

**HUBUNGAN ANTARA DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
DENGAN KESTABILAN EMOSI PENGGUNA SOSIAL MEDIA PADA
REMAJA AWAL SMPN 1KECAMATAN DARUL IMARAH
KABUPATEN ACEH BESAR**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Menyusun Skripsi S-1



Disusun Oleh :

Dea Nadhifah
NPM : 1809110008

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
BANDA ACEH
2022**

PENGESAHAN


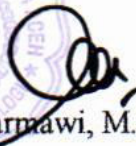
Telah Diperhatikan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

12 03 2023

MENGESAHKAN
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Aceh



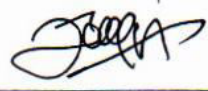

Dekan,



(Barmawi, M.Si)

Dewan Penguji

1. Barmawi, M.Si
2. Nur Hasmalawati, S.Psi., M.Si
3. Syarifah Zainab, S.Psi., M.Si
4. Julia Aridhona, S.Psi., M.Si

Tanda Tangan

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dea Nadhifah

NPM : 1809110008

Fakultas : Psikologi

Menyatakan skripsi yang saya susun dengan judul “Hubungan antara durasi penggunaan media sosial dengan kestabilan emosi pada siswa SMPN 1 Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar” ini, secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika kemudian hari ternyata pernyataan saya tidak benar, maka saya sanggup menerima segala sanksi sesuai dengan peraturan dan undang-undang yang berlaku.

Banda Aceh, 30 November 2022

Yang menyatakan,



Dea Nadhifah

NPM. 1809110008

PERSEMBAHAN



Bacalah dengan menyebut nama Tuhanmu yang menciptakan.” (QS. Al-Alaq :1)

Begitu besar nikmat ilmu yang telah Allah SWT berikan kepada manusia, sehingga tak akan pernah cukup masa hidup kita untuk mempelajari keajaiban ilmu-ilmu tersebut.

Sejatinya, ketika ada orang yang membantu kita, jangan lupa untuk berterimakasih. Begitupun jika butuh bantuan, kita bisa meminta tolong atau jika melakukan kesalahan, kita meminta maaf. Seperti itu kira-kira yang telah orang tua kita ajarkan sejak kecil. Tapi, dalam kehidupan nyata, semakin kita tumbuh menjadi manusia dewasa, kita banyak bertemu orang dengan begitu banyak perbedaan karakter dan latar belakang. Dari mereka, saya belajar seperti apa tiga kata penting ini diartikan dengan versi mereka sendiri-sendiri; Terimakasih, Maaf, dan Tolong.

Alhamdulillahirabbil alamin, washalatu wassalamu 'ala asrafil ambiya iwal mursalin wa'ala alihi wasahbihi aj ma'in. Amma ba'du. Allahummaghfirlii waliwaa lidayya warhamhumaa kamaa rabbayaanii shaghiiraa.

Teruntuk Ayahanda ku tercinta (Anas Arsad) dan Ibunda ku tercinta (R. Dewi damayanti), terima kasih kepada kalian berdua, hidup terasa begitu muda dan penuh kebahagiaan. Selalu menjaga saya dalam doa-doa ayah dan ibu serta selalu membiarkan saja mengejar impian saya apa pun itu. Skripsi ini adalah persembahan kecil saya untuk kedua orangtua saya. Ketika dunia menutup pintunya pada saya, ayah dan ibu membuka lengannya untuk saya. Ketika orang-orang menutup telinga mereka untuk saya, mereka berdua membuka hati untukku. Terima kasih karena selalu ada untukku...

Terima Kasih kepada Adik ku terincinta (Aryul Humarisi) dan Nini ku tercintan (Neneng Islami), yang sudah mendukung saya selama ini sehingga saya bisa sampai dititik ini. Berbagai dukungan dan doa yang kalian acuan untuk saya dalam menyelesaikan skripsi ini. Tidak perna lupa untuk selalu memberikan semangat untuk saya. Terima kasih...

Hello Terima Kasih untuk kamu (Iqbal Tamtyo), kamu adalah malaikat penjaga saya, yang membuat saya aman dari kesedihan dan kegagalan. Kamu selalu menunjukkan kepada saya cara yang benar dan menghibur saya pada saat yang kritis. Dan sekarang saya memiliki harapan untuk masa depan yang lebih baik. Terima Kasih Biyy...

DEA NADHIFAH...

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir kuliah berupa skripsi. Shalawat dan Salam kepada Rasul Allah, Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari alam jahiliyah ke alam yang berilmu pengetahuan.

Tujuan penulisan penelitian ini dapat memberi manfaat terutama bagi penulis sendiri dan kepada kita semua. Penulis menyadari sepenuhnya, tidaklah mudah bagi penulis untuk melakukan penulisan skripsi tanpa dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Barmawi, S.Ag., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang telah memberikan dukungan kepada penulis. selaku dosen pembimbing saya yang telah membantu dan mengarahkan saya dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Saya tidak tau harus berterima kasih bagaimana lagi kepada Bapak terlalu banyak bantuan yang engkau berikan kepada saya, selalu memberikan semangat dan mendukung untuk saya dalam hal apa pun, meyakinkan saya kalau saya ini mampu dan sanggup, Terima Kasih untuk mu Bapak Barmawi, S.Ag..M.si
2. Bapak Sukri Karim, S.Psi, M.Si selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.
3. Ibu Sriana Septiawati, S.Psi., M.Si selaku dosen yang mau membimbing saya walaupun beliau bukan pembimbing saya terima kasih ibu atas semua bantuan mu yang telah engkau berikan kepada saya.
4. Para Dosen Pengajar Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang tidak penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
5. Staf Akademik Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang telah banyak membantu dalam pengurusan surat dan berkas selama masa perkuliahan hingga dalam proses penyusunan skripsi.
6. Terima kasih kepada keluarga terdekat saya yang sudah ikut serta memberikan dorongan motivasi maupun materi selama ini. Semoga Allah

SWT membalas segala kebaikan yang telah dilakukan dan dipermudah segala urusanya.

7. Terima kasih kepada sahabat-sahabat saya Kevin, Nadhia, Riska, Atul, Rahma, Fitri, Fikar, Adam, Siti, Dedi. Terkadang saya merasa seperti tidak berada di tempat lain. Saya hanya merasa tidak ada yang bisa memahami saya. Tetapi kemudia saya ingat bahwa saya memiliki kalian, kawan sejujurnya saya tidak tahu apa yang akan saya lakukan tanpa kalian sahabatku. Terima kasih..
8. Terima kasih kepada seluruh siswa-siswi SMPN 1 Darul Imarah yang telah bersedia menjadi responden penulis dalam melakukan try out dan penelitian saya.
9. Terima kasih kepada teman-teman seperjuangan sedari 2018 menjadi mahasiswa baru sampai dengan saat-saat terakhir berkuliah di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang telah banyak memberikan kenangan dan cerita semasa menjadi mahasiswa.

Peneliti menyadari terlalu banyak kekurangan dan kelemahan dalam penelitian skripsi ini. Maka oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat konstruktif demi kebaikan skripsi ini. Akhirnya peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca, peneliti serta bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Banda Aceh, 30 November 2022

Penulis

Dea Nadhifah

“MOTTO”

“POSITIVE VIBES. Ketahuilah bahwa kehidupanmu mengikuti jalan pikiranmu, jadi jika hal itu berupa pikiran yang bermanfaat bagimu dalam urusan agama atau dunia, maka kehidupanmu baik dan bahagia, jika tidak maka perkaranya sebaliknya.”

(Asy-Syaikh Abdurr ahmad as-Sa'dy rahimahullah)

“Enggak ada yang namanya deadline dalam mencapai titik sukses. Menjadi cepat memang satu poin penting, tapi ada yang jauh lebih penting yaitu menjadi paling bahagia dalam proses perjalanannya 😊 (DEA NADHIFAH)

“Jangan bandingkan hidupmu dengan hidup orang lain. Tidak ada perbandingan antara matahari dan bulan karena mereka akan bersinar saat waktunya tiba.”

(DEA NADHIFAH)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Keaslian Penelitian.....	7
D. Tujuan Penelitian	10
E. Manfaat Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Media Sosial.....	12
B. Masa Remaja.....	17
C. Kestabilan Emosi	19
D. Hubungan Antara Dusrasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kestabilan Emosi Remaja	24
E. Hipotesis.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	28
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	28
C. Populasi dan Sampel	29
D. Metode Pegumpulan Data	31
E. Analisis Data.....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Orientasi Kancan.....	36
B. Persiapan Penelitian	37
C. Pelaksanaan Penelitian.....	38
D. Pembahasan.....	39
E. Pembahasan.....	51

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	54
A. Kesimpulan	54
B. Saran.....	54
 DAFTAR PUSTAKA	 56

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Pengkategorian Rentang Umur	17
Tabel 2	Bobot Penelitian Pernyataan Favorable dan Unfavorable.....	32
Tabel 3	Blue Print Kestabilan Emosi.....	32
Tabel 4	Hasil Validitas Skala Durasi Penggunaan Sosial Media (X) Sebelum Item Gugur Dibuang	40
Tabel 5	Hasil Validitas Skala Durasi Penggunaan Sosial Media (X) Setelah Item Gugur Dibuang.....	40
Tabel 6	Hasil Validitas Skala Kestabilan Emosi (Y) Sebelum Item Gugur Dibuang.....	41
Tabel 7	Hasil Validitas Skala Kestabilan Emosi (Y) Sebelum Item Gugur Dibuang.....	41
Tabel 8.	Hasil Uji Reabilitas Sebelum Item Buruk Dibuang	42
Tabel 9	Hasil Uji Reabilitas Setelah Item Buruk Dibuang	42
Tabel 10	Nilai Mean dan Standar Deviasi Variabel Durasi Penggunaan Sosial Media	43
Tabel 11	Norma Pengkategorian.....	44
Tabel 12	Kategorisasi Interval Skala Durasi Penggunaan Sosial (X) dan Kestabilan Emosi (Y).....	44
Tabel 13	Persentase Kategorisasi Durasi Penggunaan Sosial Media dan Kestabilan Emosi pada Remaja SMP Negeri 1 Darul Imarah	45
Tabel 14	Hasil Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	48
Tabel 15	Hasil Uji Linieritas	49
Tabel 16	Hasil Uji Hipotesis.....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Diagram Durasi Penggunaan Sosial Media Remaja SMPN 1 Darul Imarah	46
Gambar 2 Diagram Kestabilan Emosi Remaja SMPN 1 Darul Imarah	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Skala Kuesioner Try Out	60
Lampiran 2	Tabulasi Data Skala Try Out	66
Lampiran 3	Uji Reabilitas Try Out.....	72
Lampiran 4	Skala Penelitian.....	79
Lampiran 5	Tabulasi Data Penelitian	85
Lampiran 6	Hasil Pengujian Statistik.....	93
Lampiran 7	SK Pembimbing.....	96
Lampiran 8	Surat Pemohonan Izin Penelitian.....	97
Lampiran 9	Surat Izin Penelitian.....	98
Lampiran 10	Surat Keternagan Telah Penelitian	99

**HUBUNGAN ANTARA DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
TERHADAPKESTABILAN EMOSI PENGGUNA SOSIAL MEDIA PADA
REMAJA AWAL SMPN 1KECAMATAN DARUL IMARAH KABUPATEN
ACEH BESAR**

Dea Nadhifah
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
Jl. Muhammadiyah No.91, Batoh, Lueng Bata, Banda Aceh
Deanadhifah2604@gmail.com

ABSTRAK

Penggunaan media sosial banyak di akses oleh masyarakat kalangan remaja. Pada kalangan remaja yang mempunyai media sosial biasanya sering memposting kegiatan pribadinya, menceritakan masalah yang sedang dialaminya, foto bersama temannya, bahkan meluapkan emosinya. Media sosial didefinisikan sebagai aplikasi internet yang berfungsi untuk melibatkan pengguna melalui konten, mengedit konten yang ada. Emosi yang stabil yaitu seseorang yang mempunyai suasana hati yang sama atau seimbang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara durasi penggunaan media sosial dengan kestabilan emosi pengguna sosial media pada remaja di SMPN 1 Darul Imarah. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa/i SMPN 1 Darul Imarah yang berjumlah 85 siswa. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling*. Pengambilan data menggunakan skala likert dengan membagikan kuesioner kepada subjek. Peneliti menggunakan uji korelasi untuk menganalisis data. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara durasi penggunaan sosial media dengan kestabilan emosi pada remaja, *pearson corelation* sebesar -0,340 karena nilai korelasi bernilai (-) maka kedua variabel berkorelasi negatif, dimana semakin tinggi durasi penggunaan sosial media yang diberikan orangtua maka semakin rendah pula kestabilan emosi pada remaja.

Kata Kunci : Kestabilan emosi, Durasi penggunaan media sosial, Remaja

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Media sosial adalah media online yang memungkinkan penggunanya dengan mudah bergabung, berbagi, dan membuat konten seperti blog, jejaring sosial, wiki, forum, dan dunia maya. Blog, jejaring sosial, dan wiki adalah bentuk media sosial yang paling umum digunakan oleh orang-orang di seluruh dunia. Media sosial juga dapat diartikan sebagai media online yang mendukung interaksi sosial, dimana media sosial menggunakan teknologi berbasis web untuk mengubah komunikasi menjadi dialog interaktif (Arafiq, 2020).

Menurut Kotler dan Kevin Lane (Anis, 2018), media sosial adalah media yang digunakan konsumen untuk berbagi informasi teks, gambar, audio, dan video dengan orang lain dan bisnis. Berdasarkan website Badan Pusat Statistik diperoleh data proporsi individu yang menggunakan internet menurut Provinsi Aceh tahun 2017-2019 yaitu 22,86, 30,69, dan 35,6. Dapat dilihat terjadi peningkatan dari tahun 2017 sampai tahun 2019 orang yang menggunakan internet dilansir dari Website Kanal Aceh pengguna media media sosial di Aceh mencapai 1,5 juta pada tahun 2020 dan facebook menjadi favorit sosial media di wilayah Aceh.

Berdasarkan siaran PERS No. 53 Kominfo tahun 2018 pengguna media sosial berdasarkan usia ditunjukkan oleh masyarakat yang berusia 19-34 tahun yakni 49,52% dan masyarakat 13-18 tahun yakni 75,50 %. Penggunaan media

sosial banyak di akses oleh masyarakat kalangan remaja. Pada kalangan remaja yang mempunyai media sosial biasanya sering memposting kegiatan pribadinya, menceritakan masalah yang sedang dialaminya, foto bersama temannya, bahkan meluapkan emosinya. Padahal dalam perkembangannya usia remaja seharusnya mencari identitas dirinya dengan cara bergaul dengan teman sebayanya, namun saat ini banyak anak dengan usia remaja yang sibuk dengan media sosialnya sehingga membuatnya kurang berinteraksi dengan temannya. Hal tersebut sesuai dengan teori perkembangan remaja yang mengatakan bahwa remaja merupakan masa perkembangan dalam segala hal sehingga menjadi labil atau mudah untuk dipengaruhi, kematangan emosional, dan identifikasi diri (Putro, 2017).

Tujuan awal pembuatan media sosial adalah sebagai sarana komunikasi sehingga dapat mempererat hubungan antar individu. Ada sebagian orang yang lebih memilih berkomunikasi secara virtual dengan media sosial daripada berinteraksi atau bertatap muka secara langsung (Dwivedi, 2018). Penggunaan media sosial juga diharapkan dapat dimanfaatkan dengan bijak.

Penyalahgunaan media sosial adalah emosi yang dapat dikirim media sosial yang dapat dikirim tanpa disadari oleh pengguna media sosial saat membaca atau melihat konten pengguna lain. Situasi ini memungkinkan pengguna untuk merasakan emosi yang sama atau emosi yang terjadi tanpa disadari. Menurut Salamah (2018) menyatakan bahwa transmisi emosional dapat terjadi tanpa interaksi langsung atau informasi nonverbal.

