

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN
PERILAKU NARSISTIK PADA REMAJA PENGGUNA APLIKASI
INSTAGRAM DI SMA KESATRIAN 2 SEMARANG**

Skripsi

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh derajat Sarjana Psikologi



Disusun oleh:

Rizqi Mauliza Cahyani

(30702100176)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2025

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN PERILAKU NARSISTIK PADA REMAJA PENGGUNA APLIKASI INSTAGRAM DI SMA KESATRIAN 2 SEMARANG

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Rizqi Mauliza Cahyani

30702100176

Telah disetujui untuk diujikan dan dipertahankan di depan Dewan Penguji guna
memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal

Zamroni, S.Psi., M.Psi., Psikolog

26 Juni 2025

UNISSULA

جامعة سلطان أبوبوع الإسلامية

Semarang, 26 Juni 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung



Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si

NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku Narsistik Pada Remaja Pengguna Aplikasi Instagram

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Rizqi Mauliza Cahyani

30702100176

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada 11 Agustus 2025

Dewan Penguji

1. Inhasnuti Sugiasih, S.Psi., M.Psi., Psikolog
2. Luh Putu Shanti Kusumaningsih, S.Psi., M.Psi.,
Psikolog
3. Zamroni, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Tanda Tangan

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 11 Agustus 2025

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si
NIDN. 210799001

PERNYATAAN

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya Rizqi Mauliza Cahyani dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

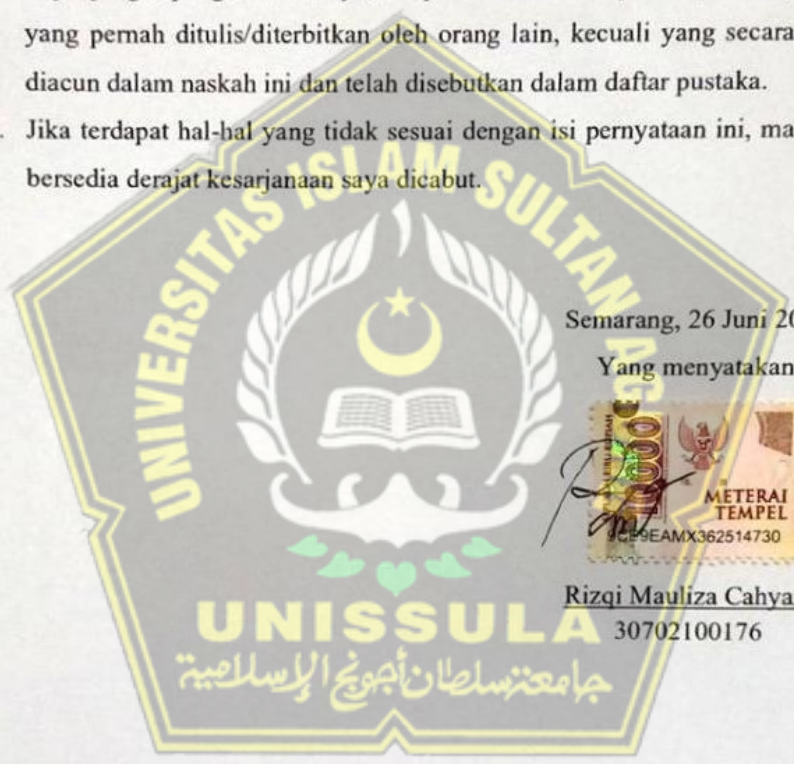
1. Skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesadaran di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang sepengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacun dalam naskah ini dan telah disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesadaraan saya dicabut.

Semarang, 26 Juni 2025

Yang menyatakan



Rizqi Mauliza Cahyani
30702100176



MOTTO

“Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat) dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui terhadap apa yang kamu kerjakan.”

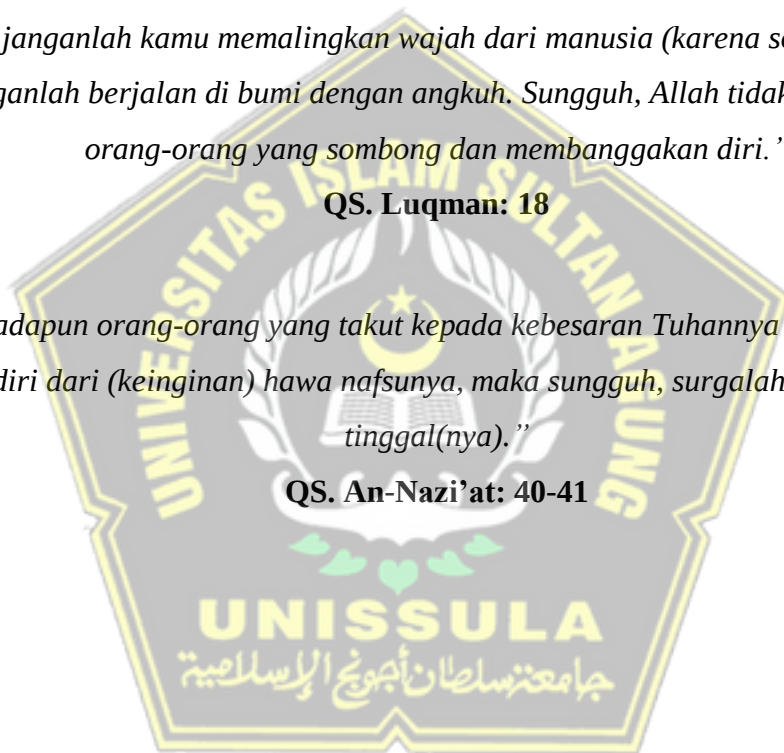
QS. Al-Hasyr: 18

“Dan janganlah kamu memalingkan wajah dari manusia (karena sombong) dan janganlah berjalan di bumi dengan angkuh. Sungguh, Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membanggakan diri.”

QS. Luqman: 18

“Dan adapun orang-orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari (keinginan) hawa nafsunya, maka sungguh, surgalah tempat tinggal(nya).”

QS. An-Nazi'at: 40-41



PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahiim

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya ini kepada kedua orang tuaku yang kucintai dan sayangi karena Allah, ibu Komariyah dan bapak Ahmad Cahyono (Alm). Manusia yang Allah hadirkan dan takdirkan untuk menjadi orang tuaku, panutan dalam hidupku, pintu surga terdekatku, sumber kekuatanku, dan yang tidak pernah lelah untuk bekerja keras, mendo'akan, memberikan kasih dan sayang, serta nasihat-nasihat berharga untuk bisa mewujudkan mimpi penulis. Begitupun kepada nenekku tercinta, nenek Khuriyah. Juga untuk kakakku tersayang kak Firda dan adikku tersayang mas Mundzir yang selalu memberikan dukungan dan semangat untukku sehingga bisa menyelesaikan karya ini dengan baik.

Dosen pembimbingku, Bapak Zamroni, S.Psi., M.Psi., Psikolog yang senantiasa dengan penuh kesabaran dan keikhlasan dalam membimbing, memberikan arahan, motivasi, nasihat, saran dan masukan, serta motivasi dan dukungan dalam menyelesaikan karya ini.

Almamater yang membuat penulis bangga mendapatkan banyak makna dalam menuntut ilmu di Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) Semarang.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahiim

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta pertolongan-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ini dengan baik sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar S-1 Sarjana Psikologi. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, keluarga, dan para sahabatnya.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan karya ini memiliki banyak kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan seperti yang diharapkan. Dalam penyusunan karya ini penulis banyak mengalami kesulitan dan hambatan, akan tetapi berkat bantuan, doa, dan motivasi dari berbagai pihak penulis dapat menyelesaikan karya ini sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si dan jajarannya, selaku pimpinan Fakultas Psikologi UNISSULA atas dedikasinya dalam proses akademik serta apresiasi dan motivasinya terhadap mahasiswa untuk terus berprestasi.
2. Bapak Zamroni, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing dan dosen wali di Fakultas Psikologi UNISSULA yang berkenan meluangkan waktu untuk membimbing sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik dan tepat waktu, serta memberikan nasihat dan motivasi selama proses perkuliahan.
3. Seluruh Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi UNISSULA atas dedikasinya dalam memberikan ilmu kepada penulis yang sangat bermanfaat hingga sampai kapan pun dan senantiasa bersabar dalam membantu segala proses perkuliahan.
4. Bapak dan Ibu Staff Tata Usaha serta Perpustakaan Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberikan kemudahan dalam mengurus proses administrasi dari awal perkuliahan hingga skripsi ini selesai.
5. Kepala Sekolah dan Guru BK SMA Kesatrian 2 Semarang yang telah memberikan izin penelitian, serta subjek penelitian yang meluangkan waktunya untuk mengisi skala.

6. Orang tua yang sangat penulis cintai dan sayangi karena Allah, bapak Ahmad Cahyono (Alm) dan Ibu Komariyah yang selalu mengingatkan tentang ibadah, sabar, dan ikhlas apapun masalah yang dihadapi, selalu memberikan do'a, semangat, dan nasihat terbaik untuk anak-anaknya.
7. Kakaku tersayang kak Firda dan adikku tersayang mas Mundzir yang selalu memberikan do'a, dukungan, dan semangat kepada penulis.
8. Mba Aulina yang selalu menemani, menyemangati, dan sabar dalam membantu penulis sehingga memudahkan skripsi ini berjalan dengan baik.
9. Sahabatku sejak SMP Alfa Khasanah yang selalu memberikan semangat selama ini, serta tidak pernah bosan mendengarkan keluh kesah penulis.
10. Sahabat perkuliahanku Afi, Nahdah, Novia yang sudah membantu, mendoakan, menyemangati, dan selalu ada di saat penulis sedang membutuhkan tempat untuk menghibur diri dari skripsi ini.
11. Rekan kerja di Layanan Psikologi Rumah Mentari, terutama ibu Oktariana Indrastuti atas izin dan dukungannya kepada penulis dan kak Endang Mc yang terus memberi semangat berjuang dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Semua pihak yang telah membantu, memberikan semangat dan dukungan, serta doa kepada penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.
13. Tidak lupa, rasa syukur kepada diri sendiri, Rizqi Mauliza Cahyani yang sudah terus berjuang sekuat tenaga mengusahakan yang terbaik, serta berusaha kuat dan tetap bertahan hingga sejauh ini.

Penulis mengharapkan karya ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu psikologi. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak untuk menyempurnakan skripsi ini.

Jazaakumullahu Khayran Katsir

Semarang, 26 Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	11
BAB II LANDASAN TEORI.....	12
A. Kecenderungan Perilaku Narsistik	12
1. Pengertian Kecenderungan Perilaku Narsistik	12
2. Aspek-aspek Kecenderungan Perilaku Narsistik.....	13
3. Faktor yang Memengaruhi Kecenderungan Perilaku Narsistik.....	16
B. Kontrol Diri.....	19
1. Pengertian Kontrol Diri	19
2. Aspek-aspek Kontrol Diri.....	20
3. Faktor yang Memengaruhi Kontrol Diri.....	22
C. Remaja	24
1. Pengertian Remaja.....	24

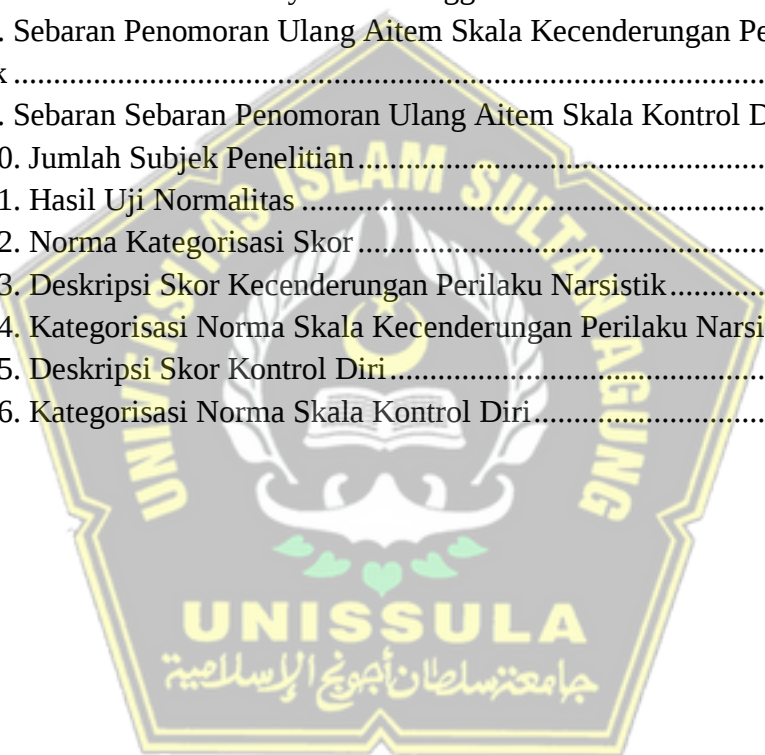
2. Ciri-ciri Remaja	25
D. Dinamika Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Perilaku Narsistik pada Remaja pengguna aplikasi <i>Instagram</i>	29
E. Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	33
A. Identifikasi Variabel Penelitian	33
B. Definisi Operasional	33
1. Kecenderungan Perilaku Narsistik	33
2. Kontrol Diri	34
C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	35
1. Populasi	35
2. Sampel.....	35
3. Teknik Pengambilan Sampel (Sampling).....	36
D. Metode Pengumpulan Data	36
1. Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik	36
2. Skala Kontrol Diri	37
E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem, dan Uji Reliabilitas	38
1. Validitas.....	38
2. Uji Daya Beda Aitem	39
3. Uji Reliabilitas.....	39
F. Teknik Analisis Data.....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
A. Orientasi Kancan Penelitian dan Pelaksanaan Penelitian.....	41
1. Orientasi Kancan Penelitian	41
2. Persiapan Penelitian.....	43
B. Pelaksanaan Penelitian.....	51
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	52
1. Uji Asumsi.....	52
2. Uji Hipotesis.....	53
D. Deskripsi Hasil Penelitian	54
1. Deskripsi Data Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik	54

2. Deskripsi Data Skala Kontrol Diri	56
3. Deskripsi Data Demografi.....	57
E. Pembahasan.....	60
F. Kelemahan Penelitian.....	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	65
A. Kesimpulan.....	65
B. Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN.....	73



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Populasi	35
Tabel 2. <i>Blueprint</i> Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik.....	37
Tabel 3. <i>Blueprint</i> Skala Kontrol Diri.....	38
Tabel 4. Sebaran Aitem Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik	46
Tabel 5. Sebaran Aitem Skala Kontrol Diri	47
Tabel 6. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik.....	48
Tabel 7. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah Skala Kontrol Diri..	49
Tabel 8. Sebaran Penomoran Ulang Aitem Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik	50
Tabel 9. Sebaran Sebaran Penomoran Ulang Aitem Skala Kontrol Diri	51
Tabel 10. Jumlah Subjek Penelitian.....	52
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas	53
Tabel 12. Norma Kategorisasi Skor	54
Tabel 13. Deskripsi Skor Kecenderungan Perilaku Narsistik.....	55
Tabel 14. Kategorisasi Norma Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik.....	55
Tabel 15. Deskripsi Skor Kontrol Diri.....	56
Tabel 16. Kategorisasi Norma Skala Kontrol Diri.....	57



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Rentang Skor Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik	56
Gambar 2. Rentang Skor Skala Kontrol Diri	57
Gambar 3. Perbandingan Usia Responden	58
Gambar 4. Perbandingan Jenis Kelamin Responden	58
Gambar 5. Aplikasi Media Sosial yang Digunakan	59
Gambar 6. Fitur Yang Dipakai Responden Dalam Penggunaan Aplikasi <i>Instagram</i>	60



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A	Skala Uji Coba.....	74
LAMPIRAN B	Tabulasi Data Skala Uji Coba	85
LAMPIRAN C	Reliabilitas Dan Uji Daya Beda Aitem Skala Uji Coba	94
LAMPIRAN D	Skala Penelitian	99
LAMPIRAN E	Tabulasi Data Skala Penelitian	108
LAMPIRAN F	Analisis Data	119
LAMPIRAN G	Surat Izin Penelitian	124
LAMPIRAN H	Dokumentasi Dan Bukti Penelitian	128



**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN
PERILAKU NARSISTIK PADA REMAJA PENGGUNA APLIKASI
INSTAGRAM DI SMA KESATRIAN 2 SEMARANG**

Rizqi Mauliza Cahyani
Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung
Email: rzqmauliza03@std.unissula.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik pada remaja pengguna aplikasi *Instagram* di SMA Kesatrian 2 Semarang. Sampel pada penelitian ini berjumlah 109 dari 446 siswa. Metode yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah *quota sampling*. Alat ukur yang digunakan yaitu dengan skala kecenderungan perilaku narsistik dan skala kontrol diri. Skala kecenderungan perilaku narsistik memiliki koefisien reliabilitas 0,842 dan terdiri dari 17 aitem. Skala kontrol diri memiliki koefisien reliabilitas 0,864 dan terdiri dari 20 aitem. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi sederhana non-parametrik, yaitu *spearman's rho*. Berdasarkan hasil uji hipotesis diperoleh koefisien korelasi sebesar -0,059 dengan signifikansi 0,543 ($p > 0,05$), sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik, atau dengan kata lain hipotesis pada penelitian ini ditolak.

Kata Kunci: *Kecenderungan Perilaku Narsistik, Kontrol Diri, Pengguna Aplikasi Instagram*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL AND THE
TENDENCY OF NARCISSISTIC BEHAVIOR IN ADOLESCENTS
USING THE INSTAGRAM APPLICATION AT KESATRIAN 2
SEMARANG HIGH SCHOOL**

Rizqi Mauliza Cahyani
Faculty of Psychology
Sultan Agung Islamic University
Email: rzqmauliza03@std.unissula.ac.id

ABSTRACT

The study aims to determine the relationship between self-control and the tendency of narcissistic behavior in adolescents using the Instagram application at SMA Kesatrian 2 Semarang. The sample in this study amounted to 109 out of 446 students. The method used for sampling is quota sampling. The measuring instrument used is the narcissistic behavior tendency scale and self-control scale. The narcissistic behavior tendency scale has a reliability coefficient of 0.842 and consists of 17 items. The self-control scale has a reliability coefficient of 0.864 and consists of 20 items. The data analysis technique in this study used non-parametric simple correlation techniques, namely Spearman's rho. Based on the results of hypothesis testing, the correlation coefficient is -0.059 with a significance of 0.543 ($p > 0.05$), so it can be concluded that there is no relationship between self-control and narcissistic behavior tendencies, or in other words, the hypothesis in this study is rejected.

Keywords: Narcissistic Behavior Tendencies, Self-Control, Instagram Application Users

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dampak kemajuan teknologi terbaru membawa perubahan dan pengaruh pada aspek-aspek kehidupan manusia (Putrawangsa & Hasanah, 2018). Perkembangan ini memberi berbagai pengaruh pada kehidupan masing-masing individu sehingga individu menjadi tertarik ingin menggunakan dan memanfaatkannya (Muhammad, 2019). Salah satu media sosial yang berkembang pesat dan digunakan hampir semua kalangan bahkan hingga lembaga resmi di Indonesia yaitu aplikasi *Instagram* (Arlena, 2021). Frekuensi penggunaan yang dihabiskan masyarakat Indonesia umumnya mencapai 3 jam 14 menit sehari untuk mengakses media tersebut, dengan 81% di antaranya melakukannya setiap hari (Panggabean, 2024).

Hasil survei yang dilakukan dan dipromosikan oleh LendEDU, ditemukan bahwa sebanyak 64% aplikasi *Instagram* adalah pilihan utama media sosial dan paling sering digunakan untuk selfie maupun narsis. Survei ini juga membuktikan bahwa umumnya pengguna aplikasi *Instagram* selain ingin berbagi pengalaman kepada orang lain, pengguna aplikasi *Instagram* juga ingin mendapatkan banyak “likes” (Indra, 2017). Pengguna aplikasi *Instagram* mencakup usia 18-24 tahun, dan termasuk dalam segmen usia terbesar di Indonesia atau sebanyak 23 juta pengguna aplikasi *Instagram* (Arlena, 2021). Selain itu, dari hasil survei *MarkPlus Insight* (dalam Indonesia Netizen Survei tahun 2013) terhadap 2.150 responden, menyatakan bahwa remaja di rentang usia 15-22 tahun merupakan pengguna aplikasi *Instagram* dengan presentase sebesar 5.9% (Setiasih & Puspitasari, 2015). Sementara dari hasil statistik usia pengguna aplikasi *Instagram* yang diambil dari laporan *Good Stats* tahun 2023 juga diketahui bahwa mayoritas pengguna *Instagram* adalah remaja dan dewasa muda (Yonatan, 2023).

