Individu yang memiliki self-discipline mampu menahan diri dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya.

b) *Deliberate/Non-Impulsive*

Aspek ini menilai tentang kecenderungan individu untuk melakukan suatu tindakan yang tidak impulsive. Individu dengan kecenderungan *deliberate* mempunyai pertimbangan yang baik, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa dalam pengambilan keputusan atau bertindak.

c) *Healthy Habits*

Mengatur tentang kebiasaan atau pola hidup sehat individu. Individu dengan kecenderungan healthy habits akan mampu menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan. Individu tersebut akan mengutamakan hal-hal yang memberikan dampak positif meski dampak tersebut tidak diterima secara langsung.

d) *Work Ethic*

Menilai tentang etika individu dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Individu yang memiliki work ethics mampu menyelesaikan tugas tanpa terpengaruh hal-hal yang ada diluar tugasnya.

e) *Reliability*

Menilai kemampuan individu dalam menangani sebuah tantangan. Individu yang memiliki reliabilitas mampu melaksanakan rencana jangka panjang dalam pencapaian tertentu.

### 3. Fungsi Kontrol Diri

Messina dan Messina (Gunarsa, 2009), menyatakan bahwa kontrol diri memiliki beberapa fungsi, diantaranya:

- a) Membatasi perhatian individu kepada orang lain.

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

- b) Membatasi keinginan individu untuk mengendalikan orang lain di sekitarnya

Dengan adanya pengendalian diri, individu akan membatasi ruang bagi aspirasi dirinya dan memberikan ruang bagi aspirasi orang lain supaya terakomodasi secara bersama-sama.

- c) Membatasi individu untuk bertingkah laku negatif.

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

- d) Membantu 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 dipenuhinya. Dalam hal ini, pengendalian diri membantu individu untuk menyeimbangkan pemenuhan kebutuhan hidup.

#### 4. Faktor-faktor Kontrol Diri

Kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Gufron dan Risnawita (2011) faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri secara garis besar diantaranya:

a) Faktor internal.

Faktor internal yang mempengaruhi kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang. Dengan demikian faktor ini sangat membantu individu untuk memantau dan mencatat perilakunya sendiri dengan pola hidup dan berfikir yang lebih baik lagi. Hal ini berkaitan dengan faktor kognitif kemasakan kognitif yang terjadi selama masa pra sekolah dan masa kanak-kanak secara bertahap dapat meningkatkan kapasitas individu untuk membuat pertimbangan sosial dan mengontrol perilaku individu tersebut. Dengan demikian ketika beranjak dewasa individu yang telah memasuki perguruan tinggi akan mempunyai kemampuan berfikir yang lebih kompleks dan kemampuan intelektual yang lebih besar.

b) Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Sebagai orang tua kita dianjurkan

menerapkan sikap disiplin terhadap anak sejak dini. Dengan mengajarkan sikap disiplin terhadap anak, pada akhirnya mereka akan membentuk kepribadian yang baik dan juga dapat mengendalikan perilaku mereka. Disiplin yang diterapkan orang tua merupakan hal penting dalam kehidupan, karena dapat mengembangkan kontrol diri dan self-directions sehingga seseorang bisa bertanggung jawab dengan baik segala tindakan yang dilakukan. Individu tidak dilahirkan dalam konsep yang benar dan salah atau dalam suatu pemahaman tentang perilaku yang diperbolehkan dan dilarang.

#### **5. Kontrol Diri dalam Perspektif Islam**

Kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif (Ghufron & Risnawati, 2010).

Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan. Dalam perspektif Islam kontrol diri disebut dengan *Mujahadah Al-nafs*, yaitu perjuangan sungguh-sungguh atau jihad melawan ego atau nafsu. Nafsu diri memiliki kecenderungan untuk mencari berbagai kesenangan. Individu yang gemar menuruti apa saja yang diinginkan oleh hawa nafsunya, maka sesungguhnya ia telah tertperangkap dan diperbudak oleh nafsunya itu. Hal inilah yang menjadi salah satu alasan mengapa Nabi Muhammad Saw menegaskan bahwa jihad melawan nafsu lebih dahsyat daripada jihad

melawan musuh (*qital*). Anjuran untuk mengontrol diri atau *Mujahadah Al-nafs* terdapat dalam Surat Ali Imran ayat 133-134:

وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ  
لِلْمُتَّقِينَ (١٣٣) الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ  
وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ (١٣٤)

“Dan bersegeralah kamu kepada ampunan tuhanmu & kepada surga yang luasnya seluas langit dan bumi yang disediakan untuk orang-orang yang bertaqwa (yaitu) orang-orang yang mampu menafkahkan (hartanya) baik di waktu lapang atau sempit & orang-orang yang berbuat kebajikan” (QS. Al-Imran: 133 – 134)

*Mujahadah al-nafs* merupakan perbuatan yang berat. Meskipun berat Allah menjanjikan jalan keluar bagi orang beriman yang bersungguh-sungguh berjuang mengendalikan nafsunya. Sebagaimana firman Allah:

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا ۚ وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ

“Orang-orang yang berjihad di jalan Kami, pasti akan kami tunjukkan kepadanya jalan-jalan Kami” (QS. Al-Ankabut: 69).

Imam Ibn al-Qayyim berkata: “Allah menggantungkan hidayah dengan laku jihad. Maka orang yang paling sempurna hidayah (yang diperoleh)-nya adalah dia yang paling besar laku jihadnya. Jihad yang paling fardu adalah jihad melawan nafsu, melawan syahwat, melawan syetan, melawan rayuan duniawi. Siapa yang bersungguh-sungguh dalam jihad melawan keempat hal tersebut, Allah akan menunjukkan padanya

jalan ridha-Nya, yang akan mengantarkannya ke pintu surga-Nya. Sebaliknya, siapa yang meninggalkan jihad, maka ia akan sepi dari hidaya”.

Di ayat lain, Allah SWT menjelaskan bahwa membebaskan nafsu merupakan karunia Allah, sebagaimana firman-Nya:

وَمَا أُبْرِئُ نَفْسِي ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۚ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ

“Dan aku tidak membebaskan nafs-ku, karena sesungguhnya nafs itu selalu sangat menyuruh kepada keburukan, kecuali nafs yang dirahmati Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyanyang.” (QS. Yusuf: 53)

## C. Pengungkapan Diri

### 1. Pengertian Pengungkapan Diri

Pengungkapan diri dalam Bahasa Inggris disebut dengan *self-disclosure*. *Self* berarti diri dan *disclosure* berarti penyingkapan atau pengungkapan (Echols & Shadily, 1996). Dengan demikian, *self-disclosure* adalah pengungkapan diri atau penyingkapan diri.

Pengungkapan diri menurut Sears, dkk., (1999) yaitu kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain. DeVito (2001) mendefinisikan pengungkapan diri sebagai mengkomunikasikan informasi tentang diri kepada orang lain, yang mencakup nilai-nilai yang dianut, perilaku, dan kualitas diri. Wheelless, dkk (1986) mengemukakan bahwa pengungkapan diri adalah bagian dari referensi diri yang

dikomunikasikan yang diberikan individu secara lisan pada suatu kelompok kecil.

Menurut Reis (2000) pengungkapan diri merujuk kepada proses individu yang mengungkapkan pribadi pikiran, perasaan, dan pengalaman kepada orang lain. Adler (2003) mengatakan bahwa pengungkapan diri terdiri dari "*honest, revealing messages about the self that are intentionally directed towards others*" (Fung, 2006).

Jourard (1979) salah satu pemimpin penelitian dalam bidang pengungkapan diri mengatakan bahwa *self-disclosure* adalah kemampuan seseorang menyampaikan informasi kepada orang lain yang meliputi pikiran/pendapat, keinginan, perasaan, maupun perhatian. Dengan mengungkapkan diri kepada orang lain, maka individu merasa dihargai, diperhatikan, dan dipercaya oleh orang lain sehingga hubungan komunikasi akan semakin akrab (Fung, 2006).

Pearson (1983) mengartikan *self-disclosure* sebagai komunikasi dimana seseorang dengan sukarela dan sengaja memberitahukan orang lain mengenai dirinya secara akurat, yang tidak dapat orang lain dapatkan atau ketahui dari pihak lain. Jika seseorang secara terpaksa memberitahukan dirinya secara detail kepada orang lain, maka hal ini tidak dapat dianggap sebagai *self-disclosure* karena yang termasuk *self-disclosure* adalah setiap informasi yang ditentukan oleh seseorang untuk dibagi kepada orang lain secara sukarela. Selain itu, *self-disclosure* adalah kesengajaan dan bukan kebetulan. Yang berarti, *self-disclosure* termasuk pernyataan yang di sengaja

yang di pilih untuk diberitahukan kepada orang lain. *Self-disclosure* juga merupakan keakuratan informasi mengenai dirinya sendiri. Selanjutnya, definisi *self-disclosure* yang dijelaskan oleh Pearson (1983) tidak termasuk informasi yang tidak jujur seperti kebohongan mengenai diri sendiri, bermaksud untuk menyembunyikan diri yang sebenarnya, atau informasi yang menyimpang dari dirinya agar terlihat baik (Rini & Retnaningsih, 2007).

Morton (dalam Sears, dkk., 1999) menyebutkan pengungkapan diri dapat bersifat deskriptif dan juga evaluatif. Dalam pengungkapan diri deskriptif, individu melukiskan berbagai fakta mengenai dirinya yang mungkin belum diketahui oleh orang lain, misalnya pekerjaan, tempat tinggal, hobi, dan sebagainya. Dalam pengungkapan diri evaluatif, individu mengemukakan pendapat atau perasaan pribadi, misalnya perihal orang yang disukai, kebiasaan sehari-hari, merasa terlalu gemuk dan sebagainya.

Menurut Reis (2000) tujuan pengungkapan diri antara lain: (1) untuk mendatangkan suatu respon yang mendukung, (2) untuk mendorong memperdalam hubungan, (3) untuk mencurahkan diri, atau (4) untuk memanipulasi yang lain menjadi pelengkap self-revelations. Oleh karena itu Altman (1973) dan Derlega (1993) menyebutkan bahwa pengungkapan diri menjadi peran utama dalam sebuah hubungan (Fung, 2006).

Tujuan lain dari pengungkapan diri menurut Derlega (1993) adalah sebagai validasi sosial (mendapatkan umpan balik dari orang lain tentang

pikiran atau perasaan kita, atau mendapatkan bantuan masalah dalam hidup) dan control sosial (selektif menyajikan informasi tentang diri kita sendiri untuk memunculkan kesan yang baik) (Fung, 2006).

Jourard (1979) menyatakan bahwa jumlah pengungkapan diri informasi seseorang cenderung bervariasi. Individu cenderung mengungkapkan lebih pada sikap, pendapat, selera, kepentingan dan pekerjaan, sementara pengungkapan mereka pada uang, kepribadian dan tubuh cenderung kurang. Pengungkapan diri dan frekuensi penggunaan computer ditemukan berkorelasi positif (Fung, 2006).

Pada perempuan ditemukan bahwa mereka lebih sering mengungkapkan diri dan menerima lebih banyak pengungkapan diri dari orang lain dibandingkan laki-laki (Jourard, 1979). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa orang yang sehat yang lebih mungkin untuk mengungkapkan informasi positif untuk teman-teman dan pasangan daripada orang tua mereka dan anak-anak cenderung untuk mengungkapkan informasi positif kepada orang tua mereka dan mengungkapkan diri kepada teman-teman mereka dengan lebih mendalam, luas dan jujur (Tardy et al., 1981).

Wheless dan Grotz (1978) mempelajari pengungkapan diri multi dimensi. Mereka mengembangkan 31-item *Revised Self-disclosure Scala* (RSDS) yang terdiri dari lima dimensi: (1) *intent*, (2) *amount*, (3) *positiveness*, (4) *control depth*, dan (5) *honesty/accuracy*. RSDS memiliki keandalan dan validitas yang tinggi.

Wheless dan Grotz (1978) menemukan bahwa ada hubungan yang positif antara jumlah, control kedalaman dan kejujuran akurasi pengungkapan diri dengan kepercayaan dalam hubungan.

## 2. Tingkatan-tingkatan Pengungkapan Diri

Terdapat tingkatan-tingkatan yang berbeda dalam pengungkapan diri. Powell (dalam Dayakisni & Hudaniyah, 2006) mengemukakan tingkatan-tingkatan *self-disclosure* dalam komunikasi yaitu:

- a) Basa-basi merupakan taraf pengungkapan diri yang paling lemah atau dangkal, walaupun terdapat keterbukaan diantara individu, tetapi tidak terjadi hubungan antar pribadi. Masing-masing individu berkomunikasi basa-basi sekedar kesopanan.
- b) Membicarakan orang lain yang diungkapkan dalam komunikasi hanyalah tentang orang lain atau hal-hal yang diluar dirinya. Walaupun pada tingkat ini isi komunikasi lebih mendalam tetapi pada tingkat ini individu tidak mengungkapkan diri.
- c) Menyatakan gagasan atau pendapat sudah mulai dijalin hubungan yang erat. Individu mulai mengungkapkan dirinya kepada individu lain.
- d) Perasaan: setiap individu dapat memiliki gagasan atau pendapat yang sama tetapi perasaan atau emosi yang menyertai gagasan atau pendapat setiap individu dapat berbeda-beda. Setiap hubungan yang menginginkan pertemuan antar pribadi yang sungguh-sungguh, haruslah didasarkan atas

hubungan yang jujur, terbuka, dan menyarankan perasaan-perasaan yang mendalam.

- e) Hubungan puncak: pengungkapan diri telah dilakukan secara mendalam, individu yang menjalin hubungan antar pribadi dapat menghayati perasaan yang dialami individu lainnya. Segala persahabatan yang mendalam dan sejati haruslah berdasarkan pada pengungkapan diri dan kejujuran yang mutlak.

### **3. Manfaat Pengungkapan Diri**

DeVito (2001) mengemukakan berbagai keuntungan yang didapat melalui pengungkapan diri, antara lain:

- a) Pengetahuan tentang diri

Individu menemukan perspektif pengetahuan yang baru tentang dirinya dan memiliki pemahaman yang dalam mengenai perilakunya.

- b) Keefektivan komunikasi dan hubungan

Pengungkapan diri seseorang dapat membantu menacapai hubungan yang akrab dan meningkatkan kepuasan hubungan. Tanpa pengungkapan diri, makna dari sebuah hubungan terlihat sulit untuk berkembang.

- c) Fisik yang sehat

Seseorang yang membuka diri mempunyai kecil kemungkinan untuk mengalami sakit. Kematian pada seseorang berhubungan dengan sakit pada mereka yang menanggung kesendirian dan kesepian.

Selain hal-hal tersebut, DeVito dalam bukunya *Human Communication Book* (2002), menambahkan keuntungan melakukan keterbukaan diri yaitu kemampuan *coping* dan relasi yang mendalam.

a) Kemampuan *coping*

Keterbukaan diri yang dilakukan dapat menolong seseorang untuk mencapai penyelesaian masalah, terutama perasaan bersalah. Melalui mengungkapkan perasaan dan menerima dukungan dari orang lain, seseorang dapat berdamai dengan perasaan-perasaan bersalah dan mungkin pula dapat menghilangkannya.

b) Relasi yang mendalam

Pengungkapan diri seringkali sangat membantu dalam membangun hubungan yang bermakna antara dua orang. Suatu penelitian menemukan bahwa kepuasan pernikahan lebih besar pada pasangan yang memiliki tingkat keterbukaan menengah sampai tinggi dan sangat kecil pada pasangan dengan tingkat pengungkapan diri rendah.

#### 4. Kerugian Pengungkapan diri

DeVito (2001) menjelaskan kerugian pengungkapan diri ditinjau dari tiga sisi, yaitu kerugian secara personal, relasi dan pekerjaan.

a) Kerugian secara personal

Seseorang yang terbuka, memperlihatkan nilai dan aspek-aspek kehidupannya yang dinilai negatif oleh orang lain, seringkali mendapatkan penolakan dari teman dekat ataupun anggota keluarga.

b) Kerugian pada relasi

Keterbukaan mengenai informasi tentang ketidaksetiaan, fantasi romantis, ketidak bijaksanaan atau kejahatan masa lalu, kebohongan, kelemahan yang tersembunyi atau ketakutan, dapat dengan mudah menimbulkan efek negatif bagi hubungan. Efek negatif hubungan mencakup penurunan keintiman, kepercayaan, dan hal lain yang dapat menyatukan hubungan.

c) Kerugian dalam pekerjaan

Profesi dalam pekerjaan berkaitan dengan citra tertentu, sehingga ketika seseorang membuka informasi negatif tentang diri akan berdampak pada dukungan dan penerimaan dirinya oleh orang lain. Taylor, dkk (2009) mengemukakan bahwa pengungkapan diri dapat menimbulkan bahaya, antara lain pengabaian, penolakan, hilang kontrol, dan penghianatan. Pengabaian terjadi ketika keterbukaan diri seseorang tidak dibalas dengan keterbukaan diri orang lain. Informasi tentang diri kemungkinan menimbulkan penolakan sosial. Orang lain seringkali juga memanfaatkan informasi yang diberikan kepadanya untuk menyakiti ataupun mengontrol perilaku orang yang melakukan pengungkapan diri. Informasi yang seharusnya dirahasiakan, dapat juga dibocorkan kepada pihak yang tidak semestinya mengetahui, sehingga terjadilah penghianatan.

## 5. Aspek-aspek Pengungkapan Diri

Wheless merancang instrumen untuk mengukur pengungkapan diri atau *self-disclosure*, yang dinamakan *Wheless Revised-Disclosure Scale*

(RSDS), dan telah digunakan oleh banyak peneliti yang meneliti tentang pengungkapan diri. Aspek pengungkapan diri yang dikemukakan oleh Wheelless (1986) yaitu:

a) Tujuan (*Intent to disclose*)

Seseorang melakukan keterbukaan diri secara sadar dan mempunyai tujuan. Individu akan menyingkapkan apa yang ditujukan untuk diungkapkan, sehingga dengan sadar individu tersebut dapat mengontrol *self-disclosure* (DeVito, 2001)

b) Jumlah (*amount of disclosure*)

Jumlah berkaitan dengan tingkat keseringan individu melakukan pengungkapan diri. Jumlah *self-disclosure* didapat dari frekuensi seseorang melakukan *self-disclosure* dan durasi pesan-pesan yang bersifat *self-disclosure* atau waktu yang di perlukan untuk menyatakan pengungkapan tersebut (DeVito, 2001).

c) Positif-negatif (*positive-negative nature of disclosure*)

Dimensi ini berfokus pada informasi negatif atau positif yang diberikan kepada orang lain. Individu dapat mengungkapkan diri dengan baik dan menyenangkan (positif), atau dengan tidak baik dan tidak menyenangkan (negatif), kualitas ini akan menimbulkan dampak yang berbeda, baik pada orang yang mengungkapkan diri maupun pada pendengarannya (DeVito, 2001)

d) Kejujuran-kecermatan (*honesty-accuracy of disclosure*)

Kejujuran mengacu kepada kebenaran informasi yang direpresentasikan kepada orang lain. Selanjutnya *self-disclosure* akan berbeda tergantung pada kejujuran. Individu dapat secara total jujur atau dapat melebih-lebihkan, atau berbohong. Kecermatan atau ketepatan *disclosure* akan di batasi oleh sejauh mana individu mengetahui atau mengenal dirinya sendiri (DeVito, 2001).

e) Kedalaman (*control of depth of disclosure*)

Individu dapat mengontrol pengungkapan diri dengan mengungkapkan informasi-informasi yang intim. Individu dapat mengungkapkan hal yang dianggap sebagai *feriferal* atau *impersonal* atau hal-hal yang terletak antara *feriferal* dan *impersonal* (DeVito, 2001).