Menurut Asosiasi Penyelenggara Internet Indonesia (APJII), rata-rata waktu yang dihabiskan menggunakan media sosial di Indonesia adalah 6 jam

sehari. Menurut University of Oxford (2017) yang dikutip dalam Sativa, penggunaan media sosial sehari-hari yang ideal adalah 257 menit, atau sekitar 4 jam 17 menit. Jika melebihi 4 jam 17 menit, perangkat dianggap berpotensi mengganggu kinerja otak.

Emosi adalah kemampuan individu dalam merespon emosi dengan tepat sesuai dengan situasi dan kondisi tertentu (Rahadian, 2018). Ada berbagai macam, emosi seperti sedih, marah, bahagia, cinta, takut, malu, terkejut dan sebagainya. Tidak semua individu dapat mengendalikan emosinya, emosi dapat berubah secara tiba-tiba terutama pada remaja.

Stabilitas emosi adalah suatu kondisi seseorang yang stabil dan tidak berlebihan dan dapat beradaptasi dengan lingkungan. Mengenai indikator stabilitas emosi, termasuk (1) perilaku tenang, (2) santai (3) nyaman dengan lingkungan. Rasa aman adalah kebutuhan psikologis manusia. Sebagai orang menikmati keamanan, aktivitas jiwanya memiliki dampak positif pada hidupnya. (Ahmad, 2021) Berdasarkan data awal yang penulis peroleh saat wawancara, stabilitas emosi siswa SMPN 1 Darul Imarah cenderung memiliki emosi yang kurang stabil, hal itu dilihat dari indikator stabilitas emosi.

Kestabilan emosi dalam bersosial media sangatlah dibutuhkan agar terhindar dari hal-hal negatif maupun hal yang dilarang dan tidak merugikan orang lain pada remaja khususnya. Dalam wilayah Banda Aceh perkembangan media sosial semakin pesat dari yang mulai penggunaan sosial media yang beragam dari penjualan dan pemasaran di media sosial hingga hal negatif yang melanggar norma yang ada di wilayah Aceh juga ada untuk membentuk

eksistensi diri agar dilihat orang lain, dan juga penipuan dari media sosial seperti hoaks bahkan penghinaan Gubernur Aceh. Terjadi dikarenakan ketidak stabilan emosi yang terjadi kepada pengguna sosial media. Kestabilan emosi remaja di SMPN 1 Darul Imarah dipengaruhi oleh candunya remaja dalam bermedia sosial, remaja tersebut mengaku kecanduan dalam membentuk eksistensi diri agar dilihat oleh lain dan juga tidak jarang termakan dengan hoaks yang dibagikan oleh temannya.

Ketika pengguna media sosial melihat banyak konten media sosial negatif, Peneliti menemukan hasil yang menunjukkan bahwa mereka juga cenderung memposting konten negatif. Selain kemampuannya untuk menyampaikan emosi, media sosial memiliki proses perbandingan sosial yang dapat mempengaruhi suasana hati pengguna, waktu yang dihabiskan orang di media sosial, dan reaksi yang dapat menghasilkan efek depresi (Handayani,2018).

Berdasarkan data awal dari hasil wawancara yang penulis lakukan terhadap beberapa orang remaja yang merupakan siswa di SMP Negeri 1 Darul Imarah yaitu dengan inisial DA, MS, RR, dan SS. Rata-rata diantara mereka mengaku mengalami kecanduan dalam menggunakan sosial media.

Pertama, DA mengaku bahwa bersosial media adalah kebutuhan sehari-hari sehingga selain di jam sekolah DA selalu bermedia sosial dalam waktu 3-9 Jam perhari aktif di sosial media. Banyak platform media sosial yang digunakan oleh remaja ini seperti Instagram, Facebook, dan Whatsapp. DA mengaku tidak dapat jauh dari media sosialnya dan mengaku gelisah jika media sosialnya tidak aktif walau hanya beberapa jam saja.

Kedua, MS yang juga merupakan siswa di SMP Negeri 1 Darul Imarah yang mengaku bahwa bermedia sosial adalah hal yang wajib ia jalankan setiap harinya. MS mengaku aktif di media sosial setiap harinya dalam waktu mencapai 12 jam yang dimulai sejak ia pulang sekolah. Media sosial yang ia gunakan antara lain Instagram, Whatsapp, dan Twitter. MS mengaku tidak dapat tidur apabila belum membuka dan memposting sesuatu di akun media sosialnya

Ketiga, siswa di SMP Negeri 1 Darul Imarah yang juga mengaku kecanduan media sosial yaitu RR yang mengatakan bahwa media sosial adalah bagian penting dari hidupnya. RR mengaku cemas jika tidak membuka media sosialnya, sampai terkadang RR juga menggunakan media sosial saat disekolah secara sembunyi-sembunyi. Sosial media yang membuat RR mengalami kecanduan yaitu Instagram. Selain Instagram RR juga mengaku menggunakan media sosial berupa Whatsapp, Facebook, dan Twitter.

Keempat, siswa di SMP Negeri 1 Darul Imarah terakhir yang penulis observasi yaitu SS. SS mengaku aktif di media sosial setiap harinya dalam waktu 7-8 jam saja karena kecanduan bersosial media, SS terkadang juga menggunakan sosial media tanpa sepengetahuan orangtuanya. Melebihi waktu tersebut, SS dibatasi bersosial media oleh orangtuanya. SS mengaku kerap kesal terhadap orangtuanya apabila orangtuanya membatasi atau melarangnya menggunakan media sosial secara berlebihan.

Penggunaan media sosial oleh remaja-remaja tersebut membuat mereka kecanduan media sosial seakan-akan menjadi kebutuhan yang sangat penting sehari-hari dan dapat mempengaruhi kestabilan emosi pada remaja itu bisa

terganggu jika dilakukan secara terus-menerus hingga kecanduan bermedia sosial.

Subyek penelitian ini adalah remaja yang menggunakan media sosial di SMPN 1 Darul Imarah Aceh Besar. Subyek penelitian adalah remaja yang berusia 12-15 tahun. Pada saat penelitian ini, subjek penelitian remaja adalah Generasi Y yang lebih dekat dengan penggunaan media sosial, yang juga merupakan kelompok usia mayoritas pengguna media sosial di SMPN 1 Darul Imarah Aceh Besar. Dalam penelitian ini, stabilitas emosi yang terdiri dari lima skala digunakan sebagai variabel terikat dan waktu penggunaan media sosial sebagai variabel bebas. Lima ukuran stabilitas emosional meliputi optimisme, empati, kemandirian, ketenangan, dan toleransi. Variabel ini diukur menggunakan skala berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Chaturvedi dan Chander, dan durasi penggunaan media sosial diukur dengan menggunakan kuesioner.

Dikarenakan banyaknya remaja di SMPN 1 Darul Imarah Aceh Besar yang menggunakan sosial media dengan berbagai jenis, dan berdasarkan data awal yang penulis dapatkan dari hasil wawancara dengan beberapa remaja di SMPN 1 Darul Imarah Aceh Besar, dan penulis dapatkan bahwa remaja di SMPN 1 Darul Imarah Aceh Besar kurang memiliki emosi yang stabil.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Durasi Penggunaan Media Sosial terhadap Kestabilan Emosi Pengguna Sosial Media pada remaja awal di SMPN 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar”.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan antara penggunaan sosial media dengan kestabilan emosi pada remaja pengguna sosial media di SMPN 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar?
2. Bagaimana hubungan antara durasi penggunaan media sosial dengan kestabilan emosi pengguna sosial media pada remaja awal di SMPN 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar?

C. Keaslian Penelitian

Kredibilitas survei ini menjadi dasar atau acuan untuk melakukan survei terkait hubungan penggunaan media sosial dengan kestabilan emosi pengguna media sosial di kalangan anak muda di Banda Aceh. Hasil penelitian sebelumnya mengenai topik penelitian, yaitu:

- 1) Dalam penelitian yang dilakukan oleh Resti Punksaningtiyas (2018), “Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Kualitas Tidur, Kestabilan Emosi Dan Kecemasan Sosial Pada Remaja Di Sman 20 Surabaya”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1).Penggunaan media sosial (Line, Instagram, Facebook, Youtube, Path, Twitter) memiliki hubungan dengan kualitas tidur, kestabilan emosi dan kecemasan sosial; (2). Penggunaan media sosial yang semakin tinggi akan menyebabkan kualitas tidur yang buruk; (3). Penggunaan media sosial yang semakin tinggi akan menyebabkan kestabilan emosi semakin menurun; dan (4). Penggunaan media sosial yang semakin tinggi akan menyebabkan kecemasan sosial semakin meningkat. Penelitian

yang dilakukan oleh Resti Punksaningtiyas (2018) memiliki perbedaan dengan penelitian yang penulis lakukan. Penelitian Resti Punksaningtiyas fokus ada hubungan penggunaan media sosial dengan kualitas tidur, kestabilan emosi dan kecemasan sosial pada remaja, sedangkan penelitian yang penulis lakukan berkaitan dengan durasi penggunaan media sosial dengan emosi pengguna media sosial tersebut.

- 2) Dalam penelitian yang dilakukan oleh Candra Dewi Utami (2018), *“Hubungan antara Penggunaan Sosial Media Dengan Kestabilan Emosi Pada Remaja”*. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara penggunaan sosial media dengan kestabilan emosi pada remaja. Artinya semakin sering menggunakan sosial media maka semakin rendah kestabilan emosi pada remaja. Berdasarkan hasil analisa tersebut menunjukkan bahwa hipotesis dinyatakan diterima. Penelitian yang dilakukan oleh Candra Dewi Utami (2018) memiliki perbedaan dengan penelitian yang penulis lakukan. Penelitian Candra Dewi Utami fokus ada hubungan penggunaan media sosial dengan kestabilan emosi pada remaja, sedangkan penelitian yang penulis lakukan berkaitan dengan durasi penggunaan media sosial dengan emosi pengguna media sosial tersebut.
- 3) Penelitian yang dilakukan oleh Aulia Ramadhani Ibrahim dkk. (2020) dengan judul *“Gambaran Penggunaan Sosial Media Pada Siswa sosial”*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sosial media mempengaruhi remaja. Karena remaja memiliki karakter labil egois dan mengedepankan kesenangan, salah

satu yang menjadi kesenangannya adalah bermain sosial media, sehingga tidak mepentingkan hal produktif dan berinternet atau bermain sosial media yang positif. Kesadaran terhadap sosial media dan internet di sekolah menjadi masalah, remaja atau siswa sekolah belum dapat memisahkan antara kebenaran dan kepalsuan yang di sajikan sosial media. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian penulis adalah subyek, dan dari variabelnya sendiri. Aulia Ramadhani Ibrahim fokus pada pengaruh sosial media terhadap remaja. Subyeknya adalah siswa Sekolah Menengah Atas. Sedangkan penelitian penulis berkaitan dengan hubungan durasi penggunaan media sosial dengan kestabilan emosi pengguna media sosial pada remaja siswa Sekolah Menengah Pertama.

- 4) Mila Rosa Lisa (2020) "*Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Gangguan Mental Emosional Pada Remaja S1 Keperawatan Di Universitas Muhammadiyah Ponorogo*". Hasil penelitian menunjukkan semakin tinggi durasi penggunaan media sosial responden maka semakin meningkat juga resiko mengalami gangguan mental emosionalnya. Maka, penggunaan media sosial sejatinya pilihan masing-masing penggunanya, jadilah pengguna yang bijak dan cerdas dalam memanfaatkan teknologi di zaman era modernisasi seperti sekarang ini. Penelitian yang dilakukan oleh Mila Rosa Lisa (2020) memiliki perbedaan dengan penelitian yang penulis lakukan. Penelitian Mila Rosa Lisa (2020) fokus ada hubungan *durasi penggunaan media sosial dengan gangguan mental emosional pada remaja*, sedangkan penelitian yang penulis lakukan berkaitan dengan durasi

penggunaan media sosial dengan emosi pengguna media sosial tersebut.

- 5) *Shazwina Syifa Azhari, Budiman Budiman, Elly Marliyani (2021)*, “Hubungan Durasi Penggunaan dan Fungsi Gadget dengan Masalah Emosional pada Anak di Bandung”. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa durasi penggunaan *gadget* memiliki hubungan terhadap masalah emosional pada anak, sedangkan fungsi gadget yang digunakan tidak berhubungan terhadap masalah emosional pada anak kelas lima dan enam Sekolah Dasar Negeri 254 Griya Bumi Antapani Bandung. Penggunaan gadget anak yang tidak mengikuti anjuran *American Academy of Pediatrics*(AAP) dapat memberikan efek negatif pada status kesehatan mental anak. Penelitian yang dilakukan oleh *Shazwina Syifa Azhari, Budiman Budiman, Elly Marliyani (2021)* memiliki perbedaan dengan penelitian yang penulis lakukan. Penelitian *Shazwina Syifa Azhari, Budiman Budiman, Elly Marliyani (2021)* fokus ada hubungan durasi penggunaan dan fungsi gadget dengan masalah emosional pada anak di Bandung, sedangkan penelitian yang penulis lakukan berkaitan dengan durasi penggunaan media sosial dengan emosi pengguna media sosial tersebut.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan antara durasi penggunaan media sosial dengan kestabilan emosi pengguna sosial media pada remaja di di SMPN 1 Darul Imarah.

2. Untuk mengetahui hubungan sosial media dengan kestabilan emosi pada remaja pengguna sosial media di SMPN 1 Darul Ijarah.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis:

- a) Memberikan sumbangan informasi dan memperkaya khazanah ilmiah dalam ruang lingkup Psikologi sosial.
- b) Menjadi referensi maupun data tambahan bagi penelitian terkait di masamendatang.

2. Manfaat Praktis:

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk memberikan informasi bahwa penggunaan media sosial dapat mempengaruhi suasana hati dan mengganggu kestabilan emosi. Oleh karena itu, anak muda dapat menjadi lebih kritis terhadap penggunaan media sosial dan diharapkan mengetahui apa yang positif yang ada di media sosial.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Media Sosial

1. Pengertian Media Sosial

Media sosial adalah fitur media berbasis teknologi internet yang memungkinkan orang untuk berinteraksi, berkomunikasi, berkolaborasi, dan berbagi konten dengan orang lain. Di media sosial, pengguna dapat dengan mudah bergabung serta berbagi dan menulis pesan. Saat ini terdapat beberapa situs media sosial populer seperti *Blog, Twitter, Facebook, BMM, Line* dan Wikipedia (Ratnamulyani & Maknai, 2018).

Media sosial merupakan salah satu evolusi teknologi digital yang memberikan kemudahan bagi seseorang untuk berkomunikasi dengan orang lain menggunakan internet, tanpa batasan waktu dan waktu. Banyak orang menyukai media sosial, dan sebagian besar memiliki dan menggunakan media sosial. Media sosial bisa disebut media online karena penggunaannya membutuhkan internet (Putra & Yasa, 2019). Pada dasarnya, media sosial dapat digambarkan sebagai semacam media komunikasi. Secara umum media adalah media yang digunakan untuk bersosialisasi atau berkomunikasi dengan pengguna lain, seperti secara langsung dalam kelompok. Beberapa istilah yang termasuk dalam media sosial antara lain jejaring sosial, jejaring sosial, dan jaringan komunikasi. Secara garis besar, media sosial dan jejaring sosial menggunakan sistem yang sama. Ini adalah media berbasis yang terhubung ke internet. Di media sosial dan jejaring sosial, ada banyak orang yang terhubung, berkomunikasi, berbagi sesuatu, memiliki

pendapat, dan berteman tanpa memandang ruang dan waktu (Fitriansyah, 2018).

Dari uraian di atas, media sosial dapat dikatakan sebagai media berbasis komputer yang dapat berupa aplikasi yang terhubung ke internet yang memungkinkan penggunaannya untuk melakukan berbagai aktivitas secara langsung (*online*) di dalam jaringan.

