

## Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Imitasi Pengguna Media Sosial TikTok Siswa SMPN 1 Lembah Gumanti

Nindi Oktaviana<sup>1</sup>, Zadrian Ardi<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Negeri Padang

<sup>2</sup>Universitas Negeri Padang

\*Corresponding author, e-mail: [zadrian@fip.unp.ac.id](mailto:zadrian@fip.unp.ac.id)

### Abstract

Di zaman yang semakin canggih aplikasi TikTok merupakan salah satu alat komunikasi yang paling banyak digunakan untuk memenuhi kebutuhan interaksi sosialnya dan menjadikan sosial media sebagai layanan yang sering diakses dan melakukan peniruan atau imitasi pada konten *trend* dan viral yang ada di TikTok. Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku imitasi adalah kontrol diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan kontrol diri dengan perilaku imitasi pengguna media sosial TikTok siswa SMPN 1 Lembah Gumanti. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif deskriptif korelasional. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 499 siswa dengan sampel sebanyak 223 siswa yang dipilih dengan menggunakan teknik *purposive random sampling*. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan angket kontrol diri dan angket perilaku imitasi pengguna media sosial TikTok. Data diolah menggunakan teknik analisis persentase dan untuk menguji hubungan melalui program statistik SPSS *for windows*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata skor capaian kontrol diri siswa adalah 77,73 (47,10%) dan rata-rata skor capaian perilaku imitasi adalah 101,82 (61,70%) Dapat disimpulkan bahwa nilai hitung antara variabel kontrol diri dengan perilaku imitasi sebesar -0,265 dengan taraf signifikansi 0,000 pada tingkat hubungan yang lemah. Hubungan negatif signifikan artinya semakin tinggi kontrol diri semakin rendah perilaku imitasi begitupun sebaliknya.

**Keywords:** Kontrol Diri, Perilaku Imitasi, Media Sosial TikTok

**Article Info:**

### Introduction

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak ke masa dewasa, remaja mengalami perkembangan mencapai kematangan fisik, mental, sosial dan emosional (Mansur, 2009). Steinberg (2002) membagi masa remaja dalam tiga kategori yaitu remaja awal (11-14 tahun), remaja madya (15-18 tahun) dan remaja akhir (18-21 tahun). Remaja bukanlah masa berakhirnya pembentukan perilaku akan tetapi merupakan salah satu tahap utama dalam pembentukan perilaku seseorang.

Perilaku sebagai sesuatu yang dilakukan oleh individu satu dengan individu lain dan sesuatu itu bersifat nyata, perilaku memiliki dua arti pertama segala sesuatu yang dialami oleh seseorang, kedua segala sesuatu yang mencakup reaksi yang dapat diamati (Sarwono dalam Nasution, 2007). Walgito (Fhadila, 2017) menyatakan bahwa perilaku imitasi terjadi karena adanya tokoh idola yang dijadikan sebagai model untuk ditiru, perilaku meniru berdampak

\*Corresponding author, e-mail: [zadrian@fip.unp.ac.id](mailto:zadrian@fip.unp.ac.id)



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2023 by Author

---

pada jejaring sosial yang mendorong seseorang untuk terlihat untuk melakukan perilaku tertentu termasuk dalam jejaring sosial media.

Di zaman yang semakin canggih aplikasi TikTok merupakan salah satu alat komunikasi yang paling banyak digunakan untuk memenuhi kebutuhan interaksi sosialnya dan menjadikan sosial media sebagai layanan yang sering diakses (Perrin, 2015). Algoritma dari TikTok pula yang membuat aplikasi ini semakin populer, menyebar konten lebih cepat dari aplikasi lain yang dinamakan *For Your Page*.

Hasil survei dari statistika pada tahun 2020 menunjukkan bahwa aplikasi ini memiliki jumlah pengguna aktif sebanyak 22,2 juta pengguna (Kusuma, 2020). Penelitian Hakim dan Fatoni (2020) mengungkapkan bahwa peniruan atau perilaku imitasi pada remaja sesudah menyaksikan suatu tayangan pada media sosial akan mengarah pada perilaku imitasi yang sangat jauh sehingga hal tersebut dapat membentuk perubahan jati diri atau membuat identitas baru pada remaja tersebut. Sebab, masa remaja merupakan masa dengan penuh percobaan hingga meningkatkan kreatifitas yang menyebabkan remaja juga sangat mudah terpengaruh dengan *trend* yang ada (Dewi, 2021).