## 6. Faktor-faktor Pengungkapan Diri

DeVito (2001) mengemukakan ada delapan faktor yang mempengaruhi *self-disclosure*, yaitu:

a) Efek *Dyadic*

Seseorang melakukan pengungkapan diri bila bersama orang yang melakukan pengungkapan diri pula. Efek diadik ini mungkin membuat seseorang merasa lebih aman dan, nyatanya, memperkuat perilaku pengungkapan diri sendiri. Berg dan Archer (dalam DeVito, 2001) mengungkapkan bahwa pengungkapan diri menjadi lebih akrab bila itu dilakukan sebagai tanggapan atas pengungkapan diri orang lain.

b) Besaran Kelompok

Pengungkapan diri lebih banyak terjadi dalam kelompok kecil daripada dalam kelompok besar. *Diad* (kelompok yang terdiri atas dua orang) merupakan lingkungan yang paling cocok untuk pengungkapan diri. Bila ada lebih dari satu orang pendengar, pemantauan seperti ini menjadi sulit, karena tanggapan yang muncul pasti berbeda dari pendengar yang berbeda.

c) Topik Bahasan

Seseorang lebih cenderung membuka diri tentang topik tentang pekerjaan atau hobi daripada tentang kehidupan seks atau situasi keuangan (Jourard dalam DeVito, 2001). Umumnya, makin pribadi dan makin negatif suatu topik, makin kecil kemungkinan kita mengungkapkannya.

d) Perasaan Menyukai

Seseorang membuka diri pada orang yang disukai atau dicintai dan bukan sebaliknya. Peneliti, pengungkapan diri, John Berg dan Richard Archer (dalam DeVito, 2001) melaporkan bahwa tidak saja seseorang membuka diri pada mereka yang disukai. Seseorang juga membuka diri lebih banyak kepada orang yang dipercayai (Wheeles dan Grotz dalam DeVito, 2001).

e) Ras, Kebangsaan, dan Usia

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ras-ras tertentu yang lebih sering melakukan *self-disclosure* dibandingkan dengan ras lainnya. Misalnya kulit putih Amerika lebih sering melakukan *selfdisclosure* dibandingkan

dengan orang negro. Begitu juga dengan usia, *self-disclosure* lebih banyak dilakukan oleh pasangan yang berusia antara 17-50 tahun dibandingkan dengan orang yang lebih muda atau lebih tua. Studi yang menunjukkan bahwa orang-orang beragama lebih banyak mengungkapkan masalah mereka kepada seseorang.

f) Jenis Kelamin

Faktor terpenting yang mempengaruhi pengungkapan diri adalah jenis kelamin. Umumnya, pria lebih kuran g terbuka daripada wanita. Judy Pearson (dalam DeVito, 2001) berpendapat bahwa peran seks-lah (*sex role*) dan buka jenis kelamin dalam arti biologis yang menyebabkan perbedaan dalam hal pengungkapan diri ini.

g) Mitra Dalam Hubungan

Dengan mengingat tingkat keakraban sebagai penentu kedalaman *self-disclosure* maka lawan komunikasi atau mitra dalam hubungan akan menentukan *self-disclosure*. Hal ini dimaksudkan bahwa *self-disclosure* yang dilakukan kepada individu yang dianggap sebagai orang yang dekat misalnya suami/istri, teman dekat atau sesame anggota keluarga.

h) Kepribadian

Orang-orang yang pandai bergaul (*sociable*) dan *ekstrovert* melakukan pengungkapan diri lebih banyak daripada mereka yang kurang pandai bergaul dan *introvert*. Orang yang kurang berani bicara pada umumnya juga kurang mengungkapkan diri daripada mereka yang merasa lebih nyaman dalam berkomunikasi.

## 7. Pengungkapan Diri dalam Perspektif Islam

Pengungkapan diri menurut Morton merupakan kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain (Sears, dkk., 1999). Informasi yang dibagi dalam pengungkapan diri bisa berupa informasi positif atau informasi negatif. Individu dapat mengungkapkan diri dengan baik dan menyenangkan (positif), atau dengan tidak baik dan tidak menyenangkan (negatif), kualitas ini akan menimbulkan dampak yang berbeda, baik pada orang yang mengungkapkan diri maupun pada pendengarannya (DeVito, 2001).

Pengungkapan diri yang positif dalam Islam disebut dengan istilah *tahadduts binni'mah*. Tahadduts binni'mah adalah istilah untuk menggambarkan kebahagiaan seseorang atas kenikmatan yang diraihinya sehingga ia perlu menceritakan atau memberitahukannya kepada orang lain sebagai implementasi rasa syukur yang mendalam. Perintah untuk menyebut nikmat ini terdapat pada akhir surat Ad-dhuha ayat 11 yaitu:

وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ

“dan terhadap nikmat Tuhanmu, Maka hendaklah kamu siarkan”

(QS. Ad-Dhuha: 11)

Ayat tersebut dipahami sebagai petunjuk untuk menyiarkan segala jenis kenikmatan sebagai salah satu perwujudan syukur. Perlu diperhatikan bahwa tahaddust binni'mah ini mempunyai batasan yaitu jika terhindar dari fitnah riya', ujub, dan tidak akan memunculkan kedengkian pada orang lain, maka sangat dianjurkan untuk menyebut dan menceritakan kenikmatan yang

diterima oleh seseorang. Namun, jika dikhawatirkan akan menimbulkan rasa dengki, dan untuk menghindari kerusakan akibat kedenggian dan tipu muslihat orang lain, maka menyembunyikan nikmat dalam hal ini bukan termasuk sikap kufur nikmat.

Selain pengungkapan diri yang positif terdapat pengungkapan diri yang negatif. Pengungkapan diri yang negatif dalam Islam disebut dengan *Ghibah*. *Ghibah* adalah menyebutkan sesuatu yang terdapat pada diri seorang muslim, sedang ia tidak suka (jika hal itu disebutkan). Terkadang individu mengemukakan masalah-masalah pribadi kepada orang lain atau teman yang kita percayai. Namun tanpa disadari masalah-masalah pribadi yang diungkapkan tidak lain membuka aib sendiri dan keluarga sehingga tidak terlepas membicarakan orang pihak ketiga, baik teman, sahabat, suami, mertua, keluarga, tetangga yang akhirnya pengungkapan tersebut berakhir *ghibah*.

Islam melarang aib seseorang untuk diceritakan, dan tidak boleh sekali-kali menyebarkan tentang apa atau bagaimana kondisi yang tidak baik tentang seseorang, bahkan islam mengajarkan untuk menutupinya. Allah berfirman dalam Surat Al Hujarat ayat 12:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَب بَّعْضُكُم بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ

*“Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan prasangka (kecurigaan), karena sebagian dari prasangka itu dosa. Dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan*

*janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang diantara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. Dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima Taubat lagi Maha Penyayang” (QS. Al Hujarat: 12).*

Rasulullah SAW juga melarang seseorang untuk membuka aib dirinya sendiri kepada orang lain, sebagaimana sabdanya: "Setiap umatku dimaafkan kecuali orang yang terang-terangan (melakukan maksiat). Dan termasuk terang-terangan adalah seseorang yang melakukan perbuatan maksiat di malam hari, kemudian di paginya ia berkata: wahai Fulan, kemarin aku telah melakukan ini dan itu padahal Allah SWT telah menutupnya dan di pagi harinya ia membuka tutupan Allah atas dirinya". (HR. Bukhori Muslim).

#### **D. Hubungan antara Variabel Y dengan Variabel X**

##### **1. Hubungan antara Intensitas Penggunaan *Facebook* dengan Kontrol Diri**

Remaja di seluruh dunia saat ini semakin bergantung pada internet, meskipun terdapat perbedaan substansial dalam penggunaannya di berbagai negara di seluruh dunia dan oleh berbagai kelompok sosial ekonomi (Satrock, 2003). Sesuai dengan karakteristik remaja yang suka mencoba hal-hal baru, situs jejaring sosial sangat cepat diadopsi oleh remaja. Salah satu situs media sosial yang masih menjadi tren di kalangan remaja adalah *facebook*.

Namun dalam menggunakan *facebook* seharusnya remaja mampu mengontrol dirinya agar tidak berlebihan. Penggunaan *facebook* yang berlebihan bisa menimbulkan dampak negatif diantaranya: tidak peduli dengan lingkungan sekitar, kurang sosialisasi dengan lingkungan, menghamburkan uang, mengganggu kesehatan, waktu belajar berkurang, tersebar data pribadi, mudah menemukan hal pornografi, rawan terjadi perselisihan dan penipuan. Oleh karena itu perlu adanya mekanisme yang dapat membantu untuk mengatur dan mengarahkan perilaku yang disebut dengan kontrol diri.

Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk membimbing tingkah laku sendiri, menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impulsif (Chaplin, 2006). Kontrol diri antara individu satu dengan individu lain berbeda-beda. Hal ini dapat dilihat dari kedisiplinan diri, perilaku nonimpulsif, kebiasaan yang sehat, etika dalam mengerjakan sesuatu dan keandalan individu (Tangney, Baumeister & Boone, 2004).

Kemampuan mengontrol diri berkembang seiring dengan bertambahnya usia. Salah satu tugas perkembangan yang harus dikuasai remaja adalah mempelajari apa yang diharapkan oleh kelompok darinya, kemudian mau membentuk perilakunya sesuai dengan harapan sosial tanpa harus dibimbing, diawasi, didorong dan diancam seperti hukuman yang dialami ketika anak-anak (Gufon & Risnawati, 2010).

Banyak penelitian yang membahas tentang kontrol diri dan intensitas penggunaan jejaring sosial, salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Muna & Astuti (2012) pada remaja akhir. Hasilnya diperoleh  $r$  hitung sebesar

-0.369 dengan  $p= 0.000$  yang berarti terdapat hubungan negatif signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media sosial. Berdasarkan penelitian tersebut dan uraian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kontrol diri individu maka semakin rendah intensitas penggunaan *facebook*.

## **2. Hubungan antara Intensitas Penggunaan *Facebook* dengan Pengungkapan Diri**

Remaja adalah masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa, sehingga mereka dihadapkan dengan tugas-tugas perkembangan yang lebih berat. Bisa dibilang bahwa masa remaja merupakan masa yang menentukan perkembangan individu pada masa-masa selanjutnya. Karena pada masa ini remaja berusaha mencari jati diri atau identitasnya. Teman memainkan peran penting dalam kehidupan remaja. Remaja menginginkan teman yang mempunyai nilai-nilai yang sama, dapat membuat merasa aman, dan dapat dipercaya untuk membahas masalah-masalah yang tidak dapat dibicarakan oleh orang tua dan guru (Hurlock, 1999). Pada masa ini remaja mengalami perubahan relasi dengan teman sebaya. Remaja biasanya memilih untuk memiliki beberapa teman yang lebih intens dan akrab. Remaja lebih terbuka mengenai hal-hal yang intim dan informasi yang bersifat pribadi kepada teman-temannya (Desmita, 2008).

De Vito (2001) berpendapat bahwa keterbukaan diri dapat terjadi pada berbagai bentuk komunikasi, bukan hanya komunikasi interpersonal atau dua

orang. Keterbukaan diri dapat terjadi sekalipun lewat internet. Situs jejaring sosial *facebook* dalam hal ini dapat membantu remaja dalam mengembangkan hubungan dengan teman dan menjadi media pengungkapan diri. Remaja dapat mengungkapkan dirinya lewat fitur-fitur yang ada di *facebook*, seperti chatting, meng-upload foto, meng-update status, dan lain sebagainya. Remaja dengan tingkat keterbukaan diri tinggi dimungkinkan intensitas penggunaannya lebih tinggi daripada orang yang tingkat keterbukaan dirinya rendah.

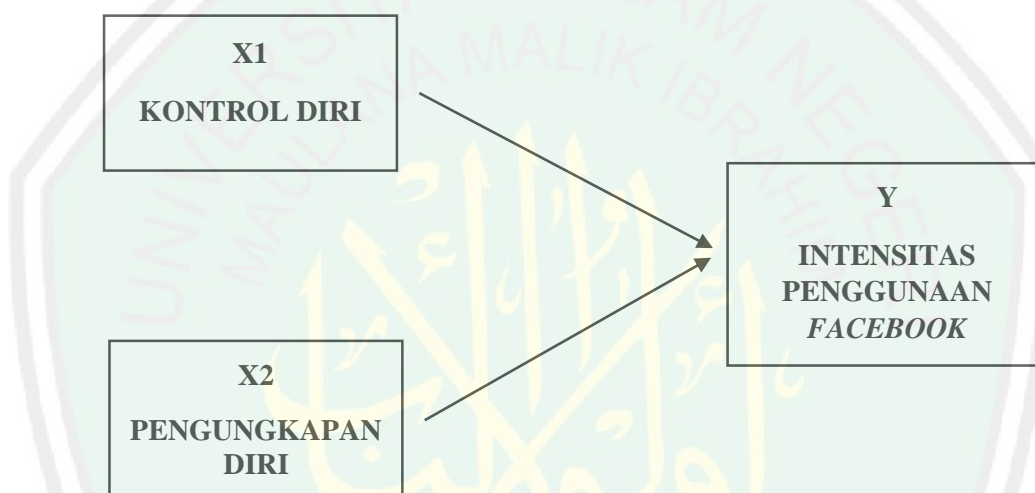
Namun menurut Kuss & Griffiths, (2011) pengungkapan diri juga memiliki resiko terutama pada pengungkapan yang mengandung informasi negatif. Pengungkapan informasi yang bersifat negatif dapat menimbulkan penolakan dari orang lain, bahkan dicemooh, dihindari dan dikucilkan dari pergaulan sosial sehingga muncul kesulitan dalam diri, yang dapat berujung pada rendahnya tingkat kepuasan terhadap diri. (Paramithasari & Dewi, 2012).

Penelitian tentang hubungan intensitas penggunaan situs jejaring sosial *facebook* dan pengungkapan diri telah dilakukan oleh Yuniar & Nurwidawati (2012) pada siswa-siswi kelas VIII SMP Negeri 26 Surabaya. Didapatkan koefisien korelasi sebesar 0,443 yang berarti ada hubungan positif antara variabel tersebut. Sedangkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa intensitas penggunaan situs jejaring sosial *facebook* dan pengungkapan diri (self-disclosure) pada perempuan lebih tinggi daripada laki-laki di SMP Negeri 26 Surabaya.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa tingkat keterbukaan diri dapat mempengaruhi tingkat penggunaan *facebook* pada

remaja. Semakin tinggi tingkat keterbukaan diri, maka dapat dimungkinkan penggunaan situs jejaring sosial oleh remaja juga semakin tinggi, baik dari segi frekuensi maupun durasi pemakaian.

#### E. Kerangka Berpikir



#### F. Hipotesis

Ha: Ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan pengungkapan diri terhadap intensitas penggunaan *facebook* siswa SMP Sunan Giri Malang

Ho: Tidak ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan pengungkapan diri terhadap intensitas penggunaan *facebook* siswa SMP Sunan Giri Malang

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian menurut Van Dalen (dalam Arikunto, 2005) merupakan strategi yang mengatur latar belakang penelitian agar peneliti memperoleh data yang tepat sesuai dengan karakteristik dan tujuan penelitian. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistika. Sedangkan penelitian korelasional adalah penelitian yang bertujuan untuk menyelidiki sejauhmana variasi pada satu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain yang berdasarkan koefisien korelasi (variasi variabel x dengan variabel y) (Azwar, 2009).

Berdasarkan rancangan penelitian tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan hubungan antara kontrol diri dan pengungkapan diri dengan intensitas penggunaan *facebook* pada siswa SMP Sunan Giri Malang.

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam penelitian variabel dikenal sebagai segala bentuk sesuatu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang

hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2014). Variabel dalam penelitian ini ada dua, yaitu:

1. Variabel Bebas (X1) : Kontrol diri (*self-control*)
2. Variabel Bebas (X2) : Pengungkapan diri (*self-disclosure*)
3. Variabel terikat (Y) : Intensitas penggunaan *facebook*

### C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi Operasional adalah definisi yang didasarkan atas sifat-sifat hal yang dapat didefinisikan dan dapat diamati (Suryabrata, 2008). Berikut ini definisi operasional dari masing-masing variabel:

#### 1. Kontrol Diri

Definisi operasional kontrol diri adalah skor yang diperoleh dari jawaban responden terhadap skala kontrol diri. Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengatur dan mengarahkan dirinya dilihat dalam hal kesidiplinan, melakukan sesuatu secara disengaja atau tidak, pola hidup sehat, regulasi diri dalam etika bekerja dan reliabilitas dalam melakukan sesuatu.

#### 2. Pengungkapan Diri

Definisi operasional pengungkapan diri adalah skor yang diperoleh dari jawaban responden terhadap skala pengungkapan diri. Pengungkapan diri adalah proses individu untuk mengungkapkan informasi pribadi baik positif atau negatif, meliputi ide, perasaan, keinginan, dan pengalaman kepada orang lain secara sukarela dan sengaja untuk tujuan tertentu.

### 3. Intensitas Penggunaan *Facebook*

Definisi operasional intensitas penggunaan *facebook* adalah skor yang diperoleh dari jawaban responden terhadap skala intensitas penggunaan *facebook*. Sedangkan intensitas penggunaan *facebook* adalah tingkatan 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 diakumulasi dengan frekuensi rata-rata penggunaan per minggu.