2. Fungsi Media Sosial

Menurut Jalonen (oleh Fauziah *et al.*, 2020), media sosial memiliki beberapa fungsi dalam dunia komunikasi, antara lain:

a. Media Komunikasi

Sebagai alat komunikasi, ia menyediakan alat media sosial untuk berbagi konten, menyimpan, mempublikasikan, mengungkapkan pendapat dan pengaruh.

b. Media kolaboratif (kolaborasi)

Media sosial memungkinkan pengguna untuk membuat dan memodifikasi konten kolektif terlepas dari waktu dan tempat.

c. Media terhubung (*connected*)

Sebagai *link* media sosial *platform* baru di mana orang menemukan cara baru untuk berbagi dengan jaringan lain, profil mereka dengan publik dan menciptakan dunia *virtual*.

d. Media pelengkap (*finishing*)

Media sosial memiliki alat yang memungkinkan pengguna untuk mengisi konten dengan menggambarkan informasi, konten, dengan menambahkan filter dan memperlihatkan keterkaitan antar konten.

f. Agregasi media (agregasi)

Tautan media sosial (*mash-up*) dibuat untuk memudahkan pemakai dalam menggabungkan, mencampur, atau membuka konten dari beberapa aplikasi.

Selain itu terdapat pendapat lain menurut Puntoadi (2018: 5), yaitu pengguna media sosial berfungsi sebagai berikut :

- a. Keunggulan membangun personal branding melalui sosial media adalah tidak mengenal trik atau popularitas semu, karena audiensilah yang menentukan. Berbagai media sosial menjadi media untuk orang berkomunikasi, berdiskusi dan bahkan memberikan sebuah popularitas di media sosial.
- b. Media sosial memberikan sebuah kesempatan yang berfungsi untuk berinteraksi lebih dekat dengan konsumen. Media sosial menawarkan sebuah konten komunikasi yang lebih individual. Melalui media sosial pula berbagai para pemasar dapat mengetahui kebiasaan dari konsumen mereka dan melakukan suatu interaksi secara personal, serta dapat membangun sebuah ketertarikan yang mendalam.

Dari penjelasan tersebut, dapat dikatakan bahwa media sosial mempunyai lima fungsi. Fitur ini mencakup fitur-fitur seperti komunikasi media, gabungan media, tautan media, pelengkap media, dan penggabungan media.

3. Tipe Penggunaan Media Sosial

Penggunaan media sosial dapat dibagi menjadi dua jenis: penggunaan aktif dan penggunaan pasif. Pengguna media sosial dapat dibedakan dari seberapa agresif atau pasif mereka menggunakan media sosial. Penggunaan aktif atau terdiferensiasi berlaku untuk cara pengguna berbagai lebih banyak fitur di media

sosial. Lihat foto, bagikan ide tentang pengalaman klik tautan atau ikon tertentu sebagai umpan balik atau dalam bentuk media sosial. Penggunaan aktif berarti pengguna media sosial berinteraksi dengan orang lain secara online melalui berbagai fitur media sosial, termasuk mengomentari postingan pengguna lain, memposting foto, dan menggunakan fitur chat. Secara aktif mengelola dialog dan berbagi informasi pribadi secara bebas. Pengguna aktif melakukan hal berikut: Sebaliknya, dengan penggunaan pasif, pengguna media sosial tidak berpartisipasi dalam interaksi yang menggunakan fitur online. Pengguna pasif hanya melihat konten halaman media sosial.

Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mendefinisikan panjang kata sebagai tetap, yaitu untuk suatu jangka waktu Andarwati dan Sankarto (Sabekti, 2019) menyebutnya sebagai lamanya waktu yang dinyatakan dalam satuan waktu tertentu (menit atau jam). Oleh karena itu, lamanya penggunaan media sosial dapat diukur. Semakin lama pengguna media sosial memiliki akses ke media sosial, semakin lama mereka akan tinggal. Di sisi lain, semakin lama pengguna media sosial menghabiskan waktu mengakses media sosial, semakin murah mereka menggunakannya.

Dari penjelasan di atas, dapat dikatakan bahwa pengguna media sosial dapat dibagi menjadi dua jenis: pengguna aktif dan pengguna pasif. Pengguna aktif adalah pengguna yang berinteraksi secara online melalui berbagai fitur media sosial, seperti mengklik tautan dan ikon tertentu, mengirim dan menerima komentar, memposting status, menautkan foto, dan menggunakan fitur obrolan. Pengguna pasif adalah pengguna yang hanya melihat konten media sosial.

Anggi (2012) menyebutkan bahwa aspek yang membentuk intensitas dan berkaitan dengan penggunaan media sosial yaitu:

a. Perhatian

Perhatian adalah suatu aktivitas yang disenangi oleh individu dalam mengakses media sosial dan akan menentukan ketertarikan terhadap sesuatu yang berkaitan dengan media sosial.

b. Penghayatan

Penghayatan adalah adanya hal untuk memahami atau menyerap informasi yang dapat dinikmati untuk dijadikan sebuah pengalaman bagi individu itu sendiri. Individu akan suka meniru, mempraktikan bahkan terpengaruh hal-hal yang terdapat di media sosial dalam kehidupan nyata.

c. Durasi

Durasi adalah lamanya rentang waktu atau selang waktu sebuah keadaan yang berlangsung. Kategori kriteria pengukuran durasi ada 2 yaitu: 1). Tinggi : ≥ 3 jam/hari, dan 2) Rendah : 1- 3 jam/hari, kemudian.

d. Frekuensi

Frekuensi adalah suatu perilaku yang berulang-ulang baik secara sengaja maupun tidak sengaja. Frekuensi tersebut menunjukkan sesuatu yang dapat diukur dengan hitungan atau waktu. Ketika seseorang menikmati media sosial, seringkali seseorang tidak dapat lepas dari penggunaannya sehingga bisa berulang-ulang kali membuka situs media sosial yang digemari. Kategori kriteria pengukurannya terdiri dari: 1). Tinggi: ≥ 4 kali/hari, dan 2). Rendah : 1-4 kali/hari.

B. Masa Remaja

1. Definisi Remaja

WHO mengadopsi definisi konseptual remaja, termasuk kriteria biologis, psikologis dan sosial-ekonomi. Menurut WHO *dalam* Sarwono (2017), masa remaja, adalah sebagai berikut.

1. Individu pertama-tama menunjukkan tanda-tanda dan kemudian berkembang karakteristik seksual sekunder hingga kematangan seksual (kriteria biologis)
2. Perkembangan dan sikap psikologis yang dialami secara pribadi dari masa kanak-kanak hingga dewasa (standar psikologis sosial)
3. Transisi definisi kecanduan sosial-ekonomi ke keadaan yang relatif mandiri (standar sosial-ekonomi)

Menurut Departemen Kesehatan (2009) dalam situs resminya umur manusia dapat dibagi menjadi beberapa rentang atau kelompok. Klasifikasi umur dapat dikategorikan menjadi beberapa kelompok, dan dimana setiap kelompok tersebut menggambarkan tahap pertumbuhan manusia. Kategori tersebut dapat dilihat antara lain:

Tabel 1 Pengkategorian Rentang Umur

No	Kategori umur	Rentang umur (Tahun)
1.	Masa balita	0 – 5
2.	Masa kanak-kanak	6 – 11
3.	Masa remaja awal	12 – 16
4.	Masa remaja akhir	17 – 25
5.	Masa dewasa awal	26 – 35
6.	Masa dewasa akhir	36 – 45
7.	Masa lansia awal	46 – 55
8.	Masa lansia akhir	56 – 65
9.	Masa manula	> 65 (65 keatas)

Sumber: Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2009 Berdasarkan pada tabel 1 klasifikasi umur menurut Departemen

Kesehatan Tahun 2009, umur seseorang dikategorikan ke beberapa tingkatan yang tentunya hal tersebut sudah diperhitungkan sebelumnya. Batasan-batasan umur anak juga sudah ditentukan dalam Undang-Undang, sehingga tercatatnya batasan-batasan anak ini memang bertujuan agar dalam memberikan pendidikan, perhatian, maupun yang lain akan lebih tepat penanganannya. Pada penelitian ini batasan umur yang digunakan hanya untuk kategori remaja awal, yaitu umur dengan rentang skala 12 – 16 tahun.

Pada umumnya ukuran tertentu antara masa remaja yang membedakannya dari periode sebelumnya, yaitu masa remaja selalu menjadi masa yang sulit bagi orang tua. Permasalahan muncul dari diri remaja itu sendiri dengan perilaku khusus yang berbeda-beda (Rosa Lisa, 2020), yaitu :

- a. Remaja memulai kebebasan dan hak mereka untuk mengungkapkan pendapatnya sendiri yang dapat menyebabkan jauh dengan keluarga.
- b. Remaja tetaplah anak-anak, jadi mereka ditentukan oleh teman. Hal ini menyebabkan orang tua semakin mengeluh tentang kelemahan mereka. Remaja berperilaku berbeda dari perilaku keluarga dan hiburan dan menikmati kesenangan. Contoh khasnya adalah pakaian yang modis, gaya rambut, musik yang asyik, yang semuanya harus *up to date*.
- c. Remaja mengalami perubahan yang tidak biasa, pertumbuhan dan seksualitas yang baik. Emosi seksual yang dangkal bisa menakutkan, mengejutkan, dan menyebabkan rasa bersalah dan frustrasi.
- d. Remaja sering termotivasi (dalam hal kepercayaan diri), yang dikombinasikan dengan motivasi umum mereka, membuat sulit untuk

menerima nasihat dan pengertian orang tua.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Remaja

Jurnal menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan remaja (Rosa Lisa, 2020), antara lain:

a. Faktor keturunan

Dapat diwariskan atau diwariskan sejak lahir, atau warisan orang tua mempengaruhi perkembangan remaja. Fakta bahwa sebagian remaja yang sedang berkembang tidak jauh berbeda dengan orang tuanya memang terbukti.

b. Faktor lingkungan

Karena individu hidup dalam suatu lingkungan, maka individu tersebut tidak dapat dipisahkan dari lingkungan tersebut. Apa yang terjadi di sekitar remaja pasti mempengaruhi dirinya. Beberapa di antaranya adalah faktor lingkungan: teman sebaya, media massa (media sosial) dan keluarga

c. Remaja dewasa yang bersifat organik dan spiritual menjadi semakin matang dalam fungsi organ dan mental dari waktu ke waktu.

d. Individu yang menginginkan subjek bebas yang menginginkan, kemampuan untuk memilih, dapat menolak atau menyetujui, emosi dan upaya untuk melakukannya.

C. Kestabilan Emosi

1. Pengertian Kestabilan Emosi

Emosi adalah keadaan dan proses psikologis yang terjadi melalui manusia melalui proses stimulus-respons dari lingkungan manusia dan dicerna oleh interaksi kognitif yang disebut persepsi (Alfaiz et al., 2019).

Emosi didefinisikan sebagai keadaan emosional yang mencakup ekspresi wajah seperti pikiran, perubahan fisiologis, ekspresi wajah, gerak tubuh, dan postur. Emosi memiliki banyak objek intuitif dan aman. Stabilitas emosi dapat didefinisikan sebagai kelegaan dari perubahan suasana hati dan kontrol emosi yang baik. Jika seseorang stabil secara emosional, itu berarti mereka berada dalam keadaan yang sangat kuat, tidak terpengaruh dan mampu menghadapi semua situasi dengan keadaan yang sama. Kestabilan emosi merupakan tingkat yang harus dicapai individu agar dapat menghadapi suatu masalah dengan tenang (Punkasanintiyas, 2017).

Disisi lain, ketidakstabilan emosional mengacu pada kegagalan kemandirian seseorang terjadi melalui orang dewasa normal dan dengan aplikasi lanjutan stres adaptif (Semium, 2019). Individu yang memiliki lingkungan yang stabil dapat digunakan untuk tipe yang berbeda dan cenderung berbeda di area yang berbeda. Selain itu, orang ini juga menunjukkan sikap kekanak-kanakan, egois, berpengaruh, dan menghakimi.

Dari penjelasan di atas, dapat dikatakan bahwa kunci keadaan adalah perubahan fisiologis. Suasana hati adalah keadaan emosional yang bertahan untuk subjek emosi untuk bertahan. Stabilitas emosional adalah kemampuan sistem emosi yang ada pada individu dewasa normal untuk secara otomatis dan efektif menjaga keseimbangan dalam menghadapi masalah dan dalam situasi stres seperti stres.

2. Indikator Kestabilan Emosi

Anestia, (2018) menjelaskan bahwa ada lima indikator kestabilan emosi.

Indikatornya adalah hasil seleksi dan penilaian oleh psikolog yang memiliki pengalaman minimal 10 tahun di bidang penilaian kepribadian. Kelima indikator tersebut adalah:

a. Optimisme

Orang yang optimis adalah mereka yang selalu ceria dan berpenampilan positif. Individu ini merasa puas dengan dirinya sendiri, melihat hidup sebagai kesenangan dan berdamai dengan dunia. Mereka menunjukkan sikap gigih dalam mencari meskipun ada rintangan, hidup dengan premis berharap sukses daripada takut gagal. Mereka melihat kegagalan sebagai situasi yang dapat dikelola daripada defisit individu. Di sisi lain, individu pesimis yang murung dan tertekan kecewa dengan lawannya yang ada dalam pandangan dunia. Individu ini memiliki harga diri yang rendah, *introvert*, memiliki perasaan bersalah, memiliki ketergantungan interpersonal dan pasif dalam situasi sosial.

b. Empati

Empati adalah kemampuan untuk merasakan apa yang orang lain rasakan. Individu yang empatik selalu mempertimbangkan apa yang orang lain rasakan dan mempertimbangkan faktor-faktor terkait saat mengambil keputusan. Kehangatan individu ini, kepercayaan, kejujuran dan altruisme. Di sisi lain, individu yang apatis bersifat dingin, duniawi, dan fokus pada hubungan mereka dengan orang lain.

c. Kemandirian / otonomi

Individu yang menikmati otonomi tingkat tinggi menikmati kebebasan dan kemandirian, membuat keputusan sendiri, kepribadian sebagai sebagian besar takdir mereka sendiri, dan mengambil tindakan realistis untuk memecahkan masalah. Sebaliknya, individu yang bergantung pada orang lain, yang tidak memiliki kemandirian, bersifat over the many, dikendalikan oleh orang lain dan situasi serta

menunjukkan tingkat kepatuhan dan kepatuhan yang sangat tinggi kepada figur otoritas.

d. Tenang

Orang yang tenang selalu tenang, tidak terganggu, damai, dan menolak ketakutan dan kecemasan yang tidak wajar. Kemampuan ini memungkinkan individu untuk tetap tenang, berpikir jernih, dan fokus bahkan ketika ditekan untuk fokus. Orang yang cemas, di sisi lain, cenderung terganggu oleh masalah dan cenderung khawatir bahwa itu mungkin atau mungkin tidak terjadi tanpa alasan yang jelas.

e. Toleransi

Orang yang toleran adalah orang yang tenang, memiliki temperamen yang tenang, tidak memiliki konflik pribadi, dan tidak terlibat dalam kekerasan langsung atau tidak langsung. Anda dapat secara efektif mengelola kecemasan dan dorongan. Kata agresif secara individual dikaitkan dengan ekspresi langsung kemarahan dan diungkapkan melalui diskusi kekerasan tentang berpartisipasi dalam tantangan seperti amukan, perkelahian, dan balap mobil. Mereka merasa tidak dapat diterima oleh orang lain dan dipaksa untuk membalas dendam kepada orang-orang yang menentang mereka. Berdasarkan penjelasan di atas, kita dapat menyimpulkan bahwa ada lima indikator stabilitas emosi. Indikator tersebut antara lain optimisme, empati, kemandirian/otonomi, ketenangan, dan toleransi.

