



KONTROL DIRI DAN KECENDERUNGAN NARSISTIK PADA PENGGUNA MEDIA SOSIAL *INSTAGRAM*

Annisa Bella Kusuma^{1✉}, Arif Tri Setyanto², Mohammad Khasan³

Fakultas Psikologi, Universitas Setia Budi

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima
20 Januari 2019
Disetujui
25 Februari 2019
Dipublikasikan
30 Maret 2019

Keywords:

*Self-Control,
Narcissistic
Predisposition*

Abstrak

Perkembangan media sosial yang pesat mampu mempengaruhi perkembangan remaja, salah satunya adalah *Instagram* yang menempati urutan teratas sebagai *platform* media sosial paling banyak menunjukkan sisi narsistik. Salah satu yang mempengaruhi kecenderungan narsistik adalah kontrol diri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial *Instagram* di SMA Negeri 7 Surakarta. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, pengambilan sampel dengan teknik *cluster random sampling*. Subjek dari penelitian ini merupakan siswa-siswi IPS kelas XII dengan jumlah 62 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala kontrol diri dan *Narcissistic Personality Inventory*. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecenderungan narsistik. Metode yang digunakan untuk analisis data adalah korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson dengan bantuan *SPSS 21.0 for windows*. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0,358$ dengan $p = 0,04$ ($p < 0,05$). Hipotesis dalam penelitian ini diterima dengan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan narsistik.

Abstract

The rapid development of social media can influence youth development, one of which is Instagram, which occupies the top position as a social media platform, which shows a lot of narcissism side. One factor contributing to narcissistic predisposition is self-control. The objective of research was to find out the relationship between self-control and narcissistic predisposition in Instagram social media users in SMA Negeri 7 Surakarta. This research employed a quantitative method with cluster random sampling being the sampling technique. The subject of research was the 12th Social Science graders, consisting of 62 students. The measuring instrument used in this research is: self-control and Narcissistic Personality Inventory. Hypothesis proposed was that there is a negative relationship between self-control and narcissistic predisposition. The method of analyzing data employed was Karl Pearson's Product Moment correlation with SPSS 21.0 for windows help. The result of analysis showed coefficient of correlation $r_{xy} = -0.358$ with $p = 0.04$ ($p < 0.05$). Hypothesis proposed in this research was supported by the existence of a negative significant relationship between self-control and narcissistic predisposition.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi sudah sedemikian cepat sehingga tanpa disadari telah mempengaruhi setiap aspek kehidupan manusia. Kini media sosial banyak digunakan oleh kalangan remaja, tidak hanya untuk mencari informasi, belajar atau menambah pengetahuan, tetapi juga mampu mempengaruhi pembentukan kepribadian, perilaku, serta pembentukan identitas bagi remaja (Felita dkk, 2016). Proses pembentukan identitas remaja sangat dipengaruhi oleh keluarga serta lingkungan, termasuk teman sebaya (Santrock, 2002). Keinginan remaja untuk berhubungan dengan teman sebaya membutuhkan berbagai sarana, salah satunya adalah media sosial.

Grant (dalam Sembiring, 2017) mengatakan bahwa media sosial banyak digunakan oleh kalangan remaja untuk penghubung kepribadian mereka agar dapat ditunjukkan pada orang lain mengenai identitas mereka, seperti siapa diri mereka, dengan siapa mereka memiliki pemikiran yang sama, serta apa saja yang mereka perdulikan. Hal ini membuktikan bahwa *Instagram* mampu menarik minat pengguna media sosial. *Instagram* sendiri merupakan aplikasi *photo sharing revolusioner* yang dapat diakses melalui *smartphone* (Atmoko, 2012).

Media sosial khususnya *Instagram* sangat digemari oleh remaja karena mampu memenuhi beberapa tugas perkembangan remaja seperti mencapai hubungan baru dengan teman sebaya baik pria maupun wanita (Havighurst, dalam Hurlock, 2011). Keunggulan dari media sosial *Instagram* adalah fitur *like* dan *followers* yang mampu menampilkan sisi narsistik dari pengguna media sosial (Indra, 2017). Puspitasari (2015) mengungkapkan bahwa remaja memiliki kebutuhan untuk memperhatikan dan diperhatikan oleh orang lain, dimana hal ini dapat dipenuhi melalui unggahan foto maupun

video di *Instagram*. Senada dengan Bergman (2011) dalam penelitiannya yang mengungkap bahwa individu memiliki kepercayaan bahwa individu lain di media sosial tertarik dengan kehidupannya, dan hal tersebut mendorong individu untuk mengunggah foto yang mengarah pada kecenderungan narsistik.