#### D. Subjek Penelitian

##### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2014). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Sunan Giri Malang kelas VII, VIII dan IX yang berjumlah 113 orang. Adapun karakteristik subjek dalam penelitian ini antara lain:

- a. Remaja awal laki-laki dan perempuan berusia 12-15 tahun
- b. Siswa SMP Sunan Giri Malang
- c. Mempunyai akun *facebook*

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2014). Sampel yang dipakai dalam penelitian ini sebanyak 85 siswa dari kelas VII, VIII dan IX yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* yaitu teknik untuk menentukan sampel penelitian dengan beberapa pertimbangan tertentu yang bertujuan agar data yang diperoleh nantinya bisa lebih representatif. Dalam hal ini sampel langsung terfokus pada siswa yang mempunyai akun *facebook*.

### E. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya (Arikunto, 2005). Instrumen yang digunakan dalam hal ini adalah skala. Menurut Azwar (2009) skala adalah pernyataan tertulis yang digunakan untuk mengungkapkan suatu konstruk atau konsep psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu. Skala psikologi yang digunakan adalah skala kontrol diri, skala pengungkapan diri dan skala intensitas penggunaan jejaring sosial *facebook*.

Bentuk skala yang digunakan adalah skala Likert yang telah dimodifikasi menggunakan empat pilihan jawaban yaitu Sangat Tidak Sesuai = 1, Tidak Sesuai = 2, Sesuai = 3 dan Sangat Sesuai = 4. Skala dengan empat

pilihan jawaban lebih disarankan karena apabila ada lima pilihan jawaban, subjek akan cenderung memilih pilihan yang ada di tengah, yang dirasa aman dan hampir tidak berpikir (Arikunto, 2006)

#### 1. Skala Kontrol Diri (*Self-control*)

Skala kontrol diri dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari *Full Self-control Scale* milik Tangney, Baumeister dan Boone (2004) untuk mengukur perbedaan tingkat kontrol diri dari setiap individu. Skala ini terdiri dari 36 item berdasarkan lima dimensi yaitu, *self-discipline*, *nonimpulsive action*, *healthy habits*, *work ethic* dan *reliability*.

**Tabel 3.1**  
**Blue Print Skala Kontrol Diri**

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	$\Sigma$
1	<i>Self Discipline</i>	1, 24,	2, 9, 10, 17, 19, 29, 31	<b>9</b>
2	<i>Deliberate/ Nonimpulsive Action</i>	5	4, 11, 12, 20, 21, 25, 32, 33, 34	<b>10</b>
3	<i>Healthy Habits</i>	13, 22, 26, 27, 35	6, 14,	<b>7</b>
4	<i>Work Ethic</i>		3, 8, 16, 23, 28	<b>5</b>
5	<i>Reliability</i>	7, 15, 18, 30, 36		<b>5</b>
<b>TOTAL</b>		<b>13</b>	<b>23</b>	<b>36</b>

#### 2. Skala Pengungkapan Diri (*Self-disclosure*)

Skala pengungkapan diri dalam penelitian ini mengadopsi skala *Revised Self-disclosure Scale* (RSDS) dari Wheelless (1978) untuk

mengukur bagaimana individu mengungkapkan dirinya dalam berkomunikasi menggunakan *facebook*. RSDS terdiri dari 31 item yang kemudian dikembangkan oleh peneliti menjadi 40 item pernyataan berdasarkan lima dimensi yaitu, *amount*, *positive-negativeness*, *consciously intended disclosure*, *honesty-accuracy*, dan *control of the general depth or intimacy of the disclosure*.

**Tabel 3.2**  
**Blue Print Skala Pengungkapan Diri**

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	$\Sigma$
1	<i>Intent</i>	1, 2, 3, 4	21, 22, 23, 24	8
2	<i>Amount</i>	5, 6, 7, 8	37, 38, 39, 40	8
3	<i>Positive-negative</i>	13, 14, 15, 16, 25, 26, 27, 28		8
4	<i>Depth-intimacy</i>	29, 30, 31, 32	17, 18, 19, 20	8
5	<i>Honesty-accuracy</i>	33, 34, 35, 36	9, 10, 11, 12	8
<b>TOTAL</b>		<b>24</b>	<b>16</b>	<b>40</b>

### 3. Skala Intensitas Penggunaan *facebook*

Untuk mengukur variabel intensitas mengakses *facebook* digunakan skala yang peneliti buat sendiri berdasarkan aspek-aspek intensitas yaitu frekuensi dan durasi siswa dalam mengakses *facebook* melalui internet. Pada aspek durasi penggunaan *facebook* peneliti mengacu pada kategorisasi yang dibuat oleh *The graphic, visualization & usability center, the Georgia institute of technology* (Chairunnisa, 2010).

**Tabel 3. 3**  
**Blue Print Skala Intensitas Penggunaan Facebook**

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	$\Sigma$
1	Durasi	1	0	1
2	Frekuensi	2	0	1
<b>TOTAL</b>		<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2</b>

#### F. Validitas dan Reliabilitas

Instrumen penelitian terlebih dahulu di lakukan uji coba pada 140 siswa SMP Wahid Hasyim Malang dengan karakteristik yang sama dengan karakteristik subjek penelitian. Sebanyak 40 item skala pengungkapan diri, 36 item skala kontrol diri dan 2 item skala intensitas penggunaan *facebook* dilakukan uji coba.

##### 1. Validitas

Validitas adalah sejauh mana akurasi suatu alat ukur atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Pengukuran dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila menghasilkan data yang secara akurat memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur seperti dikehendaki oleh tujuan pengukuran tersebut (Azwar, 2014). Menurut Sugiyono (2014) hasil penelitian dikatakan valid apabila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti.

Untuk menguji validitas suatu alat ukur pada penelitian ini, menggunakan validitas isi dan validitas konstruk. Validitas isi dilakukan dengan telaah dan revisi butir pernyataan (Suryabrata, 2013), hal ini

berdasarkan *review professional judgement* dari dosen pembimbing. Pada validitas konstruk, skala diuji berdasarkan daya bedanya. Suatu item dikatakan valid apabila memiliki koefisien korelasi  $\geq 0.30$ . Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0.30 daya bedanya dianggap memuaskan. Namun untuk aitem yang memiliki koefisien korelasi minimal kurang dari 0.30 dapat diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya diskriminasi rendah (Azwar, 2012). Perhitungan tersebut menggunakan bantuan *SPSS 16.0 for windows*. Berikut ini table blueprint skala kontrol diri, pengungkapan diri dan intensitas penggunaan *facebook* setelah dilakukan uji coba:

**Tabel 3.4**  
**Blue Print Skala Kontrol Diri**  
**(Setelah Uji Coba)**

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	$\Sigma$
1	<i>Self Discipline</i>		1, 13, 14	<b>3</b>
2	<i>Deliberate/ Nonimpulsive Action</i>		3, 7, 8, 11, 15, 16	<b>6</b>
3	<i>Healthy Habits</i>	9	5	<b>2</b>
4	<i>Work Ethic</i>		2, 4, 10, 12	<b>4</b>
5	<i>Reliability</i>	6, 17		<b>2</b>
<b>TOTAL</b>		<b>3</b>	<b>14</b>	<b>17</b>

Setelah dilakukan uji validitas skala *kontrol diri* dari 36 item uji coba didapatkan sebanyak 17 item yang valid dan sisanya sebanyak 19 item yang tidak valid

**Tabel 3.5**  
**Blue Print Skala Pengungkapan Diri**  
**(Setelah Uji Coba)**

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	$\Sigma$
1	<i>Intent</i>	1, 2, 3, 4	15, 16	6
2	<i>Amount</i>	5, 6, 7, 8		6
3	<i>Positive-negative</i>	9, 10, 11, 17, 18, 19		6
4	<i>Depth-intimacy</i>	20, 21	12, 13, 14	5
5	<i>Honesty-accuracy</i>	22, 23, 24, 25		4
<b>TOTAL</b>		<b>20</b>	<b>5</b>	<b>25</b>

Pada uji validitas skala *pengungkapan diri* dapat disimpulkan bahwa sebanyak 25 item yang valid dari 40 item yang dilakukan uji coba, sehingga sisanya sebanyak 15 item yang tidak valid.

**Tabel 3.6**  
**Blue Print Skala Intensitas Penggunaan Facebook**

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	$\Sigma$
1	Durasi	1		1
2	Frekuensi	2		1
<b>TOTAL</b>		<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2</b>

Sedangkan pada skala intensitas penggunaan *facebook* sebanyak 2 item valid dan tidak ada item yang gugur.

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas alat ukur adalah sejauh mana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2014). Menurut Sugiyono (2014), alat

ukur yang reliabel adalah alat ukur yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Suatu alat ukur dikatakan reliabel apabila memiliki koefisien *cronbach alpha*  $> 0.60$ .

Setelah instrumen di uji validitasnya maka langkah selanjutnya yaitu menguji reliabilitas. Dalam penelitian ini penghitungan reliabilitas dilakukan dengan menggunakan *SPSS 16.0 for Windows*. Hasil uji reliabilitas skala kontrol diri, pengungkapan diri dan intensitas penggunaan *facebook* dapat dilihat pada table berikut :

**Table 3.7**  
**Reliabilitas Uji Coba Skala Kontrol Diri**  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.867	17

Dalam penelitian Tangney, Baumeister dan Boone (2004) menunjukkan skala kontrol diri ini memiliki reliabilitas yang baik yakni koefisien *cronbach alpha* sebesar 0.89. Sedangkan berdasarkan hasil uji coba, dari table hasil uji reliabilitas di atas didapatkan koefisien *cronbach alpha* sebesar 0,867 yang berarti alat ukur tersebut reliabel untuk mengukur variabel kontrol diri.

**Tabel 3.8**  
**Reliabilitas Uji Coba Skala Pengungkapan Diri**  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.884	25

Reliabilitas skala pengungkapan diri dari hasil penelitian Wheelless (1978) diperoleh koefisien *cronbach alpha* sebesar 0.87. Sedangkan uji reliabilitas terhadap skala pengungkapan diri didapatkan nilai koefisien *cronbach alpha* sebesar 0,867 yang berarti alat ukur tersebut reliabel untuk mengukur variable pengungkapan diri.

**Table 2.9**  
**Uji Coba Skala Intensitas Penggunaan Facebook**  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.656	2

Sedangkan uji coba reliabilitas terhadap skala intensitas penggunaan *facebook* didapatkan nilai koefisien *cronbach alpha* sebesar 0,656 yang berarti alat ukur tersebut cukup reliabel untuk mengukur variabel intensitas penggunaan *facebook*.

## G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden terkumpul. Kegiatan dalam analisis data ialah melakukan perhitungan untuk

menjawab rumusan masalah dan melakukan penghitungan untuk menjawab rumusan masalah (Sugiyono, 2014). Pada penelitian ini penghitungan analisis data menggunakan *SPSS 16.0 for windows*. Adapun data yang diperoleh melalui skala dianalisa dengan teknik-teknik sebagai berikut:

#### 1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif adalah analisis statistik yang digunakan untuk menganalisa data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2014).

Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas, maka selanjutnya melakukan analisis dengan cara mengkategorisasi skor subyek berdasarkan norma dengan tujuan mengetahui tingkat dari masing-masing variabel penelitian, yaitu kategori tinggi, sedang, dan rendah. Penghitungan analisis deskriptif menggunakan bantuan *Microsoft Excel*. Adapun kategorisasi dilakukan dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

**Tabel 3.10**  
**Kategorisasi**

<b>Kategori</b>	<b>Kriteria</b>
Tinggi	$X \geq (M + 1,0 \text{ SD})$
Sedang	$(M - 1,0 \text{ SD}) \leq X < (M + 1,0 \text{ SD})$
Rendah	$X < (M - 1,0 \text{ SD})$

## 2. Uji Asumsi Dasar

### a) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data memiliki distribusi normal atau tidak dengan melihat nilai *Kolmogorov-Smirnov*. Dasar pengambilan keputusan uji normalitas yaitu jika nilai signifikansinya lebih dari 0.05, maka data tersebut normal dan sebaliknya. (Nisfiannoor, 2009).

### b) Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen bersifat linier (garis lurus). Hasil yang diperoleh melalui uji linieritas akan menentukan analisis regresi yang akan digunakan. (Nisfiannoor, 2009). Dasar pengambilan keputusan uji normalitas yaitu jika nilai signifikansinya pada *Deviation from Linearity* lebih dari 0.05, maka data tersebut linier.

### c) Uji Heterokedastisitas

Uji heteroskedastisitas merupakan uji yang digunakan untuk menunjukkan bahwa varians variabel tidak sama untuk semua pengamatan. Model regresi yang baik adalah tidak terjadi heterokedastisitas (Julianita & Sarjono, 2011). Ada beberapa cara untuk mengetahui heteroskedastisitas antara lain dengan melihat scatterplots antara nilai prediksi variabel terikat, yaitu ZPRED (sumbu X) dengan

residualnya SRESID (sumbu Y). Jika terbentuk pola (titik-titik) tertentu dan teratur seperti bergelombang, melebar kemudian menyempit), maka telah terjadi heteroskedastisitas. Akan tetapi, jika tidak ada pola yang teratur, serta titik-titik menyebar di bawah dan di atas angka 0 sumbu Y, maka tidak terjadi heteroskedastisitas (Nisfiannoor, 2008).

d) Uji Multikolinieritas

Uji Multikorelasi bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antar variabel bebas memiliki masalah multikorelasi atau tidak. Uji multikorelasi perlu dilakukan jika jumlah variabel bebas lebih dari satu. Beberapa cara untuk mendeteksi pengambilan keputusan pada uji multikorelasi dengan memakai ketentuan angka-angka pada VIF, yakni jika nilai  $VIF < 10$ , maka tidak terjadi multikolinieritas terhadap data yang diuji (Julianita & Sarjono, 2011)

e) Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi bertujuan untuk menguji apakah dalam metode regresi linear ada korelasi antara kesalahan pengganggu, apabila terjadi korelasi maka hal tersebut menunjukkan adanya problem autokorelasi (Wijaya dalam Julianita & Sarjono, 2011). Untuk mendeteksi ada tidaknya autokorelasi dapat dilakukan dengan pengujian Durbin Watson (DW) dengan aturan:

**Tabel 3. 11**  
**Tabel Keputusan Uji Autokoreasi**

<b>Range</b>	<b>Keputusan</b>
<b><math>0 &lt; DW &lt; DL</math></b>	Terjadi masalah autokorelasi yang positif yang perlu perbaikan
<b><math>DL &lt; DW &lt; DU</math></b>	Ada autokorelasi positif tapi lemah, dimana perbaikan lebih baik
<b><math>DU &lt; DW &lt; 4-DU</math></b>	Tidak ada masalah autokorelasi
<b><math>4-DU &lt; DW &lt; 4-DL</math></b>	Masalah autokorelasi lemah dimana dengan perbaikan akan lebih baik
<b><math>4-DL &lt; D</math></b>	Masalah autokorelasi serius

f) Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda (*multiple regression analysis*) adalah regresi dimana variabel terikatnya (y) dihubungkan dengan lebih dari satu variabel bebas ( $X_1, X_2, \dots, X_n$ ), namun masih menunjukkan diagram hubungan yang linear (Hasan, 2012). Hasil dari analisis regresi berganda dapat diperoleh beberapa informasi, yakni pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat, persentase besarnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat dan juga hubungan antar variabel.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Pelaksanaan Penelitian

##### 1. Gambaran Lokasi Penelitian

###### a) Deskripsi Fisik SMP Sunan Giri Malang

SMP Sunan Giri terletak di Tlogosari 641-A Merjosari, Lowokwaru, Malang. Berdiri tahun 1986 di atas lahan seluas 500 m<sup>2</sup> dengan izin operasional no 422/11181/35.73.307/2012. SMP Sunan Giri berada di bawah naungan Yayasan Taman Pendidikan Islam (TPI) Sunan Giri.

###### b) Visi dan Misi SMP Sunan Giri Malang

###### 1) Visi Sekolah :

*“ Unggul dalam prestasi dan berbudi luhur berlandaskan IMTAQ dan IPTEK “*

###### 2) Misi Sekolah :

(a) Mewujudkan Sumber Daya Manusia ( SDM) yang unggul dan berbudi pekerti luhur.

(b) Meningkatkan mutu pendidikan yang mengintegrasikan system nilai, agama dan budaya dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi.

(c) Mengembangkan seluruh potensi siswa secara optimal baik dalam bidang akademis maupun non akademis.

- (d) Mengoptimalkan seluruh potensi Sumber Daya Manusia dan sarana prasarana yang ada di sekolah dan mensinergikan seluruh potensi guna mewujudkan visi sekolah secara optimal.
- (e) Menjamin hubungan yang harmonis antara sekolah dan wali peserta didik, masyarakat, instansi dan lembaga terkait dalam rangka pencapaian visi sekolah secara optimal

**c) Tujuan Sekolah**

Sekolah dapat meningkatkan kecerdasan pengetahuan, kepribadian, Akhlaq mulia serta ketrampilan untuk hidup mandiri dan mengikuti Pendidikan lebih lanjut, dengan langkah – langkah sebagai berikut :

- 1) Meningkatkan perolehan NUN dan jumlah kelulusan
- 2) Mengoptimalkan proses pembelajaran dengan pendekatan yang berorientasi konstruktivis
- 3) Melestarikan budaya daerah melalui MULOK Bahasa Daerah dengan Indikator : 75 % siswa mampu berbahasa Jawa sesuai dengan konteks
- 4) Mewujudkan sekolah berbudaya lingkungan
- 5) Mengoptimalkan pembelajaran berbasis IT
- 6) Melatih siswa membaca Al Qur'an dan melakukan kegiatan sholat berjama'ah
- 7) Meraih juara dalam lomba / kegiatan ekstrakurikuler

## 2. Pelaksanaan Uji Coba

Uji coba alat ukur dilaksanakan pada tanggal 14 Mei 2016 dengan responden siswa SMP Wahid Hasyim Malang yang memiliki karakteristik seperti yang telah ditentukan. Data uji coba skala diambil dari 140 responden secara berurutan dari kelas VII, VIII, IX.

Sebelum skala disebar untuk mengetahui apakah calon responden memenuhi kriteria karakteristik sampel penelitian maka responden ditanya terlebih dahulu apakah mereka memiliki akun *facebook*. Selanjutnya peneliti menjelaskan maksud dan tujuan uji coba dan meminta kesediaan responden untuk mengisi alat ukur.

## 3. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 1 Agustus 2016 di SMP Sunan Giri Malang. Sebelumnya peneliti mengajukan permohonan ijin kepada kepala sekolah untuk melakukan penelitian kepada seluruh siswa-siswi SMP Sunan Giri Malang.