3. Aspek Kestabilan Emosi

Menurut Thorndike dan Hagen (Chaturvedi, Chander, 2019) mengatakan bahwa kestabilan emosi seseorang ditandai dengan adanya aspek-aspek dalam individu yang meliputi adekuasi emosi, kematangan emosi, dan kontrol emosi. Aspek-aspek tersebut dijelaskan sebagai berikut :

- a. Adekuasi emosi adalah reaksi dalam emosi yang sesuai dengan rangsang yang diterimanya, reaksi ini menyangkut isi emosi, atau semacamnya dan kemana arah emosi itu atau kepada siapa emosi itu tertuju.
- b. Kematangan emosi adalah individu yang matang emosinya yang mampu melaksanakan reaksi emosi sesuai dengan tingkat perkembangannya pribadinya. Contoh pada saat anak kecil menangis, berteriak karena menuntut untuk bisa dibelikan sepatu itu hal yang wajar, akan tetapi pada saat orang dewasa menangis dan berteriak ketika minta dibelikan sepatu oleh orang terdekatnya adalah suatu hal yang tidak wajar.
- c. Kontrol Emosi merupakan dasar dari kematangan emosi, adanya kontrol emosi juga sangat penting dalam penyesuaian diri dan kesehatan mental. Kontrol emosi itu sendiri adalah pengaturan emosi yang sesuai dengan tuntutan lingkungan, nilai-nilai, cita-cita, dan prinsip-prinsip dalam kehidupan individu.

Konsep aspek-aspek kestabilan emosi yang disampaikan oleh Ekman dan Friesen (1992) ada tiga macam emosi yang dikenal dengan nama *display rules*, yaitu adanya tiga macam aturan penggambaran emosi yang terdiri dari:

- a. *Masking* adalah keadaan seseorang yang dapat menyembunyikan atau menutupi emosi yang dialaminya. Emosi yang dialaminya tidak terdeteksi keluar melalui ekspresi kejasmaniannya.
- b. Modulasi adalah dimana orang tidak dapat meredakan secara tuntas mengenai gejala kejasmaniannya, tetapi hanya mengurangi saja.
- c. Simulasi adalah keadaan dimana orang tidak mengalami suatu emosi, tapi

seolah-olah mengalami emosi dengan menampakkan gejala kejasmanian.

Sedangkan menurut Sharma (2018) sendiri aspek stabilitas emosi adalah kematangan emosi yang ditandai dengan ciri-ciri sebagai berikut terdiri dari :

- a. Emosinya dapat diterima secara sosial, menunggu saat yang tepat dan dengan cara yang bisa diterima oleh orang lain.
- b. Berpikir terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional sehingga tidak terkesan seperti anak-anak atau orang yang belum matang.
- c. Memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak mudah berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain.

Berdasarkan teori tentang stabilitas emosi yang telah dipaparkan diatas maka akan ada berbagai aspek stabilitas emosi sesuai dengan pendapat teori yang dikemukakan oleh para ahlinya. Dapat disimpulkan bahwa aspek kestabilan emosi merupakan kemampuan seseorang untuk mengekspresikan emosinya dalam kehidupan sehari-harinya bisa menyesuaikan kondisi dimana individu tersebut berada, pada siapa dan harus bagaimana.

D. Hubungan Antara Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kestabilan Emosi Remaja

Kestabilan emosi inilah yang memungkinkan seseorang mengembangkan cara yang tenang dan seimbang dalam menghadapi masalah hidup. Kestabilan emosi merupakan salah satu faktor yang menunjukkan kesehatan mental yang baik. Tingkat kebingungan emosional yang rendah berarti bahwa orang dewasa tidak dapat mengembangkan kemandirian yang mereka butuhkan untuk melihat

(Anestia, 2018). Individu yang mengalami stres emosional dan masalah kesehatan pribadi memiliki sikap positif, tidak menyerah pada emosi dan pikiran negatif, serta merasa aman dalam menghadapi stres dan kegagalan. Sebaliknya, orang dengan resiliensi emosional yang rendah adalah mereka yang mudah stres, tidak puas dengan kehidupan, menghindari masalah, berjuang untuk menyesuaikan diri, dan emosional, mudah cemas, gugup, dan marah.

Orang yang mengalami ketidakstabilan emosional (neurotisisme tingkat tinggi) lebih rentan terhadap efek depresi akademik kontekstual jangka panjang daripada mereka yang neurotik dan stabil. Stabilitas emosional dapat memprediksi perubahan gejala depresi pada wanita yang mengalami interaksi yang mengubah hidup. Dari hasil kedua penelitian tersebut dapat diketahui bahwa kestabilan emosi merupakan salah satu faktor dalam mengatasi stres yang dialami individu dalam kehidupan sehari-hari. Stabilitas emosional dapat berfungsi sebagai dukungan untuk pemecahan masalah dan intervensi mengatasi stres.

Orang dewasa dengan stabilitas emosi yang baik dan kemampuan untuk mengendalikan emosinya terkadang mengalami ketidakstabilan emosi. Salah satu faktor yang mempengaruhi ketahanan emosional seseorang adalah seberapa cepat atau moody mereka (Mustika, 2019). Elemen ini mewakili berbagai emosi individu, termasuk emosi positif dan emosi yang sangat mempengaruhi seseorang. Terjadinya suatu kondisi atau stimulus eksternal menyebabkan keadaan emosi atau mood berubah.

Perkembangan zaman mengarah pada fakta bahwa faktor-faktor yang

mempengaruhi kestabilan emosi masih beragam. Salah satunya adalah “*Facebook Depression*”. Gejala-gejala ini muncul sebagai akibat dari dampak pada halaman yang berisi peristiwa yang lebih bahagia, dan dengan demikian menurunkan harga diri karena fakta bahwa mereka tidak setara. Ini menjelaskan bagaimana jejaring sosial dapat memengaruhi seseorang dan mempengaruhi stabilitas emosional. Emosi muncul karena orang melalui proses berbagi profil mereka dengan profil orang lain. Sumber informasi terakhir menyangkut bahasa kota, sifat kota dan sekitarnya. Satu studi menemukan bahwa semakin banyak orang menelusuri *Facebook*, semakin tidak bahagia yang mereka rasakan. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial yang mengekspresikan kebahagiaan seseorang dapat membuat pengguna media sosial lainnya kesepian dan depresi. Dengan demikian, jejaring sosial dapat menjadi sarana untuk menyampaikan emosi yang mengubah suasana hati. Jejaring sosial bisa menjadi stresor tambahan bagi orang dewasa sejati. Individu dapat mengirim status individu ke prospek serta orang-orang yang memposting posting individu. Semakin sering seseorang masuk ke konten, semakin dia akan menulis. Juga, orang bisa merasa tertekan ketika mereka mengalami kebahagiaan dengan orang lain.

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa semakin lama seseorang menggunakan jejaring sosial, semakin rendah stabilitas emosinya. Sebaliknya, semakin sedikit waktu yang dihabiskan orang di media sosial, semakin tinggi stabilitas emosional mereka. Oleh karena itu, dapat diasumsikan bahwa ada hubungan yang kuat antara penggunaan media dan pengguna media yang efektif.

E. Hipotesis

Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H1 : Diduga adanya hubungan sosial media dengan kestabilan emosi pengguna sosial media pada remaja awal di SMPN 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar

H2 : Diduga adanya hubungan antara durasi penggunaan media sosial dengan kestabilan emosi pengguna sosial media pada remaja awal di di SMPN 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar.

BAB III

METODELOGI PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Adapun variabel yang akan diukur dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Variabel terikat (X) : Durasi penggunaan sosial media Kestabilan Emosi
2. Variabel bebas (Y) : Kestabilan emosi

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah definisi yang menjadikan variabel-variabel yang sedang diteliti menjadi bersifat operasional dalam kaitannya dengan proses pengukuran karakteristik variabel yang diamati Ridha (2017). Menurut Wulandari dan Efendi (2022) Definisi operasional digunakan untuk menjelaskan pengertian dari setiap variabel terikat dan variabel bebas.

1. Durasi Penggunaan Media Sosial

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) durasi adalah rentang waktu atau lamanya suatu hal atau sebuah peristiwa berlangsung. Jejaring sosial adalah media yang terhubung ke internet yang memungkinkan pengguna untuk berkomunikasi di dunia maya online. Media sosial juga didefinisikan sebagai aplikasi internet yang berfungsi untuk melibatkan pengguna melalui konten, mengedit konten yang ada, berkontribusi pada dialog komunitas, dan tanpa banyak media (Meilinda, 2018).

Menurut Putri, *et.,al*, (2017) penggunaan internet khususnya penggunaan media sosial dapat diamati berdasarkan intensitas dalam menggunakan media sosial tersebut, yaitu dapat dilihat dari frekuensi (berapa lama dan berapa kali mengakses media sosial). *The Grapic, Visualization & Usability Center, the Georgia Institute of Technology* telah menetapkan indikator seseorang dapat dikatakan sebagai *Internet Addiction* pada golongan *Heavy Users* (lebih dari 40 jam/bulan) atau 6 jam atau hari. Menurut ICCA (*Indonesian Contact Center Association*) menyimpulkan bahwa penggunaan media sosial di Indonesia menghabiskan waktu sebanyak 3 jam dalam sehari, maka dalam satu minggu pengguna media sosial menggunakan waktunya sebanyak 21 jam. Intensitas penggunaan media sosial tersebut termasuk memiliki kecenderungan *Heavy User*.

2. Stabilitas emosional

Menurut Kristanti (2018), seseorang mempunyai emosi yang stabil yaitu seseorang yang mempunyai suasana hati yang sama atau seimbang, intensitas, minat, optimisme, keceriaan, tidak terkendali, perasaan sehat, perasaan besar, melamun dan dominan. ide maupun suasana hati ketidakstabilan emosional mengacu pada kegagalan kemandirian seseorang terjadi melalui orang dewasa normal dan (Semium, 2019).

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2012), populasi dalam domain generalisasi ditentukan oleh peneliti untuk penelitian dan kemudian ditentukan terdiri dari objek atau

subyek dengan kategori dan karakteristik tertentu untuk kasus yang sedang dipertimbangkan. Menurut Arikunto (2006) populasi adalah keseluruhan dari subyek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi di SMPN 1 Darul Imarah, yang terdiri 19 ruang dengan siswa sebanyak 570 orang.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2012) menjelaskan bahwa sampel berkaitan dengan bagian dari karakteristik dan jumlah yang dimiliki oleh populasi. Oleh karena itu, sampel yang diambil dari populasi harus benar-benar mewakili (*representatif*) dan mencerminkan populasi. Menurut Reksoatmodjo (2009) sampel sebagai bagian dari keseluruhan objek maupun fenomena yang diteliti atau diriset. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Proportional Sampling*. Menurut Sugiyono (2013) *Proportional sampling* adalah pengambilan sampel yang memperhatikan pertimbangan unsur-unsur atau kategori dalam populasi penelitian. Perhitungan sampel pada penelitian ini menggunakan rumus Slovin dalam Sugiyono (2013) dengan tingkat toleransi kesalahan sebesar 10% dan dijelaskan sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah Sampel N = Jumlah Populasi

e = Batas kesalahan maksimal dalam pengambilan sampel yang ditetapkan (10%)

Maka:

$$n = 570 / 1 + 570 (10\%)^2$$

$$n = 570 / 1 + 570 (0,01)$$

$$n = 570 / 1 + 5,7$$

$$n = 570 / 6,7$$

$n = 85,0746$, maka $n = 85$ orang (sampel)

Berdasarkan hasil perhitungan di atas diketahui bahwa jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 85 dari 570 siswa SMPN 1 Darul Imarah. Teknik pengambilan sampel partisipan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Proportional Sampling* dengan mempertimbangkan unsur pengkategorian rentang usia yaitu rentang usia 12 sampai 16 tahun, dengan kategori usia remaja awal. Hal ini dikarenakan pada masa remaja awal kondisi kestabilan emosi untuk seseorang masih labil dan belum dapat dikontrol.

D. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan metode pendekatan kuantitatif, pengumpulan data melalui *survey* atau wawancara menggunakan kuisisioner kepada remaja awal dengan rentang umur 12 sampai 16 tahun yang berada di SMPN Darul Imarah. Teknik pengumpulan data ini dilakukan dengan cara menyusun pertanyaan-pertanyaan terstruktur dengan jawaban yang telah disediakan dan harus diisi oleh responden dengan cara memilih salah satu jawaban yang tersedia yang sesuai dengan kondisi yang dialami oleh responden.

Proses pengambilan data dari kuisisioner yang digunakan dalam penelitian

ini yaitu dengan *Skala Likert* yang terdiri dari empat alternatif pilihan jawaban, kemudian disajikan ke dalam bentuk pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Pernyataan *favorable* adalah pernyataan yang bersifat mendukung aspek-aspek pada variabel, sedangkan *unfavorable* merupakan pernyataan yang tidak mendukung aspek-aspek pada variabel yang diteliti (Azwar, 2017).

Tabel 2
Bobot Penilaian Pernyataan *Favorable* dan *Unfavorable*

No.	Alternatif Jawaban	Pernyataan	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	Sangat Setuju (SS)	5	1
2.	Setuju (S)	4	2
3.	Netral (N)	3	3
4.	Tidak Setuju (TS)	2	4
5.	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Penelitian ini menggunakan skala kestabilan emosi yang dijabarkan melalui *blue print* di dalam tabel berikut:

Tabel 3
***Blue Print* Skala Kestabilan Emosi**

No.	Indikator Variabel Kestabilan Emosi	Batasan Variabel Indikator Kestabilan Emosi	Butir Pernyataan	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	Optimisme	Seorang individu yang optimis, akan memandang peristiwa baik (<i>good situation</i>) sebagai suatu yang akan terjadi dikemudian harinya dengan makna lain percaya diri. (Taufik, 2012).	1,2,5,6	3,4,7,8
2.	Empati	Pemahaman atas kondisi orang lain dan kemampuan menyelaraskan pengalaman emosional pada orang lain (Seligman, 2006).	9,10,13,14	11,12,15,16

3.	Kemandirian	Kemandirian bersifat mengarahkan pada diri sendiri, mempunyai rasa tanggung jawab, mempunyai inisiatif sendiri, senang dengan problem centered learning (Astuti, 2015).	17,18,21,22	19,20,23,24
4.	Tenang	Tenang bermakna tidak mudah panik dalam segala situasi dan kondisi, mempunyai keyakinan diri yang tinggi akan kemampuan mengatasi masalah, selalu waspada dengan berbagai risiko yang menghantui, dan epat adaptasi dengan berbagai perubahan kondisi internal dan eksternal (Busro, 2018).	25,26,29,30	27,28,31,32
5.	Toleransi	Toleransi yaitu menghargai orang lain, menerima perbedaan, menghormati orang lain yang kondisinya berbeda, serta tidak memaksakan orang lain untuk sama dengan dirinya atau membiarkan membiarkan orang lain untuk bertindak sesuatu (Akhwani, 2021).	33,34,37,38	35,36,39,40

E. Analisis Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui apakah data yang diterima mengikuti distribusi normal. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan metode uji Kolmogorov-Smirnov dan *Computer-assisted Statistical Decision for Products and Services* (SPSS) versi 23 untuk program *window*. Data berdistribusi normal dengan taraf signifikansi $p > 0,05$, sedangkan data berdistribusi tidak normal dengan taraf signifikansi $p < 0,05$ (Noor & Munandar, 2019).

2. Uji Linieritas

Tujuan dari uji linieritas penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah variabel perilaku konsumen memiliki hubungan linier dengan variabel gaya hidup. Uji garis ini biasanya dilakukan berdasarkan asumsi analisis korelasi dan regresi. Uji linieritas dalam penelitian ini menggunakan alat bantu komputer yaitu *Statistical Solution for Products and Services* (SPSS) versi 23 untuk *Windows*. Tingkat signifikansinya dalam hubungan linier adalah $p < 0.05$. Jika kedua variabel tersebut linier maka taraf signifikansinya adalah $p > 0.05$ (Nurba, 2021).

