

SELF CONTROL WITH INSTAGRAM SOCIAL MEDIA ADDICTION IN STUDENTS OF WIJAYA PUTRA UNIVERSITY SURABAYA

SELF CONTROL DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM PADA MAHASISWA UNIVERSITAS WIJAYA PUTRA SURABAYA

Nita Nilam Sari¹ Fifi Dwi Purwaningtyas²

¹Fakultas Psikologi Universitas Wijaya Putra Surabaya

²Fakultas Psikologi Universitas Wijaya Putra Surabaya

Nitanilam88@gmail.com¹ Fifi@uwp.ac.id²

Abstract. *Students who report lower levels of internal self-control when it comes to opening the social media platform Instagram are characterized as lacking the self-control necessary to take the steps necessary to get the desired outcomes and avoid the unintended ones. The purpose of this research is to ascertain if compulsive Instagram use is linked to a lack of self-control. A total of 150 students participated in the study. Each participant filled out a Google form questionnaire that included the Instagram Social Media Addiction scale based on Young's characteristics (Andriany, 2019) and the Self control scale (Drigantoro, 2020) to gather data. The data was analyzed using the Pearson product moment correlation method and the SPSS version 26 statistical package. Advice on overcoming Instagram addiction for students at Surabaya's Wijaya Putra University. The Pearson correlation coefficient between Self-Control and Instagram addiction is -0.493, suggesting a moderate relationship between the two concepts.*

Keywords: *Self Control , Addicted Instagram, Students*

Abstrak. *mahasiswa yang melaporkan tingkat pengendalian diri internal yang lebih rendah ketika membuka platform media sosial Instagram ditandai dengan kurangnya pengendalian diri yang diperlukan untuk mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan dan menghindari yang tidak diinginkan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memastikan apakah penggunaan Instagram kompulsif terkait dengan kurangnya kontrol diri. Sebanyak 150 mahasiswa berpartisipasi dalam penelitian ini. Setiap peserta mengisi kuesioner Google form yang menyertakan skala Kecanduan Media Sosial Instagram berdasarkan karakteristik Young (Andriany, 2019) dan skala pengendalian diri (Drigantoro, 2020) untuk mengumpulkan data. Data dianalisis menggunakan metode korelasi product moment Pearson dan paket statistik SPSS versi 26. Saran mengatasi kecanduan Instagram bagi mahasiswa Universitas Wijaya Putra Surabaya. Koefisien korelasi Pearson antara Self-Control dan kecanduan Instagram adalah -0,493, menunjukkan hubungan yang moderat antara kedua konsep tersebut.*

Kata Kunci : *Self control , Kecanduan Instagram, siswa*

PENDAHULUAN

Mustahil untuk melebih-lebihkan pentingnya perubahan yang dibawa oleh kemajuan teknologi di periode modern yang mengglobal. Internet hanyalah salah satu contoh bagaimana ketersediaan infrastruktur modern telah mempermudah individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari dibandingkan dengan era sebelumnya. Internet adalah alat untuk menyebarkan pengetahuan, dan dengan demikian, internet memberi orang-orang dari semua lapisan masyarakat akses ke ide dan perspektif positif dan buruk. Banyak keuntungan Internet termasuk aksesibilitasnya, kecepatan menyediakan informasi, kemudahan yang memfasilitasi komunikasi jarak jauh, dan kemudahan yang memungkinkan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas pekerjaan rumah mereka. Kelen dari penggunaan Internet termasuk lebih sedikit interaksi tatap muka dengan orang lain, lebih sedikit waktu yang dihabiskan dengan orang yang dicintai, lebih banyak waktu yang dihabiskan untuk multitasking, dan bahkan pertumbuhan pendekatan yang lebih konsumtif terhadap penggunaan Internet.

Berdasarkan polling yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII 2020) untuk tahun 2019-2020, situs media sosial menjadi destinasi online terpopuler di Indonesia. Alasan paling umum untuk online adalah penggunaan media sosial (51%) dan komunikasi (32,9 persen). Persentase mahasiswa yang aktif memanfaatkan akun media sosial di Indonesia adalah 79,23%. Orang yang berusia antara 18 dan 24 tahun merupakan demografi pengguna internet terbesar di Indonesia, mencapai 37,3% dari keseluruhan populasi atau sekitar 23 juta orang.