Hasil studi “*Status of Mind*” yang dilakukan oleh *The Royal Society for Public Health*, menunjukkan bahwa aplikasi *Instagram* termasuk dalam

platform jejaring sosial dengan membawa pengaruh buruk bagi kesehatan psikologis (Widiartanto & Yusuf, 2017). Oleh karena itu, aplikasi *Instagram* menjadi fenomena sosial yang perlu diperhatikan terutama pada kalangan remaja. Bebasnya penggunaan aplikasi *Instagram* membuat remaja semakin gemar menampilkan diri kepada khalayak (Purnamasari & Agustin, 2018).

Penggunaan aplikasi *Instagram* saat ini juga tidak lagi digunakan sebagaimana mestinya atau hanya sebagai media hiburan saja, melainkan beralih menjadi panggung eksistensi dengan tujuan menarik perhatian sehingga dapat menambah *follower* (pengikut), *likes* (suka) dan komentar dari pengguna lain. Perilaku obsesif di *Instagram* yang bertujuan untuk menarik perhatian memicu timbulnya sifat narsistik. Keinginan kuat untuk selalu jadi pusat perhatian di *Instagram* dapat memunculkan perilaku narsis (Martiani dkk., 2021). Individu membutuhkan kontrol diri untuk dapat menentukan perilakunya sehingga terhindar dari dampak negatif. Oleh karena itu, dibutuhkan pada pengguna media sosial seperti aplikasi *Instagram* (Kusuma dkk., 2019).

Narsistik merupakan asal kata dari istilah yang dikenal dengan narsisme dan individu yang mengalami ciri-ciri tersebut dikenal sebagai narsisis (*narcissist*). Pada tahun 1914, Sigmund Freud yang merupakan seorang ahli psikologis mempopulerkan narsisme dengan memperkenalkan gejala psikologi *narcism* di dalam esainya yang diberi judul “*On Narcissism, An Introduction*” (Saidah & Rohmah, 2021).

Menurut Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental, Edisi Kelima (DSM-5) yang diterbitkan oleh Asosiasi Psikiatri Amerika (2013), gangguan kepribadian narsistik adalah gangguan yang memiliki pola menetap ditandai oleh munculnya fantasi terhadap bentuk kesuksesan, kecantikan, kecerdasan, kekuatan, dan cinta ideal, atau suatu perilaku yang berlebihan, kebutuhan besar demi dikagumi individu lain, dan rendahnya keterampilan dalam berempati. Individu dengan kecenderungan kepribadian narsistik juga memiliki ciri-ciri perasaan yang superior atau hanya mementingkan urusan pribadinya, pemikiran yang berpusat pada khayalan dan kesuksesan yang telah

diraih, merasa dirinya spesial atau berkedudukan tinggi, memanfaatkan orang lain dengan tujuan agar keinginannya dapat terpenuhi, ingin menjadi pusat perhatian, cenderung kurang peduli terhadap individu lain, dan gemar menunjukkan barang miliknya kepada orang lain. Ciri-ciri ini dimulai sejak remaja, dewasa awal bahkan hingga masa dewasa (Laeli dkk., 2018).

Sementara menurut Ardani (2011) narsistik merupakan sebuah pola perilaku yang mendominasi individu dengan merasa bahwa dirinya hebat, senang apabila mendapat pengaguman dan pujian, serta tidak memiliki adanya rasa empati terhadap individu sekitar. Individu dengan perilaku narsistik menunjukkan keyakinan kuat bahwa individu ini sangat penting dan unik. Individu dengan perilaku narsistik juga sering ambisius, senang mencari popularitas, dan sangat sulit menerima masukan negatif dari individu yang lain. Remaja yang memiliki perilaku narsistik merasa butuh dikagumi dan ingin diakui oleh orang lain jika dirinya mempunyai keunikan (Fauziah, 2020).

Menurut Freud, perilaku narsistik pada dasarnya merupakan bagian dari tahap perkembangan yang normal. Pada fase ini, individu menunjukkan bentuk cinta terhadap dirinya sendiri atau yang dikenal dengan *self-love*. Seiring dengan bertambahnya usia dan kematangan organ reproduksi, cinta terhadap diri sendiri ini idealnya berkembang menjadi *object-love*, yaitu kemampuan untuk mencintai orang lain secara lebih intim. Namun, ketika *self-love* berkembang secara berlebihan dan tidak beralih ke tahap *object-love*, maka kondisi tersebut dapat menjadi tidak wajar dan dianggap sebagai gangguan perilaku (Millon, 2011).

Freud juga menyatakan bahwa hambatan dalam tahap perkembangan ini dapat muncul ketika individu lebih memilih menjadikan dirinya sendiri sebagai figur panutan, bukan orang tua seperti ibu. Sehingga, kecenderungan tersebut dapat mengarah pada perilaku narsistik yang tidak sehat dan dapat mengganggu kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Millon, 2011).

Nevid, dkk (2005) menjelaskan bahwa individu dengan perilaku narsistik mempunyai ciri-ciri antara lain yaitu, memiliki keyakinan atau perasaan bangga yang berlebihan terhadap dirinya sendiri, butuh untuk selalu dipuji orang lain, melebih-lebihkan prestasi atau keterampilan yang dimiliki, ingin terus mendapatkan banyak apresiasi serta berharap individu lain memperhatikan keahlian spesifiknya, lebih mementingkan dirinya sendiri, dan hanya memiliki sedikit empati terhadap individu lain (Habibah dkk., 2023).

Puspitasari (2015) memberi pernyataan jika remaja butuh memperhatikan dan diperhatikan oleh orang lain dengan cara mengunggah foto ataupun video di aplikasi *Instagram* sebagai upaya memenuhi kebutuhannya tersebut. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Bergman (2011) menyatakan bahwa individu akan memiliki kepercayaan jika kehidupan dirinya menarik minat orang lain dalam jejaring sosial sehingga menjadikannya cenderung semakin termotivasi untuk mengunggah foto yang mengarah pada perilaku narsistik (Kusuma dkk., 2019). Ranni (2011) menjelaskan bahwa remaja yang memiliki perilaku narsistik beranggapan jika dirinya merupakan individu yang istimewa, ambisius, dan ingin menjadi populer (Fauziah, 2020). Handayani (2014) menyatakan bahwa kurangnya kontrol diri merupakan salah satu faktor yang mendorong kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial (Meralda & Soetjningsih, 2023).

Kontrol diri merupakan faktor krusial yang berkontribusi terhadap kecenderungan perilaku narsistik di kalangan remaja pengguna media sosial, khususnya *Instagram*. Aspek kontrol diri ini mencakup dimensi perilaku, kognitif, dan pengambilan keputusan (Lestari & Wulanyani, 2024). Suhartanti (2016) mengemukakan bahwa sebagian remaja sering kali belum sepenuhnya mampu mengoptimalkan kontrol diri sejalan dengan tahapan perkembangan usianya. Oleh karena itu, kontrol diri berperan penting agar remaja dapat mengatur setiap tindakan yang dilakukan. Dengan kontrol diri yang memadai, diharapkan remaja bisa terhindar dari kecenderungan narsisme dalam penggunaan jejaring sosial *Instagram* yang dimilikinya (Suhartanti, 2016).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada hari Rabu, 11 Desember 2024 kepada 9 siswa dari kelas 10-12 yang bertempat di Ruang BK menunjukkan hasil di antaranya sebagai berikut.

Siswa pertama, berinisial NAW (17 th) (kelas 12) (perempuan)

“... Aku paling suka story sama notes. Karena menurutku sifatnya kayak nggak abadi gitu, kalo misal fotonya jelek bisa aku delete dan juga cuman 24 jam terus ilang. Terus juga pake DM-nya untuk ngehubungin temen-temen aku. Kalo ada yang like atau komen aku senang karna berarti orang-orang suka foto yang aku posting. Oh ya tentunya aku bakal jadi lebih percaya diri dan bakal lebih senang kalo di like. Kalo aku biasanya suka posting hal-hal yang menurutku lucu, seru, terus posting diri sendiri, atau informasi-informasi yang bisa aku share ke temen.”

Siswa ke-dua, berinisial NKDAJ (17 th) (kelas 11) (perempuan)

“... Fitur yang paling sering aku pake itu story, reels, sama feed yang buat posting. Fitur like dan komentar kalo menurut aku penting banget sih kak, kadang kalo ada yang komentar jelek aku hapus. Kalo misal ada yang nge-like banyak gitu rasanya pengen posting foto-foto terus. Senang banget dan ya jadi lebih percaya diri, karna saya pikir menarik di mata orang-orang. Kalo misal yang like dikit aku suka tanya ke temen, kok ngga ada yang ngelike ya, yang ngelike tumben dikit, jadi sedih. Iya kak perlu banget buat terlihat sempurna di Instagram.”

Siswa ke-tiga, berinisial NY (17 th) (kelas 11) (perempuan)

“... Biasanya aku lebih sering ke fitur story sih kak. Aku lebih suka dan seringnya posting di IG second. Kalo di story kan lebih sering banyak orang liat. Sebenarnya kalo temen ngelike gitu aku kayak diapresiasi nih sama temen, jadi excited sendiri. Iya aku jadi lebih percaya diri kalo banyak yang ngelike. Kalo semisal aku nggak dapet like mending aku arsipin aja. Kalo di first lebih perlu ya terlihat sempurna, tapi kalo di second itu lebih yaudah.”

Siswa ke-empat, berinisial JKS (17 th) (kelas 11) (perempuan)

“... Mungkin lebih ke feed sih kak, kadang story juga karena hasil foto-fotonya aestetik gitu. Aku post buat have fun atau seru-seruan aja. Perasaanya happy kak, iya jadi lebih percaya diri kalo ada yang ngelike. Biasanya aku posting fotoku sendiri, kalo foto sama temen biasanya post

di story. Karna ya menurutku fotonya bagus aja gitu kak, kayak dari pemandangannya sih. Menurutku iya penting terlihat sempurna di Instagram soalnya buat branding.”

Siswa ke-lima, berinisial DAPW (16 th) (kelas 10) (laki-laki)

“... Iya sering buka Instagram buat liat story atau sg. Terus kalo misal lagi ada bahan buat story ya ngepost buat story. Biasanya posting kayak misal lagi bepergian, tentang temen atau lagi nongkrong, sama foto saya dengan temen. Kalo ngelive ya kalo lagi nongkrong doang. ”

Siswa ke-enam, berinisial AM (16 th) (kelas 10) (perempuan)

“... Perasaanya seneng kak kalo ada yang ngelike, berarti kan suka sama postingannya dan jadi percaya diri juga. Kalo di feed posting foto saya sendiri, kalo story posting makanan, terus kayak tempat-tempat gitu. Seminggu kadang satu kali posting, ya lumayan sering dan ngerasa nyaman aja.”

Siswa ke-tujuh, berinisial AR (17 th) (kelas 12) (perempuan)

“... Biasanya aku pake fitur feed sama story. Menurutku fitur like dan komentar berpengaruh sih kak, misal kalo ada yang ngelike artinya wah gue cakep nih, jadi ya seneng aja dan percaya diri. Biasanya posting kata-kata atau tulisan dari novel, kalo posting foto muka seringnya di story. Satu minggu pernah posting foto selfie sampe tiga kali. Perlu sempurna di Instagram ya biar diliat cakep sama orang.”

Siswa ke-delapan, berinisial DAIS (17 th) (kelas 12) (perempuan)

“... Yang nggak pernah saya pakai itu cuma live doang tapi kayak story, feed sama reels itu pakai. Biasanya post foto diri sendiri kalo nggak foto sama temen-temen. Lebih suka pakai story karena kayak buat expose diri sendiri aja. Iya suka sih kalo ada yang ngelike atau komen, karna merasa ternyata aku ada istimewanya.”

Siswa ke-sembilan, berinisial LOS (16 th) (kelas 10) (perempuan)

“... Biasanya posting story foto pas pergi-pergi, kayak abis main sama temen, terus foto diri sendiri. Lebih sering pake story, kalo misal lagi main atau ada foto bagus aku post. Kalo di feed posting selfie kayak foto diri sendiri, tapi lebih suka posting di story karena lebih banyak diliat sama di like. Perasaanya seneng banget karena ya jadi lebih percaya diri. ”

Berdasarkan hasil wawancara di atas, diketahui bahwasanya subjek yang telah disebutkan memiliki kecenderungan berperilaku narsistik dibuktikan dengan adanya simptom yang paling menonjol pada subjek dalam penggunaan aplikasi *Instagram* antara lain adalah butuh untuk dikagumi dan senang apabila mendapatkan pujian dari orang lain sehingga ingin terus mendapatkan banyak pujian, serta merasa dirinya spesial dan merasa sulit menerima jika mendapat kritikan dari orang lain. Kecenderungan perilaku narsistik disebabkan oleh macam-macam faktor yakni, harga diri (*self-esteem*), kesepian, penerimaan diri (*self-acceptance*), citra diri, *subjective well-being*, tipe kepribadian, *fear of missing out* (FOMO), dan kontrol diri (*self-control*) (Lestari & Wulanyani, 2024).

Kontrol diri sebagai suatu bagian struktur terpenting yang berada pada kepribadian manusia dan berkaitan atas beragamnya manfaat bagi diri seseorang itu sendiri serta pada lingkungan masyarakat (Rosalinda & Satwika, 2019). Pada umumnya, kontrol diri dapat dipahami sebagai kemampuan individu dalam berubah dan beradaptasi sehingga mampu menyesuaikan antara diri dan lingkungan hidupnya secara optimal. Kontrol diri berkaitan dengan seberapa kuat individu dalam berpegang teguh pada nilai dan kepercayaan yang menjadi acuan untuk melakukan suatu tindakan mengambil keputusan (Kurnia dkk., 2020).

Kontrol diri adalah kapabilitas seorang individu untuk menghasilkan beragam kondisi dan respons. Baumiester (2002) mengartikan kontrol diri sebagai pembentukan pola respons baru yang berfungsi untuk mengambil alih atau menggantikan sesuatu yang lain. Ini bisa mencakup perubahan respons terhadap keinginan, pengelolaan emosi, dan penahanan impuls tertentu guna memulihkan kinerja. Senada, Tangney (2004), sebagaimana dikutip oleh Sari (2019), mendefinisikan kontrol diri sebagai bentuk mampu individu dalam menyesuaikan tingkah lakunya dengan patokan yang berlaku, yaitu nilai, moral, serta norma sosial, dan pada akhirnya mengarah pada tindakan positif (Sari, 2019).

Santrock (2012) menyatakan bahwa kontrol diri sebagai kemampuan individu dalam membedakan antara tingkah laku yang dapat diterima maupun tidak dapat diterima agar mengarahkan tingkah lakunya sehingga bersedia jika pemenuhan kebutuhannya tertunda (Fristian dkk., 2022). Individu dengan kontrol diri yang baik mampu menahan diri dari berbagai hal negatif karena mempertimbangkan tanggung jawab jangka panjang. Sedangkan individu yang memiliki kontrol diri rendah cenderung merasa sulit dalam menahan diri dari dorongan dan keinginan yang termanifestasi dalam bentuk tindakan atau perilaku (Islamia dkk., 2022).

Sebuah penelitian yang relevan dengan tema kontrol diri dan kecenderungan perilaku narsistik dilakukan Kusuma, dkk (2019). Studi tersebut, berjudul "Kontrol Diri dan Kecenderungan Narsistik Pada Pengguna Media Sosial Instagram," menargetkan siswa-siswi SMA Negeri 7 Surakarta. Dari total 981 responden, 62 di antaranya dijadikan subjek penelitian melalui teknik *cluster random sampling*. Temuan riset ini menunjukkan hasil koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,358 dan nilai signifikansi $p = 0,04$ ($p < 0.05$) sehingga diketahui bahwa ditemukan korelasi negatif yang signifikan antara kontrol diri dan kecenderungan narsistik di kalangan pengguna media sosial *Instagram*. Dengan kata lain, peningkatan kontrol diri berkorelasi dengan penurunan kecenderungan narsistik, dan begitu pula sebaliknya (Kusuma dkk., 2019).

Meralda & Soetjiningsih (2023) juga melakukan penelitian terkait kontrol diri dan kecenderungan narsistik, khususnya pada generasi milenial pengguna Instagram. Penelitiannya berjudul "Kontrol Diri dan Kepribadian Narsistik Pengguna Media Sosial Instagram Pada Generasi Milenial," melibatkan 205 partisipan pria dan wanita berusia 23 hingga 42 tahun. Seluruh subjek adalah generasi milenial yang telah aktif menggunakan *Instagram* minimal enam bulan, dengan pemilihan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Dari hasil penelitian ini, menunjukkan hasil koefisien korelasi (r) sebanyak -0,190 dan nilai signifikansi sebesar 0,003 ($p < 0.05$) sehingga para peneliti menyimpulkan terdapat korelasi negatif yang

signifikan antara kontrol diri dan kepribadian narsistik (Meralda & Soetjiningsih, 2023).

Penelitian Laeli, dkk (2018) yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri dan Harga Diri terhadap Kecenderungan Narsistik pada Mahasiswa Semester Awal Pengguna Instagram” turut relevan. Laeli, dkk (2028) meneliti 54 mahasiswa semester awal Fakultas Psikologi. Menggunakan Regresi Linier Berganda (*Multiple Linier Regression*), penelitian ini menemukan hubungan negatif signifikan antara kontrol diri dan harga diri dengan kecenderungan narsistik pada pengguna Instagram. Dari hasil analisis diperoleh skor koefisien korelasi (r) sebesar 0,535 dan nilai signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.01$). Artinya, dapat diketahui bahwa kontrol diri dan harga diri yang lebih tinggi berkaitan dengan kecenderungan narsistik yang lebih rendah (Laeli dkk., 2018).

Penelitian ini memiliki kesamaan tema dan variabel dengan penelitian terdahulu yaitu mengenai kontrol diri dan kecenderungan perilaku narsistik. Kesamaan lainnya terletak pada penggunaan platform atau aplikasi *Instagram* sebagai konteks penelitian. Meskipun demikian, hal yang membedakan penelitian ini terletak pada karakteristik subjek, lokasi pengumpulan data, dan pendekatan analisis yang diterapkan. Selain itu, metode yang digunakan diperluas untuk memastikan hasil yang lebih komprehensif. Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti menetapkan judul skripsi ini “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku Narsistik Pada Remaja Pengguna Aplikasi *Instagram* di SMA Kesatrian 2 Semarang.”

Pemilihan SMA Kesatrian 2 Semarang sebagai lokasi penelitian didasarkan pada hasil observasi awal, diskusi dengan guru BK, dan wawancara dengan beberapa siswa. Diketahui bahwa mayoritas siswa berasal dari keluarga dengan latar belakang sosial ekonomi menengah ke atas, dan fasilitas sekolah yang lengkap. Sekolah juga memperbolehkan siswa membawa *handphone*, yang sering dipakai untuk berbagai keperluan termasuk ujian.

Hasil survei demografi yang peneliti lakukan, menunjukkan aplikasi *Instagram* menjadi media sosial yang paling populer di kalangan siswa dengan 87,2% siswa menggunakannya. Oleh karena itu, *Instagram* dipilih sebagai fokus penelitian ini karena fiturnya yang mendukung remaja mengekspresikan diri, seperti *story* ataupun *feed*. Berdasarkan wawancara, siswa aktif menggunakan *Instagram* dan merasa senang serta percaya diri jika postingannya mendapat *likes* atau komentar, bahkan berusaha tampil sempurna di platform tersebut. Dengan kondisi ini, SMA Kestrian 2 dianggap representatif untuk meneliti hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik pada remaja.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, rumusan masalah yang ingin diangkat dalam penelitian ini yaitu; apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik pada remaja pengguna aplikasi *Instagram* di SMA Kesatrian 2 Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penulisan penelitian ini adalah untuk membuktikan secara empiris hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik pada remaja pengguna aplikasi *Instagram* di SMA Kesatrian 2 Semarang.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. **Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian yang akan dilakukan memiliki harapan besar agar dapat membawa manfaat dan kontribusi terhadap perkembangan ilmu psikologi klinis sehingga diharapkan mampu menjelaskan secara konseptual bagaimana kontrol diri memengaruhi kecenderungan perilaku narsistik. Selain itu, temuan dari penelitian ini memiliki harapan dapat berfungsi sebagai pijakan ilmiah dan dasar teoretis yang kokoh untuk penelitian mendatang mengenai fenomena kontrol diri dan narsisme di kalangan remaja yang aktif di platform media sosial.