Istilah narsistik di era modern ini diketahui merupakan sebutan bagi orang-orang yang melakukan *selfie* di mana pun dan merasa dirinya eksis (Pramesti, 2017). Seiring dengan semakin populernya foto *selfie* di masyarakat, aplikasi untuk mempercantik diri secara digital pun semakin banyak bermunculan. Kini tiap orang bebas mempresentasikan diri mereka di sosial media dengan tampilan wajah dan tubuh yang jauh lebih menarik dari aslinya (Hestianingsih, 2015). Fenomena ini sesuai dengan *Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorder* atau DSM V (2013) yang menyebutkan beberapa diagnosis untuk individu narsistik, salah satunya adalah melebih-lebihkan apa yang dimiliki untuk mendapatkan pujian dari orang lain.

Olive (2015) berpendapat bahwa narsistik merupakan rasa cinta pada diri sendiri yang berlebihan atau dapat juga diartikan sebagai perhatian yang sangat berlebihan pada diri sendiri. Individu narsistik memanfaatkan hubungan interpersonal hanya untuk mendapatkan perhatian, mencapai popularitas, serta melakukan segala sesuatu yang menyenangkan untuk dirinya sendiri (Mehdizadeh, 2010). Menurut Raskin & Terry (1988), terdapat enam aspek yang mempengaruhi kecenderungan narsistik memiliki yaitu *Authority*, *Self Sufficiency*, *Superiority*, *Exhibitionist*, *Exploitativeness* dan *Vanity*. Dalam pembentukannya, Narsistik memiliki beberapa faktor seperti faktor psikologis, faktor biologis dan faktor sosiokultural. Salah satu faktor penting penyebab narsistik adalah faktor psikologis dimana individu narsistik memiliki kontrol diri yang rendah (Apsari, 2012). Kontrol diri

diperlukan individu dalam menentukan perilaku agar terhindar dari konsekuensi negatif. Hal ini juga diperlukan dalam penggunaan media sosial seperti *Instagram*.

Menurut Papalia (2004), kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menyesuaikan tingkah laku dengan apa yang dianggap diterima secara sosial oleh masyarakat. Menurut Averill (dalam Sarafino & Smith, 2011), terdapat tiga aspek dalam kontrol diri yaitu kemampuan mengontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kemampuan mengontrol keputusan (*decisional control*).

Berdasarkan latar belakang, penulis merumuskan permasalahan yaitu apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial *Instagram*. Penulisan ini memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial *Instagram*.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMA dengan variasi usia 15-18 tahun dan memiliki aplikasi *Instagram* serta menggunakan fitur *Instagram* (*upload foto, live instagram, instagram story*). Penelitian dilakukan di SMA Negeri 7 Surakarta dengan jumlah populasi 981 orang. Metode yang digunakan untuk pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling*

dan diperoleh sampel sebanyak 62 orang sesuai kriteria untuk dilakukan penelitian.

Pada penelitian ini, metode yang digunakan adalah metode kuantitatif. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *likert* untuk mengukur variabel kontrol diri. Skala kontrol diri terdiri dari 18 pernyataan dengan empat alternatif jawaban yang mengacu pada teori Averill yang meliputi 3 aspek yaitu kemampuan mengontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), serta kemampuan mengontrol keputusan (*decisional control*). Serta *Narcissistic Personality Inventory* untuk mengukur variabel kecenderungan narsistik yang berisi 40 pernyataan dengan berdasarkan pada teori Raskin dan Terry (1988).

Data yang diperoleh selanjutnya akan dianalisa dengan tehnik analisa korelasi *Product Moment Pearson* menggunakan bantuan *software*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil hipotesis dalam penelitian ini diperoleh hasil koefisien korelasi antara kontrol diri dan kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial *Instagram* sebesar $r_{xy} = -0,358$; $p = 0,04$ ($p < 0,05$). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima, artinya kontrol diri memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap kecenderungan narsistik.

Tabel 1. Deskripsi Kategorisasi Variabel Penelitian

| Variabel | Kategorisasi | Rentang Nilai | Frekuensi | % |
|--------------|---------------|----------------------|-----------|-----|
| Kontrol Diri | Sangat Tinggi | $58,5 \leq X$ | 5 | 8% |
| | Tinggi | $49,5 < X \leq 58,5$ | 26 | 42% |
| | Sedang | $40,5 < X \leq 49,5$ | 25 | 40% |
| | Rendah | $31,5 < X \leq 40,5$ | 5 | 8% |
| | Sangat Rendah | $X \leq 31,5$ | 1 | 2% |

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa subjek mayoritas memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi yaitu sebanyak 26 orang (42%). Hal ini berhubungan secara signifikan dengan kecenderungan narsistik dimana mayoritas subjek berada di kategori normal yaitu sebanyak 62 orang (100%). Apsari (2012) mengatakan bahwa selain tingkat aspirasi yang tidak realistis dan berkurangnya penerimaan diri, kontrol diri merupakan salah satu faktor psikologis yang mampu mempengaruhi tingkat kecenderungan narsistik.