Sebagian besar mahasiswa yang terlibat dalam media sosial melakukannya untuk mencari

sumber daya atau referensi pendidikan. Ilmu pengetahuan dan pendidikan, kesehatan, olahraga, perdagangan, hiburan, jurnalisme, dan lain-lain hanyalah beberapa topik yang dimanfaatkan orang untuk mempelajari lebih lanjut media sosial.

Inilah yang Amichai dkk (dalam Gemasih, 2020) Meluasnya ketersediaan platform media sosial yang sangat berkembang seperti Instagram, YouTube, Facebook, Twitter, dan lain-lain. siswa, khususnya, sekarang lebih suka menggunakan media sosial untuk berkomunikasi daripada metode lain. Memang, anak-anak saat ini adalah anggota dari apa yang disebut generasi "digital native", generasi yang tumbuh dengan Internet dan fasih dalam berbagai bentuk teknologi untuk komunikasi, interaksi, dan perdagangan.

Sebuah media internet yang dirancang untuk memfasilitasi komunikasi antar individu. Penggunaan teknologi berbasis web di media sosial memfasilitasi percakapan dua arah. Blog, Twitter, Facebook, dan Instagram adalah beberapa platform media sosial yang paling banyak digunakan saat ini (dalam Gemasih, 2020)

Penilaian tersebut didasarkan pada APJII (2021) pada jenis platform yang saat ini digunakan dan yang paling sering digunakan adalah Instagram. Sebagian besar pengguna berpartisipasi di banyak situs media sosial, meskipun mereka sering tertarik pada satu. Instagram adalah perangkat lunak seluler yang memungkinkan pengguna untuk bertukar informasi seperti Twitter, tetapi dengan kemampuan tambahan untuk melakukannya melalui penggunaan foto.

Contoh di mana konten (gambar, video, dan sejenisnya) dari kehidupan nyata pengguna diunggah (melalui Instagram) sangat menunjukkan popularitas aplikasi. Pada gilirannya, ini membuat Instagram menjadi platform yang lebih mengundang bagi pengguna karena postingan yang menarik menjadi lebih umum. Wanita merupakan mayoritas pengguna Instagram di Indonesia, meskipun faktanya aplikasi ini paling banyak digunakan oleh pria di seluruh dunia. Instagram sangat populer di kalangan remaja berusia 19-24 tahun. Bernama Vania (pada tahun 2019 dalam penanggalan Azizah).

Menurut penelitian Dewi et al. (dalam Andriany, 2019), kecanduan Instagram dapat berkembang ketika penggunaan aplikasi secara teratur terus meningkat dari waktu ke waktu. Kecanduan Instagram, seperti yang didefinisikan oleh (Young, 2010), ditandai dengan penggunaan platform yang berlebihan dan ketidakmampuan untuk membatasi waktu seseorang di sana. Jika Anda memeriksa Instagram lebih dari tiga kali sehari, atau jika Anda menghabiskan lebih dari 30 menit sehari di aplikasi, Anda mungkin ketagihan.

Kecanduan Instagram mungkin memiliki efek yang tidak menguntungkan bagi pengguna Instagram. Instagram telah dikaitkan dengan sejumlah hasil negatif, termasuk peningkatan introversi dan penurunan keterampilan sosial, peningkatan konsumsi, kehilangan peluang, cyberbullying, narsisme, depresi, dan kurangnya motivasi untuk belajar, yang semuanya memiliki efek negatif pada prestasi akademik (Warsita, dkk 2016). Banyak hal yang mungkin berkontribusi pada seseorang yang mengembangkan kecanduan Instagram. Sifat introvert mungkin menjadi salah satu penyebab kecanduan Instagram (Anggraeni, M., & Husain, 2014). Selain itu, penelitian Ningtyas (2012) menunjukkan bahwa pengendalian diri paling baik dipahami sebagai prosedur untuk membentuk kebiasaan. Memiliki kemampuan untuk melakukan pengendalian diri adalah mampu memantau, mengarahkan, mengatur, dan menampilkan pola perilaku yang dapat mengarah pada hasil yang bermanfaat. Karakter dan kapasitas setiap orang untuk mengendalikan diri adalah unik. Beberapa orang memiliki banyak pengendalian diri, sementara yang lain tidak memilikinya sama sekali. Orang yang disiplin diri, diklaim, cenderung mengubah dunia menjadi lebih baik. Kebalikannya adalah benar bagi mereka yang tidak memiliki kemampuan untuk menahan dorongan hati mereka dan karenanya menderita akibatnya.