2. **Manfaat Praktis**

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat membawa masukan dan manfaat kepada subjek secara langsung sehingga dapat mengungkap dan mengetahui dengan nyata seberapa besar pengaruh dari kontrol diri untuk kecenderungan perilaku narsistik pada remaja pengguna aplikasi *Instagram*. Serta dapat dijadikan informasi dan patokan bagi remaja agar dapat membatasi penggunaan *instagram* dan mencegah berkembangnya perilaku narsistik.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kecenderungan Perilaku Narsistik

1. Pengertian Kecenderungan Perilaku Narsistik

Kecenderungan merupakan kumpulan keinginan yang seringkali tampak atau terlihat. Kecenderungan diartikan sebagai sifat bawaan atau disposisi, bukan tindakan atau perilaku aktual. Kecenderungan tidak bersifat otomatis seperti kebiasaan dan tidak diwariskan secara genetik. Kecenderungan dapat bersifat sementara tetapi juga terkadang dapat bersifat menetap (Husni, 2019).

Raskin dan Terry (1988) mengartikan bahwa perilaku narsistik merupakan rasa kagum yang dibangun individu pada dirinya sendiri dan sering ditunjukkan dengan tanda kecenderungan menilai diri secara berlebihan atau terlalu mengagungkan diri sendiri, menyukai menjadi pusat perhatian, tidak suka dikritik, menempatkan kepentingan diri sendiri di atas orang lain, kurang berempati dengan sesama, dan cenderung memiliki sifat eksploitatif. Raskin dan Terry (1988) juga menyatakan seseorang yang cenderung narsistik merasa memiliki kemampuan yang lebih tinggi sebagai bentuk pemenuhan akan kebutuhan dirinya sehingga ia hanya mau menerima sedikit saran yang diberikan oleh individu lain (Wahyuni dkk., 2022).

Reber dan Reber menyatakan bahwa berlebihan dalam mencintai diri sendiri menjadi dasar perilaku narsistik. Artinya, narsistik adalah cinta diri (*self-love*) atau perhatian berlebih yang dilakukan individu kepada dirinya sendiri (Wahyuni dkk., 2022). Sigmund Freud adalah seorang ahli psikologis yang pertama kali memperkenalkan istilah narsistik dari seorang pria bernama Narkissos yang merupakan tokoh dalam mitos Yunani. Kemudian di tahun 1914 Freud mempopulerkan gejala psikologi narsistik melalui esainya yang berjudul "*On Narcissism, An Introduction*" (Saidah & Rohmah, 2021).

Kartono (2000) mendefinisikan perilaku narsistik sebagai rasa cinta yang ekstrem kepada diri sendiri dan beranggapan jika dirinya merupakan

individu penting yang memiliki kepandaian, kehebatan, dan kecakapan dalam segala hal. Tidak memperdulikan lingkungan sekitar dan dikenal sebagai individu yang sangat egois (Wahyuni dkk., 2022). Fledman mengemukakan bahwa perilaku narsistik merupakan perilaku individu yang gemar meminta pujian, pengakuan, pengaguman, dan pemujaan dari kelebihan, kesuksesan, keunikan, dan keunggulan dirinya dibanding orang lain (Palupi & Noorizki, 2023).

Berdasarkan pemaparan yang telah diberikan, kecenderungan perilaku narsistik merujuk pada individu yang sangat mencintai dirinya dan menganggap diri sendiri memiliki berbagai kemampuan ataupun kelebihan sehingga merasa dirinya perlu menjadi pusat perhatian untuk mendapat pengakuan dan pujian dari lingkungan sekitar. Individu dengan kecenderungan perilaku narsistik dikenal egois karena sulit menerima kritikan dan mementingkan keinginan sendiri tanpa memperhatikan lingkungan sekitar.

2. Aspek-aspek Kecenderungan Perilaku Narsistik

Raskin dan Terry (1988), melalui *Narcissistic Personality Inventory (NPI)* dalam (Raskin & Terry, 1988), mengidentifikasi tujuh aspek yang menjadi tolok ukur kecenderungan perilaku narsistik antara lain yaitu, otoritas (*authority*), pemenuhan diri (*self-sufficiency*), superioritas (*superiority*), eksibionisme (*exhibitionism*), eksploitasi (*exploitativenes*), kesombongan (*vanity*), dan hak (*entitlement*). Raskin dan Terry (1988) dalam (Wahyuni dkk., 2022) menjelaskan ketujuh aspek tersebut sebagai berikut:

- a. Otoritas (*Authority*), menunjukkan individu dengan kecenderungan yang tampak lebih mendominasi dari individu yang lain.
- b. Pemenuhan Diri (*Self-Sufficiency*), menunjukkan individu yang merasa sangat mampu mewujudkan keinginan dan kebutuhan pribadinya.
- c. Superioritas (*Superiority*), menunjukkan individu yang cenderung merasa dan percaya bahwa dirinya lebih baik, lebih hebat, dan lebih sempurna dibanding individu lain.

- d. Eksibisionisme (*Exhibitionism*), menunjukkan kecenderungan individu yang senang menonjolkan penampilan diri sehingga dapat dipuji dan bisa diakui jati dirinya oleh individu lain.
- e. Eksploitasi (*Exploitativenes*), menunjukkan kecenderungan individu yang meningkatkan harga dirinya dengan cara memanfaatkan individu lain.
- f. Keangkuhan (*Vanity*), menunjukkan bahwa individu akan cenderung sulit menerima masukan atau kritikan yang disampaikan dari perspektif orang lain.
- g. Hak (*Entitlement*), menunjukkan individu yang cenderung merasa berhak memilih sesuatu yang sesuai dengan kepentingan atau keinginannya tanpa mempertimbangkan lingkungan sekitar, meskipun hal tersebut mungkin akan ditentang dan ditolak oleh individu lain.

Vaknin (2005) menjelaskan bahwa kecenderungan perilaku narsistik didasarkan pada beberapa aspek, yakni:

- a. Merasa mulia (*grandiose*) dan mementingkan diri sendiri

Kombinasi dari keduanya yang merupakan akibat dari sikap mengutamakan diri sendiri dan melindungi diri sendiri, dua hal tersebut muncul bersamaan sebagai manifestasi narsistik. Individu ini memiliki anggapan bahwa dirinya sangat hebat, sangat keren, paling pandai, paling berkuasa dan merasa paling bisa segala hal dibandingkan dengan individu lain. Selain itu, merasa bahwa dirinya adalah individu penting yang luar biasa sehingga ingin diketahui banyak orang.

- b. Fantasi

Fantasi muncul pada individu narsistik melalui harapan yang digambarkan yang berupaya untuk mendapatkan kesenangan.

- c. Layaknya individu yang istimewa dan special

Individu dengan perilaku narsistik menanggap dirinya sangat spesial dan yakin bahwa hanya individu dengan status unggul saja yang mengerti masalah dan kebutuhan tertentu.

d. Kebutuhan yang ekspresif untuk dikagumi

Individu dengan pondasi yang kurang kokoh menjadikan pengembangan jati dirinya salah sehingga muncul keinginan kuat untuk selalu dipuji dan diakui oleh individu sekitar. Kecenderungan untuk mencari sanjungan dan pengakuan dari individu lain dapat mengindikasikan kurangnya penerimaan diri, sehingga individu termotivasi untuk memperbaiki aspek-aspek yang dirasa kurang pada dirinya.

e. Mengambil keuntungan dari hubungan pribadi

Individu ini mengambil keuntungan dengan keberadaan orang lain agar tujuannya tercapai. Individu sibuk memfokuskan diri sendiri demi meraih tujuan yang diinginkan tanpa memperhatikan hubungannya dengan individu lain dan menjadikan individu lain sebagai alat kepuasan dirinya.

f. Ketiadaan empati

Individu ini memusatkan dirinya sendiri sehingga tidak memperhatikan dunia selain dirinya dan tidak menunjukkan adanya rasa empati. Individu ini merasa bahwa dirinya lebih tinggi daripada individu lain.

g. Perasaan iri

Secara tak langsung, perasaan iri mencerminkan bahwa individu kurang menghargai dan menikmati kehidupannya. Individu ini cenderung terusik oleh keberadaan orang lain yang dinilai lebih baik dalam berbagai hal, sebab ada dorongan kuat untuk selalu tampil sebagai yang paling superior.

h. Perilaku arogan dan angkuh

Narsistik menjadikan individu sombong dan angkuh karena kedua hal tersebut adalah karaktersistik yang tergolong dalam hubungan interpersonal individu tersebut. Individu ini cenderung sulit mengendalikan emosi terutama saat marah, meremehkan individu lain yang menurutnya tidak sepadan, dan beranggapan jika dirinya lebih berwawasan dibanding individu lain.

Berdasarkan model *Narcissistic Admiration and Rivalry Concept* (NARC) dari Back dkk., (2013), aspek-aspek kecenderungan perilaku narsistik dibagi menjadi dua dimensi utama:

- a. Dimensi kekaguman (*Admiration*) merupakan strategi asertif yang bertujuan untuk mencari validasi dan promosi diri. Aspek-aspeknya meliputi:
 - 1) Peningkatan diri (*Self-enhancement*), yaitu upaya untuk menunjukkan diri lebih baik dari orang lain.
 - 2) Perjuangan untuk keunikan (*Striving for uniqueness*), yaitu keinginan untuk dianggap istimewa dan tidak biasa.
 - 3) Eksibisionisme karismatik (*Charismatic exhibitionism*), yaitu cara menarik perhatian melalui pesona dan daya tarik pribadi.
- b. Dimensi persaingan (*Rivalry*) merupakan strategi antagonistik yang digunakan untuk mempertahankan superioritas dengan meremehkan orang lain. Aspek-aspeknya meliputi:
 - 1) Meremehkan orang lain (*Devaluation of others*), yaitu kecenderungan untuk mengecilkan atau merendahkan orang lain..
 - 2) Perjuangan untuk supremasi (*Striving for supremacy*), yaitu dorongan kuat untuk menjadi yang teratas dan mengalahkan orang lain.
 - 3) Agresivitas (*Aggressiveness*), yaitu perilaku agresif sebagai respons terhadap ancaman terhadap ego atau citra diri.

Secara ringkas, beberapa aspek kecenderungan perilaku narsistik meliputi, merasa mulia (*grandiose*) dan superior, fantasi kehebatan diri, dan merasa istimewa serta memiliki hak (*entitlement*) khusus. Aspek-aspek ini juga didukung oleh pemenuhan diri (*self-sufficiency*), keangkuhan (*vanity*), kebutuhan mendalam untuk dikagumi (*exhibitionism*), eksploitasi, serta agresivitas dan perilaku arogan saat merasa terancam atau iri.

3. Faktor yang Memengaruhi Kecenderungan Perilaku Narsistik

Lubis menjelaskan kecenderungan perilaku narsistik disebabkan oleh tiga faktor utama. Secara psikologis, narsisme muncul dari keinginan yang tidak realistis atau kurangnya penerimaan diri. Faktor biologis juga berperan,

terlihat dari gangguan narsistik yang mungkin berasal dari orang tua neurotik, serta adanya hubungan dengan jenis kelamin, usia, fungsi hormonal, dan struktur fisik. Terakhir, secara sosiologis, perilaku narsistik dapat ditemukan pada berbagai kalangan masyarakat, dipengaruhi oleh perbedaan antar kelompok budaya dan pengalaman narsistik yang pernah dialami seseorang (Husni, 2019).

Adapun faktor psikologis yang memengaruhi kecenderungan perilaku narsistik berdasarkan kajian literatur yang dilakukan oleh Lestari & Wulanyani (2024), di antaranya yaitu:

- a. Kontrol diri (*Self-control*), memiliki pengaruh pada kecenderungan perilaku narsistik individu, di mana individu yang tidak mampu mengontrol dirinya atau individu dengan kontrol diri yang rendah cenderung memiliki tingkat narsisme yang lebih tinggi.
- b. Harga diri (*Self-esteem*), dapat berpengaruh pada munculnya kecenderungan perilaku narsistik pada individu, di mana semakin rendah *self-esteem* individu maka dapat menunjukkan perilaku narsistik yang semakin tinggi.
- c. Kesepian (*Loneliness*), menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kesepian yang tinggi juga cenderung memiliki kecenderungan perilaku narsistik yang tinggi.
- d. Penerimaan diri (*Self-acceptance*), individu dengan narsisme yang tinggi cenderung memiliki penerimaan diri yang buruk.
- e. Citra diri (*Body image*), mempengaruhi perilaku narsistik karena individu dengan citra diri yang tinggi akan menampilkan perilaku narsistik yang juga tinggi, menunjukkan adanya pengaruh langsung antara keduanya.
- f. Kesejahteraan psikologis (*Subjective well-being*), semakin baik kesejahteraan subjektif seseorang, semakin rendah pula kecenderungan narsistiknya.
- g. Tipe kepribadian (*Personality*), kepribadian dapat berpengaruh pada individu dalam berperilaku, memecahkan suatu masalah dan membuat keputusan pribadi. Dari dua tipe kepribadian, yaitu *introvert* dan

ekstrovert, *ekstrovert* cenderung menunjukkan perilaku narsis yang lebih tinggi daripada *introvert*.

- h. FOMO (*Fear of Missing Out*), memiliki arti rasa keinginan yang ada pada individu untuk dapat selalu terkoneksi apapun sehingga mengetahui segala informasi terbaru dan merasa dirinya berpengalaman menyenangkan lebih banyak daripada individu lain. Di media sosial, FOMO dapat berpengaruh pada perilaku narsistik individu

Brummelman dkk, menambahkan bahwa pujian yang berlebihan dari orang tua (*parental overvaluation*) juga menjadi salah satu faktor yang menyebabkan munculnya perilaku narsistik pada diri individu (anak). Orang tua yang terus-menerus mengagung-agungkan dan meyakinkan bahwa anak lebih superior atau "spesial" tanpa dasar yang realistis akan menanamkan keyakinan berlebihan tentang diri pada anak atau individu tersebut. Dengan demikian, perasaan sombong dan merasa berhak (*entitlement*) yang merupakan inti dari narsistik, terbentuk karena individu meyakini pandangan yang berlebihan tentang dirinya sendiri. Keyakinan ini muncul langsung dari cara orang tua berinteraksi dengannya (Brummelman dkk., 2015).

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwasanya faktor-faktor yang dapat memengaruhi kecenderungan perilaku narsistik yaitu, faktor biologis seperti jenis kelamin, usia, fungsi hormonal, dan struktur fisik; faktor sosiologis; dan faktor psikologis meliputi harga diri (*self-esteem*), kesepian (*loneliness*), penerimaan diri (*self-acceptance*), citra diri (*body image*), kesejahteraan psikologis (*subjective well-being*), tipe kepribadian (*personality*), FOMO (*Fear of Missing Out*), dan kontrol diri (*self-control*). Faktor lain berupa pujian yang berlebihan dari orang tua (*parental overvaluation*) juga dapat memengaruhi kecenderungan perilaku narsistik.

B. Kontrol Diri

1. Pengertian Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan kemampuan seseorang dalam mengatur perilakunya untuk mencapai hasil atau tujuan yang diinginkan (Nurhaini, 2018). Berk dalam (Suhartanti, 2016) lebih lanjut mendefinisikan kontrol diri sebagai kapasitas seseorang untuk menahan dorongan atau keinginan mendesak yang bertentangan dengan norma masyarakat.

Averill (1973) mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan individu untuk mengubah perilaku dan mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara memahami serta memilih tindakan berdasarkan keyakinan (Laeli dkk., 2018). Menurut Wallston kontrol diri sebagai keyakinan individu akan kemampuannya membuat keputusan dan bertindak efektif untuk meraih tujuan yang diinginkan sekaligus mencegah hal yang tidak diharapkan (Wallston dkk., 1987).

Menurut Tangney kontrol diri merupakan kemampuan seseorang untuk menyesuaikan perilakunya dengan standar yang ada, seperti nilai, moral, dan norma yang berlaku, sehingga melahirkan tindakan konstruktif yang menguntungkan individu tersebut (Tangney dkk., 2004). Borba menyatakan kontrol diri adalah kemampuan individu dalam menguasai pikiran dan perasaan, serta perilakunya agar dapat membatasi dorongan dari dalam ataupun luar sehingga dapat bertindak dengan benar (Borba, 2008).

Zubaedi menyatakan bahwa kontrol diri melibatkan pengelolaan pikiran dan tindakan agar individu mampu menahan dorongan dari internal atau eksternal dirinya, sehingga individu tersebut dapat bertindak sesuai (Zubaedi, 2011). Baumierster, dkk (2007) mendefinisikan kontrol diri sebagai proses yang berkembang dalam diri seseorang melalui intervensi psikologis yang juga berlangsung hingga dewasa (Sentana & Kumala, 2017).

Dari uraian di atas, bisa disimpulkan bahwa kontrol diri merujuk pada suatu kemampuan psikologis individu dalam menentukan dan mengendalikan perilaku, pikiran, dan perasaannya sehingga ia dapat bertindak dengan benar

dan mampu mengelola serta mengubah baik perilaku maupun suatu informasi yang diterimanya agar sesuai dengan tujuan dan hasil yang diinginkan.

2. Aspek-aspek Kontrol Diri

Menurut Averill dalam (Nurhaini, 2018) kontrol diri memiliki tiga aspek, yaitu:

a. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Kontrol perilaku dapat diartikan sebagai kesiapan seseorang untuk memberikan respons yang mampu mengubah situasi tidak menyenangkan. Kemampuan ini terbagi menjadi dua aspek utama: pengaturan pelaksanaan dan modifikasi stimulus. Pengaturan pelaksanaan mengacu pada kemampuan individu memutuskan siapa atau apa yang akan mengendalikan suatu keadaan, apakah itu dirinya sendiri melalui kemampuan internal, ataukah sumber eksternal jika kemampuan diri tidak mencukupi. Sementara itu, modifikasi stimulus adalah suatu kemampuan yang bertujuan untuk mengetahui kapan dan bagaimana suatu stimulus yang tidak diinginkan akan dihadapi. Hal ini dapat dilakukan dengan cara menghindari stimulus, menempatkan batas waktu di antara rangkaian stimulus, dan memberi batasan intensitasnya.

b. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kontrol kognitif merujuk pada kemampuan individu memproses informasi yang tidak diinginkan. Proses ini melibatkan interpretasi, evaluasi, atau penghubungan suatu kejadian ke dalam kerangka kognitif untuk mengurangi tekanan atau sebagai bentuk adaptasi psikologis. Aspek ini memiliki dua komponen utama: perolehan informasi dan penilaian. Individu yang memiliki informasi yang memadai mampu mengantisipasi situasi dengan mempertimbangkan berbagai kemungkinan. Sedangkan penilaian berarti individu berusaha memahami peristiwa dengan menyoroti aspek positifnya secara subjektif.

c. Mengontrol Keputusan (*Decisional Control*)

Merujuk pada kapasitas seseorang untuk memilih tindakan atau hasil yang selaras dengan keyakinan atau persetujuannya adalah esensi

dari mengontrol keputusan. Dalam proses pengambilan keputusan ini, kontrol diri berfungsi dengan menyediakan kebebasan, kesempatan, atau berbagai kemungkinan tindakan yang dapat dipilih oleh individu.

Selanjutnya Tangney, Baumeister, dan Boone yang dikutip oleh (Chaq dkk., 2018) kontrol diri memiliki beberapa aspek, yaitu:

- a. Disiplin diri (*Self-discipline*), menunjukkan individu yang memiliki kemampuan dalam kedisiplinan diri. Individu tersebut dapat melakukan suatu tugas dengan fokus dan mampu mencegah diri dari segala hal yang dapat mengganggu konsentrasi.
- b. Kesengajaan/nonimpulsif (*Deliberate/nonimpulsive*), menunjukkan bahwa seseorang cenderung mempertimbangkan berbagai hal sebelum bertindak, sehingga ia menjadi hati-hati, tidak tergesa-gesa, dan tetap tenang saat mengambil keputusan atau melakukan sesuatu.
- c. Kebiasaan sehat (*Healthy habits*), individu mampu mengelola perilakunya sehingga menjadi suatu hal yang rutin yang membawa kebaikan dan kesehatan untuk individu tersebut. Selain itu, individu juga akan menjauhi hal-hal negatif yang berpotensi merugikan dirinya.
- d. Etos kerja (*Work ethic*), individu dengan profesionalisme (*work ethic*) yang kuat cenderung fokus pada tugasnya, sehingga tidak mudah terpengaruh oleh faktor eksternal saat menyelesaikan pekerjaan.
- e. Keandalan (*Reliability*), berkaitan dengan penilaian seseorang terhadap kemampuannya dalam mengatur setiap langkah agar tepat sasaran. Dalam hal ini, individu dapat dengan konsisten mengelola tingkah lakunya dalam mencapai sasaran dari usahanya.