Tabel 2 Kategorisasi Skoring Narcisistic Personality Inventory

| Kategori | Skor | Frekuensi | Presentase |
|--------------|-------|-----------|-------------|
| Normal | 0-30 | 62 | 100% |
| Tinggi | 31-40 | 0 | 0% |
| Total | | 62 | 100% |

Berdasarkan penelitian Anggreini & Mariyanti (2014) menambahkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku konsumtif pada mahasiswi Universitas Esa Unggul. Penelitian tersebut mengatakan bahwa mahasiswi yang memiliki kontrol diri yang kuat adalah mahasiswi yang dapat mengelola situasi, mengelola emosi dan bertindak rasional. Sedangkan mahasiswi dengan perilaku konsumtif tinggi akan membeli atau menggunakan produk berdasarkan persepsi orang lain atau dirinya sendiri dengan tujuan ingin berpenampilan menarik.

Hal ini dapat dikaitkan dengan variabel kecenderungan narsistik dalam penelitian ini, yaitu *exhibitionist* yang merupakan salah satu aspek dari kecenderungan narsistik dimana disebutkan bahwa individu akan lebih sering memperlihatkan penampilan fisik agar mendapat pengakuan dari orang lain mengenai identitas dirinya (Raskin&Terry,

1988). Maka kontrol diri sangatlah diperlukan agar individu mampu mengontrol perilaku, keputusan, serta emosinya sehingga terhindar dari konsekuensi negatif seperti kecenderungan narsistik.

Pada hasil pengkategorian skala, didapatkan hasil bahwa kontrol diri pada pengguna media sosial *Instagram* termasuk dalam kategori tinggi yang berarti subjek mampu dalam mengontrol perilaku, mengolah informasi maupun mengontrol keputusan. Sedangkan untuk variabel kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial *Instagram* termasuk dalam kategori normal yang berarti subjek dianggap tidak berlebihan dalam menjalin hubungan interpersonal, mampu berbaur tanpa mendominasi peran serta mampu menerima pandangan orang lain mengenai dirinya.

Tabel 3 Deskripsi Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | Jumlah | Persentase (%) |
|---------------|-----------|----------------|
| Laki-laki | 25 | 40 % |
| Perempuan | 37 | 60 % |
| Total | 62 | 100% |

Berdasarkan hasil data deskripsi penelitian di SMA Negeri 7 Surakarta, jumlah responden laki-laki yaitu 25 orang dengan presentase 40% dan untuk responden perempuan berjumlah 37 orang dengan presentase 60%. Menurut Shekarkhar & Gibson (2011), tinggi rendahnya kontrol diri seseorang tidak ditentukan oleh jenis kelamin. Hasil yang sama diungkapkan pada hasil penelitian Andaryani (2013), dimana tidak terdapat perbedaan tingkat *self-control* pada remaja laki-laki dan remaja perempuan yang kecanduan internet. Berdasarkan hasil data lapangan, deskripsi subjek penelitian yang mayoritas perempuan, maka sedikit banyak memberi pengaruh pada hasil variabel kontrol diri.

Tabel 4 Deskripsi Data Hasil Penelitian

| Statistik | Kontrol Diri | | Kecenderungan Narsistik | |
|-------------|--------------|---------|-------------------------|---------|
| | Hipotetik | Empirik | Hipotetik | Empirik |
| Xmax | 72 | 61 | 40 | 28 |
| Xmin | 18 | 30 | 0 | 6 |
| Mean | 45 | 49,02 | 20 | 16,23 |
| SD | 9 | 6,227 | 6,6 | 4,499 |

Berdasarkan tabel 4, perbandingan antara *mean* empirik dan *mean* hipotetik menjelaskan mengenai keadaan subjek pada variabel penelitian yaitu kontrol diri dan kecenderungan narsistik. *Mean* empirik pada kontrol diri adalah 49,02 lebih tinggi daripada *mean* hipotetiknya yaitu 45 yang artinya secara umum subjek pada penelitian ini memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi. Sedangkan *mean* empirik variabel kecenderungan narsistik adalah 16,23 lebih rendah dari *mean* hipotetiknya yaitu 20 artinya secara umum subjek pada penelitian ini memperoleh tingkat kecenderungan narsistik yang rendah.