Kemampuan untuk menyesuaikan perilaku seseorang, kemampuan untuk menangani informasi yang tidak diinginkan dengan meminya, dan kemampuan untuk memilih tindakan adalah semua aspek pengendalian diri, seperti yang dijelaskan oleh Averill (dalam Ariyanto, 2017). didasarkan pada asumsi bahwa setiap orang memiliki tingkat disiplin yang unik. Ada orang yang bisa melakukan banyak pengendalian diri, dan ada orang yang tidak bisa. Seseorang dengan disiplin diri yang kuat lebih mungkin untuk mengarahkan orang lain dengan cara yang benar. Sebaliknya, kurangnya pengendalian diri akan berdampak buruk bagi kehidupan seseorang.

Hal ini sesuai dengan penelitian (Dwi Resky Setiawati, 2016) yang dilakukan pada mahasiswa di Yogyakarta, yang menemukan hubungan terbalik antara kontrol diri dan ketergantungan Instagram. Sejauh mana seseorang kecanduan Instagram tergantung pada seberapa banyak pengendalian diri yang dilakukan seseorang, dibantu oleh (Muna, Astuti, & Kunci, 2014) menemukan hubungan antara kurangnya kontrol diri dan kecanduan internet. Kecanduan media sosial sangat berkorelasi dengan kurangnya kontrol diri pada remaja dan dewasa muda. Penelitian yang dilakukan oleh (Wahdah, 2016)

menegaskan bahwa tingkat pengendalian diri mahasiswa SMP Sunan Giri Malang dan intensitas penggunaan Facebook berkorelasi negatif. Akibatnya, semakin banyak kontrol diri yang dimiliki siswa, semakin tidak intens penggunaan Facebook mereka. Namun, jika seseorang memiliki kontrol diri yang buruk, mereka akan menggunakan Facebook lebih sering dan untuk jangka waktu yang lebih lama.

Setelah mengamati hasil polling pendahuluan, Beberapa mahasiswa Universitas Wijaya Putra mengkonfirmasi memiliki beberapa akun Instagram dalam penggalan data awal yang dilakukan dalam bentuk kuesioner kepada banyak siswa. Ketika ditanya tentang bagaimana mereka menggunakan waktu luang mereka, orang yang diwawancarai menempatkan penggunaan Instagram sebagai salah satu prioritas tertinggi. Beberapa anak menghabiskan lebih dari lima puluh gigabyte data dalam satu bulan. Sebagian besar siswa, 7 kali setiap hari, check-in dengan teman-teman mereka di Instagram. mahasiswa juga dilaporkan menggunakan Instagram untuk beralih antar tab, memeriksa profil pengguna lain, belajar tentang kpop, kosmetik, pendidikan, memasak, berbagi pengalaman mereka melalui Instagram Stories, melakukan percakapan dengan teman melalui Instagram Direct, dan melihat profil. akun di toko internet bahkan untuk mereka yang mereka sukai. Hiburan utama mahasiswa adalah mengunjungi situs web favorit mereka, banyak di antaranya berkaitan dengan topik favorit mereka: kpop, kecantikan, pendidikan, dan makanan. Diperkirakan ini dapat membantu orang menghabiskan waktu ketika mereka bosan. Orang-orang dengan EQ tinggi sangat nyaman mengekspresikan diri sehingga mereka bahkan akan membagikan foto dan video kehidupan sehari-hari mereka di Instagram Stories.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti "Hubungan Pengendalian Diri dengan Kecanduan Media Sosial (Instagram) Pada mahasiswa Universitas Wijaya Putra Surabaya" pada mahasiswa Universitas Wijaya Putra. Akibatnya, penting untuk melatih pengendalian diri untuk menghindari hasil negatif. Ketika orang merasa sulit untuk membatasi penggunaan Instagram mereka, itu karena mereka telah mengembangkan kecanduan media sosial Instagram.