Bandura (1971) menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku imitasi adalah kontrol diri (*Self Control*). Individu yang memiliki akun sosial media harus mempunyai kontrol diri yang baik dalam menggunakannya dan mempunyai kemampuan yang baik untuk mengatur perilakunya sesuai dengan norma, aktivitas ini disebut kontrol diri (Vazsonyi, 2010). Thalib (2010) menyatakan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan diri untuk mengendalikan keinginan baik dari dalam maupun dari luar diri, agar bisa membuat keputusan yang baik dan bisa mengontrol diri dengan baik dalam artian bahwasanya kontrol diri adalah bagaimana individu bisa mengendalikan dirinya agar tidak terjadi hal yang tidak diinginkan. Chaplin (2006) juga mengatakan bahwa *self control* sebagai kemampuan untuk membimbing tingkah laku, kemampuan untuk menekan atau merintang tingkah laku impulsif atau kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku ke arah yang positif Individu yang memiliki akun sosial media harus mempunyai kontrol diri yang baik dalam menggunakannya dan mempunyai kemampuan yang baik untuk mengatur perilakunya sesuai dengan norma, aktivitas ini disebut kontrol diri (Vazsonyi, 2010).

Berdasarkan kenyataannya di SMPN 1 Lembah Gumanti siswa memiliki *handphone* dan sering mereka gunakan dalam berkomunikasi sehingga mereka dengan mudah mengakses situs apa saja yang mereka ingin ketahui salah satunya aplikasi TikTok. Banyak dampak yang terjadi pada pengaksesan media tersebut, sikap remaja yang memiliki sifat ingin tahu yang tinggi membuat mereka cenderung meniru gerakan yang ada di media sosial yang bahkan tidak sesuai dengan norma kesopanan, seperti menggunakan kata-kata yang tidak sopan ketika berinteraksi dengan temannya, memakai aksesoris yang tidak dibutuhkan seperti memakai cincin, gelang, kalung yang tidak diperbolehkan dibawa ke sekolah, berpenampilan tidak wajar layaknya anak sekolah dengan menggunakan *make up* dan lipstik bagi perempuan, meniru cara bergaul dan berinteraksi dengan lawan jenis yang berlebihan. Selanjutnya berdasarkan penelitian Rizki dan Eko hasil penelitiannya menjelaskan bahwa nilai korelasi atau hubungan kontrol diri dengan perilaku imitasi yaitu sebesar 0,832 dan besarnya persentase variabel kontrol diri terhadap perilaku imitasi yang disebut koefisien determinasi R Square (R<sup>2</sup>) sebesar 0,692 yang mengandung pengertian bahwa korelasi kontrol diri dengan perilaku imitasi adalah sebesar 69,2%. artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku imitasi.

## Method

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif deskriptif korelasional. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 499 siswa dengan sampel sebanyak 223 siswa yang dipilih dengan menggunakan teknik *purposive random sampling*. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan angket kontrol diri dan angket perilaku imitasi pengguna media sosial TikTok. Data diolah menggunakan teknik analisis persentase dan untuk menguji hubungan melalui program statistik SPSS *for windows*.

## Results and Discussion

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari pengolahan data digambarkan sub variabel kontrol diri sebagai berikut:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kontrol Diri**

Kategori	Interval	Interval	f	%
Sangat Tinggi	$\geq 137$	$\geq 137$	0	0,00%
Tinggi	111-136,4	111-136	1	0,45%
Sedang	85-110,4	85-110	82	36,77%
Rendah	59-84,4	59-84	116	50,02%
Sangat Rendah	$\leq 58$	$\leq 58$	24	10,76%
<b>Jumlah</b>			223	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat diungkapkan bahwa secara rata-rata kontrol diri tergolong pada kategori tinggi. Hal tersebut dapat dilihat dari deskripsi data yang mengungkapkan bahwa sebanyak 0 siswa (0,00%) berada pada kategori sangat tinggi, pada kategori tinggi terdapat 1 siswa dengan persentase (0,45%), selanjutnya pada kategori sedang terdapat 82 siswa dengan persentase (36,77%), kategori rendah sebanyak 116 siswa dengan persentase 50,02% dan kategori sangat rendah sebanyak 24 siswa dengan persentase (10,76%). Jadi dapat disimpulkan bahwa kontrol diri siswa dalam berperilaku imitasi terhadap aplikasi TikTok berada pada kategori rendah.

Selanjutnya berdasarkan hasil yang diperoleh dari pengolahan data variabel perilaku imitasi sebagai berikut:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perilaku Imitasi**

Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	$\geq 137$	1	0,45%
Tinggi	111 - 136	53	23,77%
Sedang	85 - 110	149	66,82%
Rendah	59 - 84	20	8,97%
Sangat Rendah	$\leq 58$	0	0,00%
		223	100,00%

Berdasarkan tabel diatas dapat diungkapkan bahwa terdapat sebanyak 1 siswa dengan persentase (0,45%) berada pada kategori sangat tinggi, pada kategori tinggi terdapat sebanyak 53 siswa dengan persentase (23,77%), selanjutnya pada kategori sedang terdapat 149 siswa dengan persentase (66,82%), kategori rendah sebanyak 20 siswa dengan persentase (8,97%) dan kategori sangat rendah sebanyak 0 siswa dengan persentase (0,00%). Jadi dapat disimpulkan bahwa perilaku imitasi berada pada kategori tinggi.