Setelah permohonan ijin disetujui maka peneliti menyebarkan skala mulai pukul 10.00 – 12.00 WIB. Penyebaran skala dilakukan dengan cara mendatangi responden kedalam kelas masing-masing di sela-sela proses pembelajaran berlangsung setelah mendapat ijin dari guru kelas. Seperti halnya uji coba, pada pelaksanaan penelitian ini responden ditanya terlebih dahulu apakah mereka memiliki akun *facebook* untuk mengetahui apakah mereka memenuhi kriteria karakteristik sampel penelitian. Jika calon

responden memenuhi kriteria karakteristik yang telah ditentukan selanjutnya peneliti menjelaskan maksud dan tujuan uji coba dan meminta kesediaan responden untuk mengisi alat ukur.

Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 92 mahasiswa dari jumlah total 113 siswa yang tercatat. Sebanyak 10 siswa tidak masuk sekolah karena sakit, ijin ataupun tanpa keterangan dan 11 siswa tidak mempunyai akun *facebook*. Skala yang tersebar sebanyak 92 eksemplar, namun yang memenuhi syarat hanya 85 eksemplar, sisanya 12 eksemplar tidak bisa diskoring karena jawaban tidak lengkap.

#### **4. Hambatan-Hambatan yang Dijumpai dalam Pelaksanaan penelitian**

Terdapat beberapa hambatan yang dijumpai peneliti saat proses pelaksanaan penelitian, antara lain:

- a) Jangka waktu proses pengambilan data penelitian yang relatif singkat hal ini karena penyebaran angket dilakukan saat jam pembelajaran berlangsung sehingga rata-rata guru kelas memberi waktu maksimal 40 menit untuk pengambilan data di kelas.
- b) Dari pihak responden yakni pada responden kelas VII mereka belum pernah mengenal angket/skala penelitian sebelumnya, sehingga peneliti membutuhkan tenaga dan waktu ekstra untuk memberikan instruksi, penjelasan dan pendampingan selama proses pengisian skala berlangsung.

## B. Hasil Penelitian

### 1. Uji Validitas dan Reliabilitas

#### a) Uji Validitas

Berdasarkan hasil uji validitas yang telah dilakukan pada tiga skala penelitian, yakni skala kontrol diri, skala pengungkapan diri, dan skala skala intensitas penggunaan *facebook* terdapat beberapa Item yang gugur. Adapun hasilnya dijelaskan pada tabel berikut:

**Tabel 4.1**  
**Uji Validitas Kontrol Diri**

Variabel	Aspek	Item Valid	Item Gugur
Kontrol diri	<i>Self Discipline</i>	14	1, 13
	<i>Deliberate/Nonimpulsive Action</i>	3,7,8,11,15, 16	
	<i>Healthy Habits</i>	5, 9	
	<i>Work Ethic</i>	2, 4, 10, 12	
	<i>Reliability</i>	17	6
<b>Jumlah</b>		<b>14</b>	<b>3</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dalam skala penelitian kontrol diri ada 3 item yang gugur, yakni pada aspek *self-disciplin* 2 item yang gugur dan pada aspek *reliability* 1 item yang gugur. Sedangkan pada aspek *deliberate*, *healthy habits* dan *work ethic* tidak ada item yang gugur.

**Tabel 4.2**  
**Uji Validitas Pengungkapan Diri**

Variabel	Aspek	Item Valid	Item Gugur
Pengungkapan Diri	<i>Intent</i>	1, 2, 3, 4, 16	15
	<i>Amount</i>	5, 6, 7, 8	
	<i>Positive-negative</i>	9, 10, 17, 18, 19	11
	<i>Depth-Intimacy</i>	20, 21,	12, 13, 14
	<i>Honesty-accuracy</i>	23, 24	22, 25
<b>Jumlah</b>		<b>18</b>	<b>7</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dalam skala pengungkapan diri terdapat 7 item yang gugur, yakni pada aspek *intent* 1 item yang gugur, aspek *positive-negative* terdapat 1 item yang gugur, aspek *depth-intimacy* terdapat 3 item yang gugur dan aspek *honesty-accuracy* terdapat 2 item gugur. Sedangkan pada aspek *amount* tidak ada item yang gugur.

**Tabel 4.3**  
**Uji Validitas Intensitas Penggunaan Facebook**

Variabel	Aspek	Item Valid	Item Gugur
Intensitas Penggunaan Facebook	Durasi	1	
	Frekuensi	2	
<b>Jumlah</b>		<b>3</b>	

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dalam skala penelitian intensitas penggunaan *facebook* tidak ada item yang gugur

## b) Uji Reliabilitas

Dalam penelitian ini uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan *SPSS 16.0 for Windows*, dengan ketentuan suatu kuisioner dikatakan reliabel jika nilai *Cronbach's Alpha* > 0.60. Hasil penghitungan reliabilitas tiga variabel dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.4**  
**Reliabilitas Skala Kontrol Diri**  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.809	17

**Tabel 4.5**  
**Reliabilitas Skala Pengungkapan Diri**  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.838	25

**Tabel 4.6**  
**Reliabilitas Skala Intensitas Penggunaan Facebook**  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.587	2

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai *Cronbach's Alpha* untuk skala kontrol diri sebesar 0,809, 0.838, skala pengungkapan diri sebesar 0,838, dan skala intensitas penggunaan *facebook* sebesar 0.587. Hal ini

menunjukkan *Cronbach's Alpha* pada skala kontrol diri dan pengungkapan diri  $> 0.06$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa skala-skala tersebut reliabel. Sedangkan pada skala intensitas penggunaan *facebook*, *Cronbach's Alpha*  $< 0.06$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa skala tersebut kurang reliabel.

## 2. Analisis Deskriptif

### a) Tingkat Kontrol Diri, Pengungkapan Diri dan Intensitas Penggunaan *Facebook* Siswa SMP Sunan Giri Malang

#### 1) Tingkat Kontrol Diri Siswa SMP Sunan Giri Malang

Untuk mengetahui tingkat kontrol diri pada responden, peneliti menggunakan kategorisasi rentang untuk setiap responden. Rentang dibagi menjadi tiga interval dengan kategori tinggi, sedang, dan rendah. Untuk mengetahui kategorisasi kontrol diri mahasiswa terlebih dulu mencari *mean* empirik ( $\mu$ ) dan standar deviasi empirik ( $\sigma$ ), diperoleh hasil pada tabel berikut:

**Tabel 4. 7**  
**Deskripsi Statistik Kontrol Diri**

Variabel	Skor Empirik			
	Max	Min	( $\mu$ )	( $\sigma$ )
<b>Kontrol Diri</b>	62	36	46.1	5.9

Dari tabel deskripsi statistic kontrol diri di atas diketahui bahwa skor tertinggi sebesar 62, skor terendah 36, skor mean sebesar 46.1 dan standar deviasi sebesar 5.9.

Setelah mendapatkan skor empirik, maka langkah selanjutnya peneliti membuat kategorisasi skor untuk kontrol diri. Kategorisasi skor kontrol diri dapat dilihat pada tabel 4.8:

**Tabel 4.8**  
**Kategorisasi Kontrol Diri**

Kategori	Kriteria	Interval Skor	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X \geq (M + 1,0 \text{ SD})$	$\geq 52$	16	19 %
Sedang	$(M - 1,0 \text{ SD}) \leq X < (M + 1,0 \text{ SD})$	40 – 51	53	62 %
Rendah	$X < (M - 1,0 \text{ SD})$	$< 40$	16	19 %
<b>Total</b>			<b>85</b>	<b>100 %</b>

## 2) Tingkat Pengungkapan Diri Siswa SMP Sunan Giri Malang

Pengkategorian pada variabel pengungkapan diri dibedakan menjadi 3 kategori yaitu, tinggi, sedang, dan rendah. Untuk mendapatkan skor dari masing-masing kategori peneliti terlebih dahulu mencari *mean* empirik ( $\mu$ ) dan standar deviasi empirik ( $\sigma$ ), diperoleh hasil pada tabel 4.9:

**Tabel 4.9**  
**Deskripsi Statistik Pengungkapan Diri**

Variabel	Skor Empirik			
	Max	Min	( $\mu$ )	( $\sigma$ )
<b>Pengungkapan Diri</b>	83	40	61.2	9.3

Setelah mendapatkan skor empirik, maka langkah selanjutnya peneliti membuat kategorisasi skor untuk pengungkapan diri. Kategorisasi skor pengungkapan diri dapat dilihat pada tabel 4.10:

**Tabel 4.10**  
**Kategorisasi Pengungkapan Diri**

Kategori	Kriteria	Interval Skor	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X \geq (M + 1,0 \text{ SD})$	$\geq 71$	13	15 %
Sedang	$(M - 1,0 \text{ SD}) \leq X < (M + 1,0 \text{ SD})$	52 – 70	57	67 %
Rendah	$X < (M - 1,0 \text{ SD})$	$< 52$	15	18 %
<b>Total</b>			<b>85</b>	<b>100 %</b>

### 3) Tingkat Intensitas Penggunaan *Facebook*

Pengkategorian pada variabel pengungkapan diri dibedakan menjadi 3 kategori yaitu, tinggi, sedang, dan rendah. Untuk mendapatkan skor dari masing-masing kategori peneliti terlebih dahulu mencari *mean* empirik ( $\mu$ ) dan standar deviasi empirik ( $\sigma$ ), diperoleh hasil pada tabel 4.11:

**Tabel 4. 11**  
**Deskripsi Statistik Intensitas Penggunaan *Facebook***

Variabel	Skor Empirik			
	Max	Min	( $\mu$ )	( $\sigma$ )
<b>Intensitas Penggunaan <i>Facebook</i></b>	8	2	4.7	1.5

Setelah mendapatkan skor empirik, maka langkah selanjutnya peneliti membuat kategorisasi skor untuk pengungkapan diri. Kategorisasi skor pengungkapan diri dapat dilihat pada tabel 4.12:

**Tabel 4.12**  
**Kategorisasi Intensitas Penggunaan Facebook**

Kategori	Kriteria	Interval Skor	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X \geq (M + 1,0 \text{ SD})$	$\geq 6$	27	32 %
Sedang	$(M - 1,0 \text{ SD}) \leq X < (M + 1,0 \text{ SD})$	3 – 5	55	65 %
Rendah	$X < (M - 1,0 \text{ SD})$	$< 3$	3	3 %
<b>Total</b>			<b>85</b>	<b>100 %</b>

### 3. Uji Asumsi Klasik

#### a) Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji normal atau tidaknya suatu distribusi data. Apabila distribusi data normal, maka pengujian hipotesa bisa menggunakan uji parametrik, namun sebaliknya bila distribusi data tidak normal maka pengujian hipotesa menggunakan uji non parametrik.

Ada beberapa metode untuk menguji normalitas, dalam hal ini pengujian menggunakan metode *One Sample Kolmogorov Smirnov*, dikarenakan responden yang diuji lebih besar dari 50.

**Tabel 4.13**  
**Tabel Uji Normalitas**  
**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Intensitas	Slf.Control	Slf.Disclosure
N		85	85	85
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	4.78	46.12	61.21
	Std. Deviation	1.523	5.999	9.326
Most Extreme Differences	Absolute	.166	.059	.070
	Positive	.166	.059	.051
	Negative	-.107	-.053	-.070
Kolmogorov-Smirnov Z		1.526	.542	.647
Asymp. Sig. (2-tailed)		.019	.931	.797
a. Test distribution is Normal.				

Berdasarkan tabel uji normalitas yang dilakukan pada 3 variabel dapat diketahui bahwa nilai signifikansi kontrol diri sebesar 0.542, pengungkapan diri sebesar 0.647 dan intensitas penggunaan *facebook* sebesar 1.526. Ketiga variabel memiliki nilai signifikansi  $>0.05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa distribusi data ketiga variabel tersebut telah normal.

#### b) Uji Linearitas

Uji linearitas pada penelitian ini dilakukan menggunakan *SPSS 16.0 for Windows*. Dari uji linieritas antara variabel kontrol diri dan intensitas penggunaan *facebook* diketahui nilai signifikansi 0.189. Sedangkan pada variabel pengungkapan diri dan intensitas penggunaan *facebook* diketahui nilai signifikansi sebesar 0.638. Dasar pengambilan keputusan pada uji linearitas adalah apabila nilai Sig. pada *Deviation from linearity*  $> 0.05$ ,

sehingga dapat disimpulkan bahwa antara variabel kontrol diri dan intensitas penggunaan *facebook* dan variabel pengungkapan diri dan intensitas penggunaan *facebook* memiliki hubungan yang linear. Berikut ini tabel hasil uji linearitas:

**Tabel 4.14**  
**Hasil Uji Lineeritas Intensitas Penggunaan *facebook* dan Kontrol Diri**  
**ANOVA Table**

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Intensitas * Slf.Control	Between Groups	(Combined)	80.435	23	3.497	1.866	.028
		Linearity	25.524	1	25.524	13.619	.000
		Deviation from Linearity	54.912	22	2.496	1.332	.189
Within Groups			114.317	61	1.874		
Total			194.753	84			

**Tabel 4.15**  
**Hasil Uji Lineeritas Intensitas Penggunaan *facebook* dan Pengungkapan Diri**  
**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Intensitas * Slf.Disclosure	Between Groups	(Combined)	104.620	32	3.269	1.886	.020
		Linearity	57.122	1	57.122	32.955	.000
		Deviation from Linearity	47.497	31	1.532	.884	.638
Within Groups			90.133	52	1.733		
Total			194.753	84			

### c) Uji Heteroskedastisitas

Uji heterokedatisitas bertujuan untuk mengetahui apakah dalam sebuah model regresi terjadi ketidaksamaan varians dari residual antara satu

pengamatan dengan pengamatan yang lainnya, sedangkan model yang baik adalah tidak terjadi heterokedastisitas. Dalam hal ini uji heterokedastisitas menggunakan metode korelasi Spearman's rho, yaitu mengkorelasikan variabel independen dengan nilai unstandardized residual. Pengujian menggunakan tingkat signifikansi 0.05 dengan uji 2 sisi. Berikut tabel hasil uji heterokedastisitas:

**Tabel 4.16**  
**Hasil Uji Heteroskedastisitas**  
**Correlations**

			Slf.Control	Slf. Disclosure	Unstandardized Residual
Spearman's rho	Slf.Control	Correlation Coefficient	1.000	-.201	-.040
		Sig. (2-tailed)	.	.065	.715
		N	85	85	85
Slf.Disclosure	Slf.Disclosure	Correlation Coefficient	-.201	1.000	.047
		Sig. (2-tailed)	.065	.	.670
		N	85	85	85
Unstandardized Residual	Unstandardized Residual	Correlation Coefficient	-.040	.047	1.000
		Sig. (2-tailed)	.715	.670	.
		N	85	85	85

Pada hasil uji heteroskedastisitas dapat diketahui bahwa nilai variabel kontrol diri dengan *Unstandardized Residual* memiliki nilai signifikansi 0.715 sedangkan pada variabel pengungkapan diri dengan *Unstandardized Residual*

memiliki signifikansi 0.670. Karena signifikansi lebih besar dari 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi masalah heteroskedastisitas.

#### d) Uji Multikolinearitas

Uji multikorelasi diperlukan untuk mengetahui ada tidaknya variabel bebas yang memiliki kemiripan dengan variabel bebas lainnya. Adanya multikolerasi sempurna akan berakibat koefisien regresi tidak dapat ditentukan serta standart deviasi akan menjadi tak terhingga. Dasar pengambilan keputusan ialah

1. Jika nilai VIF <10 maka tidak terjadi gejala mutikolinearitas diantara variabel bebas
2. Jika nilai VIF >10 maka terjadi gejala multikolinearitas diantara variabel bebas

**Tabel 4. 17**  
**Uji Multikolinearitas**  
**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	2.629	1.644		1.599	.114		
Slf.Control	-.057	.024	-.223	-2.382	.020	.915	1.092
Slf.Disclosure	.078	.015	.477	5.079	.000	.915	1.092

a. Dependent Variable:  
Intensitas

Dalam tabel uji multikolinieritas di atas dapat diketahui bahwa nilai *tolerance* masing-masing variabel bebas lebih besar dari 0.10 yakni sebesar 0.915 dan nilai VIF masing-masing variabel bebas adalah 1.092 yang berarti kurang dari 10. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala multikolinieritas pada model regresi penelitian ini.

#### e) Uji Autokorelasi

Menguji autokorelasi dalam suatu model bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi antara residual pada periode tertentu ( $t$ ) dengan residual periode sebelumnya ( $t-1$ ). Model regresi yang baik adalah yang tidak terdapat masalah autokorelasi. Salah satu cara yang dilakukan untuk mendeteksi autokorelasi adalah menggunakan uji *Durbin-Watson* (*DW test*).

Pengambilan keputusan pada uji *Durbin-Watson* adalah sebagai berikut:

**Tabel 4. 18**  
**Tabel Keputusan Uji Autokoreasi**

Range	Keputusan
$0 < DW < DL$	Terjadi autokorelasi positif yang perlu perbaikan
$DL < DW < DU$	Terjadi autokorelasi positif tapi lemah, dimana perbaikan lebih baik
$DU < DW < 4-DU$	Tidak terjadi autokorelasi
$4-DU < DW < 4-DL$	Autokorelasi lemah dimana dengan perbaikan akan lebih baik
$4-DL < D$	Terjadi autokorelasi serius

Hasil uji autokorelasi dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.19**  
**Uji Autokorelasi**  
**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.582 <sup>a</sup>	.339	.323	1.253	1.909

a. Predictors: (Constant), Slf.Disclosure, Slf.Control

b. Dependent Variable: Intensitas

Dalam penelitian ini diketahui bahwa nilai DW sebesar 1.909. Dengan jumlah subjek (N) : 85 orang dan memiliki 2 variabel bebas maka diperoleh nilai DL = 1.5995 dan nilai DU = 1.6957. Berdasarkan tabel keputusan diketahui  $DU < DW < 4 - DU$  ( $1.6957 < 1.909 < 2.3043$ ), maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi autokorelasi.