METODE PENELITIAN

Sampel yang diambil mahasiswa Universitas Wijaya Putra Surabaya. Dari total populasi 1.487 mahasiswa, ukuran sampel 150 dipilih menggunakan metode pemilihan *non-probabilitas* yang disebut *purposive sampling* untuk penelitian ini. Skala pengendalian diri yang terdiri dari 14 item yang mencakup ketiga kategori pengendalian diri Averill (mengendalikan perilaku, mengendalikan pikiran, dan mengendalikan tindakan) digunakan untuk mengumpulkan data untuk penelitian ini (Mengendalikan Keputusan) Para peneliti dalam penelitian ini menggunakan a metodologi yang dikembangkan oleh (Dirgantoro, 2020). Skala kedua, "Skala Kecanduan Media Sosial Instagram", dikembangkan dengan menggunakan 26 pertanyaan dari Aspek berdasarkan penelitian Young. Ini mencakup banyak domain, termasuk penarikan dan kesulitan sosial, manajemen waktu dan kinerja, dan substitusi realitas. Semua komponen ini datang dalam bentuk aspek positif dan negatif. Sebagai bagian dari penelitian ini, peneliti melakukan penyesuaian pada alat ukur yang dikembangkan oleh (Andriany, 2019) untuk memperhitungkan keadaan unik responden. Pilihan jawaban berkisar dari "Sangat Sesuai" (SS) hingga "Tidak Sesuai" (TS) hingga "Sangat Tidak Sesuai" (STS).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1
Uji Normalitas

Variabel	Signifikan (P)	Keterangan
1. <i>Self control</i>	0,381	Normal
2. Kecanduan Media Sosial Instagram	0,198	Normal
Residual	0,349	Normal

Tabel 2
Uji Linieritas

Variabel	Signifikan (P)	F Hitung	R	Keterangan
----------	----------------	----------	---	------------

Kecanduan Media Sosial Instagram terhadap <i>Self control</i>	0,000	1,928	0,550	Linier
---	-------	-------	-------	--------

Tabel 3
Uji Hipotesis Product Moment

Variabel	Signifikan (P)	F Hitung	R	Keterangan
Kecanduan Media Sosial Instagram terhadap <i>Self control</i>	0,000	1,928	0,550	Linier

Tabel 4
Kategorisasi subjek skala *self control*

Variable	Kategori	Jumlah Subjek	Presentase %
<i>Self control</i>	Rendah	22	14,6 %
	Sedang	102	68 %
	Tinggi	26	17,3 %
Total		150	100 %

Tabel 5
Kategorisasi subjek skala kecanduan media sosial *instagram*

Variable	Kategori	Jumlah Subjek	Presentase %
Kecanduan Media Sosial Instagram	Rendah	24	16 %
	Sedang	103	68,6 %
	Tinggi	23	15,3 %
Total		150	100 %