Selanjutnya untuk melihat hubungan kontrol diri dengan perilaku imitasi dapat dilihat dari tabel berikut ini:

**Tabel 3. Hasil Uji Korelasi**

		Correlations	
		X	Y
X	Pearson Correlation	1	-.265**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	223	223
Y	Pearson Correlation	-.265**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	223	223

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku imitasi pada siswa, dengan koefisien -0.265 dengan nilai signifikan Sig. sebesar 0,000 dengan tingkat hubungan lemah. Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku imitasi di SMPN 1 Lembah Gumanti.

### Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling

Menurut Prayitno & Amti (2004) bimbingan konseling merupakan pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok agar mandiri dan bisa berkembang secara optimal dalam bimbingan pribadi, sosial, belajar maupun karir melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan norma yang berlaku. Pelayanan bimbingan dan konseling merupakan salah satu komponen penting pendidikan, tujuannya adalah untuk membantu perkembangan potensi diri siswa seoptimal mungkin (Zarniati, Alizamar, & Zikra, 2014). Adapun implikasi layanan BK diantaranya sebagai berikut:

#### 1. Layanan informasi

Layanan informasi yaitu layanan yang menjadikan siswa atau pihak lain yang memberikan pengaruh besar terhadap siswa (terutama orang tua) memperoleh informasi mengenai siswa. Informasi yang diperoleh kemudian diolah dan digunakan oleh individu untuk kepentingan hidup dan perkembangannya (Prayitno dan Amti, 2004). Menurut Fitri, ifdil & Neviyarni (2016), layanan informasi dapat diberikan kepada siswa untuk meningkatkan kontrol diri siswa serta layanan informasi juga berguna agar siswa memperoleh dan memahami informasi sehingga dapat digunakan untuk bahan pertimbangan keputusan bagi siswa. Salah satu layanan bimbingan konseling yang

---

bertujuan memberikan pemahaman yaitu layanan informasi (Firman, Sugiarto & Neviyarni, 2021). Untuk menjalani kehidupan sehari-hari individu membutuhkan informasi yang akan berguna untuk perencanaan hidupnya untuk masa sekarang dan masa depan (Nitami, Daharnis & Yusri, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan ada sebagian siswa yang memiliki kontrol diri yang sedang, rendah dan sangat rendah untuk itu peran guru BK sangat diperlukan untuk memberikan layanan informasi dengan topik “strategi meningkatkan kontrol diri” yang membahas apa itu kontrol diri, ciri-ciri individu yang memiliki kontrol diri yang baik, pentingnya kontrol diri, dampak kontrol diri yang rendah dan tips untuk meningkatkan kontrol diri. Selanjutnya pada perilaku imitasi masih ditemukan sebagian siswa yang memiliki perilaku imitasi yang sedang dan tinggi, untuk itu peran guru BK sangat diperlukan untuk memberikan layanan informasi tentang perilaku meniru atau imitasi yang membahas apa itu perilaku imitasi, dampak perilaku imitasi yang berlebihan, dan tips menghindari dan mengurangi perilaku imitasi yang tidak baik.

## 2. Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok (Prayitno dan Amti, 2004). Berdasarkan hasil penelitian ditemukan ada sebagian siswa yang memiliki kontrol yang sedang untuk itu peran guru BK sangat diperlukan untuk memberikan layanan bimbingan dan kelompok dengan topik kontrol diri seperti memberikan layanan bimbingan dan kelompok dengan teknik *role playing* terhadap siswa yang memiliki kontrol diri rendah. Dengan teknik ini guru BK juga berupaya memberikan motivasi, nasihat, saran dan pemahaman terutama tentang permasalahan kontrol diri yang dimilikinya.

Selanjutnya pada perilaku imitasi masih ditemukan sebagian siswa yang memiliki perilaku imitasi yang sedang dan tinggi, untuk itu peran guru BK sangat diperlukan untuk memberikan layanan bimbingan kelompok. Penelitian Tohiroh, dkk (2022) mengungkapkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-control* dapat mengurangi perilaku imitasi, hasil dari pemberian perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-control* selama satu bulan berpengaruh dan efektif digunakan untuk menurunkan perilaku imitasi pada siswa.