Menurut Duckworth, Gendler, dan Gross aspek-aspek kontrol diri (Duckworth dkk., 2016), antara lain sebagai berikut:

- a. Seleksi situasi (*Situation selection*), mengacu pada tindakan proaktif individu dalam memilih lingkungan atau kondisi yang dapat meminimalkan kemungkinan munculnya godaan.

- b. Modifikasi situasi (*Situation modification*), merupakan strategi yang dilakukan oleh individu untuk mengubah kondisi eksternal guna mengurangi intensitas godaan yang ada.
- c. Penempatan perhatian (*Attentional deployment*), menjelaskan proses kognitif di mana individu secara sadar mengalihkan fokus perhatian dari stimulus yang menggoda ke aspek lain dalam lingkungan mereka.
- d. Perubahan kognitif (*Cognitive change*), melibatkan restrukturisasi mental terhadap situasi atau godaan. Individu mengubah cara mereka menafsirkan objek atau peristiwa yang menggoda sehingga mengurangi daya tarik atau nilai positifnya.
- e. Modulasi respons (*Response modulation*), merupakan strategi yang paling reaktif, di mana individu harus mengerahkan usaha untuk menekan atau menahan dorongan perilaku yang telah muncul. Ini adalah bentuk kontrol diri yang membutuhkan kemauan keras (*willpower*) paling besar.

Berlandaskan pemaparan yang disebutkan, dapat disimpulkan bahwa pada kontrol diri mencakup beberapa aspek penting. Meliputi kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif/kognisi (*cognitive control*), mengontrol keputusan/kesimpulan (*decisional control*), disiplin diri (*self-discipline*), disengaja/tidak impulsif (*deliberate/nonimpulsive*), kebiasaan sehat (*healthy habits*), etos kerja (*work ethic*), serta keandalan (*reliability*). Aspek-aspek lainnya juga berupa seleksi situasi (*situation selection*), modifikasi situasi (*situation modification*), penempatan perhatian (*attentional deployment*), perubahan kognitif (*cognitive change*), dan modulasi respons (*response modulation*).

3. Faktor yang Memengaruhi Kontrol Diri

Berdasarkan pernyataan Baumeister dan Boden seperti dikutip oleh (Marsela dan Supriatna, 2019) terdapat dua faktor yang memengaruhi kontrol diri individu, yaitu:

- a. Orang tua

Anak-anak yang dididik dengan gaya keras dan otoriter oleh orang tuanya cenderung memiliki kontrol diri yang rendah serta kurang responsif terhadap

pengalaman yang mereka hadapi. Orang tua sebaiknya mengajari anak sejak dini untuk mandiri dalam mengambil kesempatan dan membuat keputusannya sendiri sehingga anak akan lebih memiliki kontrol diri yang baik.

b. Faktor budaya

Keberadaan individu dalam suatu lingkungan tidak terlepas dari budayanya. Mengingat tiap lingkungan mempunyai budayanya masing-masing dan berbeda dengan budaya di lingkungan lain sehingga hal inilah yang berpengaruh pada kontrol diri individu yang mana sebagai bagian dari lingkungan tersebut.

Adapun menurut Walter Mischel (2019) dalam (Afwin dkk., 2023) faktor yang memengaruhi kontrol diri pada diri individu adalah sebagai berikut:

a. Faktor internal

- 1) Kemampuan kognitif, merujuk pada kapasitas individu untuk memecahkan masalah, mengambil keputusan, dan mengendalikan dorongan impulsif.
- 2) Regulasi emosi, kemampuan yang ada dimiliki individu dalam mengelola emosinya meliputi, pengenalan dan pengaturan emosi yang muncul.
- 3) Ketahanan psikologis, kemampuan yang dimiliki individu dalam mengatasi tekanan, kegagalan, dan tantangan berbagai mental.

b. Faktor eksternal

- 1) Dukungan sosial, merujuk pada dukungan dan pengaruh yang didapatkan individu dari lingkungan sosialnya meliputi: keluarga, dan teman, serta kelompok atau komunitas.
- 2) Norma sosial, berasal dari masyarakat atau suatu kelompok sosial melakukan penetapan standar dan harapan.
- 3) Sumber daya, berasal dari sumber-sumber luar seperti akses pada pendidikan, keterampilan, lingkungan fisik, pekerjaan, serta dukungan ekonomi.

Ghufron & Risnawati (2012) menjelaskan dalam (Marsela & Supriatna, 2019) faktor-faktor yang memengaruhi kontrol diri dibagi menjadi dua faktor utama, yaitu internal dan eksternal.

- a. Faktor internal, berpusat pada perkembangan diri individu. Seiring bertambahnya usia, individu belajar mengendalikan diri melalui pengalaman sosial. Kemampuan kognitif juga berperan penting. Berdasarkan Baumeister dan Boden (1998), proses berpikir dan pengetahuan yang terstruktur memungkinkan individu memanipulasi perilakunya sendiri untuk mencapai tujuan.
- b. Faktor eksternal, berasal dari lingkungan terdekat individu, terutama lingkungan keluarga. Ghufron & Risnawati (2012) menekankan bahwa cara orang tua menerapkan disiplin menjadi dasar bagi anak untuk mengembangkan kepribadian yang baik dan kemampuan mengendalikan diri, yang nantinya akan membentuk sikap bertanggung jawab.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwasanya faktor-faktor yang dapat memengaruhi kontrol diri yaitu, cara orang tua dalam mendidik anak, budaya dari lingkungan yang ditempati individu, kemampuan kognitif, regulasi emosi, dan ketahanan psikologis individu, juga dukungan dan norma sosial serta sumber daya yang berasal dari luar. Berkembangnya usia individu dan lingkungan terdekat seperti keluarga juga dapat memengaruhi kontrol diri pada individu.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Hurlock (2002) mendefinisikan masa remaja sebagai periode transisi dari anak-anak menuju dewasa, yang ditandai oleh perubahan fisik dan psikologis. Menurut Maulana (2013) menyebut masa remaja sebagai "periode kehausan sosial," di mana remaja memiliki keinginan kuat untuk berinteraksi dan diterima oleh kelompok teman sebaya (*peer group*). Dorongan ini sering kali membuat banyak remaja berusaha menyesuaikan diri, baik melalui

penampilan maupun gaya hidup, agar dapat diterima dalam kelompoknya (Tenriawaru dkk., 2019).

Remaja merupakan masa pubertas di mana setiap individu mengalami perkembangan yang sangat pesat baik secara fisik maupun psikis (Lestari & Wulanyani, 2024). Psikolog G. Stanley Hall mengartikan remaja sebagai periode "badai dan tekanan jiwa". Hal ini karena pada fase tersebut, individu mengalami perubahan signifikan secara fisik, intelektual, maupun emosional. Perubahan ini sering kali menyebabkan kesedihan dan kebingungan, serta menimbulkan konflik dengan lingkungan sekitar (Jannah, 2016).

Individu akan mengalami banyak perubahan baik dari aspek fisiologis, psikologis, maupun sosio-emosional saat memasuki masa remaja (Palupi & Noorizki, 2023). Pada aspek fisiologis, remaja mempunyai keteratikan terhadap penampilan fisik. Selain itu, perkembangan aspek penting lain seperti sosio-emosional yang mempengaruhi remaja adalah lingkungan sosial seperti teman, keluarga, tetangga bahkan masyarakat sekitar (Aristantya & Helmi, 2019).

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa remaja adalah individu dalam fase transisi dari anak-anak menuju dewasa, ditandai dengan pubertas dan perubahan multidimensional, meliputi aspek fisik, psikologis, intelektual, serta sosio-emosional. Oleh karena itu, masa remaja kerap disebut sebagai periode "badai dan tekanan jiwa." Selain itu, remaja juga mengalami "kehausan sosial," di mana artinya berupaya keras untuk tampil dan berinteraksi sesuai kelompoknya demi penerimaan dan pengakuan.

2. Ciri-ciri Remaja

Terdapat berbagai ciri yang menjadi kekhususan remaja (Putro, 2017), yaitu:

a. Masa remaja merupakan periode perkembangan krusial

Masa remaja adalah fase penting karena sejak awal, remaja mengalami perkembangan fisik dan mental yang sangat pesat. Seluruh perubahan ini menuntut mereka untuk menyesuaikan mental, serta membentuk sikap, nilai, dan minat baru.

b. Masa remaja merupakan periode peralihan

Remaja tidak lagi sepenuhnya anak-anak, namun juga belum sepenuhnya dewasa. Apabila mereka menunjukkan perilaku kekanak-kanakan, mereka seringkali ditegur agar bertindak sesuai usianya. Sebaliknya, jika mereka berperilaku seperti orang dewasa, mereka justru bisa mendapat kecaman atau kemarahan karena dianggap terlalu cepat bertindak selayaknya orang dewasa.

c. Masa remaja merupakan periode perubahan

Selain mengalami tahap perubahan pada fisik, remaja juga mengalami perubahan pada sikap dan perilakunya. Perubahan fisik yang terjadi dengan pesat saat di awal masa remaja, sejajar dengan perubahan sikap dan perilakunya.

d. Masa remaja merupakan usia penuh tantangan (bermasalah)

Masa remaja seringkali identik dengan berbagai masalah yang rumit, baik bagi remaja laki-laki maupun perempuan, sehingga sulit diatasi. Kesulitan remaja dalam menemukan solusi mandiri yang diyakini, kerap membuatnya cenderung menyelesaikan masalah dengan cara yang mungkin tidak sepenuhnya sesuai harapan.

e. Masa remaja merupakan periode pencarian identitas

Fase peralihan dialami remaja seringkali menimbulkan dilema, berujung pada "krisis identitas" atau permasalahan identitas-ego.

f. Masa remaja seringkali dianggap selaku periode yang memicu banyak kekhawatiran

Adanya stereotip budaya sering menggambarkan remaja sebagai individu yang merusak, tidak disiplin, dan tidak dapat dipercaya. Pandangan ini menyoroti pentingnya peran individu dewasa dalam mengarahkan dan memantau kehidupan remaja secara lebih cermat.

g. Masa remaja merupakan periode yang tidak realistis

Masa remaja kerap dilihat dengan pandangan yang optimis dan penuh fantasi. Remaja cenderung menginterpretasikan diri dan orang lain

berdasarkan keinginan dan ambisi. Kondisi ini menyebabkan munculnya gejolak emosi, yang merupakan salah satu penanda awal fase remaja.

h. Masa remaja merupakan ambang kedewasaan

Ketika remaja mendekati usia dewasa yang matang, mereka seringkali merasa gelisah untuk melepaskan citra masa remaja yang telah melekat bertahun-tahun dan ingin menunjukkan bahwa mereka hampir dewasa. Selain meniru gaya berpakaian dan bertindak seperti orang dewasa, beberapa remaja juga mulai mengadopsi perilaku yang identik dengan status dewasa, seperti merokok, mengonsumsi minuman keras, menyalahgunakan obat-obatan terlarang, bahkan terlibat dalam pergaulan seks bebas yang meresahkan.

Gunarsa & Gunarsa, dan Mappiare melengkapi ciri-ciri remaja dengan menjelaskan sebagai berikut:

- a. Masa remaja awal. Remaja yang biasanya berada di bangku Sekolah Menengah Pertama, ditandai dengan keadaan emosional yang tidak stabil, memiliki banyak masalah, termasuk dalam masa yang kritis, berawal dari munculnya ketertarikan dengan lawan jenis, adanya rasa kurang percaya diri, senang berkhayal, menyendiri serta gelisah.
- b. Masa remaja madya (pertengahan). Remaja pada fase ini, umumnya siswa SMA, menunjukkan beberapa karakteristik khas. Mereka memiliki kebutuhan kuat akan teman, cenderung narsistik atau sangat mencintai diri sendiri, serta sering merasakan keresahan dan kebingungan akibat konflik internal. Selain itu, mereka juga memiliki rasa ingin tahu yang besar untuk mencoba hal-hal baru dan berkeinginan untuk menjelajahi lingkungan yang lebih luas.
- c. Masa remaja akhir. Fase remaja akhir ditandai dengan stabilnya aspek fisik dan psikis. Remaja pada tahap ini menunjukkan peningkatan pemikiran realistis berkat pandangan yang lebih baik, kemampuan lebih matang dalam mengatasi masalah, serta stabilitas emosional yang meningkat karena kontrol diri yang lebih baik. Selain itu, identitas seksual

yang diyakini sudah terbentuk, dan mereka cenderung lebih peka terhadap tanda-tanda kematangan.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ciri-ciri remaja adalah mengalami perkembangan fisik dan mental yang begitu cepat, berada pada periode peralihan, mengalami adanya permasalahan identitas-ego, dan semakin dekat dengan usia kematangan yang sah. Selain itu, pada masa remaja awal ditandai dengan keadaan emosional yang tidak stabil dan mulai muncul keteretarikan dengan lawan jenis. Di masa remaja madya (pertengahan) cenderung memiliki sifat narsistik atau mencintai diri yang berlebihan dan memiliki rasa ingin tahu yang besar. Di masa remaja akhir lebih matang ketika mengatasi suatu masalah dan bertambahnya ketenangan emosional.

3. Batasan Usia Remaja

Masa remaja dapat didefinisikan secara berbeda oleh berbagai lembaga. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengklasifikasikan remaja sebagai individu yang berusia antara 10 hingga 19 tahun. Sementara itu, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melalui peraturannya (Permenkes No. 25 Tahun 2014) menetapkan rentang usia remaja sedikit berbeda, yaitu 10-18 tahun. Definisi yang lebih luas dikemukakan oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), yang mendefinisikan remaja sebagai individu berusia 10-24 tahun dan belum menikah (Bawental dkk., 2019).

Beberapa ahli memberikan pendapat yang berbeda-beda mengenai batasan usia pada remaja. Papalia, dkk (2009) mengungkapkan batas usia remaja mulai dari usia 11 atau 12 tahun hingga usia 20 tahun. Menurut pendapat Guerra, dkk (2012) usia remaja berada di antara 11-18 tahun. Selanjutnya, Santrock (2003) menyatakan bahwa usia remaja yaitu saat 10 sampai 13 tahun dan selesai sekitar usia 18 sampai 22 tahun. Kemudian, Sarwono (2006) berpendapat bahwa batasan usia untuk remaja masyarakat di Indonesia ialah seseorang yang berusia 11 hingga 24 tahun dan belum menikah (Azzahra dkk., 2021).

Mons, dkk yang dikutip dalam (Jannah, 2016) memberi batasan usia remaja mencakup individu berusia 12 sampai 21 tahun atau hingga pertumbuhan fisiknya selesai. Monks, dkk membedakan remaja berdasarkan empat masa yaitu, masa pra-remaja dengan usia 10-12 tahun, masa remaja awal dengan usia 12-15 tahun, masa remaja pertengahan 15-18 tahun, dan masa remaja akhir berusia 18-21 tahun (Tenriawaru dkk., 2019).

Pendapat dari berbagai lembaga maupun para ahli mengenai batasan usia remaja menunjukkan beragamnya pandangan yang ada. Perbedaan ini muncul karena dasar penentuan batasan yang juga bervariasi. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, rentang usia remaja yang digunakan adalah 15-18 tahun.

D. Dinamika Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan

Perilaku Narsistik pada Remaja pengguna aplikasi *Instagram*

Keberadaan internet mempermudah masyarakat dalam menerima informasi dengan cepat tanpa adanya halangan jarak dan waktu, serta dapat menjangkau kalangan masyarakat secara luas (Arlena, 2021). Awalnya, penggunaan internet hanya sebagai media komunikasi jarak jauh saja. Seiring berkembangnya waktu, internet juga dapat digunakan sebagai media hiburan dan informasi, media jual beli, serta media sosial. Media sosial menjadi sarana komunikasi masa kini yang berkembang sangat pesat dari berbagai jenis klasifikasi dan tipe sesuai yang masyarakat dunia butuhkan (Purnamasari & Agustin, 2018). Salah satu jenis media sosial yang banyak digunakan oleh berbagai kalangan termasuk remaja yaitu aplikasi *Instagram* (Dewi & Ibrahim, 2019).

Remaja dapat mengunggah foto atau video menarik yang menampilkan diri mereka melalui aplikasi *Instagram* disertai judul atau *caption* yang bertujuan untuk memperkuat karakteristik foto atau video yang diunggah sehingga menumbuhkan eksistensi dirinya (Dewi & Ibrahim, 2019). Perilaku remaja menjadikan berbagai fitur yang tersedia di aplikasi *Instagram* hanya digunakan untuk memperlihatkan dirinya serta situasi terbarunya dan kemudian dibagikan kepada pengguna *Instagram* lainnya secara bebas

(Purnamasari & Agustin, 2018). Fitur *like* dan *followers* tersedia dan menjadi keunggulan pada aplikasi *Instagram* dapat memperlihatkan sisi perilaku narsistik dari penggunaanya (Kusuma dkk., 2019).

Kecenderungan perilaku narsistik seringkali terkait erat dengan masa remaja, tetapi seringkali berlanjut hingga ke dewasa, terutama pada awal masa dewasa (Wahyuni dkk., 2022). Kecenderungan perilaku narsistik salah satu faktornya dipengaruhi oleh kontrol diri individu. Individu dengan kontrol diri yang tinggi akan terlihat mampu mengelola seluruh aspek perilakunya. Namun jika kontrol diri pada individu rendah, maka individu tersebut akan sulit untuk mengontrol semua hal yang berkaitan dengan perilakunya tersebut (Habibah dkk., 2023).

Secara keilmuan, psikologi mengidentifikasi kecenderungan perilaku narsistik sebagai bagian dari gangguan kepribadian. Akan tetapi, perilaku narsistik yang muncul dalam perkembangan seseorang tidak selalu digolongkan sebagai gangguan kepribadian. Hal ini umumnya disebabkan oleh ketidaksadaran individu terhadap realitas dirinya sendiri dan bagaimana pandangan orang lain mengenai dirinya (Habibah dkk., 2023). Remaja dengan perilaku narsistik cenderung menganggap dirinya istimewa, ambisius, dan haus ketenaran, yang mendorong obsesi untuk menampilkan kehebatan serta pesona diri melalui tindakan yang unik dan berbeda dari orang lain (Suhartanti, 2016).

Berdasarkan kajian literatur yang dilakukan oleh Lestari & Wulanyani (2024) salah satu faktor yang berasal dari psikologis individu yang dapat memengaruhi kecenderungan perilaku narsistik di antaranya adalah harga diri (*self-esteem*), kesepian (*loneliness*), penerimaan diri (*self-acceptance*), citra diri (*body image*), kesejahteraan psikologis (*subjective well-being*), tipe kepribadian (*personality*), FOMO (*Fear Of Missing Out*), dan kontrol diri (*self-control*).

Papalia (2004) mengungkapkan bahwa kontrol diri merupakan kapasitas individu untuk menyesuaikan perilakunya agar selaras dengan norma masyarakat, sehingga dapat diterima oleh masyarakat di lingkungan

tersebut. Kontrol diri diperlukan seseorang agar menentukan perilakunya sehingga terhindar dari konsekuensi negatif terkhusus kepada para pengguna aplikasi *Instagram* (Kusuma dkk., 2019). Pada remaja, kontrol diri perlu dilakukan untuk mengatur setiap tindakan yang akan dilakukan agar harapannya remaja mampu mencegah perilaku narsistik di aplikasi *Instagram* miliknya (Suhartanti, 2016).

Studi penelitian yang dilakukan Maulani dkk., (2024) di wilayah Surabaya menemukan adanya hubungan negatif signifikan antara kontrol diri dan kecenderungan narsistik pada remaja pengguna media sosial *Instagram* dengan rentang usia 18-24 tahun. Dapat dikatakan bahwa semakin tinggi kontrol diri individu, semakin rendah kecenderungan narsistiknya. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kontrol diri, semakin tinggi kecenderungan narsistik pada individu tersebut. Hasil penelitian ini diperkuat dengan koefisien korelasi sebesar -0,358 dan nilai signifikansi 0,000 yang dilakukan menggunakan uji korelasi *Spearman*.

Penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik. Hal ini mengindikasikan bahwa remaja pengguna *Instagram* yang memiliki kontrol diri tinggi cenderung menunjukkan tingkat narsistik yang lebih rendah, begitu pula sebaliknya. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti kemudian terdorong untuk melakukan penyelidikan lebih mendalam guna mengkaji keterkaitan antara kontrol diri dan kecenderungan perilaku narsistik. Penelitian ini secara spesifik berfokus pada populasi siswa di SMA Kesatrian 2 Semarang, dengan harapan dapat memberikan wawasan baru mengenai dinamika hubungan kedua variabel tersebut.

E. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik pada remaja pengguna aplikasi *Instagram*. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat kontrol diri, maka semakin rendah kecenderungan perilaku narsistik pada remaja pengguna aplikasi *Instagram*. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kontrol diri, maka semakin tinggi kecenderungan perilaku narsistik pada remaja pengguna aplikasi *Instagram*.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Pada dasarnya, variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang bervariasi dan dapat ditentukan oleh peneliti untuk memperoleh informasi yang nantinya dapat dipelajari serta dirumuskan menjadi sebuah kesimpulan. Variabel juga dimaknai sebagai atribut, karakteristik, kegiatan, atau nilai dari seseorang (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini, kami menggunakan dua jenis variabel: variabel dependen (Y) dan variabel independen (X). Secara rinci seperti berikut ini:

1. Variabel Dependen (Y) : Kecenderungan Perilaku Narsistik
2. Variabel Independen (X) : Kontrol Diri

B. Definisi Operasional

1. Kecenderungan Perilaku Narsistik

Kecenderungan perilaku narsistik adalah perilaku yang ditunjukkan individu yang merasa berbangga diri dan beranggapan jika dirinya memiliki kelebihan sehingga orang lain harus mengetahuinya dan memberikan pengaguman. Penelitian ini mengukur kecenderungan perilaku narsistik menggunakan skala asli yang disusun oleh Aqilah (2021) dengan berdasarkan tujuh aspek menurut Raskin dan Terry yaitu, otoritas (*authority*), pemenuhan diri (*self-sufficiency*), superioritas (*superiority*), eksibionisme (*exhibitionism*), eksploitasi (*exploitativenes*), kesombongan (*vanity*), dan hak (*entitlement*). Peneliti memodifikasi dengan cara menambahkan beberapa aitem dari skala asli milik Aqilah (2021) sehingga menyesuaikan dengan karakteristik dari subjek penelitian yaitu pengguna aplikasi *Instagram*.

Tingkat kecenderungan perilaku narsistik pada individu dapat dilihat dari total skor skala yang diperoleh. Skor skala yang tinggi menunjukkan bahwa tingkat kecenderungan perilaku narsistik yang ada pada individu juga tinggi, hal tersebut berarti individu seperti merasa dirinya memiliki perbedaan

yang lebih dibandingkan orang lain, mendapat pengakuan orang lain atas pencapaian atau keberhasilan yang dilakukan, serta ingin banyak mendapat perhatian dan ketertarikan dari orang lain.

Sementara, skor skala yang rendah menunjukkan bahwa tingkat kecenderungan perilaku narsistik yang ada pada individu rendah, hal tersebut berarti individu merasa dirinya sama seperti orang lain pada umumnya, menghargai privasi atas pencapaian atau keberhasilan yang dilakukan, dan bersikap sederhana tanpa menonjolkan diri sendiri.

2. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan kemampuan psikologis individu untuk menentukan dan mengendalikan perilakunya ketika menerima suatu informasi agar dapat bertindak dengan benar sesuai harapan sosial di masyarakat. Pada penelitian ini, peneliti mengukur kontrol diri menggunakan skala asli yang disusun oleh Rischita (2021) dengan berlandaskan tiga aspek menurut Averill yaitu, kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitif control*), dan mengontrol keputusan (*decesional control*). Peneliti memodifikasi dengan cara menambahkan beberapa aitem dari skala asli milik Rischita (2021) sehingga menyesuaikan dengan karakteristik dari subjek penelitian yaitu pengguna aplikasi *Instagram*.

Tingkat tinggi rendahnya kontrol diri diukur berdasarkan dari total skor skala yang diperoleh. Semakin tinggi skor yang didapat, maka kontrol diri yang dimiliki individu akan semakin tinggi, ini menjadikan individu dapat menahan diri dari tindakan yang negatif atau merugikan, berpikir terlebih dahulu sebelum bertindak, dan mempertimbangkan konsekuensi sebelum membuat keputusan.

Sementara, semakin rendah skor yang didapat, maka semakin rendah kontrol diri yang ada pada individu, yang menjadikan individu sulit menahan diri dari tindakan yang negatif atau merugikan, bertindak tanpa berpikir panjang, dan membuat keputusan secara impulsif atau terburu-buru.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah daerah umum yang meliputi objek ataupun subjek dengan kualitas juga ciri khas tertentu, ditentukan oleh peneliti untuk dapat dipahami lebih mendalam sehingga dapat ditarik kesimpulannya. Populasi terdiri dari orang, objek dan wujud-wujud alam lainnya. Populasi mencakup jumlah keseluruhan yang terdapat di objek/subjek dan seluruh sifat karakteristik yang ada pada subjek atau obyek yang sedang diteliti (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini, populasinya adalah siswa SMA Kesatrian 2 Semarang, yang duduk di kelas X sampai XII. Populasi pada penelitian ini berjumlah 446 individu dan akan digambarkan lebih lanjut pada Tabel 1:

Tabel 1. Jumlah Populasi

No.	Kelas	Jumlah Kelas	Total Siswa Per Kelas
1.	X	5 kelas	154
2.	XI	4 kelas	137
3.	XII	5 kelas	155
Total			446 Orang

2. Sampel

Sampel adalah sebagian kecil dari populasi yang dipilih untuk observasi dan analisis. Sampel adalah kumpulan yang terdiri dari bagian atau sub-set objek atau individu dari populasi yang dipilih dengan tujuan mewakili populasi (Pandey & Pandey, 2015). Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 95 partisipan.

Sampel dalam penelitian ini terdiri dari partisipan yang memiliki kriteria sebagai berikut:

- Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan berusia 15-18 tahun.
- Aktif menggunakan aplikasi *Instagram* dan memakai berbagai fitur di aplikasi *Instagram*.

3. Teknik Pengambilan Sampel (Sampling)

Teknik sampling merupakan teknik yang digunakan peneliti dalam penelitiannya untuk mengambil atau menentukan sampel (Sugiyono, 2013). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Cluster Random Sampling*. Teknik ini digunakan untuk menetapkan sampel apabila objek atau sumber data yang akan diteliti sangat luas atau cukup luas (Sugiyono, 2013). Pada pengambilan sampel *cluster*, unit sampel berisi kelompok elemen (*cluster*), bukan anggota individu atau item dalam populasi (Pandey & Pandey, 2015). Pengambilan sampel *cluster* melibatkan pengelompokan populasi dan kemudian memilih kelompok atau *cluster* daripada elemen individu untuk dimasukkan ke dalam sampel (Kothari, 2004). Peneliti memilih seluruh *cluster* secara acak sebagai perwakilan dari seluruh populasi. Pada penelitian ini clusternya berupa kelas.

D. Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, metode pengumpulan data menggunakan instrumen berupa skala. Skala berfungsi sebagai alat ukur yang ditetapkan untuk digunakan ketika menilai suatu variabel atau sebagai acuan dalam menentukan panjang atau pendek suatu interval, yang kemudian akan menghasilkan data yang lebih akurat, efisien, dan komunikatif karena dinyatakan dalam bentuk angka (kuantitatif) (Sugiyono, 2013). Skala *likert* menjadi instrumen yang digunakan dalam penelitian ini. Dalam skala *likert*, responden diminta agar dapat memberi respon pada setiap pernyataan dalam beberapa tingkatan, umumnya terdiri dari lima tingkatan (tetapi terkadang hanya tiga atau bahkan tujuh juga dapat digunakan) dari setuju atau tidak setuju (Kothari, 2004).

1. Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik

Skala kecenderungan perilaku narsistik diukur menggunakan skala yang disusun oleh Aqilah (2021) yang didasari oleh tujuh aspek menurut teori (Raskin & Terry, 1988) yaitu, otoritas (*authority*), pemenuhan diri (*self-sufficiency*), superioritas (*superiority*), eksibionisme (*exhibitionism*),

eksploitasi (*exploitativenes*), kesombongan (*vanity*), dan hak (*entitlement*). Peneliti memodifikasi dengan cara menambahkan beberapa aitem dari skala asli milik Aqilah (2021) sehingga menyesuaikan dengan karakteristik dari subjek penelitian yaitu pengguna aplikasi *Instagram*. Berdasarkan versi asli, skala ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,77. Dari modifikasi aitem yang dilakukan peneliti pada skala tersebut terdapat 30 aitem yang berdasar pada teori Raskin & Terry (1988).

Penelitian ini menggunakan skala *likert* dengan rentang skor 1-4. Untuk pernyataan *favorable* skor 4 untuk respon Sangat Setuju (SS), skor 3 untuk respon Setuju (S), skor 2 untuk respon Tidak Setuju (TS), dan skor 1 untuk respon Sangat Tidak Setuju (STS). Sedangkan untuk pernyataan *unfavorable*, skor 4 untuk respon Sangat Tidak Setuju (STS), skor 3 untuk respon Tidak Setuju (TS), skor 2 untuk respon Setuju (S), dan skor 1 untuk respon Sangat Setuju (SS). Berikut ini *blueprint* variabel kecenderungan perilaku narsistik yang dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. *Blueprint* Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Otoritas (<i>Authority</i>)	2	2	4
2.	Pemenuhan Diri (<i>Self-Sufficiency</i>)	2	2	4
3.	Superioritas (<i>Superiority</i>)	3	3	6
4.	Eksibionisme (<i>Exhibitionism</i>)	2	2	4
5.	Eksplorasi (<i>Exploitativenes</i>)	2	2	4
6.	Kesombongan (<i>Vanity</i>)	2	2	4
7.	Hak (<i>Entitlement</i>)	2	2	4
Total		15	15	30

2. Skala Kontrol Diri

Skala kontrol diri diukur menggunakan skala yang disusun oleh Rischita (2021) yang didasari pada tiga aspek menurut Averill yaitu, kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitif control*), dan

mengontrol keputusan (*decesional control*). Peneliti memodifikasi skala tersebut menyesuaikan dengan karakteristik dari subjek penelitian yaitu pengguna aplikasi *Instagram* dan dengan menambahkan beberapa aitem. Berdasarkan versi asli, skala ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,789. Dari modifikasi aitem yang dilakukan peneliti pada skala tersebut terdapat 26 aitem yang berdasar pada teori Averill.

Penelitian ini menggunakan skala *likert* dengan rentang skor 1-4. Untuk pernyataan *favorable* skor 4 untuk respon Sangat Setuju (SS), skor 3 untuk respon Setuju (S), skor 2 untuk respon Tidak Setuju (TS), dan skor 1 untuk respon Sangat Tidak Setuju (STS). Sedangkan untuk pernyataan *unfavorable*, skor 4 untuk respon Sangat Tidak Setuju (STS), skor 3 untuk respon Tidak Setuju (TS), skor 2 untuk respon Setuju (S), dan skor 1 untuk respon Sangat Setuju (SS). Berikut ini *blueprint* variabel kontrol diri yang dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. *Blueprint* Skala Kontrol Diri

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kontrol Perilaku (<i>Behavior Control</i>)	4	4	8
2.	Kontrol Kognitif (<i>Cognitive Control</i>)	5	4	9
3.	Mengontrol Keputusan (<i>Decisional Control</i>)	4	5	9
Total		13	13	26

E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem, dan Uji Reliabilitas

1. Validitas

Validitas merupakan petunjuk mengenai seberapa jauh suatu skala mampu mengukur dan mengungkap suatu atribut variabel yang telah dirancang sehingga menghasilkan informasi data mengenai atribut variabel yang diukur tersebut secara akurat dan teliti. Dalam pengertian umum, validitas dikenal sebagai tingkat ketepatan dan kecermatan suatu instrumen dalam melakukan fungsi ukur yang sesuai dengan tujuan pengukuran tersebut (Azwar, 2021).

Fokus yang digunakan pada penelitian ini adalah validitas isi (*content validity*). Dalam hal ini, peneliti menyelidiki seberapa akurat dari setiap aitem dalam mencerminkan perilaku yang memperlihatkan atribut yang diukur. Untuk memastikan keakuratan ini, validitas ditentukan oleh *expert judgement* atau dosen pembimbing sehingga isi dari setiap aitemnya dapat dianalisis dan dinilai relevansi serta kesesuaiannya.

2. Uji Beda Daya Aitem

Uji beda daya beda aitem, atau daya diskriminasi aitem, mengacu pada kemampuan sebuah aitem untuk membedakan antara individu atau kelompok yang mempunyai dan yang tidak mempunyai atribut yang sedang diukur (Azwar, 2021).

Menurut Azwar (2021) kriteria pemilihan aitem didasarkan pada korelasi aitem total dengan penggunaan batas skor yaitu $rix \geq 0,30$. Aitem-aitem yang berada pada kriteria tersebut menunjukkan daya beda yang tinggi sehingga dianggap memuaskan. Namun, apabila suatu aitem menghasilkan skor rix kurang dari 0,30 menunjukkan bahwa aitem tersebut mempunyai daya beda rendah dan dapat dianggap gugur. Selain itu, apabila jumlah aitem masih kurang untuk memenuhi kriteria, peneliti dapat mempertimbangkan untuk melonggarkan batasan kriteria menjadi 0,25. Hal ini bertujuan agar memastikan ketersediaan aitem yang mencukupi untuk analisis lebih lanjut.

3. Uji Reliabilitas

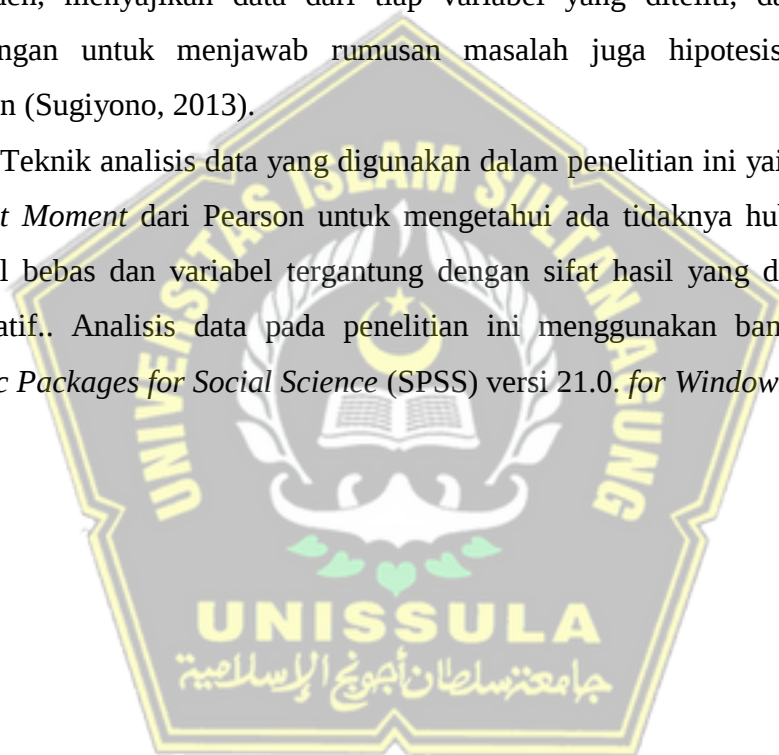
Azwar (2021) mendefinisikan reliabilitas sebagai tingkat kepercayaan atau konsistensi hasil pengukuran, yang menunjukkan seberapa akurat sebuah alat ukur dari waktu ke waktu. Reliabilitas dinyatakan melalui koefisien (rx_{yy}) yang berada di rentang angka 0 hingga 1,00. Koefisien reliabilitas yang nilainya semakin tinggi mendekati angka 1,00 artinya alat pengukuran memperlihatkan bahwa alat ukur menghasilkan data yang konsisten atau reliabel. Sebaliknya, apabila koefisien reliabilitas yang mendekati angka 0 mengindikasikan rendahnya konsistensi alat ukur. Teknik *Alpha Cronbach*

digunakan pada penelitian ini untuk menetapkan koefisien reliabilitas alat ukur yang digunakan.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan atau tahap akhir setelah peneliti mengumpulkan data dari keseluruhan responden atau sumber data yang lain. Kegiatan pada tahap ini, dilakukan pengelompokan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasar pada variabel dari semua responden, menyajikan data dari tiap variabel yang diteliti, dan melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah juga hipotesis yang telah diajukan (Sugiyono, 2013).

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji korelasi *Product Moment* dari Pearson untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung dengan sifat hasil yang diperoleh yaitu kuantitatif.. Analisis data pada penelitian ini menggunakan bantuan program *Statistic Packages for Social Science (SPSS)* versi 21.0. *for Windows*.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan Penelitian dan Pelaksanaan Penelitian

1. Orientasi Kancan Penelitian

Orientasi kancan penelitian merupakan upaya dalam mempersiapkan semua aspek yang kaitannya dengan pelaksanaan penelitian. Hal ini memiliki tujuan agar proses penelitian dapat berlangsung secara optimal. Langkah pertama dalam tahap persiapan ini adalah memilih lokasi penelitian menyesuaikan dengan karakteristik populasi yang telah ditentukan sebelumnya. Pada penelitian ini lokasi yang dipilih yaitu SMA Kesatrian 2 Semarang yang berlokasi di Jalan Gajah Raya Nomor 58, Siwalan, Kecamatan Gayamsari, Kota Semarang, Jawa Tengah.

SMA Kesatrian 2 Semarang secara resmi didirikan pada tanggal 22 Juni 1987 dan saat ini telah mendapatkan akreditasi "A" berdasarkan SK Penetapan Hasil Akreditasi BAP-S/M. Institusi pendidikan menengah atas ini berstatus sekolah swasta nasional dan berada di bawah naungan Yayasan Pendidikan Kesatrian 67 Semarang (disingkat YPK 67 Semarang), sebuah entitas yayasan yang bergerak dalam sektor pendidikan masyarakat dan secara formal didirikan pada tanggal 29 Mei 1967.

Pada awal pendiriannya, yayasan ini mengelola berbagai jenjang pendidikan, meliputi Taman Kanak-kanak Kesatrian, Sekolah Dasar Kesatrian, Sekolah Menengah Pertama Kesatrian, dan SMA Kesatrian. Seiring dengan dinamika kebutuhan dan preferensi masyarakat, khususnya pada dekade 1990-an, operasionalisasi jenjang Taman Kanak-kanak dan Sekolah Dasar dihentikan. Selanjutnya, pada tahun 1987, YPK 67 Semarang memperluas jangkauan pendidikan menengah atas dengan mendirikan dan mengoperasikan SMA Kesatrian 2 di Jalan Gajahmada Nomor 123, Semarang, sementara SMA Kesatrian 1 dipindahkan ke gedung baru di Jalan Pamularsih. Pada tahun 1992, SMP Kesatrian 2 mulai menjalankan kegiatan belajar-mengajar di Jalan Pamularsih. Terakhir, pada tahun 2009, SMA Kesatrian 2

mengalami relokasi ke gedung baru yang terletak di Jalan Gajah Raya Nomor 58, Semarang, yang menjadi lokasi operasionalnya hingga saat ini.

Sebagai sekolah bilingual yang berbasis multipel inteligensi yang dijadikan sebagai moto institusi pendidikan, SMA Kesatrian 2 Semarang telah mengalami tujuh kali pergantian kepemimpinan kepala sekolah sejak tahun 1987, dengan rincian sebagai berikut.

- a. Bapak Drs. Watamto: Periode 1987 hingga 1991.
- b. Ibu Siti Darwati, S.Pd: Periode 1991 hingga 1999.
- c. Bapak Drs. Supriyono P.H: Periode 1999 hingga 2007.
- d. Bapak Drs. Subarno: Periode 2007 hingga 2011.
- e. Bapak Drs. Supriyono P.H., M.Si: Kembali di periode 2011 hingga 2015.
- f. Bapak Drs. Sunarno, M.Si: Periode 2016 hingga 2024.
- g. Bapak Maryusis, S.Pd., M.Si: Periode 2024 hingga saat ini.