PEMBAHASAN

Menggunakan studi data yang dikumpulkan dari mahasiswa di Universitas Wijaya Putra Surabaya, kita dapat menyimpulkan bahwa Instagram berkontribusi pada kurangnya kontrol diri di antara orang dewasa muda ini. Sebanyak 150 siswa, berusia 19 hingga 24 tahun, berpartisipasi dalam penelitian ini. Melalui penggunaan teknik korelasi product moment yang menampilkan koefisien antara kedua variabel ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara pengendalian diri dengan kecanduan media sosial Instagram ($r = -0,493$; $p = 0,000$; $p < 0,05$), mendukung hipotesis nol penelitian bahwa kontrol diri yang lebih besar berkorelasi dengan pengurangan kecanduan media sosial Instagram. Hal yang sama berlaku untuk kecanduan Instagram; itu meningkat sebanding dengan kurangnya pengendalian diri seseorang. Studi ini juga menemukan bahwa kurangnya kontrol diri adalah kontributor kecanduan Instagram dengan selisih 24,3%. Koefisien korelasi menunjukkan hubungan negatif antara kedua variabel; hubungan negatif antara dua variabel menyiratkan bahwa kontrol diri mengurangi kecanduan media sosial Instagram. Sebaliknya, kecanduan Instagram meningkat sebanding dengan kurangnya pengendalian diri seseorang.

Temuan penelitian ini mendukung anggapan bahwa mahasiswa di Universitas Wijaya Putra, Surabaya menunjukkan korelasi substansial antara tingkat pengendalian diri dan tingkat kecanduan media sosial Instagram mereka. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian "Pengendalian diri dengan kecanduan Instagram pada mahasiswa Universitas X di Yogyakarta" (Dwi Rezky, 2020). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi seberapa besar pengendalian diri yang dimiliki mahasiswa terkait dengan kecanduan Instagram mereka. Penelitian ini menemukan adanya hubungan negatif antara tingkat pengendalian diri mahasiswa dengan ketergantungan mereka terhadap

Instagram. mahasiswa cenderung tidak kecanduan Instagram jika mereka memiliki tingkat pengendalian diri yang lebih baik, dan sebaliknya. Faktanya, semakin rendah kontrol diri seorang siswa, semakin besar kecanduan mereka terhadap Instagram. Konsisten dengan penelitian sebelumnya (Dwi Rezky, 2020), analisis kami tentang hipotesis hubungan antara kontrol diri dan ketergantungan Instagram menghasilkan hasil negatif. Untuk alasan ini, para peneliti berhipotesis (Dwi Rezky, 2020) bahwa kemampuan pengguna untuk mengendalikan diri atas penggunaan Instagram mereka akan berkorelasi dengan seberapa parah mereka mengalami pasang surut kecanduan mereka. Semakin banyak kontrol diri yang dimiliki siswa, semakin sedikit waktu yang mereka habiskan di Instagram. Ketergantungan mahasiswa pada Instagram tampaknya meningkat berbanding lurus dengan kurangnya pengendalian diri mereka.

mahasiswa dalam penelitian ini menunjukkan tingkat pengendalian diri yang sedang, yang berbanding terbalik dengan tingkat kecanduan Instagram mereka. Namun, mahasiswa yang berjuang dengan pengendalian diri lebih cenderung kecanduan Instagram. Penelitian (Muna, Astuti, & Kunci, 2014) menegaskan hal ini, menemukan korelasi negatif antara kontrol diri dan kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja akhir. Mereka yang memiliki kecenderungan rendah untuk kecanduan media sosial mengendalikan hidup mereka, terbukti dengan fakta bahwa pikiran, emosi, dan tindakan mereka tidak didorong oleh obsesi untuk memeriksa akun mereka dan bahwa penggunaan media sosial mereka tidak masuk. cara minat mereka yang lain atau hubungan mereka dengan orang lain dan dunia di sekitar mereka.

Orang yang memiliki banyak pengendalian diri akan terhindar dari jebakan yaitu Instagram. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Wahdah, 2016), terdapat hubungan terbalik antara tingkat pengendalian diri mahasiswa dengan frekuensi penggunaan Facebook mereka. Akibatnya, semakin banyak kontrol diri yang dimiliki siswa, semakin tidak intens penggunaan Facebook mereka. Sebaliknya, penggunaan Facebook akan lebih sering dan intens jika pengguna memiliki tingkat pengendalian diri yang buruk.