## 3. Layanan Penguasaan Konten

Menurut Prayitno (2004) layanan penguasaan konten merupakan layanan bantuan yang diberikan kepada individu (sendiri-sendiri ataupun dalam kelompok) untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar. Penguasaan suatu konten tertentu bagi individu akan menambah wawasan, pemahaman, mengarahkan penilaian dan sikap, menguasai cara-cara atau kebiasaan tertentu untuk memenuhi kebutuhannya dan mengatasi masalah-masalahnya sehingga individu mampu menjalani kehidupannya secara efektif.

---

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa ada sebagian siswa yang memiliki kontrol diri sedang dan tinggi juga dengan perilaku imitasi siswa dalam menggunakan TikTok, untuk itu guru BK bisa memberikan layanan penguasaan konten dalam keterampilan penggunaan media sosial TikTok untuk hal-hal yang bermanfaat.

#### 4. Layanan Konseling Behavioral

Konseling behavioral adalah suatu teknik dalam konseling yang berlandaskan teori belajar berfokus pada tingkah laku individu untuk membantu konseli mempelajari tingkah laku baru dalam memecahkan masalahnya. Tujuan konseling behavioral yaitu menciptakan perilaku baru, menghapus perilaku yang tidak sesuai, memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan (Yuniarsih & Suwanto, 2016). Berdasarkan hasil penelitian ditemukan sebagian siswa memiliki kontrol diri dan perilaku imitasi yang sedang dan tinggi. Untuk itu guru Bk juga bisa melakukan layanan konseling dengan menerapkan pendekatan konseling behavioral untuk mengubah perilaku imitasi dan kontrol diri yang tidak sesuai serta mempertahankan kontrol diri dan perilaku imitasi yang seharusnya.

### Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan tentang konformitas teman sebaya pada siswa yang membolos di SMA N 1 2X11 Kayutanam dapat disimpulkan sebagai berikut: 1) Konformitas teman sebaya pada siswa yang membolos secara keseluruhan berada kategori pada sesuai dengan persentase 51%. 2) Konformitas teman sebaya pada siswa yang membolos dilihat dari aspek pengaruh informasi berada pada kategori cukup sesuai dengan persentase 54%. 3) Konformitas teman sebaya pada siswa yang membolos dilihat dari aspek pengaruh normatif berada pada kategori sesuai dengan persentase 34%. Berdasarkan hasil penelitian, diharapkan guru BK dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling berupa layanan informasi dan layanan konseling perorangan.

### References

- Bandura, A. (1971). *Social Learning Theory*. New York : General Learning Press.
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Raja Grafindo.
- Dewi, C. M., Putri, A, S., Zamzam, Nugraha, M. P., & Haq. (2021). *Kepercayaan Diri dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial TikTok di Masa Pandemi: Studi Korelasi*, 29(2).
- Fhadila, K. D. (2017). Menyikapi Perubahan Perilaku Remaja. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 2(2), 16-23.
- Fitri, E., Ifdil, I., & Neviyarni, S. (2016). Efektivitas Layanan Informasi dengan Menggunakan Metode Blended Learning Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 2(2).
- Hakim, R. M., & Fatoni, A. (2020). *Pengaruh Terpaan Media Sosial Youtube dan Interaksi Antarsosial terhadap Perilaku Imitasi Remaja Putri*. *SCRIPUTURA*, 10(1), 15-23.

- 
- Mansur, Herawati. (2009). *Psikologi Ibu dan Anak Untuk Kebidanan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nasution, I. K. (2007). *Perilaku Merokok Pada Remaja*. Medan: USU Respiratory.
- Nitami, M., Daharnis, D., & Yusri, Y. (2015). Hubungan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Siswa. *Konselor*, 4(1), 1-12.
- Perrin, A. (2015). *Use Social Networking Sites Report*. Pew Research Center, October, 2005-2015.
- Prayitno & Amti, E. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Steinberg, Lawrence. (2002). *Adolenscence. Sixth edition*. New York : Hill Inc.
- Sugiarto, S., Neviyarni, S., & Firman, F. (2021). Peran Penting Sarana dan Prasarana dalam Pembelajaran Bimbingan Konseling di Sekolah. *JPT: Jurnal Pendidikan Tematik*, 2(1), 60-66.
- Thalib, B. S. (2010). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta : Kencana.
- Tohiroh, gutji, N., & Sekonda, F.A. (2022). Efektivitas Teknik Self Control dalam Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Melalui Layanan Bimbingan
- Vazsonyi, A T. & Huang, L. (2010). *Where Self Control Comes From :On The Development Of Self Control And Is Relationship To Deviance Obimo ver Time*, 46(1), 245-257.
- Yuniarsih & Suwanto. (2016). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Bandung : Alfabeta.
- Zarniati, Z., Alizamar, A., & Zikra, Z. (2016). Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kegiatan Belajar Peserta Didik. *Konselor*, 3(1), 12-16.