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi *product moment* dan digunakan untuk mengetahui hubungan antara durasi penggunaan media social dengan kestabilan emosi pada pengguna social media remaja awal di SMPN 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar. Analisis korelasi adalah metode statistika yang digunakan untuk menentukan suatu besaran yang menyatakan bagaimana kuat hubungan suatu variabel dengan variabel lain dengan tidak mempersoalkan apakah suatu variabel tertentu tergantung kepada variabel lain (Sekaran, 2010). Semakin nyata hubungan linier (garis lurus), maka semakin kuat atau tinggi derajat hubungan garis lurus antara kedua variabel atau lebih. Koefisien korelasi adalah ukuran yang dipakai untuk mengetahui derajat hubungan antara variabel-variabel (Siregar, 2013).

Nilai koefisien korelasi berada di antara $-1 < 0$. Korelasi Pearson menghasilkan koefisien korelasi yang berfungsi untuk mengukur kekuatan hubungan linier antara dua variabel. Jika hubungan dua variabel tidak linier,

maka koefisien korelasi Pearson tersebut tidak mencerminkan kekuatan hubungan dua variabel yang sedang diteliti, meski kedua variabel mempunyai hubungan kuat. Koefisien korelasi ini disebut koefisien korelasi Pearson karena diperkenalkan pertama kali oleh Karl Pearson tahun 1990 (Firdaus, 2009).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancah

Orientasi kancah penelitian merupakan salah satu tahapan yang harus dilakukan sebelum melakukan penelitian. Hal ini bertujuan untuk mengenal kancah penelitian secara detail serta membantu peneliti agar dapat mempersiapkan segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan. Untuk mendapatkan tentang fenomena-fenomena permasalahan penelitian yang diperlukan. Peneliti awalnya melakukan observasi dan wawancara yang mengacu pada sampel yang diinginkan. Peneliti memilih tempat penelitian di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar.

1. Profil SMPN 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar

SMP Negeri 1 Darul Imarah merupakan salah satu Sekolah Menengah Pertama Negeri yang berada di Jalan Soekarno Hatta, Gampong Lampeuneurut Ujung Blang, Kecamatan Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar, Provinsi Aceh, dengan kode pos 23352. SMP Negeri 1 Darul Imarah memiliki akreditasi B dan sudah menerapkan kurikulum 2013. SMP Negeri 1 Darul Imarah berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, dan berada dibawah kepemimpinan Ibu Affilinda S.Pp M.Pd selaku Kepala Sekolah telah menyusun program kerja selama 5 tahun kedepan sejak 2021- 2025.

2. Visi dan Misi SMPN 1 Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar

a. Visi

SMP Negeri 1 Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar memiliki visi yaitu agar “terwujudnya generasi yang berakhlakul karimah, berprestasi, menguasai iptek, dan mencintai lingkungan”.

b. Misi

1. Menjalankan ajaran agama sebagai pencerminan perilaku keluhuran budi pekerti
2. Melaksanakan kegiatan yang bernuansa agamis
3. Menciptakan inovasi-inovasi pembelajaran
4. Melaksanakan pembelajaran/bimbingan yang efektif
5. Mengoptimalkan pencapaian prestasi akademik atau nonakademik
6. Meningkatkan kepedulian warga sekolah terhadap lingkungan

B. Persiapan Penelitian

Sebelum memulai penelitian, peneliti mempersiapkan terlebih dahulu secara matang segala sesuatu yang diperlukan supaya terhindar dari kesalahan yang tidak di inginkan. Persiapan tersebut dimulai dari pengurusan surat izin penelitian, penyusunan alat ukur sampai proses penelitian.

1. Pengurusan surat izin penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada akademik Fakultas Psikologi Universitas

Muhammadiyah Aceh pada tanggal 29 Agustus 2022. Surat izin penelitian dikeluarkan oleh Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh pada tanggal 30 Agustus 2022 dengan Nomor surat 341/UM.M6/F/2022. Surat tersebut ditujukan kepada Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Aceh.

2. Persiapan alat ukur

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua alat ukur dengan Skala *Likert* yaitu skala durasi penggunaan sosial media dan skala kestabilan emosi. Adapun skala kestabilan emosi disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Anestia (2018), yaitu optimisme, empati, kemandirian atau otomi, tenang, dan toleransi, sedangkan skala pengukuran durasi penggunaan sosial media Anggi (2012) menyebutkan bahwa aspek yang membentuk intensitas dan berkaitan dengan penggunaan media sosial yaitu, lamanya rentang waktu atau selang waktu sebuah keadaan yang berlangsung.

C. Pelaksanaan Penelitian

Setelah melaksanakan persiapan penelitian, kemudian peneliti melakukan persiapan penelitian di SMP Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar. Tahapan yang peneliti lakukan adalah sebagai berikut :

1. Penelitian pertama dilakukan pada tanggal 1 September 2022, dengan uji *try out* kepada 30 pelajar di SMP Negeri 1 Darul Imarah.
2. Penelitian kedua dilakukan pada tanggal 12 September 2022, peneliti melakukan penyebaran skala menggunakan kuesioner atau angket yang

dibagikan kepada 85 pelajar di SMP Negeri 1 Darul Imarah.

Pada saat melakukan penelitian, peneliti membagikan skala dengan menggunakan kuesioner atau angket. Saat menggunakan kuesioner, peneliti membagikan selebaran angket kuesioner kepada responden untuk mengisi skala tersebut sesuai petunjuk yang sudah dibuat dalam kuesioner. Hal tersebut dilakukan guna mempermudah peneliti untuk mengerjakan skala.

D. Pembahasan

1. Uji instrument

a. Validitas

Peneliti melakukan uji coba (*try out*) kepada 30 Pelajar Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar, peneliti melakukan uji validitas Untuk mengetahui kelayakan pada suatu item, penelitian ini menggunakan validitas isi. Pengujian validitas menggunakan analisis rasional oleh ahli yang berpengalaman atau *expert judgment* yaitu dosen pembimbing yang menyarankan untuk memperbaiki beberapa item.

Diskriminasi item dilakukan untuk melihat item gugur dan item valid dalam penelitian. Berdasarkan hasil analisis, item valid serta layak pakai pada skala durasi penggunaan sosial media yaitu sebanyak 24 item dan item yang gugur pada skala durasi penggunaan sosial media yaitu sebanyak 16 item dari 40 item.

Sementara pada skala kestabilan emosi hasil analisis item valid yang layak pakai sebanyak 27 item dan item yang gugur pada skala kestabilan emosi

sebanyak 13 item dari 40 item.

Tabel 4.
Hasil Validitas Skala Durasi Penggunaan Sosial Media (X) Sebelum Item Gugur Dibuang

No	Aspek Durasi Penggunaan Sosial Media	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Individu dapat mengetahui ketertarikannya pada media sosial	1,2,5	3,4	5
2.	Individu dapat mengetahui aktivitas yang disenanginya di media sosial	6,8,10	7,9	5
3.	Individu mampu memahami informasi yang didapatkan dari media sosial	11,13,15	12,14	5
4.	Individu mampu mengetahui target yang ingin dicapai dengan mengakses media	16,17,20	18,19	5
5.	Individu dapat mengetahui lamanya rentang waktu dalam mengakses media sosial	21,22,25	23,24	5
6.	Individu dapat mengetahui keinginannya ketika mengakses media sosial	26,27,30	28,29	5
7.	Individu dapat mengetahui interval waktu mengakses media sosial dalam jangka perhari	31,32,35	33,34	5
8.	Individu dapat mengetahui makna tersendiri ketika mengakses media sosial	36,37,40	38,39	5
Total		24	16	40

Sumber: Olah data SPSS Version 16.0 For Windows

Tabel 5.
Hasil Validitas Skala Durasi Penggunaan Sosial Media (X) Setelah Item Gugur Dibuang

No	Aspek Durasi Penggunaan Sosial Media	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Individu dapat mengetahui ketertarikannya pada media sosial	1,2	-	2
2.	Individu dapat mengetahui aktivitas yang disenanginya di media sosial	6,8	7	3
3.	Individu mampu memahami informasi yang didapatkan dari media sosial	11,12	-	2

4.	Individu mampu mengetahui target yang ingin dicapai dengan mengakses media	16,17	18,19	4
5.	Individu dapat mengetahui lamanya rentang waktu dalam mengakses media sosial	21,22,25	23	4
6.	Individu dapat mengetahui keinginannya ketika mengakses media sosial	26,30	-	2
7.	Individu dapat mengetahui interval waktu mengakses media sosial dalam jangka perhari	31,32,35	33	4
8.	Individu dapat mengetahui makna tersendiri ketika mengakses media sosial	36,37,40	-	3
Total		19	5	24

Sumber: Olah data SPSS Version 16.0 For Windows

Tabel 6.
Hasil Validitas Skala Kestabilan Emosi (Y) Sebelum Item Gugur Dibuang

No	Aspek Kestabilan Emosi	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Optimisme	1,2,5,6	3,4,7,8	8
2.	Empati	9,10,13,14	11,12,15,16	8
3.	Kemandirian	17,18,21,22	19,20,23,24	8
4.	Tenang	25,26,29,30	27,28,31,32	8
5.	Toleransi	33,34,37,38	35,36,39,40	8
Total		20	20	40

Sumber: Olah data SPSS Version 16.0 For Windows

Tabel 7.
Hasil Validitas Skala Kestabilan Emosi (Y) Sebelum Item Gugur Dibuang

No	Aspek Kestabilan Emosi	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Optimisme	1,2,5	3,4	5
2.	Empati	9,13,14	11,12,15	6
3.	Kemandirian	17,21,22	20,24	5
4.	Tenang	25,30	27,31	4
5.	Toleransi	33,34	35,36,39,40	6
Total		13	13	26

Sumber: Olah data SPSS Version 16.0 For Windows

b. Reliabilitas

Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan formula *chronbach alpha*. Hasil uji reliabilitas pada skala durasi penggunaan sosial media sebelum item buruk dibuang adalah 0,878 dari 40 item dan setelah item buruk dibuang mendapatkan nilai *chronbach alpha* sebesar 0,935 dari 24 item yang valid.

Sementara hasil uji reliabilitas pada skala kestabilan emosi sebelum item buruk dibuang adalah 0,838 dari 40 item dan setelah item buruk dibuang mendapatkan nilai *chronbach alpha* sebesar 0,900 dari 27 item yang valid. Untuk lebih detail dapat dilihat pada tabel 8 dan 9 berikut ini.

Tabel 8.
Hasil Uji Reliabilitas Sebelum Item Buruk Dibuang

Skala	Jumlah Item	<i>Chronbach alpha</i>
Durasi Penggunaan Sosial Media	40	0,878
Kestabilan Emosi	40	0,838

Sumber: Olah data SPSS Version 16.0 For Windows

Tabel 9.
Hasil Uji Reliabilitas Setelah Item Buruk Dibuang

Skala Variabel	Jumlah Item	<i>Chronbach alpha</i>
Durasi Penggunaan Sosial Media	24	0,935
Kestabilan Emosi	27	0,900

Sumber: Olah data SPSS Version 16.0 For Windows

2. Deskripsi Subjek Penelitian Dan Data Penelitian

a. Deskripsi subjek penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah siswa SMPN 1 Darul Imarah, berjenis kelamin perempuan dan laki-laki dengan kategori usia remaja awal, yaitu 12 sampai 16 tahun. Alasan pada penentuan sampel disebabkan karena pada masa remaja awal kondisi kestabilan emosi untuk seseorang masih labil dan belum

dapat dikontrol maka sangat dominan untuk dilihat bagaimana kestabilan emosinya dalam menggunakan sosial media.

b. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian untuk menggambarkan gambaran penelitian secara statistik dengan fokus terhadap penyajian dan klasifikasi data. Klasifikasi merupakan tingkat kategorisasi durasi penggunaa sosial media dan kestabilan emosi pada remaja SMP Negeri 1 Darul Imarah. Kemudian klasifikasi ini akan ditempatkan sesuai dengan jenjang tertentu serta bersifat kontinu untuk setiap variabel yang diukur (Azwar, 2012). Adapun jenjang tersebut dibagi dengan tingkat rendah, sedang, dan tinggi. Sebelum menentukan jenjang kategorisasi, peneliti perlu melakukan analisis deskripsi statistik melalui *SPSS Version 16.0 for Windows* untuk memperoleh nilai minimum, maksimum, rata-rata, dan standar deviasi. Adapun hasil dari deskripsi statistik pada data penelitian ini dapat dilihatpada tabel berikut:

Tabel 10.
Nilai Mean Dan Standar Deviasi Variabel Durasi Penggunaan Sosial Media.

Skala Pengkategorian Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Durasi Penggunaan Sosial Media	85	53	113	82.93	12.765
Kestabilan Emosi	85	73	119	94.14	10.236
Valid N (listwise)	85				

Sumber: Hasil Olah Data SPSS Version 16.0, 2022

Berdasarkan data pada tabel di atas, dapat dilihat nilai rata-rata dan standar deviasi pada kedua skala. Pada skala durasi penggunaan sosial media diperoleh nilai rata-rata sebesar 82,93 atau dibulatkan menjadi 83 dan nilai

standar deviasi sebesar 12,765 atau sama dengan 13, sedangkan pada skala kestabilan emosi diperoleh nilai rata-rata sebesar 94,14 dan nilai standar deviasi sebesar 10,236. Nilai rata-rata dan standar deviasi setiap skala penelitian ini diperlukan untuk menentukan nilai rentang kategorisasi menggunakan rumus kategorisasi Azwar (2012) yang terbagi menjadi kategori rendah, sedang, dan tinggi untuk masing- masing skala. Adapun persamaan dari kategorisasi Azwar (2012) untuk setiap jenjang kategori pada durasi penggunaan sosial media dan kestabilan emosi adalah sebagai berikut:

Tabel 11.
Norma Pengkategorian

No.	Tingkat/Kategori	Skor
1.	Rendah	$X < (M - 1.SD)$
2.	Sedang	$X < (M - 1.SD) \leq X (M+1.SD)$
3.	Tinggi	$(M+1.SD) \leq X$

Nilai rata-rata dan standar deviasi sebelumnya disubstitusikan kedalam rumus kategorisasi di atas, sehingga diperoleh persamaan untuk setiap jenjang kategori pada skala durasi penggunaan sosial media dan kestabilan emosi. Berdasarkan norma standar pada tabel maka diketahui skor masing-masing kategori adalah sebagai berikut:

Tabel 12.
Kategorisasi Interval Skala Durasi Penggunaan Sosial Media (X) dan Kestabilan Emosi (Y)

No.	Tingkatan/Kategori	Skala Interval Variabel	
		Durasi Penggunaan Sosial Media (X)	Kestabilan Emosi (Y)
1.	Rendah	$X < 84$	$X < 70$
2.	Sedang	$84 \leq X < 104$	$70 \leq X < 96$
3.	Tinggi	$104 \leq X$	$96 \leq X$

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan nilai kategorisasi untuk jenjang rendah, sedang, dan tinggi. Sebelum menentukan nilai rentang masing-masing jenjang skala penelitian perlu diketahui terlebih dahulu Skala interval variabel nilai terendah atau minimum dan nilai tertinggi atau maksimum. Skala pada kategori rendah dibawah 84, kategori sedang berada pada rentang nilai antara 84 – 104, sedangkan kategori tinggi berada pada rentang nilai 104 dan 104 keatas. Kemudian pada skala kestabilan emosi dengan kategori rendah dimulai pada rentang nilai dibawah 70, kategori sedang berada pada rentang nilai antara 70 – 96, sedangkan kategori tinggi berada pada rentang nilai 96 dan diatas 96.