#### 4. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis perlu dilakukan untuk membuktikan  $H_a$ . Apakah Ada hubungan yang signifikan antara variabel kontrol diri dan pengungkapan diri terhadap intensitas penggunaan *facebook* siswa di SMP Sunan Giri Malang. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik analisis regresi linear berganda dengan aplikasi *SPSS 16.0 for Windows*. Selain membuktikan adanya hubungan antar variabel dalam analisis regresi berganda juga dapat melihat adanya pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat. Adapun hasilnya dapat dilihat pada tabel 4.20:

**Tabel 4.20**  
**Tabel Correlations**  
**Correlations**

		Intensitas	Slf.Control	Slf.disclosure
Pearson Correlation	Intensitas	1.000	-.362	.542
	Slf.Control	-.362	1.000	-.291
	Slf.disclosure	.542	-.291	1.000
Sig. (1-tailed)	Intensitas	.	.000	.000
	Slf.Control	.000	.	.003
	Slf.disclosure	.000	.003	.
N	Intensitas	85	85	85
	Slf.Control	85	85	85
	Slf.disclosure	85	85	85

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa taraf signifikansi sebesar 0.000. Hal ini menunjukkan hubungan yang signifikan antara variabel kontrol diri dan pengungkapan diri dengan intensitas penggunaan *facebook*, Karena 0.000 kurang dari 0.05 dimana 0.05 merupakan taraf signifikansi yang telah ditentukan. Dengan demikian, Ha yang menyatakan ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan pengungkapan diri dengan intensitas penggunaan *facebook* pada siswa SMP Sunan Giri Malang **diterima** dan H0 yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan pengungkapan diri dengan intensitas penggunaan *facebook* pada siswa SMP Sunan Giri Malang **ditolak**. Dengan diterimanya Ha, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan pengungkapan diri dengan intensitas penggunaan *facebook* pada siswa SMP Sunan Giri Malang.

Selain itu dalam penelitian ini dapat diketahui koefisien korelasi ( $r$ ) hitung. Koefisien korelasi menunjukkan jenis/arah korelasi dan kuat tidaknya hubungan dari dua variabel atau lebih kuat atau tidaknya hubungan variabel dapat dilihat dari nilai atau besaran koefisien korelasi yang didapatkan. Besaran korelasi variabel kontrol diri dan variabel intensitas penggunaan *facebook* adalah -0.362.  $R$  yang bernilai negatif menunjukkan bahwa arah variabel berkorelasi negatif yang artinya jika variabel yang satu meningkat, maka variabel lainnya cenderung menurun, atau sebaliknya jika variabel jika variabel yang satu menurun, maka variabel lainnya cenderung meningkat (Hasan, 2002). Hal ini berarti semakin tinggi kontrol diri siswa, maka semakin rendah intensitas penggunaan *facebook*-nya. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri siswa, maka semakin tinggi intensitas penggunaan *facebook*-nya.

Sedangkan pada  $r$  hitung variabel pengungkapan diri dan intensitas penggunaan *facebook* sebesar 0.542, angka ini menunjukkan hubungan positif yang kuat antara variabel pengungkapan diri dan intensitas penggunaan *facebook*.

Sedangkan persentase pengaruh antar variabel dapat diketahui pada tabel 4.21:

**Tabel 4.21**  
**Tabel R Square**  
**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.582 <sup>a</sup>	.339	.323	1.253

a. Predictors: (Constant), Sif.disclosure, Sif.Control

b. Dependent Variable: Intensitas

Tabel di atas menunjukkan hasil nilai korelasi berganda ( $R$ ), koefisien determinasi ( $R$  Square), koefisien determinasi yang disesuaikan ( $Adjust R$  Square) dan ukuran kesalahan prediksi ( $Std Error of the estimate$ ).

Nilai  $R$  jika mendekati 1 maka hubungan semakin erat, namun jika mendekati 0 maka hubungan semakin lemah. Angka  $R$  yang didapat 0.582, artinya terjadi hubungan yang lemah antara variabel kontrol diri dan variabel pengungkapan diri terhadap intensitas penggunaan *facebook*.

Sedangkan pada nilai  $R$  Square akan diubah ke bentuk persen. Nilai  $R$  Square sebesar 0.339 yang artinya persentase sumbangan pengaruh variabel kontrol diri dan pengungkapan diri terhadap intensitas penggunaan *facebook* sebesar 33.9 %, sedangkan 66.1 % dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

**Tabel 4.22**  
**Tabel Beta**  
**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	2.629	1.644		1.599	.114
Slf.Control	-.057	.024	-.223	-2.382	.020
Slf.disclosure	.078	.015	.477	5.079	.000

a. Dependent Variable: Intensitas

*Standardized coefficients* (beta) adalah nilai koefisien yang sudah terstandarisasi. Nilai koefisien Beta pada variabel kontrol diri sebesar -0.223. Sedangkan pada variabel pengungkapan diri sebesar 0.477. Maka dapat

disimpulkan bahwa variabel kontrol diri dan pengungkapan diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap intensitas penggunaan *facebook*. Namun variabel pengungkapan diri lebih berpengaruh terhadap intensitas penggunaan *facebook*.

**Tabel 4.23**  
ANOVA<sup>b</sup>

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	66.026	2	33.013	21.029	.000 <sup>a</sup>
	Residual	128.727	82	1.570		
	Total	194.753	84			

a. Predictors: (Constant), Slf.disclosure, Slf.Control

b. Dependent Variable: Intensitas

Pada tabel ANOVA diatas menunjukkan bahwa nilai F hitung yang didapat sebesar 21.029 sementara nilai F tabel dengan df 2 dan 82 adalah 3.108, maka nilai F hitung yang didapat >F tabel, sehingga dapat disimpulkan bahwa model persamaan regresi yang digunakan dalam penelitian ini dapat diterapkan. Sementara nilai signifikansi sebesar 0.000 . jika dibandingkan dengan  $\alpha = 0.05$ , nilai signifikansi lebih kecil dari  $\alpha$ , yaitu  $0.000 \leq 0.05$ . Maka persamaan regresi yang digunakan dapat diterapkan dalam analisis data. Hal ini berarti ada pengaruh yang signifikansi antara variabel kontrol diri dan pengungkapan diri terhadap intensitas penggunaan *facebook* pada siswa SMP Sunan Giri Malang.

Tabel dibawah ini menunjukkan korelasi antar aspek kontrol diri dan korelasi antar aspek pengungkapan diri. Dari sini akan diketahui aspek mana paling berpengaruh pada intensitas penggunaan *facebook*.

**Tabel 4.24**  
**Analisis Aspek Kontrol Diri- Intensitas Penggunaan Facebook**  
**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	8.472	1.243		6.818	.000
	Slf.Discipline	-.132	.122	-.120	-1.080	.283
	Deliberate	-.330	.096	-.563	-3.421	.001
	Healthy.Habits	-.112	.160	-.085	-.701	.485
	Work.Ethic	.257	.134	.297	1.918	.059
	Reliabilty	.117	.164	.080	.711	.479

a. Dependent Variable: Intensitas

Pada tabel *standardized coefficients* (beta) menunjukkan bahwa aspek yang paling dominan dalam kontrol diri siswa adalah *deliberate* yaitu sebesar -0.563. Pada aspek *self-discipline* sebesar -0.120 dan aspek *healthy habits* sebesar -0.085. Sedangkan pada aspek *work ethic* sebesar 297 dan *reliability* sebesar 0.080.

**Tabel 4. 25**  
**Analisis Aspek Pengungkapan Diri- Intensitas Penggunaan Facebook**  
**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-3.966	1.633		-2.429	.021
	Intent	.081	.104	.131	.778	.443
	Amount	.183	.086	.278	2.141	.040
	Positif_Negatif	.102	.079	.205	1.291	.206
	Depth_intimacy	.131	.084	.218	1.556	.130
	Honesty	.246	.107	.334	2.298	.028

a. Dependent Variable: Intensitas

Pada tabel *standardized coefficients* (beta), menunjukkan bahwa aspek yang paling dominan dalam pengungkapan diri siswa adalah *honesty-accuracy* yaitu sebesar 0.334. Aspek *amount* sebesar 0.278, *depth-intimacy* sebesar 0.218 dan aspek *positive-negative* sebesar 0.205. Sedangkan aspek *intent* memiliki korelasi paling rendah yakni 0.131

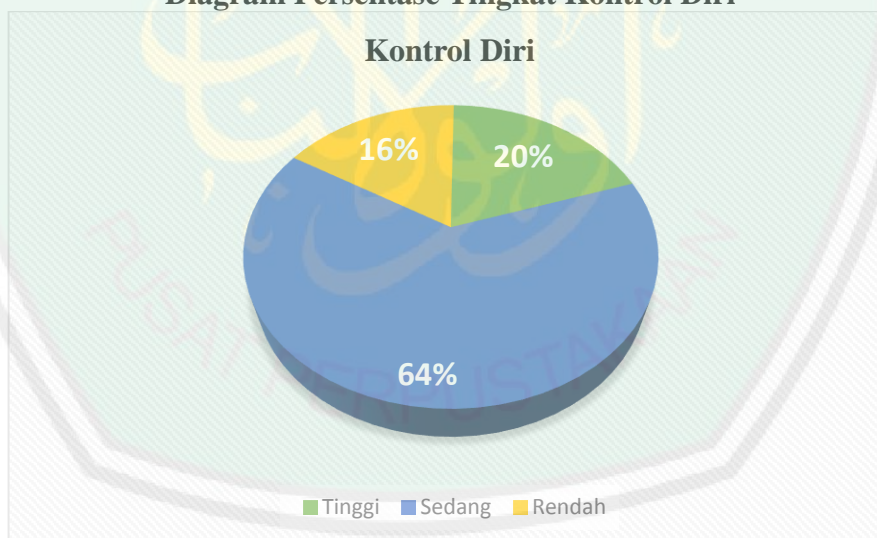


## C. Pembahasan Hasil Penelitian

### 1. Tingkat Kontrol Diri Siswa SMP Sunan Giri Malang

Berdasarkan kategorisasi yang telah dilakukan sebelumnya, diketahui bahwa sebagian besar siswa (62%) memiliki tingkat kontrol diri yang sedang yaitu sebanyak 53 siswa. Siswa dengan tingkat kontrol diri yang tinggi berjumlah 16 siswa dengan persentase sebesar 19%. Sedangkan siswa dengan tingkat kontrol diri yang rendah berjumlah 16 siswa dengan persentase sebesar 19%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik berikut:

**Gambar 4.1**  
**Diagram Persentase Tingkat Kontrol Diri**



Dari grafik kontrol diri di atas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa SMP Sunan Giri Malang mempunyai tingkat kontrol diri yang baik, meskipun kemampuannya belum berada dalam kategori yang sangat baik.

Kontrol diri sangatlah penting dalam kehidupan, terutama bagi remaja. Hal ini karena kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang tepat di lingkungannya. Para ahli berpendapat bahwa selain dapat mereduksi efek-efek psikologi yang negatif dari stressor-stressor lingkungan, kontrol diri juga dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat pencegahan.

Kontrol diri pada kategori sedang dapat diartikan bahwa siswa cukup mampu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya (Hurlock, 1990). Hal ini dapat disebabkan karena banyak faktor, Bandura (dalam Atkinson, 1995) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri seseorang baik faktor dari dalam diri maupun dari luar diri seseorang. Faktor internal tersebut antara lain: usia dan kematangan kognitif. Sedangkan faktor eksternal yang dapat mempengaruhi kontrol diri siswa yaitu lingkungan keluarga (Gufon & Risnawati, 2011).

Pada siswa SMP Sunan Giri faktor kematangan kognitif dan lingkungan keluarga memungkinkan adanya pengaruh yang besar pada tingkat kontrol diri siswa. Semakin matang kognitif individu maka semakin baik kemampuan mengontrol dirinya. Individu dengan kognitif yang belum matang belum bisa memantau dan mencatat perilakunya sendiri sehingga yang belum matang cenderung melakukan sesuatu tanpa ada pertimbangan sosial terlebih dahulu.

Siswa SMP Sunan Giri yang berada pada kategori sedang berarti mereka cukup mampu membuat pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum bertindak. Kemampuan berfikir maupun intelektual yang belum

komplek membuat mereka melakukan sesuatu tanpa melihat efek atau dampak dari perilakunya tersebut.

Mengingat usia siswa yang berada pada masa remaja, maka kognisi mereka belum sampai pada tingkat pemikiran formal, sehingga faktor eksternal masih sangat berpengaruh terhadap diri remaja. Lingkungan keluarga dalam hal ini orang tua memiliki peran penting dalam pembentukan kontrol diri siswa. Schuster & Ashburn (1980) mengatakan bahwa kontrol diri merupakan salah satu komponen krusial dari perkembangan psiko-sosial pada masa kanak-kanak dan masa pra sekolah. Bila orang tua menerapkan sejak dini kepada anaknya sikap disiplin dan konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan, maka sikap ini akan terinternalisasi dan menjadi kontrol bagi anak hingga ia tumbuh dewasa. Orang tua bukanlah satu-satunya faktor penentu bagi perkembangan moral anak, namun orang tua memiliki peran paling penting untuk mengarahkan perkembangan moral anak. (Gunarsa, 2010).

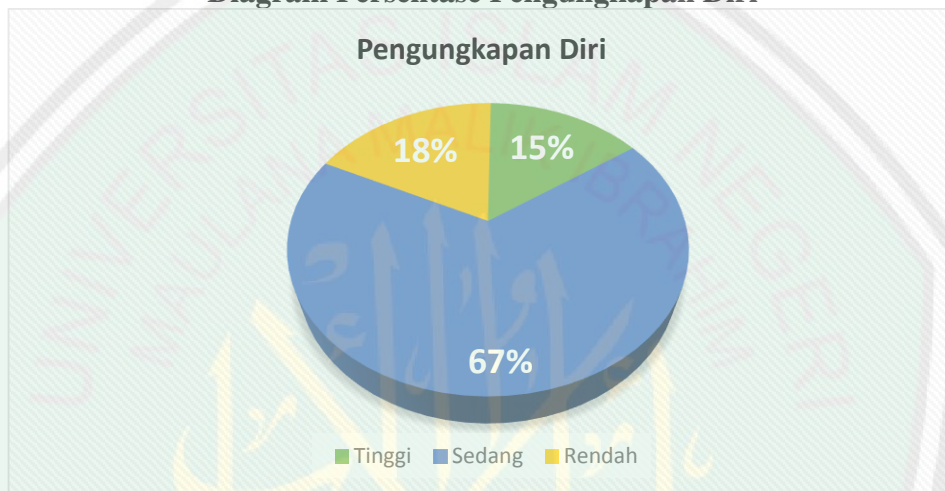
Remaja yang berada pada kondisi keluarga yang kurang kontrol dan pengawasan, serta tidak menerapkan disiplin yang efektif akan tumbuh menjadi individu yang kurang kontrol diri. Kurangnya keisiplinan berdampak pada kurangnya tanggung jawab siswa terhadap tindakan yang mereka lakukan.

## **2. Tingkat Pengungkapan Diri Siswa SMP Sunan Giri Malang**

Berdasarkan kategorisasi yang telah dilakukan sebelumnya, diketahui bahwa sebagian besar siswa (67%) memiliki tingkat pengungkapan diri yang sedang yakni sebesar 57 siswa, siswa dengan pengungkapan diri

yang tinggi berjumlah 13 siswa dengan persentase 15%. Sedangkan siswa dengan tingkat pengungkapan diri yang rendah berjumlah 15 orang siswa dengan persentase 18%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik berikut:

**Gambar 4.2**  
**Diagram Persentase Pengungkapan Diri**



Berdasarkan diagram pengungkapan diri di atas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mempunyai pengungkapan diri yang sedang. Artinya, siswa SMP Sunan Giri Malang melakukan pengungkapan diri dalam kategori cukup.

Pengungkapan diri adalah bagian dari referensi diri yang dikomunikasikan dan diberikan individu secara lisan pada suatu kelompok kecil (Wheless, dkk., 1986). Banyak faktor yang memengaruhi pengungkapan diri seseorang, antara lain: efek diadik, besaran kelompok, topic bahasan, perasaan suka, ras, kebangsaan, usia, jenis kelamin, mitra dalam hubungan dan kepribadian Devito (2002).

Tingkat pengungkapan diri siswa SMP Sunan Giri Malang yang dalam kategori sedang ini disebabkan oleh beberapa hal. Salah satunya adalah karena faktor usia. Sebagaimana diketahui, bahwa siswa di SMP Sunan Giri Malang berada pada masa remaja awal. Sedangkan pengungkapan diri cenderung meningkat seiring bertambahnya usia.

Pengungkapan diri (*self-disclosure*) mengenai masalah emosional kepada teman dekat meningkat pada usia remaja. Hal ini diperkuat oleh teori Santrock (2010) yang menyatakan bahwa hubungan remaja dengan teman sebaya adalah hal yang paling utama dalam perkembangan remaja. Remaja mulai membutuhkan dukungan dari teman-temannya, sehingga tingkat pengungkapan diri (*self-disclosure*) dengan temannya berada dalam tingkatan yang masih sedang

Sedangkan pada siswa dengan pengungkapan diri yang tinggi akan mengungkapkan perasaan, emosi dan pengalamannya secara sukarela tanpa ada keraguan (Whelees, 1978). Individu dengan pengungkapan diri yang tinggi juga akan memberitahukan kepada orang lain secara akurat dan detail tentang dirinya, yang tidak dapat orang lain dapatkan dari pihak lain (Pearson, 1983).

Banyak faktor yang memengaruhi pengungkapan diri seseorang, antara lain: efek diadik, besaran kelompok, topic bahasan, perasaan suka, ras, kebangsaan, usia, jenis kelamin, mitra dalam hubungan dan kepribadian. Pada siswa SMP Sunan Giri Malang memungkinkan semua faktor mempengaruhi tingkat pengungkapan dirinya.

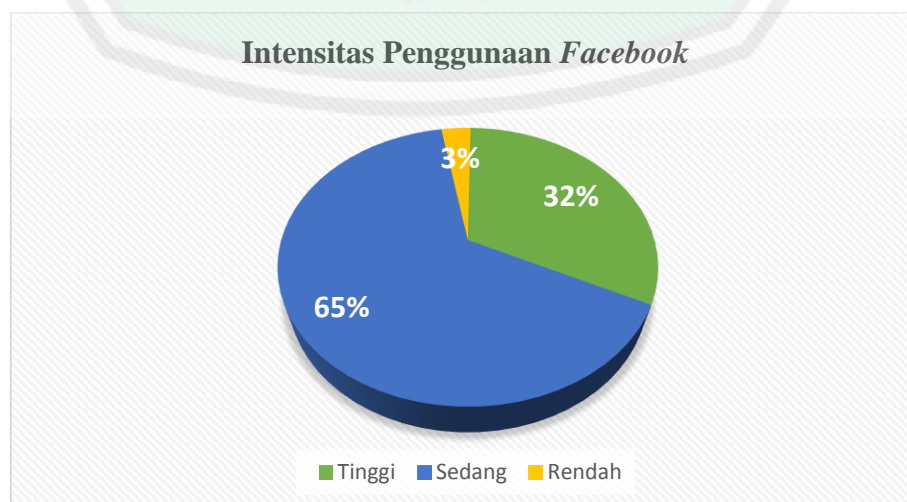
Faktor perasaan suka mempengaruhi tingkat pengungkapan diri karena individu cenderung membuka diri pada orang yang disukai atau dicintai dan bukan sebaliknya (Devito, 2001). Pada siswa SMP Sunan Giri Malang perasaan suka menyumbang tingginya tingkat pengungkapan dirinya. Dari hasil penelitian rasa suka inilah yang menjadi pemicu tingginya tingkat pengungkapan diri tentang topik percintaan.