Hasil uji korelasi menunjukkan $(r) = -0,493$ dan koefisien determinasi (r^2) sebesar $0,243$, yang secara bersama-sama menunjukkan bahwa pengendalian diri berkontribusi $24,3\%$ terhadap kecanduan media sosial Instagram. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa di UW-P menghubungkan $24,3\%$ kecanduan media sosial Instagram mereka dengan tingkat pengendalian diri mereka. Ini menunjukkan bahwa hanya $24,3\%$ dari Kecanduan Media Sosial Instagram dapat dikaitkan dengan kurangnya kontrol diri, sedangkan $75,7\%$ sisanya dapat dikaitkan dengan karakteristik lain termasuk jenis kelamin, gangguan kejiwaan, status sosial ekonomi, dan tujuan serta waktu penggunaan Instagram. Skor subjek pada skala kecanduan media sosial (Instagram) digunakan untuk membagi mereka menjadi tiga kelompok: mereka yang kecanduan rendah (24 ; 16%), kecanduan sedang (103 ; $68,6\%$), dan kecanduan kuat (23 ; $17,3\%$). Sedangkan untuk pengendalian diri, 22 ($14,6\%$) responden termasuk dalam kelompok rendah, 102 ($68,0\%$) termasuk dalam kategori sedang, dan 26 ($17,3\%$) termasuk dalam kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa termasuk dalam kisaran sedang untuk kecanduan Instagram dan kisaran sedang untuk pengendalian diri.

SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengendalian diri dengan adiksi media sosial Instagram pada mahasiswa Universitas Wijaya Putra Surabaya, berdasarkan hasil analisis dan pembahasan data yang disajikan disini menunjukkan nilai korelasi sebesar $0,000 < 0,05$ antara pengendalian diri *product moment* dengan kecanduan media sosial Instagram. Dengan kata lain, mahasiswa dengan kontrol diri yang lebih besar cenderung memiliki lebih sedikit masalah dengan Instagram dan situs media sosial lainnya. Sebaliknya, semakin rendah pengendalian diri seorang siswa, semakin kecanduan mereka terhadap Instagram dan media sosial lainnya. Ini menunjukkan bahwa perbedaan antara penggunaan Instagram yang berat dan ringan adalah fungsi dari kemauan pengguna itu sendiri. Penyelidikan ini mengkonfirmasi ide yang diajukan.

Hasil penelitian menunjukkan hubungan moderat antara kontrol diri dan kecanduan Instagram (Pearson Correlation = $-0,493$), menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kontrol diri sedang dan kecanduan Instagram dapat membedakan antara tindakan yang mungkin atau mungkin tidak ditoleransi di masyarakat. Tingkat pengendalian diri yang lebih tinggi dikaitkan dengan tingkat Kecanduan Media Sosial Instagram yang lebih rendah, seperti yang terlihat dari koneksi terbalik. Sebaliknya, kecanduan Instagram semakin parah semakin sedikit kontrol diri yang dimiliki pengguna.

Temuan survei ini menunjukkan bahwa tingkat pengendalian diri secara keseluruhan adalah sedang, yaitu sebesar 68% (mewakili sebanyak 102 siswa), sedangkan tingkat kecanduan media sosial

Instagram secara keseluruhan juga sedang, yaitu sebesar 68,6% (mewakili sebanyak 103 siswa). Karakteristik lain, seperti jenis kelamin pengguna, kesehatan mental, status sosial ekonomi, serta sifat dan waktu penggunaan Instagram mereka, memengaruhi nilai koefisien determinasi (r^2), yang sebesar 0,243 atau nilai persentase 24,3%.

SARAN

Para peneliti telah membuat rekomendasi berikut berdasarkan penelitian yang disajikan:

a. Bagi Universitas

Para peneliti di Universitas Wijaya Putra Surabaya percaya bahwa dengan mempelajari lebih banyak tentang pengalaman mahasiswa dengan pengendalian diri dan kecanduan media sosial (yaitu Instagram), mereka akan terinspirasi untuk memunculkan ide-ide baru untuk acara dan program kampus.