Setelah ditentukan nilai rentang setiap kategori masing-masing skala penelitian. Selanjutnya dianalisis frekuensi dan persentase untuk skala durasi penggunaan sosial media dan skala kestabilan emosi pada remaja SMP Negeri 1 Darul Imarah melalui analisis statistik yaitu *descriptive frequency* melalui SPSS *version 16.0 for Windows*. Hasil dari analisis frekuensi dan persentase kategorisasi skala durasi penggunaan sosial media dan skala kestabilan emosi pada remaja SMP Negeri 1 Darul Imarah terdapat pada tabel berikut:

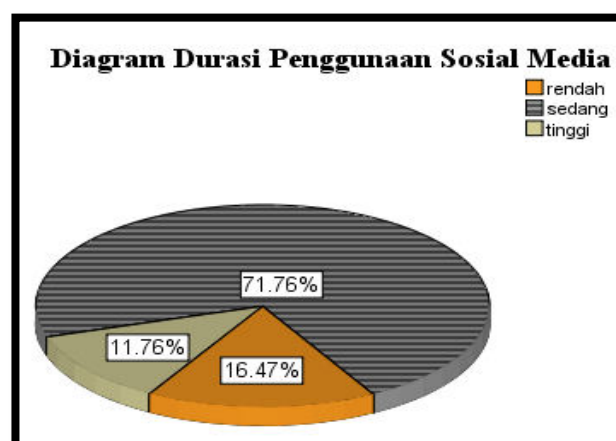
Tabel 13
Persentase Kategorisasi Durasi Penggunaan Sosial Media dan Kestabilan Emosi pada Remaja SMP Negeri 1 Darul Imarah

No	Tingkatatan / Kategori	Frekuensi Variabel		Persentase (%)	
		Durasi Penggunaan Sosial Media (X)	Kestabilan Emosi (Y)	Durasi Penggunaan Sosial Media (X)	Kestabilan Emosi (Y)
1.	Rendah	14	14	16,5	16,5
2.	Sedang	61	55	71,8	64,7
3.	Tinggi	10	16	11,8	18,8
Total		85	85	100%	100%

Sumber: Hasil Olah Data SPSS Version 16.0, 2022

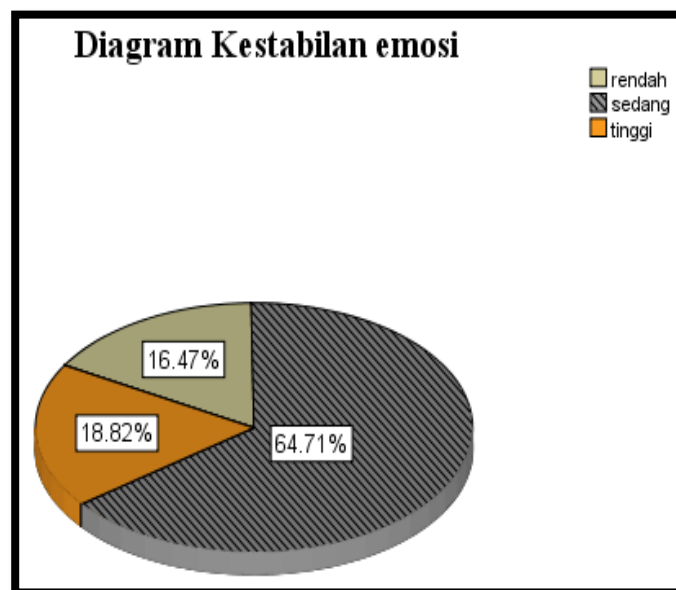
Berdasarkan data pada tabel di atas, dapat dilihat mayoritas dari remaja SMP Negeri 1 Darul Imarah memiliki durasi penggunaan sosial media dengan kategori sedang sebanyak 61 siswa atau sebesar 71,8%, dan pada kategori tinggi sebanyak 10 siswa atau sebesar 16%, sedangkan minoritas durasi penggunaan sosial media pada remaja SMP Negeri 1 Darul Imarah berada pada kategori rendah sebanyak 14 siswa atau sebesar 16,5%. Kemudian untuk kestabilan emosi pada remaja SMP Negeri 1 Darul Imarah, mayoritas siswa juga berada pada kategori sedang sebanyak 55 orang siswa atau sebesar 64,7%, dan diikuti pada kategori tinggi sebanyak 16 orang siswa atau sebesar 18,8%, sedangkan minoritas kestabilan emosi remaja SMP Negeri 1 Darul Imarah berada pada kategori rendah sebanyak 14 orang siswa atau sebesar 16,5%. Data ini menunjukkan semakin tinggi durasi penggunaan sosial media yang dimiliki remaja, maka semakin tinggi pula kestabilan emosi yang dimilikinya. Adapun diagram untuk durasi penggunaan sosial media dan kestabilan emosi dapat dilihat pada gambar 1 berikut ini.

Gambar 1.
Diagram Durasi Penggunaan Sosial Media Remaja SMPN 1 Darul Imarah



Berdasarkan pada gambar 1 di atas, dapat dilihat bahwa variabel durasi penggunaan sosial memiliki kategorisasi yang berbeda, merujuk dengan gambar diagram yang tertera menunjukkan bahwa penggunaan sosial media pada remaja SMP Negeri 1 Darul Imarah dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 71,76% sesuai dengan diagram yang diarsis diatas merupakan kategori dominan. Sedangkan sisanya 16,47% masuk kedalam kategori rendah, dan 11,76% masuk dalam kategori tinggi. Adapun diagram gambar untuk variable kestabilan emosi dapat lihat pada gambar berikut ini.

Gambar 2.
Diagram Kestabilan Emosi Remaja SMPN 1 Darul Imarah



Berdasarkan pada gambar 2 diatas, dapat dilihat bahwa variabel kestabilan emosi memiliki kategorisasi yang berbeda, sesuai dengan gambar diagram yang tertera menunjukkan bahwa kestabilan emosi pada remaja SMP Negeri 1 Darul Imarah dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 64,71% sesuai dengan diagram yang diarsis diatas merupakan kategori dominan. Sedangkan

sisanya 16,47% masuk kedalam kategori rendah, dan 18,82% masuk dalam kategori tinggi.

3. Uji Normalitas

Uji Normalitas yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogorov Smirnov Test* untuk melihat sebaran data suatu kelompok berdistribusi normal atau tidak. Persebaran data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai $p > 0,05$ dan dinyatakan tidak berdistribusi normal apabila nilai $p < 0,05$. Peneliti menjabarkan hasil ujinormalitas pada tabel berikut:

Tabel 14.
Hasil Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

Klasifikasi Uji Normalitas		Durasi Penggunaan Sosial Media	Kestabilan Emosi
N		85	85
Normal Parameters ^a	Mean	82.93	94.14
	Std. Deviation	12.765	10.236
Most Extreme Differences	Absolute	.101	.082
	Positive	.061	.082
	Negative	-.101	-.076
Kolmogorov-Smirnov Z		.932	.761
Asymp. Sig. (2-tailed)		.350	.609
a. Test distribution is Normal.			

Sumber: Olah data Spss Version 16.0 For Windows

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi durasi penggunaan social media $0,350 > 0,05$ dan untuk kestabilan emosi yaitu $0,609 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal karena nilai $p > 0,05$.

4. Uji Linearitas

Uji linieritas pada penelitian ini menggunakan *Test for Linierity*, untuk mengetahui hubungan linier atau tidak antar dua variabel secara signifikan. Dua variabel dinyatakan linier apabila nilai signifikansi $p < 0,05$ dan dinyatakan tidak linier apabila nilai signifikansi $p > 0,05$. Peneliti menjabarkan hasil uji linieritas pada tabel berikut:

Tabel 15.
Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kestabilan Emosi * Durasi Penggunaan Sosial Media	Between Groups	(Combined)	4936.023	36	137.112	1.703	.042
		Linearity	1018.181	1	1018.181	12.647	.001
		Deviation from Linearity	3917.842	35	111.938	1.390	.143
	Within Groups		3864.283	48	80.506		
	Total		8800.306	84			

Sumber: Olah data Spss Version 16.0 For Windows

Berdasarkan tabel hasil uji linieritas di atas, dapat dilihat bahwa kedua variabel menunjukkan nilai F sebesar 12,647 dengan nilai signifikansi 0,001 atau $p < 0,05$ yang artinya kedua variabel memiliki hubungan yang linear. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel durasi penggunaan social media dan kestabilan emosi.

5. Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji asumsi, data ini menunjukkan data yang berdistribusi normal dan memiliki hubungan linear antara kedua variabel penelitian. Oleh karena itu selanjutnya peneliti melakukan hipotesis yaitu dengan analisis uji

korelasi product moment dari *Karl Pearson*. Kriteria pengambilan keputusan hipotesis melalui uji korelasi adalah jika nilai $p < 0,01$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak, sebaliknya jika nilai $p > 0,01$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak (Gunawan, 2015). dimana untuk mengetahui hubungan kedua variabel dalam penelitian ini peneliti menjabarkan hasil analisis uji korelasi dalam tabel hasil dari analisis korelasi *product moment pearson correlation* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 16.
Hasil Uji Hipotesis

Correlations			
		Durasi Penggunaan Sosial Media	Kestabilan Emosi
Durasi Penggunaan Sosial Media	Pearson Correlation	1	-.340**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	85	85
Kestabilan Emosi	Pearson Correlation	-.340**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	85	85
**.			<i>Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).</i>

Sumber: Olah data *Spss Version 16.0 For Windows*

Berdasarkan uraian tabel di atas, maka hasil analisis uji korelasi dapat dilihat bahwa hubungan kedua variabel penelitian dengan nilai *pearson correlation* sebesar -0,340 dan signifikansi *2 tailed* 0,001 atau $p = 0,001$. Karena hasil signifikansi sesuai dengan 0,001 maka dapat dikatakan ada hubungan sangat signifikan antara durasi penggunaan social media dengan kestabilan emosi.

Selanjutnya, karena hasil nilai *pearson correlation* bernilai negatif (-) yaitu sebesar -0,340, maka dapat disimpulkan semakin tinggi durasi penggunaan sosial media yang diberikan orangtua maka semakin rendah pula kestabilan emosi pada remaja.

E. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis dari table uji hipotesis di atas menunjukkan nilai *pearson correlation* sebesar -0,340, karena nilai korelasi bernilai (-) maka kedua variabel berkorelasi negatif, dimana semakin tinggi durasi penggunaan sosial media maka semakin rendah pula tingkat kestabilan emosi.

Sedangkan nilai signifikan kedua variabel sebesar 0,001 atau sama nilai dengan 0,001. Karena nilai signifikan sama dengan 0,001, maka telah memenuhi uji hipotesis. Berdasarkan hasil yang telah dibahas di atas disimpulkan ada hubungan yang sangat signifikan antara durasi penggunaan sosial media (X) dengan kestabilan emosi (Y) pada remaja pengguna sosial media di SMPN 1 Darul Imarah secara negatif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi durasi penggunaan sosial media maka semakin rendah pula tingkat kestabilan emosi.

Terkait hasil kategorisasi data penelitian pada 85 remaja SMPN 1 Darul Imarah di klasifikasikan memiliki durasi penggunaan sosial media dan kestabilan emosi yang berbeda-beda. Dimana dari 85 responden siswa remaja SMP Negeri 1 Darul Imarah yang diteliti didapatkan 10 orang memiliki durasi penggunaan sosial media dengan kategori tinggi yaitu sebesar 11,8%, kemudian 61 orang masuk kedalam kategori sedang yaitu sebesar 71,8%, dan sisanya sebanyak 14

orang masuk kedalam kategori rendah dengan persentase 16,5%. Kemudian untuk kategorisasi tingkat kestabilan emosi diperoleh kategori rendah sebanyak 14 orang dengan persentase 16,5%, kategori sedang sebanyak 55 orang dengan persentase 64,7% dan kategori tinggi sebanyak 16 orang dengan persentase 18,8%. Hasil pengamatan pada siswa remaja khususnya di SMP Negeri 1 Darul Imarah didapatkan hasil bahwa para siswa remaja menggunakan durasi penggunaan sosialmedia yang rata-rata sedang namun adapula yang tinggi.

Hasil wawancara awal yang peneliti lakukan pada 30 responden rata-rata diperoleh informasi bahwasanya siswa remaja banyak yang berlebihan dalam menggunakan sosial media, tidak mengenal waktu dan tempat. Adapun ketika orang tua melarang menggunakan handpone pada saat sekolah anak lebih mudah marah. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan sosial media berhubungan erat terhadap kestabilan emosi remaja di SMP Negeri 1 Darul Imarah.

Berdasarkan pembahasan diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara durasi penggunaan sosial media (X) dengan kestabilan emosi (Y) pada remaja SMP Negeri 1 Darul Imarah. Kemudian dengan demikian dapat di tarik kesimpulan bahwa hipotesis nihil (H_0) diterima dan hipotesis alternative (H_a) ditolak, yang artinya semakin tinggi durasi penggunaan sosial media maka semakin tinggi pula kestabilan emosi pada remaja.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh durasi penggunaan sosial media terhadap kestabilan emosi pada remaja SMP Negeri 1 Darul Imarah. Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa ada pengaruh durasi penggunaan sosial media terhadap kestabilan emosi, yang artinya

hipotesis yang diajukan diterima, yaitu hipotesis H_a diterima dan H_o ditolak. Berdasarkan hasil dan pembahasan tersebut diatas bahwa terdapat pengaruh antara durasi penggunaan sosial media terhadap kestabilan emosi remaja siswa yang berarti bahwa durasi penggunaan sosial media memiliki kontribusi dan keterkaitan terhadap kestabilan emosi pada remaja di SMPN 1 Darul Imarah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang oleh Kayuan & Tobing (2021) dengan judul Pengaruh empati dan *moral disengagement* terhadap perilaku prososial pada remaja yang tinggal di kota dan desa. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa empati dan moral disengagement memiliki pengaruh terhadap perilaku prososial sebesar 11% dan 89% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain, empati dapat meningkatkan perilaku prososial sebesar 35% sedangkan moral tidak mempunyai pengaruh secara parsial terhadap perilaku prososial.

Emosi yang stabil mengarahkan seseorang untuk dapat memusatkan perhatian pada aktivitas yang dijalani, percaya diri, dan dapat menggunakan pikiran atau kecerdasannya dengan baik. Belajar akan menghasilkan perubahan-perubahan dalam diri seseorang. Se jauh mana perubahan yang terjadi dapat diketahui melalui penilaian.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka didapat beberapa simpulan sebagai berikut.