### 3. Tingkat Intensitas Penggunaan *Facebook*

Berdasarkan kategorisasi di atas, diketahui bahwa sebagian besar (65%) memiliki tingkat intensitas mengakses *facebook* yang sedang yakni sebanyak 55 siswa. Siswa dengan intensitas mengakses *facebook* yang tinggi sebanyak 27 siswa dengan persentase sebesar 32%. Sedangkan untuk kategori siswa yang termasuk rendah dalam mengakses *facebook* berjumlah 3 siswa dengan persentase sebesar 3%. Data ini lebih jelas terlihat pada diagram berikut :

**Gambar 4.3**

**Diagram Persentase Tingkat Intensitas Penggunaan *Facebook***



Berdasarkan diagram intensitas mengakses *facebook* di atas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa SMP Sunan Giri Malang mempunyai intensitas mengakses *facebook* yang sedang.

Dalam kategori sedang, berarti sebagian besar siswa SMP Sunan Giri Malang mampu mengontrol penggunaan *facebook* meskipun kemampuannya belum berada dalam kategori yang sangat baik. Berbagai faktor yang bisa mempengaruhi tingkat intensitas penggunaan *facebook*, antara lain: dorongan dari dalam dirinya (Simatupang, 2011).

Penggunaan *facebook* siswa SMP Sunan Giri Malang rata-rata menghabiskan waktu sekitar 30 – 90 menit per hari dan menggunakan akun *facebook* rata-rata 2-5 hari per minggu. Intensitas penggunaan *facebook* yang sedang ini menunjukkan bahwa pada usia responden yang berada pada masa remaja belum sampai pada kematangan emosi yang sangat baik. Pengaruh teman sebaya meningkat dalam kehidupan remaja (Santrock, 2008). Sehingga ketika hampir semua teman seusianya menggunakan *facebook* maka sebagai suatu keharusan remaja lainnya untuk menggunakan *facebook* juga. Selain itu *facebook* digunakan remaja untuk memperluas pergaulannya dengan teman sebaya.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Juditha (2011) yang berjudul “Hubungan Penggunaan Situs Jejaring Sosial *Facebook* terhadap Perilaku Remaja di Kota Makassar”. Hasilnya dapat diketahui bahwa responden terbanyak adalah remaja SMP yakni sebanyak 52 (45%), remaja SMA sebanyak 26 (47%) dan remaja kuliah sebanyak 21 (8%). Mayoritas responden adalah remaja SMP kelas 9, sedangkan remaja kuliah

yang berada di semester 7 merupakan responden yang paling sedikit. Dari penelitian ini juga didapatkan bahwa dari 204 responden, sebanyak 185 responden menyatakan jejaring sosial *facebook*lah yang sering mereka gunakan, sisanya yakni sebanyak 19 responden sering menggunakan jejaring sosial selain *facebook*.

#### **4. Hubungan Kontrol Diri dan Pengungkapan Diri dengan Intensitas Penggunaan Facebook**

Berdasarkan hasil analisis regresi berganda diketahui  $r$  hitung variabel kontrol diri dan variabel intensitas penggunaan facebook adalah .0.362, angka ini menunjukkan adanya hubungan yang bernilai negatif antara kontrol diri dan intensitas penggunaan facebook pada siswa SMP Sunan Giri Malang. Hal ini berarti semakin tinggi kontrol diri siswa, maka semakin rendah intensitas penggunaan facebooknya. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri siswa, maka semakin tinggi intensitas penggunaan facebooknya.

Sedangkan pada  $r$  hitung variabel pengungkapan diri dan variabel intensitas penggunaan facebook adalah 0.542, angka ini menunjukkan hubungan yang positif antara variabel pengungkapan diri dan intensitas penggunaan facebook. Hal ini berarti semakin tinggi pengungkapan diri siswa maka, maka semakin tinggi pula intensitas penggunaan facebooknya. Adapun taraf signifikansi sebesar 0.000 menunjukkan hubungan yang signifikan antara variabel kontrol diri dan pengungkapan diri dengan intensitas penggunaan facebook.

Dari hasil analisis di atas menunjukkan bahwa kontrol diri dan pengungkapan diri menjadi faktor yang mempengaruhi intensitas penggunaan facebook siswa SMP Sunan Giri Malang. Sumbangsih kontrol diri dan pengungkapan diri terhadap intensitas penggunaan facebook siswa sebesar 33.9%, sedangkan 66.1% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Intensitas menurut Simatupang (2011) adalah melakukan suatu kegiatan dikarenakan ada dorongan dalam dirinya, dan kegiatan yang dilakukan secara terus menerus. Sehingga individu yang memiliki intensitas penggunaan facebook yang tinggi berarti ia memiliki dorongan yang kuat dari dalam dirinya untuk menggunakan facebook secara terus menerus. Dorongan-dorongan tersebut dipengaruhi oleh kontrol diri dan pengungkapan diri individu.

Hasil penelitian diatas diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Muna & Astuti (2012) tentang hubungan antara kontrol diri dan intensitas penggunaan media sosial pada remaja akhir. Hasilnya diperoleh r hitung sebesar -0.369 dengan  $p= 0.000$  yang berarti terdapat hubungan negatif signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media sosial. Sedangkan hubungan antara pengungkapan diri dan intensitas penggunaan facebook dikuatkan oleh penelitian Yuniar & Nurwidawati (2012) pada siswa-siswi kelas VIII SMP Negeri 26 Surabaya. Didapatkan koefisien korelasi sebesar 0,443 yang berarti ada hubungan positif antara variabel tersebut. Sedangkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa intensitas penggunaan situs jejaring sosial facebook dan pengungkapan diri (self-

disclosure) pada perempuan lebih tinggi daripada laki-laki di SMP Negeri 26 Surabaya.

Pada tabel beta nilai koefisien Beta pada variabel kontrol diri sebesar -0.223. Sedangkan pada variabel pengungkapan diri sebesar 0.477. Maka dapat diketahui bahwa variabel kontrol diri dan pengungkapan diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap intensitas penggunaan facebook. Namun variabel pengungkapan diri lebih berpengaruh terhadap intensitas penggunaan facebook.

Siswa SMP Sunan Giri Malang memiliki tingkat kontrol diri tergolong sedang. Berdasarkan hasil analisis regresi tiap aspek, didapatkan bahwa aspek yang paling dominan dalam pengungkapan diri siswa adalah *deliberate* yaitu sebesar -0.563. Pada aspek *self-discipline* sebesar -0.120 dan aspek *healthy habits* sebesar -0.085. Sedangkan pada aspek *work ethic* sebesar 0.297 dan *reliability* sebesar 0.080.

*Deliberate* merupakan aspek yang menilai tentang kecenderungan individu untuk melakukan suatu tindakan yang tidak impulsive (Gufon & Risnawati, 2010).

Siswa SMP Sunan Giri Malang memiliki tingkat pengungkapan diri tergolong sedang. Berdasarkan hasil analisis regresi tiap aspek, didapatkan bahwa aspek yang paling dominan dalam pengungkapan diri siswa adalah *honesty-accuracy* yaitu sebesar 0.334. Aspek *amount* sebesar 0.278, *depth-intimacy* sebesar 0.218 dan aspek *positive-negative* sebesar 0.205. Sedangkan aspek *intent* memiliki korelasi paling rendah yakni 0.131. Dimana *magnitude* merupakan aspek yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas

ketika individu merasa mampu untuk melakukannya (Gufran & Risnawati, 2010).

Kondisi ini dapat disimpulkan bahwa sebagian siswa SMP Sunan Giri Malang ingin mengungkapkan diri secara apa adanya sebagai salah satu cara dalam berkomunikasi agar terjalin dengan akrab. Seperti pendapat Morton (dalam Taylor, dkk, 2009) yang mengatakan bahwa pengungkapan diri merupakan kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain

Siswa cenderung jujur dan terbuka dalam mengungkapkan dan merepresentasikan informasi-informasi tentang dirinya. Informasi yang mereka berikan menyangkut suatu hal yang cukup personal dan intim, seputar hal-hal yang mereka suka dan tidak suka dan masalah percintaan. Namun mereka cenderung tidak terbuka dalam masalah keluarga.

Ketika siswa menggunakan facebook untuk mengungkapkan atau mencurahkan apa yang terjadi dalam dirinya, atau membagikan informasi terkini kepada pengguna lain, menunjukkan bahwa siswa tersebut memiliki keinginan untuk menampilkan diri dan cenderung melakukan pengungkapan diri. Namun sebagian siswa juga cenderung menutup diri dan kurang terbuka dalam mengungkapkan diri di facebook. Hal ini sesuai dengan pendapat dari Wheelless, dkk (1986) yang mengatakan bahwa individu yang kurang memiliki pengungkapan diri cenderung untuk menarik diri dan menghindari komunikasi, ditambah dengan harga diri rendah, akan mempengaruhi pola komunikasi dalam pengungkapan diri.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisa data serta pengujian hipotesis yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, maka kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini yaitu:

1. Tingkat kontrol diri siswa SMP Sunan Giri Malang, sebagian besar berada pada kategori sedang, yakni 64%. Sedangkan pada kategori tinggi sebesar 20%, dan kategori rendah sebesar 16%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMP Sunan Giri Malang mempunyai tingkat kontrol diri yang baik, meskipun kemampuannya belum berada dalam kategori yang sangat baik.
2. Tingkat pengungkapan diri siswa SMP Sunan Giri Malang, sebagian besar berada pada kategori sedang, yakni 67%. Sedangkan pada kategori tinggi sebesar 20%, dan kategori rendah sebesar 14%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa SMP Sunan Giri Malang melakukan pengungkapan diri secara cukup.
3. Tingkat intensitas penggunaan *facebook* siswa SMP Sunan Giri Malang, sebagian besar berada pada kategori sedang, yakni 65%. Sedangkan pada kategori tinggi sebesar 32%, dan kategori rendah sebesar 3%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMP Sunan Giri Malang mampu mengontrol penggunaan *facebook* meskipun kemampuannya belum berada dalam kategori yang sangat baik.

4. Terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dan intensitas penggunaan *facebook* siswa SMP Sunan Giri Malang, dibuktikan dengan perolehan  $r$  hitung variabel kontrol diri dan intensitas penggunaan *facebook* adalah -0.362. Sedangkan pada  $r$  hitung variabel pengungkapan diri dan intensitas penggunaan *facebook* adalah 0.542, angka ini menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara variabel pengungkapan diri dan intensitas penggunaan *facebook*. Pada penelitian ini juga ditemukan persentase sumbangan pengaruh variabel kontrol diri dan pengungkapan diri terhadap intensitas penggunaan *facebook* sebesar 33.9 %

## B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan diatas, maka ada beberapa hal yang dapat direkomendasikan pada berbagai pihak, antara lain:

1. Bagi Siswa

Pengungkapan diri di *facebook* memiliki dampak positif dan negatif. Sehingga hendaknya siswa harus bisa mengontrol pengungkapan diri baik pengungkapan diri di *facebook* maupun pengungkapan secara langsung. Siswa harus bisa melakukan pengungkapan diri dengan baik dan sesuai dengan lingkungannya. Karena pengungkapan diri yang tepat dapat membantu komunikasi siswa.

## 2. Bagi Orang Tua

Untuk orang tua hendaknya agar meningkatkan pengawasan, pendampingan maupun arahan kepada siswa dalam menggunakan *facebook*. Oleh karena itu akan memudahkan orang tua dalam melakukan pengawasan, pendampingan dan arahan jika orang tua sendiri mengerti tentang teknologi.

## 3. Bagi Lembaga

Lembaga dalam hal ini pihak sekolah hendaknya untuk lebih memperhatikan siswa siswinya baik dalam hal kontrol diri, pengungkapan diri, maupun penggunaan *facebook*. Selain itu pihak sekolah hendaknya lebih mengefektifkan bimbingan yang bersifat pencegahan.

## 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik mengangkat permasalahan yang sejenis dengan penelitian ini, diharapkan untuk mengambil data dengan sampel atau responden yang lebih luas

Pada penelitian selanjutnya dapat menggunakan teori atau alat ukur yang dikemukakan oleh tokoh lain yang jarang digunakan di penelitian-penelitian sejenis ini sebelumnya, karena dari situ ada kemungkinan hasil penelitian yang diperoleh berbeda dengan hasil penelitian ini.

Pada perilaku penggunaan *facebook*, dapat meneliti baik secara kuantitatif atau kualitatif tentang faktor-faktor lain yang berkaitan seperti kematangan emosional, kebutuhan afiliasi, motivasi belajar,

prokrastinasi akademik, dan lain sebagainya. Sehingga nantinya diharapkan adanya keragaman konsep yang mempengaruhi intensitas penggunaan *facebook*. Peneliti selanjutnya juga bisa menggunakan intensitas penggunaan *facebook* sebagai variabel mediator (perantara).

Peneliti selanjutnya dapat meneliti tentang pengungkapan diri secara mendalam pada fitur-fitur yang ada di *facebook* yang berkaitan dengan keadaan psikologis,

Situs jejaring yang digunakan mungkin juga bisa menggunakan situs jejaring lainnya yang sedang marak dikalangan remaja, seperti *instagram*, *twitter* atau *line*.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ables, Jenna L. (2013). *Status, Likes and Pokes: Self-disclosure and Motivations for Using Facebook*. (Thesis. Fakultas Komunikasi Universitas Baylor). <https://baylor-ir.tdl.org>. Diakses pada 17 Februari 2016.
- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astyawan, P.R. (2016). Siswi SMP di Bogor Hilang Diduga Diculik Teman Facebook. *Okezone*. <http://new.okezone.com/>. Diakses 22 Agustus 2016
- Azwar, Saifuddin. (2009). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, Saifuddin. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, Saifuddin. (2014). *Reliabilitas dan Validitas: Edisi 4*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baumeister, R. F. (2002). Yielding to Temptation: Self-disclosure Failure, Impulsive Purchasing and Consumer Behavior. *Journal of Consumer Research*, 28 (4). Diakses 7 Agustus 2016
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D & Tice, D. M. (2007). The Strength Model of Self-disclosure. *Journal of Psychological Science*, 16 (6). Diakses 7 Agustus 2016
- Blau, I. (2011). Application Use, Online Relationship Types, Self-disclosure, and Internet Abuse Among Children and Youth: Implications For Education And Internet Safety Programs. *Journal of Educational Computing Research*. <http://baywood.com/>. Diakses 18 Februari 2016
- Bohang, Kartini. (April, 2015). Facebook Masih Didominasi Remaja, Bukan Orang Tua. *Kompas*. <http://tekno.kompas.com/>. Diakses 05 Oktober 2015
- Boyd, D. M. & Ellison, N. (2007). Social Network Sites: Definition, History and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*. <http://cyber.sci-hub.io>. Diakses pada 8 Maret 2016.
- 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 1 Desember 2015.
- Chaplin, J. P. (2008). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Dayakisni, T. & Hudaniah. (2006). *Psikologi Sosial*. Malang : UMM Press

- DeVito, Joseph A. (2001). *The Interpersonal Communication Book, Thirteenth Edition*. USA: Pearson Education
- DeVito, Joseph. A. (2002). *Human Communication: The Basic Course, Thirteenth Edition*. USA: Perason Education
- Echols, J.M & Shadily, Hassan. (1996). *Kamus Inggris-Indonesia*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Fung, Hoi Ying Peggy. (2006). *Weblogging in Hong Kong: Motivations and Self-disclosure*. (Thesis, School of Journalism and Communication The Chinese University of Hong Kong).
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2011). *Teori –Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruz Media.
- Gunarsa, SD. (2009). *Dari Anak Sampai Usia Lanjut*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hasan, M. Iqbal. (2010). *Pokok- Pokok Materi Statistik 2 (Statistik Inferensi)*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hurlock, EB. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Rentang Kehidupan*. Edisi kelima. Jakarta: Erlangga
- Jourard, S.M. (1979). *Self-disclosure: An experimental analysis of the transparent self*. Huntington, New York: Wiley-Interscience. <http://cyber.sci-hub.io>. Diakses pada 8 Maret 2016
- Julianita, Winda & Sarjono, Haryadi. (2011). *SPSS vs Lisrel (Sebuah Pengantar Aplikasi untuk Riset)*. Jakarta: Salemba Empat.
- Kartono, Kartini, Gulo, Dali. (2003). *Kamus Psikologi*. Bandung: Pionir Jaya.
- Kilamanca, Desiana Fiskarani. (2010). *Hubungan Antara Kebutuhan Afiliasi dan Keterbukaan Diri Dengan Intensitas Mengakses Situs Jejaring Sosial pada Remaja*. (Skripsi, Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret). <http://digilib.uns.ac.id>.
- Kuss, D., & Griffiths, M. (2011). Online Social Networking and Addiction: A Review of The Psychological Literature. *Int J Environ Res Public Health*, Vol. 8. <http://mdpi.com>.
- Lestari, Diyana D. (2012). Hubungan Antara Self-disclosure dengan Intensitas Penggunaan Facebook Di Kalangan Remaja. *Jurnal. Universitas Bina Nusantara*. Diakses 7 Agustus 2016.
- Muna, R. F & Astuti, T. P. (2012). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial pada Remaja Akhir. *Jurnal. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*. Diakses. 7 Agustus 2016