Sebagai sebuah lembaga pendidikan tingkat menengah atas, SMA Kesatrian 2 Semarang memiliki orientasi tujuan yang berhubungan erat dengan tujuan pendidikan nasional secara umum, khususnya pada jenjang SMA. Berkaitan dengan hal tersebut, peningkatan mutu prestasi baik akademik maupun non-akademik menjadi fokus prioritas utama. Untuk mewujudkan prioritas tersebut dalam jangka waktu 1 hingga 5 tahun mendatang, sekolah menetapkan visi dan misi sebagai panduan strategis.

Berikut visi dan misi SMA Kesatrian 2 Semarang. SMA Kesatrian 2 Semarang memiliki visi: mewujudkan lulusan yang memiliki pondasi keimanan dan ketakwaan, berbudi pekerti luhur (berkarakter mulia), memiliki wawasan ilmu pengetahuan dan teknologi (iptek), serta berjaya dalam persaingan global. Adapun misi dari SMA Kesatrian 2 Semarang: 1) Meningkatkan keyakinan dan ketaatan beragama siswa agar menjadi individu Indonesia yang utuh. 2) Meningkatkan kedisiplinan dan kejujuran siswa dalam kehidupan pribadi, bermasyarakat, dan bernegara. 3) Meningkatkan penguasaan ilmu pengetahuan dan teknologi yang relevan untuk menghadapi perkembangan zaman. 4) Meningkatkan potensi siswa agar unggul dalam prestasi belajar (akademik) dan kegiatan lainnya (non akademik), memiliki

kepribadian yang baik, serta terampil melalui wadah pembinaan seni, olahraga, dan keterampilan untuk menumbuhkan kemandirian di masyarakat.

Setelah terpilihnya SMA Kesatrian 2 Semarang sebagai lokasi penelitian, langkah berikutnya adalah melakukan survei pendahuluan. Survei ini bertujuan untuk mengidentifikasi masalah kecenderungan perilaku narsistik di kalangan remaja pengguna aplikasi *Instagram* di SMA Kesatrian 2 Semarang. Peneliti melakukan wawancara terhadap sembilan siswa/i yang telah disetujui oleh pihak sekolah. Kemudian, peneliti melakukan pengumpulan data terkait jumlah siswa sekolah. Data menunjukkan jumlah siswa secara keseluruhan sebanyak 446 orang yang tersebar di kelas X (154 siswa), XI (137 siswa), dan XII (155 siswa). Langkah ini dilakukan bertujuan untuk memperoleh jumlah keseluruhan populasi serta sampel yang sesuai berdasarkan karakteristik penelitian.

Peneliti memilih SMA Kesatrian 2 Semarang sebagai lokasi/tempat penelitian berdasarkan beberapa pertimbangan sebagai berikut.

- a. Penelitian mengenai hubungan atau kaitan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik belum pernah dilakukan pada siswa/i di SMA Kesatrian 2 Semarang.
- b. Mendapatkan akses dari pihak sekolah untuk melakukan penelitian di lokasi tersebut, sehingga peneliti dapat dengan mudah melaksanakan proses perizinan, wawancara, hingga pengambilan data.
- c. Karakteristik dan jumlah subjek untuk penelitian sesuai dengan kriteria yang ditetapkan peneliti untuk penelitian.

2. Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian merupakan tahapan yang perlu dilakukan sehingga dapat memperkecil kemungkinan terjadinya kesalahan yang dapat menghambat proses penelitian. Terdapat beberapa tahap yang disiapkan untuk pelaksanaan penelitian yakni sebagai berikut.

a. Tahap Perizinan

Perizinan termasuk dalam salah satu syarat penting yang wajib dipenuhi sebelum melaksanakan penelitian. Pada penelitian ini, pengajuan surat permohonan perizinan dilakukan kepada pihak Tata Usaha Fakultas Psikologi Unissula Semarang. Surat permohonan perizinan ini ditujukan kepada Kepala Sekolah SMA Kesatrian 2 Semarang dengan nomor surat 1979/C.1/Psi-SA/XII/2024 dan 45/C.1/Psi-SA/I/2025 sebagai lokasi pelaksanaan penelitian. Surat permohonan perizinan mencakup izin untuk melaksanakan penelitian di lokasi tersebut, pengambilan data wawancara sebagai studi pendahuluan, penyebaran skala, dan pengambilan dokumentasi saat penelitian.

b. Penyusunan Alat Ukur

Penyusunan alat ukur merupakan upaya untuk menciptakan instrumen yang berfungsi sebagai alat ukur dalam penelitian suatu variabel. Alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data disusun berdasarkan indikator yang ada dalam aspek-aspek yang menggambarkan variabel tersebut. Subjek penelitian diharapkan akan menunjukkan perilaku-perilaku tertentu yang tercermin dalam aspek-aspek ini. Penelitian ini menggunakan skala atau alat ukur kecenderungan perilaku narsistik dan skala kontrol diri. Instrumen ukur dalam penelitian ini juga dimodifikasi dari penelitian sebelumnya yaitu milik Aqilah (2021) yang berjudul “Hubungan Kesepian Dengan Kecenderungan Perilaku Narsisme Siswa Pengguna Instagram Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Madrasah Aliyah Negeri Kota Batu” dan milik Rischita (2021) yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Narsistik Di Aplikasi Tik Tok Pada Siswa SMAN 1 Ngoro Mojokerto”.

Setiap skala terdapat dua macam aitem yaitu, aitem *favorable* dan aitem *unfavorable*. Dalam kedua skala tersebut juga terdapat empat pilihan jawaban yang sama untuk menjawab setiap pernyataan yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Pada setiap aitem *favorable* memiliki rentang skor dari 4 hingga 1,

sementara pada setiap aitem *unfavorable* memiliki rentang skor dari 1 hingga 4. Berikut merupakan penjelasan terkait skala pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini:

1) Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik

Pada penelitian ini kecenderungan perilaku narsistik diukur menggunakan skala yang disusun oleh Aqilah (2021) berdasarkan tujuh aspek menurut Raskin & Terry (1988) yaitu otoritas (*authority*), pemenuhan diri (*self-sufficiency*), superioritas (*superiority*), esibisionisme (*exhibitionism*), eksploitasi (*exploitativenes*), kesombongan (*vanity*), dan hak (*entitlement*). Adapun skala yang disusun oleh Aqilah (2021) ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,77.

Kemudian peneliti memodifikasi skala tersebut menyesuaikan dengan karakteristik dari subjek penelitian yaitu pengguna aplikasi *Instagram* serta menambahkan beberapa aitem, sehingga skala kecenderungan perilaku narsistik menjadi terdiri dari 30 aitem, 15 pernyataan *favorable* dan 15 pernyataan lainnya *unfavorable*. Tujuan peneliti memodifikasi skala tersebut untuk penyesuaian kalimat pernyataan agar lebih mudah dipahami oleh subjek penelitian, serta penambahan beberapa aitem untuk dapat memperkuat hasil pengukuran. Meskipun peneliti melakukan modifikasi, peneliti tetap mempertahankan isi dan tujuan utama dari skala versi asli. Berikut ini sebaran aitem skala kecenderungan perilaku narsistik yang dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Sebaran Aitem Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik

No	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Otoritas (<i>Authority</i>)	1, 2	16, 17	4
2	Pemenuhan Diri (<i>Self-Sufficiency</i>)	3, 4	18, 19	4
3	Superioritas (<i>Superiority</i>)	5, 6, 7	20, 21, 22	6
4	Eksibisionisme (<i>Exhibitionism</i>)	8, 9	23, 24	4
5	Eksplorasi (<i>Exploitativeness</i>)	10, 11	25, 26	4
6	Kesombongan (<i>Vanity</i>)	12, 13	27, 28	4
7	Hak (<i>Entitlement</i>)	14, 15	29, 30	4
TOTAL		15	15	30

2) Skala Kontrol Diri

Pada penelitian ini, mengukur kontrol diri melalui skala yang disusun oleh Rischita (2021) dengan dasar aspek menurut Averill yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitif control*), dan mengontrol keputusan (*decesional control*). Adapun skala yang disusun oleh Rischita (2021) ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,789.

Kemudian peneliti memodifikasi skala tersebut menyesuaikan dengan karakteristik dari subjek penelitian yaitu pengguna aplikasi *Instagram* serta menambahkan beberapa aitem, sehingga skala kontrol diri menjadi terdiri dari 26 aitem, 13 pernyataan *favorable* dan 13 pernyataan lainnya *unfavorable*. Tujuan peneliti memodifikasi skala tersebut untuk melakukan penyesuaian terhadap beberapa aitem pernyataan agar lebih relevan dengan konteks penelitian ini, yaitu pengguna aplikasi *Instagram*. Penambahan beberapa aitem juga dilakukan untuk dapat memperkuat hasil pengukuran. Meskipun peneliti melakukan modifikasi, peneliti tetap mempertahankan isi dan

tujuan utama dari skala versi asli. Berikut ini sebaran aitem skala kontrol diri yang dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Sebaran Aitem Skala Kontrol Diri

No	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Kontrol Perilaku (<i>Behavior Control</i>)	1, 20, 22, 25	6, 9, 10, 11	8
2	Kontrol Kognitif (<i>Cognitive Control</i>)	4, 5, 7, 17, 24	3, 12, 23, 26	9
3	Mengontrol Keputusan (<i>Decisional Control</i>)	2, 13, 15, 21,	8, 14, 16, 18, 19	9
TOTAL		13	13	26

c. Uji Coba Alat Ukur

Uji coba alat ukur dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui reliabilitas dan daya beda aitem sebelum dilaksanakannya penelitian. Uji coba alat ukur dilakukan pada tanggal 19 Februari 2025 dengan menggunakan *google form*. Uji coba alat ukur diberikan pada 103 siswa/i SMA Kesatrian 2 Semarang yang menggunakan *Instagram* dan memperoleh responden sebanyak 95 siswa/i. Penilaian skala yang telah diberi isi atau tanggapan oleh responden, kemudian diberi kode serta dianalisis menggunakan bantuan *SPSS* versi 21.0. for Windows.

d. Uji Daya Beda Item dan Reliabilitas Alat Ukur

Uji daya beda aitem dilakukan untuk memastikan bahwa setiap aitem dalam sebuah instrumen mampu secara akurat membedakan individu yang memiliki karakteristik terukur dengan yang tidak. Azwar (2021) menyatakan bahwa total koefisien korelasi aitem total (*rix*) yang mencapai 0,30 atau lebih dianggap sebagai indikator pembeda yang baik antar aitem. Namun, dalam situasi tertentu di mana hanya sedikit item yang memenuhi standar ini, nilai yang sedikit lebih rendah, yaitu 0,25, masih dapat dipertimbangkan. Adapun rincian hasil pengujian adalah sebagai berikut.

1) Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik

Tingkat reliabilitas skala kecenderungan narsistik, yang terdiri dari 30 aitem diukur melalui uji daya beda menggunakan teknik *alpha cronbach* adalah sebesar 0,737. Berdasarkan analisis daya beda terhadap 30 aitem, diperoleh bahwa 17 aitem sangat baik dalam membedakan individu dengan tingkat kecenderungan perilaku narsistik tinggi (koefisien antara 0,262 hingga 0,535). Sementara itu, 13 aitem lainnya menunjukkan daya beda yang rendah atau sedikit kurang baik (antara -0,30 hingga 0,230). Setelah mengeliminasi ke-13 aitem tersebut, koefisien reliabilitas skala dengan 17 aitem meningkat menjadi 0,842. Ini membuktikan bahwa skala kecenderungan perilaku narsistik bersifat reliabel. Berikut sebaran aitem dengan uji daya beda tinggi dan rendah pada skala kecenderungan perilaku narsistik dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik

No	Aspek	Butir		DBT	DBR	Jumlah
		Fav	Unfav			
1	Otoritas (Authority)	1, 2	16, 17*	3	1	4
2	Pemenuhan Diri (Self-Sufficiency)	3, 4	18*, 19*	2	2	4
3	Superioritas (Superiority)	5, 6, 7	20*, 21, 22*	4	2	6
4	Eksibionisme (Exhibitionism)	8, 9	23*, 24*	2	2	4
5	Eksplorasi (Exploitativenes)	10, 11	25, 26*	3	1	4
6	Kesombongan (Vanity)	12*, 13	27*, 28*	1	3	4
7	Hak (Entitlement)	14, 15*	29*, 30	2	2	4
TOTAL				17	13	30

Keterangan: (*) Aitem dengan daya beda rendah.

Fav: *Favorable*

Unfav: *Unfavorable*

DBT: Daya Beda Tinggi

DBR: Daya Beda Rendah

2) Skala Kontrol Diri

Tingkat reliabilitas skala kontrol diri, yang terdiri dari 26 aitem diukur melalui uji daya beda menggunakan teknik *alpha cronbach* adalah sebesar 0,856. Berdasarkan analisis daya beda terhadap 26 aitem, diperoleh bahwa 20 aitem sangat baik dalam membedakan individu dengan tingkat kontrol diri tinggi (koefisien antara 0,30 hingga 0,687). Sementara itu, enam aitem lainnya menunjukkan daya beda yang rendah atau sedikit kurang baik (antara 0,157 hingga 0,287). Setelah mengeliminasi keenam aitem tersebut, koefisien reliabilitas skala dengan 20 aitem meningkat menjadi 0,864. Ini membuktikan bahwa skala kontrol diri bersifat reliabel. Berikut sebaran aitem dengan uji daya beda tinggi dan rendah pada skala kontrol diri dapat dilihat pada tabel 7.

Tabel 7. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah Skala Kontrol Diri

No	Aspek	Butir		DBT	DBR	Jumlah
		Fav	Unfav			
1	Kontrol Perilaku (<i>Behavior Control</i>)	1, 20, 22*, 25*	6, 9, 10, 11	6	2	8
2	Kontrol Kognitif (<i>Cognitive Control</i>)	4, 5*, 7, 17*, 24*	3, 12, 23, 26	6	3	9
3	Mengontrol Keputusan (<i>Decisional Control</i>)	2, 13, 15, 21	8, 14, 16, 18*, 19	8	1	9
TOTAL				20	6	26

Keterangan: (*) Aitem dengan daya beda rendah.

Fav: *Favorable*

Unfav: *Unfavorable*

DBT: Daya Beda Tinggi

DBR: Daya Beda Rendah

e. Penomoran Ulang Aitem Dengan Nomor Baru

Tahapan berikutnya dalam penelitian ini melibatkan perbaikan skala melalui proses penomoran ulang aitem. Aitem-aitem yang teridentifikasi memiliki daya pembeda yang rendah atau kurang akan dikeluarkan dari skala, sedangkan aitem-aitem dengan daya pembeda yang tinggi tetap ada dan akan dinomori ulang untuk penyusunan skala penelitian akhir.

1) Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik

Sebagai bagian dari skala penelitian akhir, penomoran aitem pada skala kecenderungan perilaku narsistik telah diperbaiki. Sebaran penomoran ulang yang baru dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8. Sebaran Penomoran Ulang Aitem Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik

No	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Otoritas (<i>Authority</i>)	1, 2	16(14), 17	3
2	Pemenuhan Diri (<i>Self-Sufficiency</i>)	3, 4	18, 19	2
3	Superioritas (<i>Superiority</i>)	5, 6, 7	20, 21(15), 22	4
4	Eksibionisme (<i>Exhibitionism</i>)	8, 9	23, 24	2
5	Eksplorasi (<i>Exploitativeness</i>)	10, 11	25(16), 26	3
6	Kesombongan (<i>Vanity</i>)	12, 13(12)	27, 28	1
7	Hak (<i>Entitlement</i>)	14(13), 15	29, 30(17)	2
TOTAL		13	4	17

Keterangan: Nomor di dalam tanda kurung (...) menunjukkan nomor yang baru.

2) Skala Kontrol Diri

Sebagai bagian dari skala penelitian akhir, penomoran aitem pada skala kontrol diri telah diperbaiki. Sebaran penomoran ulang yang baru dapat dilihat pada tabel 9.

Tabel 9. Sebaran Sebaran Penomoran Ulang Aitem Skala Kontrol Diri

No	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Kontrol Perilaku (<i>Behavior Control</i>)	1, 20(17), 22, 25	6(5), 9(8), 10(9), 11(10)	6
2	Kontrol Kognitif (<i>Cognitive Control</i>)	4, 5, 7(6), 17, 24	3, 12(11), 23(19), 26(20)	6
3	Mengontrol Keputusan (<i>Decisional Control</i>)	2, 13(12), 15(14), 21(18)	8(7), 14(13), 16(15), 18, 19(16)	8
TOTAL		9	11	20

Keterangan: Nomor di dalam tanda kurung (...) menunjukkan nomor yang baru.

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 12 Maret 2025 secara luring dengan mendatangi empat kelas secara bergantian, di antaranya yaitu dua kelas XII dan dua kelas X. Peneliti mendatangi secara langsung di setiap kelas dengan memberikan penjelasan mengenai maksud dan tujuan, instruksi, serta arahan terkait pengisian skala penelitian. Peneliti juga meminta kontak *WhatsApp* ketua kelas. Kemudian, peneliti membagikan skala penelitian melalui *personal chat* ketua kelas untuk dapat diteruskan ke grup *WhatsApp* kelas, sehingga masing-masing subjek yang sesuai dengan kriteria dapat mengakses dan mengisi skala penelitian dengan lebih mudah. Pengisian skala penelitian dilakukan dengan menggunakan *google form* yang dapat diakses melalui tautan <https://forms.gle/Ex5vM4R7rF6RcbpEA>.

Awalnya, teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Cluster Random Sampling*. Dikarenakan dari pihak sekolah memberikan batasan terkait jumlah responden yang dapat dijadikan subjek penelitian, maka dari itu peneliti mengubah teknik pengambilan sampel pada

penelitian ini menggunakan adalah *Quota Sampling*. Awalnya, jumlah target dalam penelitian ini sebanyak 150 sampel. Namun, peneliti hanya dapat menghubungi 120 sampel. Adapun yang hanya mengisi skala penelitian sebanyak 109 sampel. Rincian jumlah subjek penelitian dapat dilihat pada tabel 10.

Tabel 10. Jumlah Subjek Penelitian

No.	Kelas	Jumlah Siswa	Jumlah Siswa yang Mengisi
1.	XII-2	31	24
2.	XII-5	30	29
3.	X-5	29	26
4.	X-3	30	30
Total		120	109

C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

Tahap analisis data dilaksanakan setelah seluruh data penelitian terkumpul. Tahapan ini melibatkan uji asumsi berupa uji normalitas dan uji linearitas, dengan tujuan untuk memenuhi asumsi dasar penggunaan teknik korelasi. Selanjutnya, dilakukan uji hipotesis dan analisis deskriptif untuk memahami karakteristik kelompok subjek dalam penelitian ini.

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Dilakukan uji normalitas pada setiap variabel untuk memastikan apakah data setiap variabel dalam penelitian ini terdistribusi secara normal atau tidak normal. Uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Z* digunakan sebagai metode uji normalitas. Hasil uji didasarkan pada nilai signifikansi (p). Jika p -value yang diperoleh melebihi 0,05 ($p > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Namun, jika p -value kurang dari 0,05 ($p < 0,05$), hal ini berarti bahwa distribusi data tidak normal.

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa variabel kecenderungan perilaku narsistik menghasilkan skor *Kolmogorov-Smirnov Z* (KS-Z) sebesar 0,739 dengan nilai signifikansinya sebesar 0,645 ($p > 0,05$) dan variabel kontrol diri menghasilkan skor *Kolmogorov-Smirnov Z* (KS-Z)

sebesar 1,025 dengan nilai signifikansinya sebesar 0,245 ($p > 0,05$). Hal ini berarti bahwa data penelitian berdistribusi normal. Berikut hasil uji normalitas penelitian yang dapat dilihat pada tabel 11.

Tabel 11. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Standar Deviasi	KS-Z	Sig.	P	Ket.
Kecenderungan Perilaku Narsistik	44,75	6,157	0,739	0,645	>0,05	Normal
Kontrol Diri	59,59	6,074	1,025	0,245	>0,05	Normal

b. Uji Linearitas

Penelitian ini juga menguji apakah terdapat hubungan antara kedua variabel yang diteliti dan menghasilkan hubungan yang bersifat linear satu sama lain. Hubungan bersifat linear ditandai dengan adanya pola perubahan yang konsisten antara satu variabel dengan variabel lainnya. Uji linearitas dilakukan menggunakan statistik F_{linear} di mana nilai signifikansi F_{linear} (p -value) kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) menandakan adanya hubungan yang sifatnya linear. Sebaliknya, nilai signifikansi yang lebih dari 0,05 ($p > 0,05$) menunjukkan tidak adanya hubungan linear antara kedua variabel. Hasil uji linearitas antara variabel kecenderungan perilaku narsistik dan kontrol diri menghasilkan F_{linear} senilai 0,477 dengan signifikansi 0,491 ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa hubungan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik tidak linear atau antara kedua variabel tidak membentuk suatu garis lurus.

2. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini semula menggunakan teknik korelasi *Product Moment* dari Pearson. Namun, dari hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara variabel kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik bersifat tidak linear. Oleh karena itu, peneliti menggunakan korelasi sederhana non-parametrik yaitu uji korelasi *Spearman's rho* untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y). Alasan digunakannya uji korelasi *Spearman's rho*

karena tidak mensyaratkan normalitas data setiap variabel dan linearitas hubungan antara variabel (Hauke & Kossowski, 2011).

Hasil uji korelasi *Spearman's rho* menunjukkan koefisien korelasi (r) sebesar $r_{xy} = -0,059$ antara kontrol diri dan kecenderungan perilaku narsistik, dengan nilai signifikansi 0,543 ($p > 0,05$). Hasil uji hipotesis membuktikan bahwa tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik. Kesimpulan hasil tersebut adalah hipotesis ditolak.

D. Deskripsi Hasil Penelitian

Deskripsi data penelitian digunakan untuk menjelaskan skor pengukuran yang diperoleh dari subjek penelitian. Selain itu, deskripsi ini juga bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai kondisi subjek terkait atribut yang menjadi fokus penelitian. Proses kategorisasi subjek dilakukan dengan menggunakan acuan model distribusi normal. Tujuan pengkategorisasian ini adalah untuk membentuk kelompok-kelompok subjek yang bertingkat berdasarkan variabel yang diteliti dan menyederhanakan proses analisis serta interpretasi data. Berikut norma kategorisasi skor yang dapat dilihat pada tabel 12.

Tabel 12. Norma Kategorisasi Skor

Rentang Skor	Kategorisasi
$\mu + 1.5 \sigma < x$	Sangat Tinggi
$\mu + 0.5 \sigma < x \leq \mu + 1.5 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0.5 \sigma < x \leq \mu + 0.5 \sigma$	Sedang
$\mu - 1.5 \sigma < x \leq \mu - 0.5 \sigma$	Rendah
$x \leq \mu - 1.5 \sigma$	Sangat Rendah

Keterangan:

μ : Mean hipotetik

σ : Standar deviasi hipotetik

x : Skor yang diperoleh

1. Deskripsi Data Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik

Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik memiliki 17 aitem pernyataan, dengan masing-masing skor yang berkisar 1 hingga 4. Skor terkecil yang diperoleh adalah 17 (yaitu 17×1) dan skor terbesar adalah 68 (yaitu 17×4). Rentang skor skala secara keseluruhan adalah 51 (yaitu $68-17$), dengan skor

standar deviasi yang didapat dengan membagi 6 dari selisih antara skor terbesar dan terkecil (yaitu $68-17:6$) sehingga menunjukkan hasil angka 8,5 dan mean hipotetik yang diperoleh sebesar 42,5 (yaitu $68+17:2$). Berikut deskripsi skor skala kecenderungan perilaku narsistik yang dapat dilihat pada tabel 13.

Tabel 13. Deskripsi Skor Kecenderungan Perilaku Narsistik

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	28	17
Skor Maksimum	64	68
Mean (M)	44,75	42,5
Stadar Deviasi	6,157	8,5

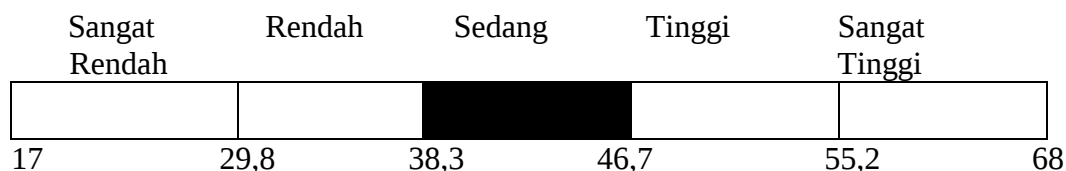
Hasil perhitungan pada variabel kecenderungan perilaku narsistik berdasarkan skor empirik (sebenarnya) diperoleh skor minimal sebesar 28, skor maksimal sebesar 64, skor mean empirik sebesar 44,75 dan sebesar 6,157 untuk standar deviasi. Berikut rincian kategorisasi norma skala kecenderungan perilaku narsistik yang dapat dilihat pada tabel 14.

Tabel 14. Kategorisasi Norma Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik

Norma	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$55,2 < X$	Sangat Tinggi	5	4,6%
$46,7 < X \leq 55,2$	Tinggi	35	32,1%
$38,3 < X \leq 46,7$	Sedang	53	48,6%
$29,8 < X \leq 38,3$	Rendah	15	13,8%
$X \leq 29,8$	Sangat Rendah	1	0,9%
Jumlah		109	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas, dari 109 subjek menunjukkan bahwa terdapat lima subjek dengan presentase 4,6% termasuk dalam kategori sangat tinggi, 35 subjek dengan presentase 32,1% dalam kategori tinggi, 53 subjek dengan presentase 48,6% dengan kategori sedang, dan 15 subjek dengan presentase 13,8% dalam kategori rendah, serta satu subjek dengan presentase 0,9% termasuk dalam kategori sangat rendah. Skor mean empirik (rata-rata sebenarnya) diperoleh skor subjek sebesar 44,75. Hasil ini membuktikan bahwa sebagian besar subjek memiliki kecenderungan perilaku

narsistik dalam kategori sedang. Berikut ini gambar rentang skor skala kecenderungan perilaku narsistik:



Gambar 1. Rentang Skor Skala Kecenderungan Perilaku Narsistik

2. Deskripsi Data Skala Kontrol Diri

Skala Kontrol Diri memiliki 20 aitem pernyataan, dengan masing-masing skor yang berkisar 1 hingga 4. Skor terkecil yang diperoleh adalah 20 (yaitu 20×1) dan skor terbesar adalah 80 (yaitu 20×4). Rentang skor skala secara keseluruhan adalah 60 (yaitu $80 - 20$), dengan skor standar deviasi yang didapat dengan membagi 6 dari selisih antara skor terbesar dan terkecil (yaitu $80 - 20 : 6$) sehingga menunjukkan hasil angka 10 dan mean hipotetik yang diperoleh sebesar 50 (yaitu $80 + 20 : 2$). Berikut deskripsi skor skala kontrol diri yang dapat dilihat pada tabel 15.

Tabel 15. Deskripsi Skor Kontrol Diri

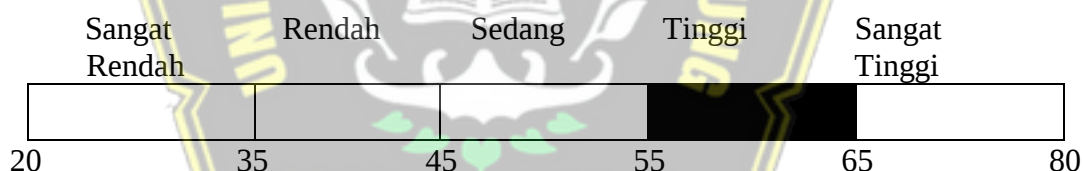
	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	47	20
Skor Maksimum	75	80
Mean (M)	59,59	50
Stadar Deviasi	6,074	10

Hasil perhitungan pada variabel kontrol diri berdasarkan skor empirik (sebenarnya) diperoleh skor minimal sebesar 47, skor maksimal sebesar 75, skor mean empirik sebesar 59,59 dan sebesar 6,074 untuk standar deviasi. Berikut rincian kategorisasi norma skala kontrol diri yang dapat dilihat pada tabel 16.

Tabel 16. Kategorisasi Norma Skala Kontrol Diri

Norma	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$65 < X$	Sangat Tinggi	21	19,3%
$55 < X \leq 65$	Tinggi	60	55%
$45 < X \leq 55$	Sedang	28	25,7%
$35 < X \leq 45$	Rendah	0	0
$X \leq 35$	Sangat Rendah	0	0
Jumlah		109	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas, dari 109 subjek menunjukkan bahwa terdapat 21 subjek dengan presentase 19,3% termasuk dalam kategori sangat tinggi, 60 subjek dengan presentase 55% dalam kategori tinggi, 28 subjek dengan presentase 25,7% dengan kategori sedang, dan tidak ada subjek atau responden yang mempunyai kontrol diri rendah, atau bahkan sangat rendah. Skor mean empirik (rata-rata sebenarnya) diperoleh skor subjek sebesar 59,59. Hasil ini membuktikan bahwa mayoritas subjek memiliki kontrol diri yang tinggi. Berikut ini gambar rentang skor skala kontrol diri:



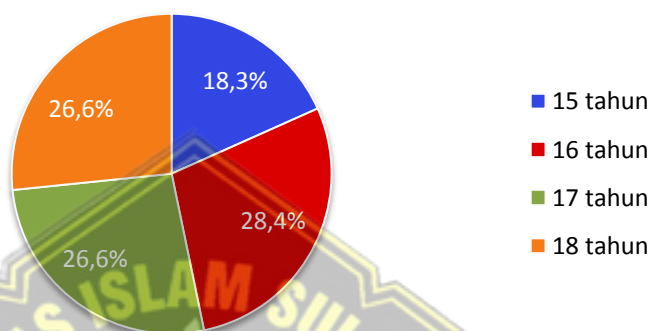
Gambar 2. Rentang Skor Skala Kontrol Diri

3. Deskripsi Data Demografi

Dari hasil pengumpulan data di lapangan dengan skala pengukuran yang disebar melalui *google form* menghasilkan 109 responden. Deskripsi data demografi dalam penelitian ini disajikan untuk memberikan gambaran mengenai karakteristik demografi sampel penelitian. Kategori responden dikelompokkan berdasarkan usia, jenis kelamin, aplikasi media sosial yang digunakan, dan fitur yang dipakai responden dalam penggunaan aplikasi *Instagram*.

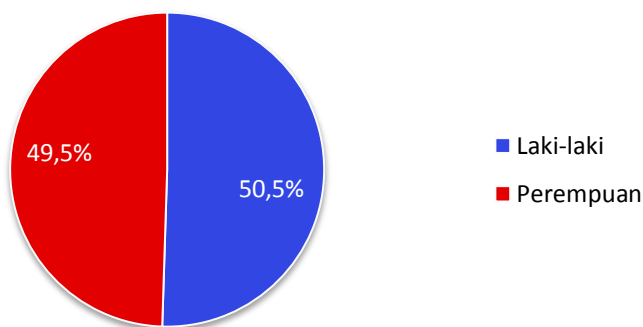
Sebanyak 31 orang (28,4%) responden berusia 16 tahun, menjadikannya kelompok usia terbanyak dalam penelitian ini. Selanjutnya, terdapat dua kelompok usia yang memiliki jumlah yang sama, yaitu usia 17 tahun dan 18

tahun dengan masing-masing sebanyak 29 orang (26,6%). Sementara itu, responden berusia 15 tahun merupakan kelompok usia dengan jumlah terkecil, yaitu 20 orang (18,3%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini berusia 16 hingga 18 tahun. Rincian perbandingan usia responden dapat dilihat pada gambar 3.



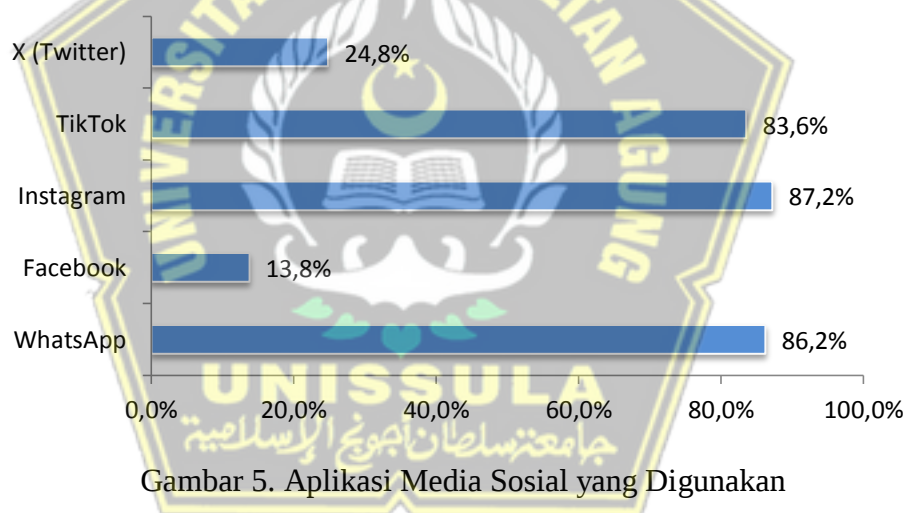
Gambar 3. Perbandingan Usia Responden

Responden penelitian ini didominasi oleh laki-laki dengan persentase sedikit lebih tinggi (50,5% atau 55 orang), dibandingkan perempuan yang berjumlah 54 orang (49,5%). Hal ini berarti bahwa jumlah responden laki-laki dan perempuan hampir setara, dengan selisih yang sangat kecil, yaitu hanya 1 orang atau 1%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perbandingan jenis kelamin responden dalam penelitian ini sangat seimbang. Rincian perbandingan jenis kelamin responden dapat dilihat melalui gambar 4.



Gambar 4. Perbandingan Jenis Kelamin Responden

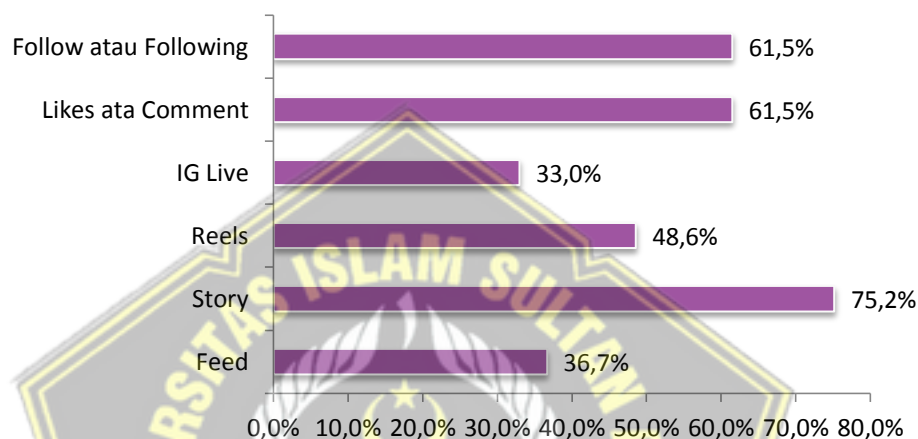
Pada penelitian ini, sebagian besar responden adalah pengguna aktif *Instagram*, dengan persentase mencapai 87,2% atau 95 orang dari total keseluruhan responden. Responden yang menggunakan aplikasi *WhatsApp* pun cukup banyak berkontribusi dalam penelitian ini, yaitu sebesar 86,2% responden (94 orang). Diikuti responden yang menggunakan aplikasi *TikTok* sebesar 83,6% responden (91 orang). Sementara, aplikasi media sosial lainnya seperti *X (Twitter)* digunakan oleh 24,8% responden (27 orang), dan aplikasi *Facebook* oleh 13,8% responden (15 orang). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini aktif menggunakan aplikasi *Instagram*, *WhatsApp*, dan *TikTok*. Rincian aplikasi media sosial yang digunakan responden dapat dilihat pada gambar 5.



Gambar 5. Aplikasi Media Sosial yang Digunakan

Data demografi hasil penelitian dari total 109 sampel responden, dapat diketahui bahwa mayoritas memakai fitur ketika menggunakan aplikasi *Instagram*. Sebanyak 75,2% (82 orang) dari responden mengaku bahwa fitur *story* paling sering dipakai ketika menggunakan aplikasi *Instagram*. Selain fitur *story*, sebanyak masing-masing 61,5% (67 orang) dari responden juga sangat sering memakai fitur *likes* atau *comment* dan *follow* atau *following*. *Reels* juga merupakan fitur yang cukup sering dipakai melalui aplikasi *Instagram*, yaitu digunakan oleh 48,6% responden (53 orang). Sementara itu,

pemakaian fitur *feed* dan *IG live* yang cukup berimbang di antara keduanya yaitu sebanyak 40 orang (36,7%) dan 36 orang (33,0%) dari total responden. Dengan demikian, ditarik kesimpulan bahwa sebagian besar responden pada penelitian ini dominan menggunakan fitur-fitur Instagram seperti, *story*, *reels*, *likes/comment* dan *follow/following*. Rincian fitur yang dipakai responden dalam penggunaan aplikasi *Instagram* dapat dilihat pada gambar 6.



Gambar 6. Fitur Yang Dipakai Responden Dalam Penggunaan Aplikasi *Instagram*

E. Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk membuktikan secara empiris hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik pada remaja pengguna aplikasi *Instagram* di SMA Kesatrian 2 Semarang. Hipotesis yang diajukan adalah diperoleh hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik pada remaja pengguna aplikasi *Instagram*. Hasil uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *Spearman's rho* atau korelasi sederhana non-parametrik dan memperoleh hasil koefisien korelasi (r) terhadap variabel kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik sebesar $r_{xy} = -0,059$ dengan taraf signifikansi $p = 0,543$ ($p > 0,05$). Dari hasil analisis diperoleh nilai signifikan yang lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik pada remaja pengguna aplikasi *Instagram*.

Penelitian ini menemukan bahwa tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik pada remaja pengguna aplikasi *Instagram* di SMA Kesatrian 2 Semarang. Artinya, meskipun siswa memiliki kemampuan kontrol diri pada tingkat yang relatif tinggi, hal tersebut tidak serta-merta membuatnya terhindar dari perilaku narsistik. Remaja dengan kontrol diri yang baik tetap dapat menunjukkan kecenderungan narsistik, misalnya melalui kebiasaan mencari perhatian atau menampilkan citra diri tertentu di media sosial. Hal ini mengindikasikan bahwa kontrol diri bukanlah faktor utama yang menentukan munculnya narsistik, melainkan ada variabel lain yang lebih dominan berperan. Misalnya dapat berupa faktor-faktor lainnya seperti harga diri, citra diri, kesepian, penerimaan diri, tipe kepribadian, atau bahkan FOMO (Lestari & Wulanyani, 2024).

Jika dilihat dari sisi perkembangan remaja, hasil ini cukup dapat dipahami. Masa remaja merupakan periode pencarian identitas, di mana pengakuan dan penerimaan sosial menjadi kebutuhan yang kuat (Putro, 2017). Aplikasi *Instagram* menyediakan ruang kebebasan yang sangat luas untuk mengekspresikan diri sekaligus memperoleh validasi dari orang lain melalui fitur-fiturnya seperti *likes*, komentar, maupun *follow/following* (Purnamasari & Agustin, 2018). Oleh karena itu, perilaku narsistik pada remaja lebih banyak muncul sebagai respons terhadap kebutuhan sosial dan psikologis tersebut, bukan karena rendahnya kontrol diri (Sakinah dkk., 2019).

Temuan penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Delisi dkk., (2021) yang menegaskan bahwa kontrol diri dan narsistik merupakan dua konsep yang berbeda dan tidak saling berhubungan secara signifikan. Artinya, individu yang memiliki kecenderungan narsistik bukan berarti individu tersebut tidak secara otomatis mengindikasikan rendahnya kemampuan kontrol diri, dan sebaliknya, individu tanpa kecenderungan narsistik bukan berarti memiliki kemampuan kontrol diri yang tinggi. Dalam hal ini, kecenderungan narsistik muncul sebagai sifat yang berdiri sendiri dan terpisah dari konsep kemampuan kontrol diri pada individu.

Delisi dkk., (2021) menjelaskan bahwa perilaku narsistik lebih banyak dipengaruhi oleh faktor kepribadian lain seperti harga diri, kebutuhan validasi sosial, dan sifat-sifat dalam *Dark Triad* lainnya seperti *machiavellianisme* dan psikopati. Selain itu, faktor lingkungan seperti pola asuh dan pengaruh sosial juga dapat memperkuat munculnya perilaku narsistik. Bahkan, ketika ditemukan adanya tumpang tindih antara kontrol diri dan narsistik, hal tersebut lebih sering terkait dengan keterbatasan alat ukur yang digunakan daripada karena adanya hubungan konseptual yang nyata antara kedua variabel tersebut. Dengan demikian, kontrol diri bukan merupakan faktor tunggal yang memengaruhi tingkat kecenderungan perilaku narsistik pada individu.