b. Bagi Responden Penelitian

Hal ini dimaksudkan agar dengan melakukan penelitian ini, mahasiswa dan peserta penelitian lainnya dapat belajar untuk melakukan pengendalian diri yang baik dan menetapkan batasan yang sehat dengan penggunaan Instagram mereka. Responden dengan kecanduan Instagram yang rendah dan pengendalian diri yang baik lebih cenderung untuk mempertahankan keterampilan pengendalian diri mereka. Mereka yang memiliki tingkat kecanduan Instagram yang tinggi tetapi tingkat kontrol diri yang rendah didorong untuk berupaya meningkatkan kontrol diri mereka untuk meminimalkan kecanduan mereka. Penggunaan Instagram khususnya adalah salah satu area di mana mahasiswa diharapkan menunjukkan kedewasaan.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

Studi ini dapat membuka jalan bagi peneliti masa depan untuk memasukkan pertanyaan terkait Instagram ke dalam bagian identifikasi survei. Selain itu, peneliti diharapkan untuk menyajikan dan memastikan proporsi tanggapan laki-laki dan perempuan. Disarankan agar lebih banyak penelitian dilakukan di masa depan untuk mengeksplorasi faktor-faktor tambahan yang berdampak pada kecanduan Instagram pada siswa. Untuk memperdalam peman ilmiah, juga diantisipasi bahwa studi masa depan akan memilih karakteristik lain yang terkait dengan kecanduan Instagram.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhi, Kuncoro. 2014. "Evaluasi Muatan Lokal Keterampilan Teknik Bangunan Di Smp Negeri 15 Yogyakarta." *Journal Of Chemical Information And Modeling* 53(9): 1689-99.
- Amelia, Dina, And Universitas Negeri Padang. 2019. "Hubungan Antara Self Control Dengan Perilaku Konsumtif Belanja Online Pada mahasiswa Unp." *Ejournal.Unp.Ac.Id* Vol 2019: 1-11.
- Andini, Restu Novi, Ratna Widiastuti, And Moch Johan Pratama. 2019. "Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Komunikasi Interpersonal The Correlation Of Confidence With Interpersonal Communication." 05(1).
- Andriany, Wina. 2019. "Kontrol Diri Dan Kecanduan Internet Pada mahasiswa Di Universitas X Di Yogyakarta." (April): 33-35.
- Anggraeni, M., & Husain, A. N. 2014. "Hubungan Tipe Kepribadian Introvert Dengan Kecanduan Internet Pada mahasiswa Kelas X Di Sman 1 Banjarmasin ." *Berkala Kedokteran* 10(1), 1-8.
- Angraini, Indri. 2019. "Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Online Shopping Pada Wanita Usia Dewasa Awal." : 1-154.
- Apjii. 2020. "Buletin Apjii: Memeratakan Akses Internet Di Negara Kepulauan." *Buletin Apjii*: 7.
- Ariyanto, A. 2017. "Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Remaja Di Surakarta." *Skripsi: Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Atmoko, D. B. 2012. "Instagram Handbook Tips Fotografi Ponsel." *Jakarta: Media Kita*.
- Averill, J. R. 1973. "Personal Control Over Averssive Stimuli And It's Relationship To Stress." In *Psychology Bulletin*, , 80(4), 289- 303.
- Aviyah, E., & Farid, M. 2014. "Religiusitas, Kontrol Diri Dan Kenakalan Remaja." *Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(2), 126-129.
- Ayutiani, Difa Nurhasna, And Berlian Primadani Satria Putri. 2018. "Penggunaan Akun Instagram Sebagai Media Informasi Wisata Kuliner." *Profesi Humas : Jurnal Ilmiah Ilmu Hubungan Masyarakat* 3(1): 39.
- Azizah, Baharuddin. 2019. "Hubungan Antara Fear Of Missing Out(Fomo)Dengan Kecanduan Media