- Nisfiannoor, Muhammad. (2009). *Pendekatan Statistika Modern untuk Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika
- Nuryani, Evy. (2014). Hubungan Intensitas Mengakses Facebook Dengan Motivasi Belajar Siswa SMA Negeri 2 Tenggarong Seberang. *Jurnal Ilmu Komunikasi*. <http://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id>. Diakses 15 Oktober 2015.
- Pearson, M. L. (1981) The Effects of Setting and Gender on Self-disclosure. *Group Organization Management*, 6, 334-340. Diakses 8 Maret 2016
- Reis, H.T. (2000). *Encyclopedia of psychology*. New York: Oxford University Press. <http://cyber.sci-hub.io>. Diakses pada 8 Maret 2016
- Rini, Q. K. & Retnaningsih. (2007). Relationship between Self-disclosure and Happiness in Marriage Male Adult Beginning. *Jurnal. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma*. <https://gunadarma.ac.id>. Diakses 18 Februari 2016.
- S. B. (2015). Lima Kasus Penculikan, Melalui Perkenalan di Facebook. *Kriminalitas*. <https://kriminalitas.com>. Diakses 22 Agustus 2016
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja. Jilid Satu*. Jakarta: Erlangga
- Schouten, Alexander Peter. (2007). Adolescents' Online Self-disclosure and Self-Presentation. *The Amsterdam School of Communications Research ASCoR*. <http://alexanderschouten.nl>. Diakses 1 Maret 2016.
- Sears, D.O, Freedman, Jonathan L. & Peplau, Letitia A. (1999). *Psikologi Sosial Jilid Satu*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Sheldon, Pavica. (2007). Examining Gender Differences in Self-disclosure on Facebook Versus Face-to-Face. *Journal of Social Media. University of Alabama in Huntsville*, 2 (1). <http://thejms.org>. Diakses 7 Agustus 2016.
- Simatupang, T. M. (2011). Hubungan antara Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial (Facebook) dengan Harga Diri (Self-Esteem) pada Siswa SMK Negeri 1 Merangin-Jambi Tahun 2011. (Skripsi, Universitas Andalas). <http://repository.unand.ac.id>. Diunduh pada 1 Maret 2016
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan RnD*. Bandung: IKAPI.
- Suryabrata, S. (2013). *Metode Penelitian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Suryabrata, S. (2013). *Pengembangan Alat Ukur Psikologis*. Yogyakarta: ANDI
- Tangney, June P., Baumeister, Roy F., & Boone. A. L. (2004). High Self-disclosure Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of personality*

- Tardy, C., Hosman, L., & Bradac, J. (1981). Disclosing Self to Friends & Family: A Reexamination of Initial Questions. *Communication Research*, 29:263-268. <http://cyber.sci-hub.io>. Diakses pada 8 Maret 2016
- Wheless, L. R. (1978). A Follow-Up Study of The Relationships Among Trust, Disclosure, and Interpersonal Solidarity. *Human Communication Research*, 4(2), 143-157. <http://ocean.sci-hub.io>. Diakses pada 8 Maret 2016
- Wheless, L. R., Nesser, K., & McCroskey, J. C. (1986). The Relationships of Self-disclosure and Disclosiveness to High and Low Communication Apprehension. *Communication Research Reports*, 3, 129-134. <http://cyber.sci-hub.io>. Diakses 8 Maret 2016
- Wheless, L.R., & Grotz, J. (1976). Conceptualization and measurement of reported self-disclosure. *Human Communication Research*, 2(4), 338-346. <http://cyber.sci-hub.io>. Diakses pada 8 Maret 2016
- Wisnuwarhani, D., & Mashoedi, S. F. (2012). *Hubungan Interpersonal*. Jakarta: Salemba
- Yuniar, G. S. & Nurwidawati, D. (2013). Hubungan antara Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial Facebook dengan Pengungkapan Diri (Self-disclosure) pada Siswa-siswi Kelas VIII SMP Negeri 26. *Jurnal. Fakultas Psikologi Universitas Negeri Surabaya*. <https://unesa.ac.id> . Diakses 18 Maret 2016.
- Yusuf, Syamsu. (2001). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Rosdakarya

## LAMPIRAN 1 SKALA

### A. SKALA UJI COBA

Nama :  
 Umur : tahun  
 L/P :  
 Kelas :  
 Sekolah :

#### Petunjuk Pengisian Skala

1. Bacalah setiap item/ Pernyataan dengan seksama dan jawablah sesuai dengan kebenaran diri Anda
2. Isilah semua nomor dengan memilih satu di antara 4 alternatif jawaban dengan memberikan tanda silang (X) pada kolom yang disediakan.

Keterangan :

**STS** : Sangat Tidak Setuju

**TS** : Tidak Setuju

**S** : Setuju

**SS** : Sangat Setuju

3. Periksa kembali semua jawaban dan pastikan tidak ada pernyataan yang terlewat
4. Semua jawaban **tidak** bernilai benar atau salah dan dijamin kerahasiaannya.

#### 1. SKALA KONTROL DIRI

NO	ITEM	STS	TS	S	SS
1	Saya bisa menolak ajakan teman				
2	Saya sulit menghentikan kebiasaan buruk				
3	Saya malas				
4	Saya sering mengucapkan kata-kata kotor				
5	Saya bisa mengontrol diri.				
6	Saya melakukan hal-hal yang menyenangkan walaupun hal itu berefek buruk bagi saya				
7	Saya selalu melakukan sesuatu sesuai rencana/jadwal				
8	Saya sulit bangun pagi				
9	Saya sulit untuk menolak ajakan teman				
10	Saya sering berubah pikiran				

11	Saya mengungkapkan apapun yang ada di pikiran saya				
12	Saya selalu menuruti kata hati				
13	Saya menolak hal-hal yang berefek buruk bagi saya				
14	Saya boros dalam menggunakan uang				
15	Saya orang yang peduli terhadap kerapian				
16	Saya terkadang memanjakan diri sendiri				
17	Saya berharap bisa lebih disiplin				
18	Saya dapat diandalkan dalam berbagai hal				
19	Saya sering 'baper' ( <i>bawa perasaan</i> )				
20	Saya sering mengerjakan tugas secara mendadak				
21	Saya tidak bisa menyimpan rahasia dengan baik				
22	Saya adalah orang yang sangat disiplin				
23	Saya belajar hanya ketika akan menghadapi ujian sekolah				
24	Saya tidak mudah putus asa				
25	Saya bertindak tanpa berpikir terlebih dahulu				
26	Saya mengikuti latihan olah raga				
27	Saya makan makanan yang sehat				
28	Terkadang saya bermain sampai lupa tugas				
29	Saya sulit berkonsentrasi				
30	Saya belajar sungguh-sungguh agar mendapat nilai yang memuaskan dalam ujian kenaikan kelas/UAN				
31	Terkadang saya tidak bisa berhenti melakukan sesuatu walaupun saya tahu itu salah				
32	Saya sering bertindak tanpa memikirkan alternatifnya				
33	Saya mudah marah				
34	Saya sering mengganggu teman				
35	Saya tidak pernah mengonsumsi minuman keras dan narkoba				
36	Saya selalu tepat waktu.				

## 2. SKALA PENGUNGKAPAN DIRI

NO	ITEM	STS	TS	S	SS
1	Pengungkapan diri saya di <i>facebook</i> selalu menggambarkan diri saya yang sebenarnya.				
2	Saya bersedia menceritakan tentang pribadi saya kepada teman <i>facebook</i>				
3	Ketika saya mengungkapkan perasaan saya di <i>facebook</i> , saya selalu sadar dengan apa yang saya lakukan dan memang berniat untuk melakukannya				
4	Saya merasa butuh teman curhat di <i>facebook</i> ketika saya mempunyai masalah				
5	Saya sering berbagi tentang perasaan dan masalah pribadi saya di <i>facebook</i>				
6	Saya sering <i>update</i> status tentang kehidupan pribadi saya jika ada kesempatan				
7	Saya bisa menghabiskan waktu lama untuk mengobrol/ <i>chatting</i> dengan teman <i>facebook</i> membicarakan hal-hal pribadi				
8	Saya sering <i>update</i> status atau <i>upload</i> foto tentang kegiatan sehari-hari di <i>facebook</i>				
9	Ketika saya ingin mengungkapkan diri di <i>facebook</i> , saya <u>tidak</u> bisa melakukannya karena saya kurang memahami diri saya sendiri.				
10	Saya <u>tidak yakin</u> bahwa ekspresi perasaan, emosi dan pengalaman yang saya ceritakan di <i>facebook</i> benar-benar menggambarkan diri saya.				
11	Hal-hal pribadi yang saya ungkapkan di <i>facebook</i> terkadang <u>tidak sesuai</u> dengan diri saya yang sebenarnya				
12	Ketika mau curhat di status <i>facebook</i> terkadang saya bingung mau bercerita mulai dari mana				
13	Saya terbiasa menceritakan hal-hal positif tentang diri saya di <i>facebook</i>				
14	Saya suka mengekspresikan perasaan bahagia saya di <i>facebook</i>				
15	Secara keseluruhan, saya lebih sering mengungkapkan rasa bahagia daripada rasa sedih saya di <i>facebook</i>				

16	Saya sering berbagi tentang minat dan hobi saya di <i>facebook</i>				
17	Saya tidak suka berbagi tentang hal-hal pribadi di <i>facebook</i>				
18	Ada informasi pribadi yang tidak saya <i>share</i> di <i>facebook</i>				
19	Saya <u>tidak</u> suka menceritakan kehidupan cinta saya di <i>facebook</i>				
20	Saya <u>tidak</u> suka menceritakan masalah keluarga di <i>facebook</i>				
21	Menurut saya rahasia pribadi tentang diri sendiri tidak perlu diceritakan di <i>facebook</i>				
22	Saya merasa tidak nyaman jika rahasia tentang diri saya diketahui oleh teman-teman <i>facebook</i>				
23	Terkadang saya merasa terlalu sering mengungkapkan hal-hal pribadi di <i>facebook</i>				
24	Menceritakan masalah pribadi di <i>facebook</i> <u>tidak akan bisa</u> menyelesaikan masalah				
25	Secara keseluruhan, saya lebih sering menceritakan hal-hal negatif daripada hal-hal positif di <i>facebook</i>				
26	Saya mengungkapkan kegalauan saya di <i>facebook</i>				
27	Secara keseluruhan, saya lebih sering mengungkapkan perasaan sedih daripada perasaan bahagia di <i>facebook</i>				
28	Saya menceritakan hal-hal yang membuat saya sedih melalui status <i>facebook</i>				
29	Saya mengungkapkan diri saya yang sebenarnya, secara terbuka dan sepenuhnya dalam percakapan <i>facebook</i> .				
30	Saya biasa menceritakan masalah percintaan saya di status <i>facebook</i>				
31	Saya menceritakan hal-hal yang saya suka dan tidak suka di <i>facebook</i>				
32	Terkadang saya merasa <u>tidak bisa</u> mengontrol diri untuk mengungkapkan hal-hal pribadi di <i>facebook</i>				
33	Saya mengungkapkan perasaan dan pengalaman di <i>facebook</i> dengan sepenuh hati tanpa ada keraguan				
34	Pengungkapan diri saya di <i>facebook</i> benar-benar menggambarkan diri saya yang sebenarnya				

35	Perasaan, emosi, dan pengalaman yang saya ceritakan di status <i>facebook</i> merupakan keseharian saya				
36	Saya selalu jujur dalam menceritakan diri saya di <i>facebook</i>				
37	Saya jarang menceritakan diri saya di <i>facebook</i>				
38	Status <i>facebook</i> yang menceritakan tentang diri saya biasanya saya tulis dengan singkat ( <i>tidak panjang lebar</i> )				
39	Saya jarang mengungkapkan ide dan pendapat saya di <i>facebook</i>				
40	Saya jarang mengungkapkan hal-hal pribadi saya di <i>facebook</i>				

### 3. SKALA INTENSITAS PENGGUNAAN FACEBOOK

1. Dalam seminggu berapa lama rata-rata Anda menggunakan *facebook*?
  - a. > 10 jam/minggu
  - b. 7 jam – 10 jam/minggu
  - c. 2,5 jam – 6 jam/minggu
  - d. < 2,5 jam/ minggu
  
2. Dalam seminggu berapa hari rata-rata Anda menggunakan *facebook* ?
  - a. Setiap hari
  - b. 4 – 6 hari/ minggu
  - c. 1 – 3 hari/ minggu
  - d. Tidak pernah mengakses selama seminggu
  
3. Apa yang sering Anda lakukan di *facebook*? (Maksimal 3 pilihan)
  - a. Melihat *timeline*/beranda
  - b. *Update status*
  - c. *Upload* foto/video
  - d. *Sharing* sesuatu (berita, status teman, foto, dll)
  - e. *Like*
  - f. *comment*
  - g. *Chatting*
  - h. *Update* berita
  - i. *Online shop*
  - j. *Stalking*
  - k. *Game*
  - l. Menambah pertemanan
  - m. Lainnya : \_\_\_\_\_

## B. SKALA PENELITIAN

### 1. SKALA KONTROL DIRI

NO	ITEM	STS	TS	S	SS
1	Saya sulit menghentikan kebiasaan buruk				
2	Saya malas				
3	Saya sering mengucapkan kata-kata kotor				
4	Saya sulit bangun pagi				
5	Saya boros dalam menggunakan uang				
6	Saya orang yang peduli terhadap kerapian				
7	Saya sering mengerjakan tugas secara mendadak				
8	Saya tidak bisa menyimpan rahasia dengan baik				
9	Saya adalah orang yang sangat disiplin				
10	Saya belajar hanya ketika akan menghadapi ujian sekolah				
11	Saya bertindak tanpa berpikir terlebih dahulu				
12	Terkadang saya bermain sampai lupa tugas				
13	Saya sulit berkonsentrasi				
14	Terkadang saya tidak bisa berhenti melakukan sesuatu walaupun saya tahu itu salah				
15	Saya sering bertindak tanpa memikirkan alternatifnya				
16	Saya sering mengganggu teman				
17	Saya selalu tepat waktu.				

## 2. SKALA PENGUNGKAPAN DIRI

NO	ITEM	STS	TS	S	SS
1	Pengungkapan diri saya di <i>facebook</i> selalu menggambarkan diri saya yang sebenarnya.				
2	Saya bersedia menceritakan tentang hal pribadi kepada teman <i>facebook</i>				
3	Ketika saya mengungkapkan perasaan saya di <i>facebook</i> , saya selalu sadar dengan apa yang saya lakukan dan memang berniat untuk melakukannya				
4	Saya merasa butuh teman curhat di <i>facebook</i> ketika saya mempunyai masalah				
5	Saya sering berbagi tentang perasaan dan masalah pribadi saya di <i>facebook</i>				
6	Saya sering <i>update</i> status tentang kehidupan pribadi saya jika ada kesempatan				
7	Saya bisa menghabiskan waktu lama untuk mengobrol/ <i>chatting</i> dengan teman <i>facebook</i> membicarakan hal-hal pribadi				
8	Saya sering <i>update</i> status atau <i>upload</i> foto tentang kegiatan sehar-hari di <i>facebook</i>				
9	Saya terbiasa menceritakan hal-hal positif tentang diri saya di <i>facebook</i>				
10	Saya suka mengekspresikan perasaan bahagia saya di <i>facebook</i>				
11	Saya sering berbagi tentang minat dan hobi saya di <i>facebook</i>				
12	Saya tidak suka berbagi tentang hal-hal pribadi di <i>facebook</i>				
13	Saya <u>tidak</u> suka menceritakan kehidupan cinta saya di <i>facebook</i>				
14	Saya <u>tidak</u> suka menceritakan masalah keluarga di <i>facebook</i>				
15	Menurut saya rahasia pribadi tentang diri sendiri tidak perlu diceritakan di <i>facebook</i>				
16	Menceritakan masalah pribadi di <i>facebook</i> <u>tidak akan bisa</u> menyelesaikan masalah				
17	Saya mengungkapkan kegalauan saya di <i>facebook</i>				

18	Secara keseluruhan, saya lebih sering mengungkapkan perasaan sedih daripada perasaan bahagia di <i>facebook</i>				
19	Saya menceritakan hal-hal yang membuat saya sedih melalui status <i>facebook</i>				
20	Saya mengungkapkan diri saya yang sebenarnya, secara terbuka dan sepenuhnya dalam percakapan <i>facebook</i> .				
21	Saya menceritakan hal-hal yang saya suka dan tidak suka di <i>facebook</i>				
22	Saya mengungkapkan perasaan dan pengalaman di <i>facebook</i> dengan sepenuh hati tanpa ada keraguan				
23	Pengungkapan diri saya di <i>facebook</i> benar-benar menggambarkan diri saya yang sebenarnya				
24	Perasaan, emosi, dan pengalaman yang saya ceritakan di status <i>facebook</i> merupakan keseharian saya				
25	Saya selalu jujur dalam menceritakan diri saya di <i>facebook</i>				

### 3. SKALA INTENSITAS PENGGUNAAN FACEBOOK

- 1) Dalam seminggu berapa lama rata-rata Anda menggunakan *facebook*?
  - a. > 10 jam/minggu
  - b. 7 jam – 10 jam/minggu
  - c. 2,5 jam – 6 jam/minggu
  - d. < 2,5 jam/ minggu
  
- 2) Dalam seminggu berapa hari rata-rata Anda menggunakan *facebook* ?
  - a. Setiap hari
  - b. 4 – 6 hari/ minggu
  - c. 1 – 3 hari/ minggu
  - d. Tidak pernah mengakses selama seminggu
  
- 3) Apa yang sering Anda lakukan di *facebook*? (Maksimal 3 pilihan)
  - a. Melihat *timeline*/beranda
  - b. *Update status*
  - c. *Upload* foto/video
  - d. *Sharing* sesuatu (berita, status teman, foto, dll)
  - e. *Like*
  - f. *comment*
  - g. *Chatting*
  - h. *Update* berita
  - i. *Online shop*
  - j. *Stalking*
  - k. *Game*
  - l. Menambah pertemanan
  - m. Lainnya : \_\_\_\_\_

**LAMPIRAN 2**  
**UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS**

**A. UJI COBA**

**1. VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA KONTROL DIRI**

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00002	44.87	57.998	.425	.862
VAR00003	44.79	55.173	.637	.853
VAR00004	44.66	56.153	.547	.857
VAR00008	44.96	58.668	.313	.868
VAR00014	44.84	57.313	.435	.862
VAR00015	44.69	59.037	.358	.865
VAR00020	45.46	56.754	.523	.858
VAR00021	44.82	57.256	.463	.861
VAR00022	44.98	57.259	.536	.858
VAR00023	45.11	56.140	.440	.863
VAR00025	44.84	56.939	.500	.859
VAR00028	45.39	56.053	.587	.855
VAR00029	45.14	55.821	.618	.854
VAR00031	44.80	56.118	.660	.853
VAR00032	44.94	57.945	.521	.859
VAR00034	45.29	58.093	.364	.865
VAR00036	44.86	57.778	.475	.860

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.867	17

## 2. VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA PENGUNGKAPAN DIRI

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	55.77	119.933	.523	.878
VAR00002	56.42	121.123	.489	.879
VAR00003	56.04	121.344	.386	.881
VAR00004	55.82	116.364	.557	.876
VAR00005	56.26	119.243	.555	.877
VAR00006	56.09	117.178	.595	.875
VAR00007	55.92	122.159	.355	.882
VAR00008	55.91	120.301	.438	.880
VAR00013	55.61	121.519	.406	.880
VAR00014	55.58	120.476	.508	.878
VAR00016	56.10	120.781	.468	.879
VAR00017	55.97	121.107	.381	.881
VAR00019	56.06	119.025	.439	.880
VAR00020	56.35	121.136	.321	.884
VAR00021	56.66	123.220	.285	.884
VAR00024	56.39	121.722	.400	.881
VAR00026	56.29	118.583	.558	.877
VAR00027	56.49	121.475	.475	.879
VAR00028	56.41	118.675	.574	.876
VAR00029	56.41	120.516	.494	.878
VAR00031	56.10	121.184	.451	.879
VAR00033	56.16	120.249	.489	.878
VAR00034	56.04	119.661	.492	.878
VAR00035	56.33	121.877	.393	.881
VAR00036	55.79	121.676	.396	.881