Hasil yang didapat dalam penelitian ini juga selaras dengan temuan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Octavia & Widyastuti (2025), yang juga membahas hubungan antara kontrol diri dan kecenderungan narsistik pada mahasiswa pengguna *Instagram*. Dalam penelitian tersebut, hipotesis tidak diterima karena tidak menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kontrol diri dan kecenderungan narsistik pada kelompok subjek yang diteliti. Penelitian tersebut memiliki nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,191 dan (p) sebesar 0,137. Penelitian Octavia & Widyastuti (2025) terhadap mahasiswa pengguna *Instagram* menunjukkan bahwa kontrol diri hanya berkontribusi sekitar 2,1% terhadap perilaku narsistik, sementara sisanya sebesar 97,9% dipengaruhi oleh faktor lain.

Pada penelitian lainnya yang telah dilakukan oleh Utami (2018) juga memperlihatkan hasil serupa bahwa tidak ditemukan hubungan antara variabel kontrol diri dengan kecenderungan narsistik pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI) UIN Raden Intan Lampung yang dibuktikan dari hasil nilai signifikansi yang diperoleh yaitu sebesar $p = 0,339$.

Konsistensi temuan dari berbagai penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri bukanlah faktor utama dalam memengaruhi perilaku narsistik. Menurut Octavia & Widyastuti (2025), perilaku narsistik dapat lebih banyak dijelaskan melalui faktor biologis seperti sifat bawaan dari orang tua, faktor psikologis seperti perasaan kesepian atau depresi, maupun faktor sosial yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa

perilaku narsistik pada remaja pengguna aplikasi *Instagram* merupakan hasil dari interaksi berbagai faktor psikologis, sosial, dan lingkungan, bukan sekadar akibat dari rendahnya kontrol diri.

Tingkat kecenderungan perilaku narsistik dari hasil penelitian ini berada pada kategori sedang serta menunjukkan nilai rata-rata empirik sebesar 44,75 dan rata-rata hipotetik sebesar 42,5, sehingga dapat diketahui bahwasanya siswa SMA Kesatrian 2 Semarang menunjukkan kecenderungan perilaku narsistik yang tidak terlalu dalam seperti perilaku ingin mendapat banyak perhatian dan ketertarikan dari orang lain namun tanpa merasa harus menunjukkan adanya perbedaan dibandingkan dengan orang di lingkungan sekitar siswa.

Secara psikologis, pada dasarnya remaja atau individu membutuhkan perhatian dan kasih sayang. Kebutuhan inilah yang membuat perilaku narsistik mudah berkembang di media sosial, baik disadari ataupun tidak. Dengan memposting foto, video, atau status, remaja dapat membuat remaja lain terdorong untuk melakukan hal yang serupa. Namun, penting untuk diingat bahwa individu tidak dapat langsung disebut memiliki kecenderungan narsistik hanya dari perilakunya di media sosial. Untuk memastikan hal tersebut, diperlukan pemeriksaan lebih dalam seperti tes khusus dan analisis riwayat hidup oleh para ahli (Sakinah dkk., 2019).

Sementara, tingkat kontrol diri dari hasil penelitian ini berada pada kategori tinggi serta menunjukkan nilai rata-rata empirik sebesar 59,59 dan rata-rata hipotetik sebesar 50, sehingga dapat diketahui bahwasanya mayoritas siswa SMA Kesatrian 2 Semarang memiliki kemampuan memahami konsekuensi yang akan terjadi dari setiap keputusan yang dibuat serta mampu bertindak untuk menahan diri untuk menghindari tindakan yang berpotensi merugikan diri sendiri atau orang lain.

Kondisi ini sejalan dengan penjelasan Meralda & Soetjiningsih (2023) bahwa remaja dengan kontrol diri yang baik juga mampu mengelola perilakunya saat memanfaatkan media sosial. Remaja cenderung lebih berhati-hati dalam mengunggah status atau foto, dapat menahan dorongan yang mungkin menimbulkan tekanan, serta mampu mempertimbangkan berbagai alternatif

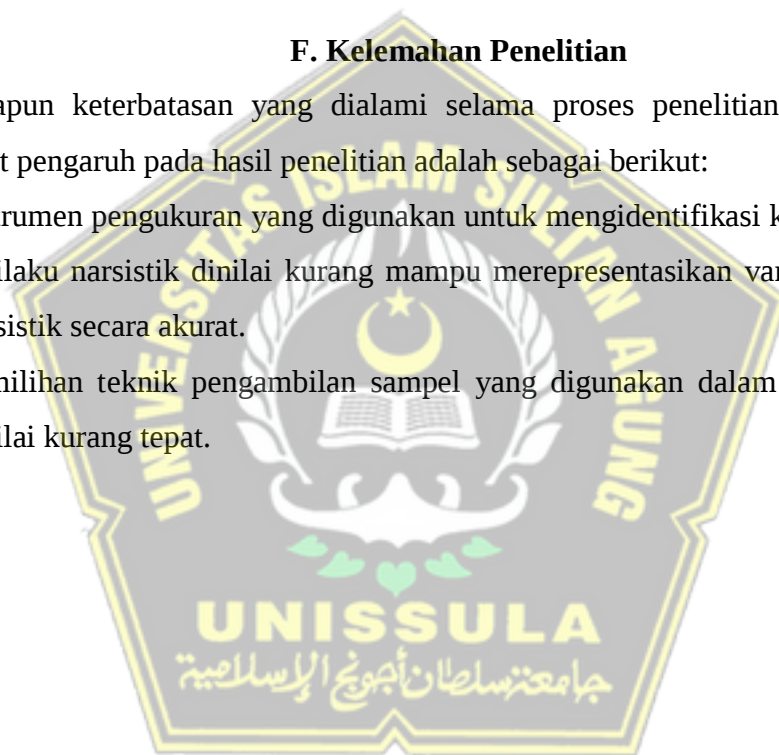
pilihan sebelum bertindak. Dengan kata lain, kontrol diri yang tinggi bukan hanya terlihat pada pengambilan keputusan sehari-hari, tetapi juga tercermin dalam cara remaja mengatur aktivitasnya di media sosial.

Berlandaskan pembahasan analisis yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa siswa SMA Kesatrian 2 Semarang menunjukkan tingkat kecenderungan perilaku narsistik pada kategori sedang dan kontrol diri pada kategori tinggi. Meskipun demikian, hasil penelitian ini tidak menemukan adanya hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik.

F. Kelemahan Penelitian

Adapun keterbatasan yang dialami selama proses penelitian ini sehingga terdapat pengaruh pada hasil penelitian adalah sebagai berikut:

1. Instrumen pengukuran yang digunakan untuk mengidentifikasi kecenderungan perilaku narsistik dinilai kurang mampu merepresentasikan variabel perilaku narsistik secara akurat.
2. Pemilihan teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini dinilai kurang tepat.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat ditarik dari hasil dalam penelitian ini berdasarkan analisis data yang telah dilakukan serta pemaparan pembahasan di atas, yaitu bahwa tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik pada remaja pengguna aplikasi *Instagram* di SMA Kesatrian 2 Semarang. Oleh karena itu, hipotesis pada penelitian ini ditolak.

B. Saran

Adapun saran yang dapat peneliti berikan berdasarkan dari hasil penelitian ini, yaitu:

1. Bagi Subjek Penelitian

Siswa yang menjadi subjek penelitian ini selaku pengguna aplikasi *Instagram* diharapkan mampu menjaga dan mengembangkan kemampuan mengendalikan diri yang dimilikinya, serta dapat menahan diri untuk tidak merugikan diri maupun orang sekitar dan memahami konsekuensi atas setiap keputusan, siswa disarankan agar dapat mengikutsertakan diri dalam kegiatan yang berkaitan dengan upaya meningkatkan kontrol diri, seperti mengikuti kelas manajemen diri dan mengikuti beberapa kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang tertarik atau berminat melakukan penelitian dengan tema penelitian kontrol diri dan kecenderungan perilaku narsistik, disarankan untuk meneliti lebih luas terkait variabel yang diteliti, dengan cara mengikutsertakan atau memilih aspek ataupun faktor lain yang mampu memengaruhi kecenderungan perilaku narsistik atau kontrol diri secara spesifik. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat memperluas subjek penelitian seperti memilih instansi manapun sehingga dapat menjadi

tempat penelitian baru serta dapat menentukan karakteristik subjek yang berbeda atau lebih bervariasi.



DAFTAR PUSTAKA

- Afwin, A. M., Sufiyana, A. Z., & Hakim, D. M. (2023). Pengelolaan Self Control Dalam Meningkatkan Religiusitas Siswa Di Sekolah Menengah Atas Islam Al-Ma'arif Singosari. *Vicratina: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(4), 217–227.
- Aqilah, T. M. (2021). *Hubungan Kesepian Dengan Kecenderungan Perilaku Narsisme Siswa Pengguna Instagram Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Madrasah Aliyah Negeri Kota Batu*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. (2019). Citra Tubuh pada Remaja Pengguna Instagram. *Gajah Mada Journal Of Psychology*, 5(2), 114–128. <https://doi.org/10.22146/gamajop.50624>
- Arlena, W. M. (2021). Media sosial instagram sebagai jaringan komunikasi sociopreneur. *Jurnal Pustakawan Indonesia*, 20(2), 84–97. <https://doi.org/10.29244/jpi.20.2.84-97>
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi* (Edisi Kedu). Pustaka Belajar Yogyakarta.
- Azzahra, A. A., Shamhah, H., Kowara, N. P., & Santoso, M. B. (2021). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(3), 461–472. <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i3.37832>
- Back, M. D., K fner, A. C. P., Dufner, M., Gerlach, T. M., Rauthmann, J. F., & Denissen, J. J. A. (2013). Narcissistic Admiration and Rivalry: Disentangling the Bright and Dark Sides of Narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 105(6), 1013–1037. <https://doi.org/10.1037/a0034431>
- Bawental, N. R., Korompis, G. E. C., & Maramis, F. R. R. (2019). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Kesehatan Reproduksi Pada Peserta Didik Di SMA Negeri 3 Manado. *Kesmas*, 8(7), 344–351.
- Borba, M. (2008). *The Big Book of Parenting Solutions: 101 Answers to Your Everyday Challenges and Biggest Worries*.
- Brummelman, E., Thomaes, S., Nelemans, S. A., De Castro, B. O., Overbeek, G., & Bushman, B. J. (2015). Origins of narcissism in children. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 112(12), 3659–3662. <https://doi.org/10.1073/pnas.1420870112>
- Chaq, M. C., Suharnan, & Rini, A. P. (2018). Religiusitas, Kontrol Diri dan Agresivitas Verbal Remaja. *Fenomena: Jurnal Psikologi*, 27(2), 20–30. <https://doi.org/10.30996/fn.v27i2.1979>

- Delisi, M., Pechorro, P., Maroco, J., & Simoes, M. (2021). Overlapping measures or constructs? An empirical study of the overlap between self-control, psychopathy, Machiavellianism and narcissism. *Forensic Science International : Synergy*, 3. <https://doi.org/10.1016/j.fsisyn.2021.100141>
- Dewi, C. G., & Ibrahim, Y. (2019). Hubungan Self-Esteem (Harga Diri) dengan Perilaku Narsisme Pengguna Media Sosial Instagram pada Siswa SMA. *Jurnal Neo Konseling*, 1(2), 1–7. <https://doi.org/10.24036/0099kons2019>
- Duckworth, A. L., Gendler, T. S., & Gross, J. J. (2016). Situational Strategies for Self-Control. *Perspectives on Psychological Science*, 11(1), 35–55. <https://doi.org/10.1177/1745691615623247>
- Fauziah, R. N. (2020). Intensitas Mengunggah Konten Media Sosial Instagram dengan Perilaku Narsistik pada Remaja Awal. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 562–571. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i4.5562>
- Fristian, A. Y., Astuti, R. D., & Ahyani, L. N. (2022). Dating Violence Ditinjau dari Kontrol Diri dan Insecure Attachment Pada Remaja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 412–422. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Habibah, T. R., Eryanti, N., & Maghfiroh. (2023). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Perilaku Narsistik pada Siswi di Smk Negeri 7 Medan. *Jouska: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(1), 24–29. <https://doi.org/10.31289/jsa.v2i1.1704>
- Husni, M. (2019). Selfie Gangguan Kepribadian Narsistik. *Jurnal Tinta*, 1(1), 105–116.
- Indra, R. (2017). *Survei: Instagram Media Sosial Paling Narsis*. CNN Indonesia. <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20170406084102-277-205330/survei-instagram-media-sosial-paling-narsis>
- Islamia, I., Purnama, M. P., & Lampung, R. I. (2022). Kontrol Diri Dan Perilaku Konsumtif Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(1), 95–103.
- Jannah, M. (2016). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangan Dalam Islam. *Jurnal Psikoislamedia*, 1(1), 243–256.
- Kothari, C. R. (2004). *Research Methodology Methods and Techinques* (Second Rev). New Age International (P) Ltd, New Delhi.
- Kurnia, S., Sitasari, N. W., Psikologi, F., & Unggul, U. E. (2020). Kontrol Diri Dan Perilaku Phubbing Pada Remaja Di Jakarta. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, 18(1), 58–67.
- Kusuma, A. B., Setyanto, A. T., & Khasan, M. (2019). Kontrol Diri Dan Kecenderungan Narsistik Pada Pengguna Media Sosial Instagram. *Intuisi*

Jurnal Psikologi Ilmiah, 11(1), 31–36.
<https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUI SI>

- Laeli, A. N., Sartika, E., Rahman, F. N., & Fatchurrahmi, R. (2018). Hubungan Kontrol Diri dan Harga Diri Terhadap Kecendrungan Narsistik pada Mahasiswa Semester Awal Pengguna Instagram. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 23(1), 27–40. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol23.iss1.art3>
- Lestari, N. K. A. I., & Wulanyani, N. M. S. (2024). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Narsistik Pada Remaja Di Media Sosial : Literatur Review. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 12178–12196.
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri : Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69.
- Martiani, H. T., Hadiwinarto, H., & Herawati, A. A. (2021). Hubungan Intensitas Penggunaan Instagram Dengan Perilaku Narsisme Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu Serta Implikasinya Pada Layanan Bimbingan Dan Konseling. *Triadik*, 19(2), 10–17. <https://doi.org/10.33369/triadik.v19i2.16455>
- Maulani, A. A., Arifiana, I. Y., & Efendy, M. (2024). Kontrol Diri dan Kecenderungan Narsistik pada Pengguna Media Sosial Instagram. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(04), 225–232. <https://doi.org/10.30996/jiwa.v2i04.12602>
- Meralda, M. T. O., & Soetjningsih, C. H. (2023). Kontrol Diri dan Kepribadian Narsistik Pengguna Media Sosial Instagram Pada Generasi Milenial. *Guidena: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 13(4), 1018–1027.
- Millon, T. (2011). *Disorder of Personality: Introducing a DSM/ICD Spectrum From Normal to Abnormal* (Third Edit).
- Muhammad, D. (2019). Perkembangan Dan Transformasi Teknologi Digital. *Infokam*, 15(2), 116–123.
- Nurhaini, D. (2018). Pengaruh Konsep Diri dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Terhadap Gadget. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 92–100.
- Octavia, A., & Widyastuti. (2025). The Relationship Between Self-Control And Narcissistic Tendencies In Students Using Instagram Social Media. *Proceeding International Symposium on Global Education, Psychology, and Cultural Synergy*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.30651/psychoseries.v1i1.25263>

- Palupi, A. G. R., & Noorizki, R. D. (2023). Analisis Remaja yang Memiliki Perilaku Narsistik. *Flourishing Journal*, 3(7), 293–303. <https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v3i72023p293-303>
- Pandey, P., & Pandey, M. M. (2015). Research Methodology: Tools And Techniques. In *Implementing Takaful in India*. Bridge Center Romania. https://doi.org/10.1007/978-981-16-6281-2_5
- Panggabean, A. D. (2024). *Ini Data Statistik Penggunaan Media Sosial Masyarakat Indonesia Tahun 2024*. Radio Republik Indonesia. <https://www.rri.co.id/ipitek/721570/ini-data-statistik-penggunaan-media-sosial-masyarakat-indonesia-tahun-2024>
- Purnamasari, A., & Agustin, V. (2018). Hubungan Citra Diri Dengan Perilaku Narsisme Pada Remaja Putri Pengguna Instagram Di Kota Prambulih. *Jurnal Psibernetika*, 11(2), 115–132.
- Putrawangsa, S., & Hasanah, U. (2018). Integrasi Teknologi Digital Dalam Pembelajaran Di Era Industri 4.0. *Jurnal Tatsqif*, 16(1), 42–54. <https://doi.org/10.20414/jtq.v16i1.203>
- Putro, K. Z. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25–32.
- Raskin, R., & Terry, H. (1988). A Principal-Components Analysis of the Narcissistic Personality Inventory and Further Evidence of Its Construct Validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(5), 890–902.
- Rischita, R. (2021). *Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Narsistik Di Aplikasi Tik Tok Pada Siswa SMAN 1 Ngoro Mojokerto*. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Rosalinda, R., & Satwika, Y. W. (2019). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresi Verbal Pada Siswa Kelas X SMK “X” Gresik. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 06(02), 1–8. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/21448>
- Saidah, & Rohmah, A. (2021). Narsisme dan Implikasinya Terhadap Gangguan Kepribadian Narsistik Perspektif Al Qur ’ an. *Jurnal Studi Al-Qur’an Dan Tafsir*, 5(2), 251–266.
- Sakinah, U., Zatrachadi, M. F., & Darmawati, D. (2019). Fenomena Narsistik di Media Sosial Sebagai Bentuk Pengakuan Diri. *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(1), 41–49.
- Sari, R. A. (2019). Pengaruh Gaya Hidup Brand Minded dan Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Dewasa Awal. *Psikoborneo*, 7(1), 37–46.
- Sentana, M. A., & Kumala, I. D. (2017). Agresivitas dan Kontrol Diri pada

- Remaja di Banda Aceh. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 51–55.
- Setiasih, S., & Puspitasari, F. I. (2015). Kebutuhan remaja untuk mengirim foto atau video di Instagram. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 2(2), 461–472. <https://doi.org/10.24854/jpu38>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Suhartanti, L. (2016). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Narcissistic Personality Disorder Pada Pengguna Instagram Di SMA N 1 Seyegan. *E-Journal Bimbingan Dan Konseling*, 8(5), 184–195.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality*, 2(April 2004), 54.
- Tenriawaru, A., Wicaksono, B., & Saniatuzzulfa, R. (2019). *Hubungan Antara Kecenderungan Kepribadian Narsistik Dan Financial Literacy Dengan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa*. 1–13.
- Utami, R. W. (2018). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Kematangan Emosi Dengan Kecenderungan Narsistik Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Islam (FEBI) UIN Raden Intan Lampung*. Skripsi tidak diterbitkan, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Univeristas Islam Negeri Raden Intan, Lampung.
- Vaknin, S. (2005). Malignant Self Love. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Wahyuni, F. R., Widyastuti, & Nurdin, M. N. H. (2022). Hubungan antara Harga Diri dan Kecenderungan Perilaku Narsistik Pengguna Instagram pada Dewasa Awal. *Peshum : Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 1(6), 639–653. <https://doi.org/10.56799/peshum.v1i6.968>
- Wallston, K. A., Wallston, B. S., Smith, S., & Dobbins, C. J. (1987). Perceived control and health. *Current Psychology*, 6(1), 5–25. <https://doi.org/10.1007/BF02686633>
- Widiartanto, Y. H., & Yusuf, O. (2017). *Instagram Dinilai Buruk untuk Kesehatan Jiwa Remaja*. Kompas.Com. <https://tekno.kompas.com/read/2017/05/21/09345137/instagram.dinilai.buruk.untuk.kesehatan.jiwa.remaja> 27 Februari 2018
- Yonatan, A. Z. (2023). *Pengguna Instagram Berdasarkan Rentang Usia 2023*. GoodStats. <https://data.goodstats.id/statistic/pengguna-instagram-berdasarkan-rentang-usia-2023-Medzz>
- Zubaedi. (2011). *Desain Pendidikan Karakter: Konsepsi dan Aplikasinya dalam*

Lembaga Pendidikan (Edisi Pert). Kencana.