- Sosial Instagram Pada Remaja." *Neuroscience* 1(1): Iii-Vii.
- Azwar, Saifuddin. 2013. "Metode Penelitian." *Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013*: 105-12.
- Chalim, S., & Anwas, E. O. 2018. "Peran Orangtua Dan Guru Dalam Membangun Internet Sebagai Sumber Pembelajaran." *Jurnal Penyuluhan, 14(1)*, 33-42.
- Choliz. 2012. "Mobile-Phone Addiction In Adolescence." *The Test Of Mobile Phone Depedence (Tmd), 2(1)*, 33-44.
- Denson, T. F., Dewell, C. N., & Finkel, E. J. 2012. "Self-Control And Aggresion." *Journal Of Psychological Science, 21(1)*, 20-25.
- Diarti, Emi, Ani Sutriningsih, And Wahidyanti Rahayu H. 2017. "Hubungan Antara Penggunaan Internet Dengan Gangguan Pola Tidur Pada mahasiswa Psik Unitri Malang." *Nursing News* 2(3): 321-31.
- Dirgantoro. 2020. 2507 *Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Harga Diri Terhadap Kecanduan Smartphone Pada mahasiswa Kelas Xi Sman 58 Jakarta.*
- Dwi Resky Setiawati. 2016. "Faktor Risiko Terhadap Pemuda Muslim Indonesia Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta." *Hasanah, Nabila Huswatun. 2020.*
- Gemasih, Putri Selian. 2020. "Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh."
- Ghufron & Risnawati. 2010. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media *Teori-Teori Psikologi.*
- Griffiths, M. 2015. "Internet Addiction In Psychotherapy. Basington: Palgrave Macmillan Uk."
- Hartaji, Damar A. 2012. "Motivasi Berprestasi Pada mahasiswa Yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orangtua." *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.*
- Irkham, Ahmad. 2020. "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif mahasiswa Pengguna Electronic Wallet (E-Wallet) Di Kota Semarang." :1-63.
- Kurniawan, Puguh; 2018. "Pemanfaatan Media Sosial Instagram Sebagai Komunikasi Pemasaran Modern Pada Batik Burneh."
- Muna, Resti Fauzul, Tri Puji Astuti, And Kata Kunci. 2014. "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Akhir Correlation B etween Self Control With A Tendency Of Social Media Addiction In Late Adolescence.
- Ningtyas, S. D. 2012. "Hubungan Antara Self Control Dengan Internet Addiction Pada siswa." *Educational Psychology Journal* 1(1), 25-3.
- Saifuddin Azwar. 2013. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013 *Metode Penelitian Psikologi.*
- Santoso, Y. R., & Purnomo, J. T. 2017. "Hubungan Kecanduan Game Online Terhadap Penyesuaian Sosial Pada Remaja." *Jurnal Humanaora Yayasan Bina Darma, 4(1)*, 27-44.
- Smart. 2010. "Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game." *Yogyakarta: A Plus Book.*
- Sugiyono. 2014. "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D." *Bandung : Alfabeta, 2014.*
- Suplig, M. A. 2017. "Pengaruh Kecanduan Game Online mahasiswa Kelas X Terhadap Kecerdasan Sosial Sekolah Kristen Swasta Di Makasar." *Jurnal Jaffrav, 15(2)*, 177-200.
- Umaidah, Lubaiatul. 2019. "Hubungan Antara Kebahagiaan Dengan."
- Wahdah, Nailun Izzati. 2016. "Hubungan Kontrol Diri Dan Pengungkapan Diri Dengan Intensitas Penggunaan Facebook Pada mahasiswa Smp Sunan Giri Malang." *Undergraduate Thesis*: 1-124.
- Warsita, D., Tarifu, L., & Sirajuddin. 2016. "Dampak Instagram Terhadap Perilaku mahasiswa Fakultas Administrasi Universitas Halu Oleo Kendari." *Jurnal Ilmu Komunikasi Uho, 1(2)*, 11-23.
- Yomara, Hermawan Rheza. 2018. "Hubungan Kecenderungan Kontrol Diri Dengan Intensi Menggunakan Instagram Pada Remaja." *World Development* 1(1):1-15.
- Young, K. S. 2010. "Internet Addiction: A Handbook And Guide To Evaluation And Treatment." *Canada: John Wiley & Sons Inc.*
- Yusuf, Syamsu. 2012. "Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja." *Bandung: Remaja Rosdakarya.*