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.884	25

### 3. VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA INTENSITAS PENGGUNAAN *FACEBOOK*

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00003	1.89	.994	.490	.a
VAR00004	1.61	.829	.490	.a

a. The value is negative due to a negative average covariance among items. This violates reliability model assumptions. You may want to check item codings.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.656	2

## A. PENELITIAN

### 1. VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA KONTROL DIRI

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	43.44	33.415	.243	.810
VAR00002	43.24	31.111	.621	.787
VAR00003	43.24	31.468	.460	.796
VAR00004	43.56	32.487	.345	.803
VAR00005	43.40	30.886	.575	.788
VAR00006	43.21	34.264	.199	.810
VAR00007	43.73	32.747	.388	.800
VAR00008	43.27	31.533	.418	.799
VAR00009	43.39	32.621	.362	.802
VAR00010	43.46	32.704	.328	.804
VAR00011	43.33	30.747	.621	.786
VAR00012	43.61	32.359	.359	.802
VAR00013	43.55	34.083	.217	.810
VAR00014	43.36	31.687	.416	.799
VAR00015	43.27	32.152	.436	.797
VAR00016	43.46	31.918	.415	.799
VAR00017	43.36	32.187	.412	.799

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.809	17

## 2. VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA PENGUNGKAPAN DIRI

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	58.51	79.372	.500	.828
VAR00002	59.04	80.796	.411	.831
VAR00003	58.84	81.782	.314	.835
VAR00004	58.47	78.109	.567	.825
VAR00005	59.04	78.654	.590	.825
VAR00006	58.84	76.615	.607	.823
VAR00007	58.84	77.282	.562	.825
VAR00008	58.65	77.993	.584	.825
VAR00009	58.58	81.509	.360	.833
VAR00010	58.32	79.386	.509	.828
VAR00011	58.82	82.766	.264	.836
VAR00012	58.42	83.176	.200	.839
VAR00013	58.61	83.431	.183	.840
VAR00014	58.52	80.443	.299	.836
VAR00015	58.92	82.005	.262	.837
VAR00016	58.69	80.596	.323	.835
VAR00017	58.88	80.391	.410	.831
VAR00018	59.09	81.872	.312	.835
VAR00019	59.08	79.981	.455	.830
VAR00020	58.98	79.380	.460	.829
VAR00021	58.69	81.882	.343	.834
VAR00022	58.85	83.583	.194	.839
VAR00023	58.69	80.215	.395	.832
VAR00024	59.07	81.662	.314	.835
VAR00025	58.66	84.632	.117	.842

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.838	25

### 3. VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA INTENSITAS PENGGUNAAN *FACEBOOK*

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	2.59	.769	.416	. <sup>a</sup>
VAR00002	2.19	.869	.416	. <sup>a</sup>

a. The value is negative due to a negative average covariance among items. This violates reliability model assumptions. You may want to check item codings.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.587	2

**LAMPIRAN 3**  
**KATEGORISASI**

**A. KATEGORISASI KONTROL DIRI**

NO	ITEM																$\Sigma$	KATEGORI	
1	4	3	4	3	3	3	2	4	3	2	4	3	2	4	3	4	4	55	tinggi
2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	49	sedang
3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	2	3	53	tinggi
4	4	4	4	2	3	1	2	1	2	4	4	4	3	3	3	2	4	50	sedang
5	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	41	sedang
6	3	2	2	2	2	3	1	3	2	3	2	1	1	2	3	2	2	36	rendah
7	3	3	3	2	2	3	3	1	3	1	2	3	3	2	1	2	3	40	rendah
8	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	2	58	tinggi
9	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	44	sedang
10	2	3	2	2	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	2	52	tinggi
11	2	3	4	1	2	4	3	2	3	4	4	4	1	1	4	4	2	48	tinggi
12	2	3	2	4	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	41	sedang
13	2	3	2	2	2	4	1	2	2	2	2	1	2	3	4	1	2	37	rendah
14	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	37	rendah
15	2	3	2	2	3	4	1	3	4	2	3	3	2	3	4	3	2	46	sedang
16	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	59	tinggi
17	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	49	sedang
18	2	4	4	2	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	59	tinggi
19	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	37	rendah
20	2	4	2	4	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	2	2	4	51	sedang
21	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	37	rendah
22	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	52	tinggi
23	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	43	sedang
24	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	37	rendah
25	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	50	sedang
26	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	38	rendah
27	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	50	sedang
28	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	38	rendah
29	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	43	sedang
30	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	44	sedang
31	4	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	50	sedang
32	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	2	2	3	4	4	4	57	tinggi
33	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	49	sedang
34	3	3	3	4	4	2	3	3	2	3	2	3	2	1	2	3	2	45	sedang
35	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	47	sedang
36	2	3	3	1	3	2	2	2	1	4	3	2	2	2	2	2	2	38	rendah
37	4	4	3	2	2	3	4	4	4	3	2	1	2	4	2	3	3	50	sedang
38	1	3	4	4	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	43	sedang
39	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	4	2	2	45	sedang

40	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	46	sedang
41	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	53	tinggi
42	2	2	1	2	2	3	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	37	rendah
43	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	45	sedang
44	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	39	rendah
45	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	50	sedang
46	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	48	sedang
47	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	4	46	sedang
48	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	42	sedang
49	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	45	sedang
50	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	1	3	42	sedang
51	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	45	sedang
52	3	3	4	3	3	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	4	4	52	tinggi
53	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	41	sedang
54	4	4	4	4	4	3	2	4	3	2	2	2	2	4	4	2	3	53	tinggi
55	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	2	4	2	4	1	40	sedang
56	4	3	3	3	3	3	2	2	4	2	3	3	3	2	3	4	3	50	sedang
57	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	46	sedang
58	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	42	sedang
59	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	62	tinggi
60	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54	tinggi
61	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	45	sedang
62	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	46	sedang
63	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	4	1	4	47	sedang
64	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	2	3	47	sedang
65	2	2	4	3	3	4	2	1	4	3	3	3	2	2	3	4	3	48	sedang
66	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	4	3	3	3	2	2	2	48	sedang
67	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	52	tinggi
68	1	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	43	sedang
69	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	2	2	2	4	2	2	2	48	sedang
70	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	42	sedang
71	3	3	4	3	3	2	2	4	3	2	3	2	2	3	3	2	2	46	sedang
72	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	50	sedang
73	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	50	sedang
74	1	4	4	2	3	3	2	4	4	4	4	1	3	3	3	2	4	51	sedang
75	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	39	rendah
76	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	39	rendah
77	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	41	sedang
78	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	49	sedang
79	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	37	rendah
80	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	39	rendah
81	2	3	3	1	4	4	2	3	3	1	3	3	3	4	3	2	3	47	sedang
82	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	57	tinggi
83	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	46	sedang
84	3	3	4	2	3	3	1	3	3	3	2	3	2	1	3	2	3	44	sedang
85	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	43	sedang

## B. KATEGORISASI PENGUNGKAPAN DIRI

NO	ITEM													
1	3	3	2	2	2	3	1	3	3	3	2	4	3	4
2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2
3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	3	2	1	1	1
4	3	4	1	3	2	3	4	1	2	4	3	4	1	3
5	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3
6	3	2	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	4
7	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1
8	3	1	1	3	1	1	2	2	3	3	2	4	3	4
9	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3
10	1	1	1	1	1	1	2	2	3	3	2	3	4	2
11	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1
12	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2
13	3	3	4	4	3	4	3	2	2	4	4	3	1	3
14	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	4
15	3	3	1	4	3	2	4	2	3	3	3	2	4	4
16	3	3	3	3	1	1	1	1	4	2	1	4	2	2
17	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3
18	1	1	3	2	2	3	3	4	1	4	4	4	4	4
19	3	2	4	3	2	3	2	4	4	4	3	2	3	3
20	4	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4
21	4	3	2	4	4	3	3	3	2	3	2	2	2	4
22	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	2	4	3	4
23	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2
24	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3
25	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3
26	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2
27	4	3	2	4	2	4	2	4	4	3	2	3	4	4
28	3	3	2	3	4	2	3	3	3	4	2	4	3	1
29	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3
30	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2
31	3	3	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	1
32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4
33	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2
34	3	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	4	4	4
35	3	2	2	2	3	2	1	3	3	3	2	3	2	3
36	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	2	2	2	2
37	4	2	1	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	4
38	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
39	3	2	4	4	2	1	4	3	3	3	2	2	3	3
40	3	2	1	3	3	4	1	3	4	3	4	3	4	1
41	3	2	2	4	2	3	4	4	2	4	1	4	3	4
42	2	3	3	2	2	4	3	3	2	1	3	3	3	3
43	3	2	3	1	1	1	1	3	1	1	1	3	2	2
44	3	2	3	2	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3

45	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	3	3	3	3
46	2	2	1	2	2	2	1	1	2	3	3	2	2	2
47	3	1	3	4	2	3	2	3	4	2	2	2	3	3
48	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3
49	3	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	4
50	3	2	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2
51	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2
52	3	2	3	3	2	1	3	2	1	3	4	2	2	2
53	3	2	3	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3
54	1	1	1	3	2	3	2	4	3	3	2	3	2	3
55	3	2	3	3	1	4	4	2	2	3	3	3	3	3
56	2	3	3	2	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3
57	3	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2
58	3	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2
59	2	2	2	3	2	1	2	1	2	3	2	2	2	1
60	2	2	2	3	2	3	1	3	4	3	3	1	1	1
61	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	4	4
62	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2
63	1	2	2	1	1	1	1	1	2	4	2	3	1	1
64	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3
65	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1
66	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	4	4	4
67	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3
68	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3
69	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	1	4	1
70	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	1
71	2	1	2	2	2	1	1	2	2	3	2	1	1	1
72	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	4
73	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3
74	4	1	3	3	2	4	3	4	3	4	4	4	2	4
75	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4
76	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4
77	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2
78	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3
79	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3
80	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3
81	3	2	2	4	2	1	2	3	4	3	3	2	2	2
82	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	1	3	3	4
83	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	4	2	2
84	2	1	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3
85	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2

ITEM										$\Sigma$	KATEGORI	
4	3	2	1	2	3	3	4	3	1	2	66	sedang
3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	67	sedang
2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	51	rendah
2	4	3	4	3	2	3	1	1	1	4	66	sedang
2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	64	sedang
4	4	2	2	2	3	3	3	4	1	4	76	tinggi
2	1	1	4	2	1	2	3	2	2	3	46	sedang
2	4	1	2	1	1	2	1	1	1	2	51	rendah
2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	68	sedang
4	3	1	2	2	3	2	2	3	2	3	54	sedang
1	1	1	2	1	1	4	2	4	1	3	47	rendah
2	3	3	2	3	2	2	3	1	3	2	61	sedang
3	3	4	2	4	3	2	2	4	4	2	76	tinggi
3	3	3	1	1	1	3	1	3	4	4	66	sedang
2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	71	tinggi
2	2	1	1	2	1	3	1	3	1	3	51	rendah
2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	64	sedang
2	4	1	1	1	4	4	3	3	3	3	69	sedang
2	2	4	2	3	4	3	2	4	1	3	72	tinggi
2	1	1	2	2	1	2	3	4	3	4	67	sedang
3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	80	tinggi
3	4	2	2	3	2	3	2	2	4	4	70	sedang
2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	57	sedang
3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	71	tinggi
2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	68	sedang
2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	60	sedang
3	4	2	1	1	1	3	4	1	1	3	69	sedang
1	1	3	2	4	3	2	2	3	2	2	65	sedang
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	58	sedang
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	55	sedang
2	3	3	2	3	3	2	3	4	2	2	76	tinggi
4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	40	rendah
2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	54	sedang
2	3	1	1	1	2	2	3	3	1	2	49	rendah
2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	59	sedang
2	2	3	4	3	4	3	4	4	3	4	77	Tinggi
4	4	4	3	3	2	3	2	2	3	2	71	Tinggi
2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	53	Sedang
1	4	3	1	1	1	4	2	3	2	2	63	Sedang
2	2	4	2	4	3	3	3	2	3	3	70	Sedang
4	4	3	2	1	1	3	2	2	3	1	68	Sedang
3	2	3	2	1	2	2	2	2	2	1	59	Sedang
2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	50	Rendah
3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	68	Sedang
1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	48	Rendah

2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	<b>50</b>	<b>Rendah</b>
3	3	3	4	4	4	2	1	2	3	4	<b>70</b>	<b>Sedang</b>
2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	<b>68</b>	<b>Sedang</b>
3	3	1	2	3	2	2	2	1	3	2	<b>62</b>	<b>Sedang</b>
2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	<b>54</b>	<b>Sedang</b>
2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	<b>58</b>	<b>Sedang</b>
1	1	1	2	2	2	2	2	3	3	3	<b>55</b>	<b>sedang</b>
3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	<b>67</b>	<b>sedang</b>
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	<b>64</b>	<b>sedang</b>
3	4	2	2	2	2	2	2	2	1	2	<b>63</b>	<b>sedang</b>
3	4	2	2	3	3	3	3	3	1	3	<b>71</b>	<b>tinggi</b>
1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	<b>53</b>	<b>sedang</b>
2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	<b>53</b>	<b>sedang</b>
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	<b>49</b>	<b>rendah</b>
1	2	2	2	2	2	3	1	1	1	2	<b>50</b>	<b>rendah</b>
1	4	2	1	2	1	1	1	1	1	1	<b>53</b>	<b>sedang</b>
1	2	2	2	3	2	3	3	3	1	3	<b>56</b>	<b>sedang</b>
1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	4	<b>40</b>	<b>rendah</b>
3	1	3	1	1	1	3	2	2	2	1	<b>46</b>	<b>rendah</b>
1	1	2	2	2	3	4	3	3	2	2	<b>67</b>	<b>sedang</b>
3	1	3	1	1	1	3	2	1	1	3	<b>48</b>	<b>rendah</b>
2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	<b>64</b>	<b>sedang</b>
2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	<b>58</b>	<b>sedang</b>
1	1	2	3	2	4	2	4	3	2	4	<b>59</b>	<b>sedang</b>
1	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	<b>57</b>	<b>sedang</b>
1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	3	<b>43</b>	<b>rendah</b>
4	4	2	1	1	3	1	1	3	1	2	<b>59</b>	<b>sedang</b>
2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	<b>63</b>	<b>sedang</b>
1	3	1	3	2	4	4	2	3	2	4	<b>74</b>	<b>tinggi</b>
4	3	3	4	4	2	2	2	4	3	2	<b>83</b>	<b>tinggi</b>
3	3	3	1	1	2	3	2	2	1	2	<b>74</b>	<b>tinggi</b>
2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	<b>61</b>	<b>sedang</b>
2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	<b>66</b>	<b>sedang</b>
3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	<b>62</b>	<b>sedang</b>
3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	<b>61</b>	<b>sedang</b>
2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	<b>62</b>	<b>sedang</b>
3	4	3	1	2	1	1	4	3	1	2	<b>64</b>	<b>sedang</b>
3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	<b>64</b>	<b>sedang</b>
4	3	2	2	2	3	4	2	4	2	1	<b>63</b>	<b>sedang</b>
2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	<b>58</b>	<b>sedang</b>

### C. KATEGORISASI INTENSITAS PENGGUNAAN *FACEBOOK*

<b>NO</b>	<b>ITEM</b>		<b><math>\Sigma</math></b>	<b>KATEGORI</b>
<b>1</b>	2	2	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>2</b>	2	2	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>3</b>	1	1	<b>2</b>	<b>rendah</b>
<b>4</b>	3	2	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>5</b>	1	2	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>6</b>	1	4	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>7</b>	2	1	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>8</b>	2	2	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>9</b>	3	2	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>10</b>	3	2	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>11</b>	1	2	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>12</b>	2	3	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>13</b>	2	4	<b>6</b>	<b>tinggi</b>
<b>14</b>	2	4	<b>6</b>	<b>tinggi</b>
<b>15</b>	3	3	<b>6</b>	<b>tinggi</b>
<b>16</b>	1	2	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>17</b>	3	2	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>18</b>	2	2	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>19</b>	4	2	<b>6</b>	<b>tinggi</b>
<b>20</b>	4	4	<b>8</b>	<b>tinggi</b>
<b>21</b>	3	4	<b>7</b>	<b>tinggi</b>
<b>22</b>	2	3	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>23</b>	1	2	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>24</b>	3	4	<b>7</b>	<b>tinggi</b>
<b>25</b>	3	4	<b>7</b>	<b>tinggi</b>
<b>26</b>	3	4	<b>7</b>	<b>tinggi</b>
<b>27</b>	3	4	<b>7</b>	<b>tinggi</b>
<b>28</b>	3	3	<b>6</b>	<b>tinggi</b>
<b>29</b>	1	2	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>30</b>	2	2	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>31</b>	1	2	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>32</b>	1	1	<b>2</b>	<b>rendah</b>
<b>33</b>	1	2	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>34</b>	2	2	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>35</b>	1	2	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>36</b>	3	4	<b>7</b>	<b>tinggi</b>
<b>37</b>	1	2	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>38</b>	2	2	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>39</b>	2	4	<b>6</b>	<b>tinggi</b>
<b>40</b>	3	3	<b>6</b>	<b>tinggi</b>
<b>41</b>	2	2	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>42</b>	1	2	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>43</b>	2	3	<b>5</b>	<b>sedang</b>

<b>44</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>tinggi</b>
<b>45</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>46</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>47</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>tinggi</b>
<b>48</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>tinggi</b>
<b>49</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>tinggi</b>
<b>50</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>51</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>tinggi</b>
<b>52</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>53</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>54</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>55</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>56</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>tinggi</b>
<b>57</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>58</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>tinggi</b>
<b>59</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>60</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>61</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>62</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>63</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>64</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>65</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>66</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>67</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>rendah</b>
<b>68</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>69</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>70</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>71</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>72</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>sedang</b>
<b>73</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>tinggi</b>
<b>74</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>75</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>tinggi</b>
<b>76</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>tinggi</b>
<b>77</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>tinggi</b>
<b>78</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>tinggi</b>
<b>79</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>tinggi</b>
<b>80</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>81</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>82</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>83</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>sedang</b>
<b>84</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>sedang</b>
<b>85</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>sedang</b>