1. Adanya hubungan signifikan antara durasi penggunaan sosial media dengan kestabilan emosi pada remaja di SMP Negeri Darul Imarah, di mana nilai signifikansi $p < 0,001$ yaitu $0,000 < 0,001$ dan artinya adalah H_a diterima.
2. Tingkat kategorisasi pada variabel durasi penggunaan sosial media mayoritasnya berada pada kategori sedang dengan persentase 71,8% , dan minoritasnya berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 11,8%, sedangkan sisanya sebesar 16,5% berada pada kategori rendah. Kemudian pada variabel kestabilan emosi mayoritasnya berada pada kategori sedang dengan persentase 64,7% , dan minoritasnya berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 18,8%, sedangkan sisanya sebesar 16,5% berada pada kategori rendah.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dipaparkan sebelumnya, terdapat beberapa saran yang bisa dijadikan masukan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Bagi Guru dan Remaja SMPN 1 Darul Imarah

Guru harus lebih adaptif dan menggali berbagai potensi yang ada dalam diri siswa dengan mencoba peluang dengan mencari berbagai alternatif penyelesaian masalah agar siswa tidak hanya fokus dengan sosial media yang tidak menguntungkan. Siswa juga harus lebih kritis dalam menilai berita yang terdapat di media sosial dan harus lebih selektif dalam menggunakan waktu untuk media sosial agar emosi dapat dikontrol dan tidak menimbulkan kecanduan penggunaan sosial media.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian serupa dengan menggunakan metode kualitatif agar dapat menggambarkan secara keseluruhan mengenai kestabilan emosi dan penggunaan sosial media pada remaja dan dewasa. Kemudian peneliti selanjutnya juga dapat meninjau faktor lain yang mampu mengembangkan dalam kestabilan emosi agar lebih terkontrol.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, H. (2021). Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling (JRbk)*, 6(2),1354-1364.
- Alfaiz, F., Hengki, Y., Asrofu, K., Rila, R.M., Nofrita., Dosi, J., (2019). Pendekatan Tazkiyatun An-Nafs untuk membantu mengurangi emosi negatif klien. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9 (1) 65- 78.
- Anggi, E. . (2012). *Hubungan antara Intensitas Menonton Sinetron Televisi terhadap Perilaku Imitasi Gaya Hidup Artis pada Remaja*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Anestia, U. S. (2019). *Hubungan Antara Konsep Diri Dan Kestabilan Emosi Dengan Kecenderungan Narsistik Mahasiswa Pengguna Media Sosial* (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Antara, J. (2020). *Lima Sosial Media Paling Populer Di Dunia Pada Q2 2020*. www.antaranews.com (Diakses 24 Desember 2021).
- Arafiq . (2020). Dampak Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Suatu Masyarakat. *Global Komunika*, 1(1) 18-29.
- Arianto, N & Albani, A. F. (2018). Pengaruh Kualitas Produk Dan Harga Terhadap Keputusan Pembelian Smartphone Pada Samsung Store Mall Bintaro Exchange. *JIMF (Jurnal Ilmiah Manajemen Forkamma)*, 1 (3) 1-14.
- Azhari, S. S., Budiman, B., & Marliyani, E. (2021). Hubungan Durasi Penggunaan dan Fungsi Gadget dengan Masalah Emosional pada Anak di Bandung. *Prosiding Pendidikan Dokter*, 7(1), 406-411.
- Dwivedi, Y. K., Kelly, G., Janssen, M., Rana, N. P., Slade, E. L., & Clement, M. (2018). Sosial media: The good, the bad, and the ugly. *Information Systems Frontiers*, 20 419-423.
- Fauziah, S., Hacantya, B. B., Paramita, A. W., & Saliha, W. M. (2020). Kontribusi Penggunaan Media Sosial Dalam Perbandingan Sosial Pada Anak-Anak Akhir. *Psycho Idea*, 18 (2) 91-103.
- Fhadila, K. D. (2017). Menyikapi Perubahan Perilaku Remaja. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia - JPGI*, 2 (2), 16-23.
- Fitriansyah, F. (2018). Efek Komunikasi Massa Pada Khalayak (Studi Deskriptif Penggunaan Media Sosial dalam Membentuk Perilaku Remaja). *Cakrawala-Jurnal Humaniora*, 18 (2) 171-178.

- Handayani, S. S. (2018). *Naskah Publikasi: Regulasi Emosi Pada Pengguna* Surakarta: Tidak diterbitkan.
- Ibrahim, A. R., Rohaeti, E. E., & Suherman, M. M. (2020). Gambaran Penggunaan Sosial Media Pada Siswa Sekolah Menengah Atas. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 3(5), 197-201.
- Kristanti, D. (2018). Implementasi Kebijakan Pengelolaan Pengurus Kelompok Belajar Skema Baru Di Universitas Terbuka. *Jurnal Pendidikan Terbuka dan Jarak Jauh*, 9 (2) 73-86.
- Levenson, R. W., Ekman, P., Heider, K., & Friesen, W. V. (1992). *Emotion and autonomic nervous system activity in the Minangkabau of west Sumatra. Journal of personality and social psychology*, 62(6), 972.
- Lidiawati, M. (2016). Hubungan sanitasi lingkungan dengan angka kejadian diare pada balita di wilayah kerja Puskesmas Meuraxa tahun 2016. Serambi Siantia: *Jurnal Sains dan Aplikasi*. Vol 4 No. (2).
- Meilinda, N. (2018). SOCIAL MEDIA ON CAMPUS: Studi Peran Media Sosial sebagai Media Penyebaran Informasi Akademik pada Mahasiswa di Program Studi Ilmu Komunikasi FISIP UNSR. *The Journal of Society & Media*, 2 (1) 53-64.
- Noor, N & Munandar, I. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif (Tipe TAI dan TPS) dan Aktivitas Belajar terhadap Hasil Belajar Matematika: Eksperimen Pada Kelas X SMK Kosgoro Karawang. *Jurnal Ilmu Pendidikan STKIP Kusuma Negara*, 11 (1) 65-75.
- Nurba, I. (2021). *Pengaruh Kepuasan Kerja Terhadap Prestasi Kerja Karyawan Bagian Pengolahan Dan Teknik Pada Ptp. Nusantara Xiv (Persero) Pabrik Gula Camming Kabupaten Bone* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Makassar).
- Punkasaningtiyas, R. (2018). *Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Tidur, Kestabilan Emosi dan Kecemasan Sosial pada Remaja di SMAN 20 Surabaya* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Putra, A. K., & Yasa, G. P. P. A. (2019). Komik Sebagai Sarana Komunikasi Promosi Dalam Media Sosial. *Jurnal Nawala Visual*, 1 (1) 1-8.
- Putri, W. S. R., Nurwati, N., & Budiarti, M. (2019). Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(1).

- Putro, Z. K. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. Aplikasi: *Jurnal Aplikasi Ilmu Ilmu Agama*, 17(1), 25–32.
- Rahadiyan, A. (2018). *Hubungan Antara Intensitas Menggunakan Social Media Instagram Dengan Kematangan Emosi Pada Remaja* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Ratnamulyani, I. A., & Maksudi, B. I. (2018). Peran Media Sosial Dalam Peningkatan Partisipasi Pemilih Pemula Dikalangan Pelajar Di Kabupaten Bogor. *Sosiohumaniora - Jurnal Ilmu-ilmu Sosial dan Humaniora*, 20 (2) 154 - 161.
- Ridha, N. (2017). Proses penelitian, masalah, variabel dan paradigma penelitian. *Jurnal Hikmah*. Vol. 14 No. (1), 62-70.
- Riani, A. H. (2018). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kestabilan Emosi Pada Remaja yang Sedang Putus Cinta* (Doctoral dissertation, Unika Soegijapranata Semarang).
- Rosa M. L. (2020). *Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Gangguan Mental Emosional Pada Remaja S1 Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Ponorogo*. (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Ponorogo).
- Sabekti, R. (2019). *Hubungan intensitas penggunaan media sosial (jejaring sosial) dengan kecenderungan narsisme dan aktualisasi diri remaja akhir*(Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Sarwono. (2017). *Psikologi Remaja, Edisi Revisi*. Jakarta : Raja Grafindo Persada
- Sari, D. O., Drupadi, R., & Syarudin, U. (2021). Peran Orang Tua Dalam Proses Penyesuaian Diri Anak Usia Dini Terhadap Kegiatan Pembelajaran Di Rumah. *PEDAGOGI*, 7 (2) 33–40.
- Semiun, Y. (2019). *Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Rajawali. Pers.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, (2013). *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis dan Disertasi*, Cet. 1. Bandung: Alfabeta.
- Sulaimiah, D. S., & Supyateno, D. (2020). Kepemimpinan, Karakteristik Pekerjaan, Prospek Karir dalam Memotivasi Kerja Karyawan. Distribusi- *Journal of Management and Business*. Vol. 8 No. (2), 197-206.
- Sumanjaya, P. (2018). Hubungan Komunikasi Interpersonal Terhadap Kinerja Karyawan Divisi Sekretaris Perusahaan PT. Perkebunan Nusantara V

Pekanbaru (*Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*).

The perspective of European children. Full Findings. LSE, London: EU Kids Online.

Tegar, VDWISW. (2021). *Pemberdayaan Kelompok Tani Bawang Putih Melalui Inovasi Garlic Powder Pada Masa Pandemi Covid - 19 [Experiment]*.

Utami, C. D. (2018). *Hubungan antara penggunaan sosial media dengan kestabilan emosi pada remaja* (Doctoral dissertation, Universitas 17 Agustus 1945).

Wulandari, C., & Efendi, D. (2022). Pengaruh profitabilitas terhadap nilai perusahaan dengan corporate social responsibility sebagai variabel moderasi. *Jurnal Ilmu dan Riset Akuntansi (JIRA)*. Vol. 11 No. (6).

LAMPIRAN 1. SKALA KUESIONER TRY OUT

SKALA KUESIONER TRY OUT

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Saya Dea Nadhifah salah satu mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang sedang melakukan penelitian dalam rangka memenuhi keperluan penelitian. Oleh karena itu saya memohon ketersediaan adik-adik siswa untuk mengisi angket ini sesuai dengan keadaan diri adik-adik yang sesungguhnya. Tidak ada jawaban benar atau salah. Selamat mengerjakan dan terimakasih ataspartisipasinya.

Wassallamu'alaikum Wr. Wb

I. DATA DIRI RESPONDEN

Nama :
Usia :
Jenis Kelamin :
Kelas :

II. PETUNJUK PENGISIAN

Baca dan pahami terlebih dahulu setiap pertanyaan dalam angket ini dengan teliti. Kemudian, pilih salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan diri anda dari 5(Lima) buah jawaban yang telah disediakan.

SS = Sangat Setuju TS = Tidak Setuju
S = Setuju STS = Sangat Tidak Setuju
N = Netral

Contoh:

No.	Pertanyaan	SS	S	N	TS	STS	F/U
1	Saya mencari referensi di media sosial		<input type="checkbox"/>				F

SELAMAT MENGERJAKAN

SKALA BAGIAN I. DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL

I. Bacalah dan pahami setiap pernyataan di bawah ini. Beri tanda centang (✓) pada jawaban yang sesuai dengan kondisi anda.

Item Pertanyaan	SS	S	N	TS	STS	F/U
1. Berkomunikasi lewat media sosial lebih mudah daripada berkomunikasi secara langsung						F
2. Menurut saya, bermain media sosial sangat menyenangkan						F
3. Saya bosan ketika bermain media sosial						U
4. Ketika bercerita melalui media sosial dapat memunculkan kesalahpahaman						U
5. Saya bermain media social kerana pengaruh teman						F
6. Saya suka update kegiatan sehari – hari di media sosial						F
7. Saya tidak suka updatestatus di media sosial						U
8. Saya bermain media sosial tidak hanya untuk berkomunikasi saja						F
9. Saya sering melupakan teman yang berada disamping ketika bermain media sosial						U
10. Saya senang membagikan konten motivasi di mediasosial						F
11. Banyak manfaat yang saya dapatkan ketika bermain media sosial						F
12. Saya tidak bisa membedakan berita hoaxdan asli di media sosial						U
13. Saya berdiskusi dengan teman-teman melalui media sosial						F
14. Saya lebih senang berdiskusi melalui tatap muka dari pada melalui media sosial						U
15. Saya tidak percaya dengan berita yang viral di mediasosial						F
16. Saya senang berkomunikasi melalui media Sosial						F
17. Saat bermain media sosial, perasaan saya menjadi lebih baik						F
18. Saya tidak puas dengan konten-konten yang ada di media sosial						U

19. Saya sibuk mengakses media sosial sampai lupadari dan melalaikan kewajiban						U
20. Informasi yang saya dapatkan hanya untuk pribadi bukan untuk orsng lain						F
21. Saya dapat mengontrol diri ketika mengakses mediasosial						F
22. Saya tidak tenang apabila tidak bermain media sosial lebih dari 3-4 jam						F
23. Bermain media sosial terlalu lama dapat membuang-buang waktu						U
24. Dengan mengakses mediasosial terlalu lama dapat membuat saya bosan						U
25. Saya gelisah jika tidak bermain media sosial dengan waktu yang lama						F
26. Saya dapat informasi pembelajaran melalui media sosial						F
27. Saya mengakses media sosial ketika sudah selesaimengerjakan tugas dari sekolah						F
28. Saya mengakses mediasosial saat butuh saja						U
29. Saya tidak bisa mengontrol waktu bermain media sosial						U
30. Menghabiskan waktu dengan bermain sosial media membuat pikirantenang dan hati senang						F
31. Dalam sehari, saya dapatmembuka media sosial lebih dari 15 kali						F
32. Setiap hari saya tidak bisaketinggalan mengakses media sosial						F
33. Media sosial hanya menyitawaktu saja						U
34. Saya dapat tidak bermainmedia sosial dalam sehari						U
35. Jika tidak memiliki kuotauntuk membuka media sosial, saya akan gelisah						F
36. Saya tidak bisa jauh darimedia sosial						F
37. Saat bermain media sosial, mood saya menjadi lebihbaik						F
38. Saya tidak ketergantungan dalam bermain media sosial						U
39. Saya tidak pernah bermainmedia sosial ketika jam pelajaran berlangsung						U
40. Media sosial membuat hidup saya lebih mudah dan tidak kosong						F

SKALA BAGIAN II. KESTABILAN EMOSI

- I. Bacalah dan pahami setiap pernyataan di bawah ini. Beri tanda centang (√) pada jawaban yang sesuai dengan kondisi anda.

Item Pernyataan	SS	S	N	TS	STS	F/U
1. Saya merasa yakin dengan kemampuan mengendalikan emosisaya						F
2. Saya berjuang mendapatkan apa yang saya mau						F
3. Saya putus asa jika mengalami kegagalan						U
4. Saya merasa diri selalu mendapatkan nasib buruk						U
5. Saya senang ketika melakukan sesuatu dan selalu semangat						F
6. Saya merasa tertantang ketika mengakses hal hal yang sulit dihadapi						F
7. Saya merasa sedih ketika melihat orang lain jauh lebih baik daripada sayadi media sosial						U
8. Saya mudah bosan ketika melakukan sesuatu						U
9. Saya ikut merasakan jika teman saya dalam kesusahan						F
10. Saya mudah memaafkanorang lain						F
11. Saya tidak mendengarkan cerita bahagia teman saya disaat saya punya masalah						U
12. Saya menghindar saatteman akan meminta bantuan						U
13. Saya senang ketika mendapat dukungan dan pujian dari teman-teman						F
14. Saya terganggu jika teman lebih mementingkan media sosial disaat kumpul bersama						F

15. Saya bahagia ketika berkumpul dengan teman-teman dan tidak asyik sendiri dengan mediasosial						U
16. Saya melewati konten-konten yang berbau kebersamaan karena membuang waktu						U
17. Saya belajar dari pengalaman						F
18. Saya terbiasa melakukan sesuatu sendiri						F
19. Saya menyelesaikan masalah tanpa bantuan orang lain						U
20. Saya merasa kurang berdaya dan membutuhkan dukungandari orang lain untuk mengatasi masalah atau kegagalan						U
21. Saya merasa dapat melakukan sesuatu dengan baik dan tuntas						F
22. Memilih belajar daripada bermain						F
23. Sulit bagi saya berfikir positif di segala aspek danmemulai melakukan sesuatu						U
24. Saya merasa berdebar-debar dan ragu dalam melakukan sesuatu						U
25. Saya dapat menerima jika terjadi perubahan tiba-tiba						F
26. Saya tetap dapat merasa tenang meski orang-orangdi sekitar Saya panik dan keadaan kacau						F
27. Saya marah saat mendapat sesuatu yanglebih buruk dari teman						U
28. Saya mudah merasa panik						U
29. Lebih memilih mengalah daripada terjadi keributan						F
30. Diam lalu dengan tenangmenjelaskan masalah yang ditujukan kepadaanda						F
31. Ikut marah sambil memukul atau membanting barang disekitar saat dimarahi						U
32. Tidak menerima jika terjadi kesalahpahaman yang menyudutkan anda						U
33. Saya menghargai setiap keputusan orang lain						F
34. Saya bersedia untuk kehilangan jatah berliburkarena harus membantu teman yang membutuhkan bantuan						F

35. Saya menyalahkan orang lain saat mengalami kegagalan						U
36. Saya berusaha memberikan pelajaran yang setimpal kepada orang yang telah berbuat salah kepada Saya						U
37. Lebih hati-hati dalam bertindak dan berkata						F
38. Membuat perencanaan sebelum memulai hal yang ingin dilakukan dengan cermat						F
39. Tidak mementingkan proses yang penting hasil						U
40. Saya mudah terpengaruh lingkungan sekitar tanpa melihat kejadian yang sebenarnya						U