Berdasarkan hasil kategorisasi penelitian, tingkat kontrol diri subjek di SMA Negeri 7 Surakarta berada pada kategori tinggi. Tingkat kontrol diri pada siswa-siswi SMA Negeri 7 Surakarta didukung dengan adanya berbagai ekstrakurikuler seperti karate, teater, tari, basket, PBB (Pelatihan Baris Berbaris), pramuka dan *dance*. Pendapat ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Saputra (2016) mengenai kompetensi sosial pada remaja yang mengikuti ekstrakurikuler paskibra dan tidak mengikuti paskibra. Hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa kontrol diri remaja yang mengikuti paskibra lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang tidak mengikuti ekstrakurikuler paskibra.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijabarkan, peneliti telah menjawab hipotesis penelitian mengenai hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial Instagram di SMA Negeri 7 Surakarta.

Dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel kontrol diri dan kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial *Instagram*. Dimana subjek yang memiliki kontrol diri yang tinggi maka kecenderungan narsistik yang akan rendah, dan sebaliknya.

Saran. bagi subjek penelitian yang merupakan pengguna media sosial *Instagram*, diharapkan dapat mempertahankan kemampuan diri untuk mengontrol perilaku maupun mengontrol keputusan terutama dalam menggunakan media sosial khususnya *Instagram* untuk mengantisipasi menurunnya kontrol diri. Bagi masyarakat diharapkan memiliki kontrol diri yang baik sehingga mampu mengontrol perilakunya dalam menggunakan media sosial khususnya *Instagram*. Serta diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar memperhatikan faktor lain yang dapat mempengaruhi kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial khususnya *Instagram* seperti faktor tipe kepribadian maupun harga diri. Dari hasil penelitian, diharapkan peneliti selanjutnya juga memperhatikan kelemahan penelitian ini, sehingga nantinya mampu memberikan hasil yang lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Andaryani, D. (2013). Perbedaan Tingkat Self Control pada Remaja Laki-laki dan Remaja Perempuan yang Kecanduan Internet. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan* 2(3), 206-214.
- Anggreini, R & Mariyanti, S. (2014). Hubungan Antara Kontrol Diri dan

- Perilaku Konsumtif Mahasiswi Universitas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 34-42.
- Apsari, F. (2012). Hubungan Antara Kecenderungan Narsisme dengan Minat Membeli Kosmetik Merek Asing pada Pria Metroseksual. *Jurnal Talenta Psikologi*, 1(2), 183-202.
- Atmoko, B.D. (2012). *Instagram Handbook*. Jakarta Selatan : Mediakita.
- Bergman, S.M., et al. (2011). Millennials, Narcissism, and Social Networking : What Narcissists Do On Social Networking Sites and Why. *Personality and Individual Differences*, 50(2011), 706-711.
- Felita, P., dkk. (2016). Pemakaian Media Sosial dan Self Concept Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA*, 5(1), 30-41.
- Hurlock, E.B. (2011). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Penerbit Erlangga
- Indra, R. (2017). Survei : Instagram Media Sosial Paling Narsis m.cnnindonesia.com. Diakses tanggal 26 Maret 2018. Retrieved from <http://m.cnnindonesia.com>.
- Mehdizadeh, S. (2010). Narcissism and Self-esteem on Facebook. *Cyberpsychology, behavior and Social Networking*, 13(4), 357-364.
- Olive. (2015). *Who Am I? Psychopedia* Version. Jakarta Selatan : Penerbit PT Lintas Kata.
- Papalia, D.E., Olds, S.W., & Feldman, R.D. (2004). *Human Development Ninth Edition*. USA: McGraw Hill.
- Puspitasari, F.I., Setiasih.(2015). Kebutuhan Remaja Untuk Mengirim Foto Atau Video di Instagram. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 2(2), 461-472.
- 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.
- Santrock, J.W. (2002). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup Edisi 5*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Saputra, E. (2016). *Kompetensi Sosial Pada Remaja yang Mengikuti Ekstrakurikuler Paskibra dan Tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Paskibra*. Skripsi. Malang : Universitas Muhammadiyah Malang.
- Sarafino, E. P., Smith, T.W. (2011). *Healthy Psychology : Biopsychological Interactions Seventh Editions*. Singapore : Jhon Wiley & Sons, Inc.
- Sembiring, K.D.R. (2017). Hubungan Antara Kesepian dan Kecenderungan Narsistik Pada Pengguna Jejaring Sosial Media Instagram. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 147-154.
- Shekarkhar, Z & Gibson, C.L.(2011). Gender, Self Control and Offending Behaviors Among Latino Youth. *Journal of Contemporary Criminal Justice*, 27(1), 63-80.