TERIMAKASIH ATAS PARTISIPASNYA

LAMPIRAN 2. TABULASI DATA SKALA TRY OUT

1. Tabulasi Data Skala Durasi Penggunaan Sosial Media (X)

NO	Skala Aitem Durasi Penggunaan Sosial Media (X)																																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	
1	3	5	2	1	4	5	3	5	1	5	4	1	3	1	3	5	3	3	5	3	5	3	2	2	5	2	4	2	2	3	5	5	2	1	3	2	3	3	2	5	
2	2	3	4	2	1	1	4	4	5	4	4	4	4	1	4	3	3	3	4	2	3	3	1	1	1	4	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	4	2	1	2
3	2	3	4	2	1	1	4	4	5	4	4	4	4	1	4	3	3	3	5	2	3	3	1	1	1	4	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	4	2	1	2
4	5	5	4	3	3	3	3	5	2	4	5	3	5	3	2	5	5	2	3	5	5	5	5	4	4	5	3	4	1	5	5	5	4	3	3	4	5	3	2	5	
5	5	5	5	3	2	3	4	5	1	5	3	4	5	2	2	5	5	3	3	2	5	5	4	3	3	4	3	3	3	5	3	4	3	4	4	4	4	4	3	2	5
6	3	5	4	1	5	3	3	5	4	3	5	3	4	1	3	5	3	2	4	3	5	3	3	3	3	5	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4
7	5	5	5	5	1	5	3	4	2	5	5	5	5	1	5	5	5	3	5	4	5	5	1	3	4	5	5	2	5	5	3	2	5	5	3	5	4	3	5	5	
8	4	5	3	1	5	3	3	5	5	4	5	1	3	1	3	4	3	5	1	5	4	3	1	1	3	4	3	1	3	4	5	5	1	1	5	4	4	3	1	5	
9	2	3	3	4	2	3	4	2	4	2	3	4	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	3	3	2	2	2	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	4	3	
10	4	5	4	2	5	3	3	5	5	4	5	1	3	1	3	4	3	2	2	5	4	3	1	1	3	5	3	1	3	4	5	5	1	1	4	4	4	3	1	3	
11	3	4	4	1	3	4	2	4	4	5	5	2	5	3	4	5	4	4	4	4	5	4	3	4	3	4	4	2	2	3	4	4	3	2	4	3	3	2	5	5	

12	4	4	4	2	2	4	4	4	4	5	4	2	4	2	2	4	4	4	5	4	4	4	2	2	4	5	2	4	4	4	2	4	2	5	4	4	2	2	4		
13	3	5	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	4	1	3	4	3	3	4	4	4	3	3	2	3	4	5	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	2	4
14	5	5	4	2	4	5	5	5	4	4	5	4	4	4	3	5	5	1	2	3	5	5	1	2	3	5	3	3	2	5	3	2	4	2	3	3	5	3	1	5	
15	2	4	4	3	2	3	5	4	4	3	5	5	4	1	3	5	4	4	5	2	5	4	2	2	3	3	5	2	4	2	3	3	2	2	3	4	4	3	4	4	
16	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	2	4	2	2	2	3	2	1	1	3	3	4	3		
17	3	5	3	3	5	3	3	4	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5	3	4	3	1	2	3	4	4	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	1	4	
18	3	5	4	1	4	1	1	5	5	4	5	4	5	3	1	5	3	3	1	4	5	3	1	1	3	3	5	1	3	3	1	3	3	1	3	1	5	3	1	4	
19	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	5	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	2	3	
20	5	5	2	1	5	2	4	5	3	3	5	3	5	1	4	5	5	3	3	5	5	5	1	1	5	5	4	3	1	5	4	5	1	2	3	4	5	2	1	5	
21	4	5	4	2	5	4	4	4	4	4	5	2	4	1	2	4	5	5	4	2	4	5	2	4	2	4	4	1	4	4	5	2	4	4	4	4	5	2	2	3	
22	3	5	3	3	2	3	3	2	2	4	5	2	5	3	2	5	5	1	1	2	5	5	2	4	3	4	5	3	4	3	3	4	4	2	3	3	4	3	2	4	
23	3	4	3	2	5	2	3	5	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	2	3	3	1	3	3	3	2	4	2	3	4	3	3	3	3	3	4	2	1	4	
24	2	3	4	3	3	3	3	4	4	5	5	3	4	1	3	3	1	2	4	1	3	1	1	4	2	4	5	2	3	2	2	3	1	2	3	1	2	2	1	3	
25	2	5	5	2	5	2	4	2	1	5	5	2	5	1	5	4	4	2	5	2	4	4	1	1	2	4	4	2	4	2	3	3	3	3	3	1	1	3	3	1	2

26	2	3	3	2	2	2	3	5	5	3	3	1	3	1	3	3	3	4	5	5	3	3	1	1	1	3	4	1	5	2	1	1	3	4	3	1	3	5	1	2			
27	3	4	3	2	2	1	3	5	3	3	3	3	2	1	3	3	4	3	4	3	3	4	2	3	3	4	2	4	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	3			
28	5	5	4	1	5	3	3	2	1	5	5	1	5	1	5	5	5	1	1	5	5	5	2	1	5	5	5	4	1	5	3	3	1	1	5	5	5	3	1	1			
29	3	4	1	2	5	5	3	5	1	5	5	2	4	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	5	4	5	2	3	3	3	3	3	1	1	5	3	5	3	1	5		
30	1	5	2	1	3	5	4	5	1	4	4	2	3	1	2	3	2	4	1	5	3	2	1	1	2	4	5	3	3	1	5	3	1	3	3	1	1	3	1	1	3	1	4

2. Tabulasi Data Skala Kestabilan Emosi (Y)

NO	Skala Aitem Durasi Penggunaan Sosial Media (X)																																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	
1	1	3	3	2	4	5	3	3	2	5	2	1	3	3	2	2	3	2	5	2	2	4	4	2	3	2	2	4	4	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	
2	5	4	4	5	5	4	3	2	4	1	4	5	4	4	5	2	5	2	4	5	5	5	5	2	4	2	2	2	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	5	5	
3	5	4	4	5	5	4	3	2	4	1	4	5	4	4	5	2	5	4	4	5	5	5	5	2	4	2	2	2	5	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	5	5
4	4	5	3	4	2	3	1	1	3	4	1	4	5	3	4	3	4	3	3	4	3	2	4	1	2	2	1	1	5	5	4	2	5	3	4	3	5	5	2	3	
5	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	2	3	3	3	4	5	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	2	2	2	3	3
6	4	3	3	4	2	5	3	2	3	5	3	4	3	3	4	4	4	5	3	4	4	3	5	2	4	5	3	3	2	4	4	1	3	3	4	4	4	4	5	2	4
7	5	5	5	5	5	3	3	4	5	4	3	5	5	5	5	4	5	4	4	3	5	5	3	3	5	4	5	3	4	4	5	2	5	5	5	5	5	4	5	5	5
8	4	4	3	5	3	4	1	2	5	3	2	4	4	3	5	2	3	4	4	5	3	3	3	2	3	2	2	1	3	3	2	1	4	4	5	3	5	4	4	5	
9	5	3	3	4	5	3	3	3	4	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	1	4
10	4	5	2	5	5	4	1	2	4	3	2	4	4	2	5	3	3	4	4	5	3	4	3	2	4	5	2	1	3	3	2	1	4	4	5	3	4	4	5	5	
11	3	3	5	2	4	5	3	3	3	4	3	3	3	5	2	3	4	5	5	5	1	5	2	1	3	2	2	2	5	3	1	2	3	5	2	1	4	5	3	1	

12	4	4	5	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	5	4	4	4	3	2	4	4	2	4	4	4	2	2	4	2	4	4	3	2	2	2							
13	4	5	5	1	5	3	1	4	4	5	4	4	5	5	1	4	3	4	5	4	3	5	3	3	3	2	2	3	5	4	4	3	5	5	4	3	3	3	4	3		
14	5	4	4	3	4	4	1	2	5	3	3	5	4	4	3	3	3	4	4	2	1	3	3	2	3	1	3	4	4	5	3	2	4	4	3	1	3	2	4	3		
15	4	4	5	2	4	4	1	3	4	4	4	4	4	5	2	3	5	4	4	5	3	4	3	4	4	2	3	4	4	5	5	2	4	4	5	3	3	1	4	5		
16	4	5	3	5	4	3	3	3	4	4	3	4	5	3	5	3	3	5	3	5	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	5	3	4	2	3	4		
17	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	5	5	4	4	3	4	3	3	5	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	3		
18	5	5	5	5	3	3	2	3	5	3	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	3	4	3	2	5	5	4	3	5	5	5	1	5	5	5	3	5	3	5	5		
19	4	3	4	4	3	3	3	3	4	1	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	3	4	5	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	5	5	3	3		
20	4	4	3	4	5	5	1	1	4	4	3	4	4	3	4	4	5	4	3	4	5	3	2	2	4	4	1	2	4	3	3	1	4	3	4	5	4	5	3	3		
21	4	4	5	5	5	4	2	4	4	2	2	4	4	5	5	2	4	5	5	5	5	4	4	3	5	5	4	2	2	5	2	4	4	5	5	5	4	4	3	2		
22	4	4	3	4	3	3	4	2	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	5	3	2	3	4	3	2	4	3	4	2	4	3	4	2	5	5	3	3		
23	3	5	3	4	3	5	1	2	4	3	3	3	5	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	2	3	3	2	1	5	3	3	4	5	3	4	4	3	4	2	1		
24	4	5	5	5	5	3	3	2	5	4	3	4	5	5	5	3	5	4	5	5	3	5	3	3	5	2	4	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	5	5

25	5	4	3	3	3	5	1	1	5	5	1	5	4	3	3	5	5	5	3	3	3	1	3	3	3	4	1	1	5	4	3	1	4	3	3	3	5	2	2	1	
26	5	4	5	5	5	3	2	3	5	3	3	5	4	5	5	5	5	4	5	5	2	5	2	3	3	3	2	2	5	5	5	3	4	5	5	2	3	4	3	4	
27	3	4	2	4	4	4	2	2	4	3	3	3	4	2	4	3	3	4	2	4	4	3	3	2	5	5	2	2	5	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	3	1
28	4	5	5	1	5	5	1	1	5	5	4	4	5	5	1	3	5	5	5	1	4	5	3	1	4	3	3	1	2	2	1	1	5	5	1	4	5	5	4	1	
29	3	4	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	1	3	5	5	4	1	1	4	2	2	4	4	2	2	4	4	2	2	4	4	1	1	5	5	1	1	
30	5	4	3	5	3	4	5	3	5	5	3	5	4	3	5	3	4	4	3	5	2	4	2	4	4	2	4	2	2	4	5	5	4	3	5	2	4	4	3	2	

LAMPIRAN 3. UJI RELIABILITAS TRY OUT

UJI RELIABILITAS SKALA VARIABEL DURASI PENGGUNAAN SOSIAL MEDIA (X) & SKALA VARIABEL KESTABILAN EMOSI (Y)

1. VARIABEL X (DURASI PENGGUNAAN SOSIAL MEDIA)

Analisis Deskriminasi Aitem Skala X Setelah Uji Coba

Menurut Wiratna (2014) Kuesioner dikatakan reliable apabila nilai

cronbach alpha > 0,6

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.878	40

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	124.57	297.151	.807	.866
X2	123.43	309.220	.698	.870
X3	124.30	321.459	.248	.877
X4	125.53	328.947	.017	.881
X5	124.50	320.948	.145	.881
X6	124.73	311.375	.404	.874
X7	123.77	304.116	.777	.868
X8	124.20	301.821	.743	.868
X9	124.50	348.948	-.379	.892
X10	123.83	321.799	.260	.876
X11	123.47	317.154	.430	.874
X12	125.00	330.759	-.034	.882
X13	123.87	312.947	.517	.873
X14	126.13	321.982	.247	.877
X15	124.73	331.306	-.045	.881
X16	123.77	304.116	.777	.868
X17	124.20	301.821	.743	.868
X18	124.57	305.702	.513	.872
X19	124.70	309.872	.445	.873

X20	124.43	319.702	.219	.878
X21	123.77	304.116	.777	.868
X22	124.20	301.821	.743	.868
X23	125.90	313.128	.417	.874
X24	125.50	318.052	.287	.876
X25	124.83	307.799	.554	.871
X26	123.80	317.200	.445	.874
X27	123.97	324.723	.131	.879
X28	125.30	326.148	.096	.879
X29	124.80	335.890	-.160	.884
X30	124.57	297.151	.807	.866
X31	124.57	305.702	.513	.872
X32	124.70	309.872	.445	.873
X33	125.20	316.166	.317	.876
X34	125.23	328.530	.021	.881
X35	124.63	316.309	.358	.875
X36	124.90	298.024	.737	.867
X37	124.00	314.000	.439	.874
X38	124.90	332.990	-.112	.881
X39	125.83	316.971	.271	.877
X40	124.07	307.375	.545	.871

Analisis Deskriminasi Aitem Skala X Setelah Aitem Tidak Reliabel dibuang.

R tabel 0,304.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.935	24

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	78.80	242.028	.832	.929
X2	77.67	252.230	.760	.931
X3	78.97	257.137	.366	.936
X4	78.00	249.586	.763	.930
X5	78.43	247.013	.746	.930
X6	77.70	260.217	.459	.934
X7	78.10	258.576	.468	.934
X8	78.00	249.586	.763	.930
X9	78.43	247.013	.746	.930
X10	78.80	247.062	.602	.932
X11	78.93	250.202	.555	.933
X12	78.00	249.586	.763	.930
X13	78.43	247.013	.746	.930
X14	80.13	258.878	.371	.936
X15	79.07	250.202	.622	.932
X16	78.03	260.999	.446	.934
X17	78.80	242.028	.832	.929
X18	78.80	247.062	.602	.932
X19	78.93	250.202	.555	.933
X20	79.43	266.185	.152	.939
X21	78.87	257.292	.447	.934
X22	79.13	243.499	.741	.930
X23	78.23	255.840	.511	.933
X24	78.30	251.803	.553	.933

2. VARIABEL Y (KESTABILAN EMOSI)

Analisis Deskriminasi Aitem Skala Y Setelah Uji Coba Menurut Wiratna (2014)

uesioner dikatakan reliable apabila nilai

cronbach alpha > 0,6

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.838	40

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	137.00	216.552	.569	.829
Y2	136.97	223.206	.383	.834
Y3	137.27	217.444	.457	.831
Y4	137.27	210.616	.507	.829
Y5	137.13	219.913	.378	.833
Y6	137.20	242.303	-.457	.850
Y7	138.73	227.237	.099	.841
Y8	138.57	224.944	.226	.837
Y9	137.03	218.792	.519	.831
Y10	137.73	239.789	-.246	.852
Y11	138.00	220.414	.394	.833
Y12	137.03	216.033	.604	.829
Y13	137.00	222.966	.407	.834
Y14	137.27	217.444	.457	.831
Y15	137.27	210.616	.507	.829
Y16	137.90	229.266	.082	.840

Y17	137.00	219.724	.442	.832
Y18	137.00	231.310	-.003	.841
Y19	137.27	224.547	.233	.837
Y20	137.07	214.754	.457	.831
Y21	137.90	215.679	.416	.832
Y22	137.30	217.183	.413	.832
Y23	137.87	228.740	.094	.840
Y24	138.60	223.697	.306	.835
Y25	137.27	218.133	.550	.830
Y26	137.77	231.289	-.027	.846
Y27	138.40	215.283	.514	.830
Y28	138.60	228.317	.078	.841
Y29	137.13	232.464	-.053	.844
Y30	137.27	218.685	.472	.831
Y31	137.60	205.766	.636	.824
Y32	138.53	221.016	.257	.837
Y33	137.03	223.551	.393	.834
Y34	137.30	218.148	.465	.831
Y35	137.07	207.995	.664	.824
Y36	137.90	215.679	.416	.832
Y37	137.20	232.097	-.037	.842
Y38	137.43	232.254	-.051	.846
Y39	137.83	211.523	.544	.828
Y40	137.90	207.541	.526	.828

Analisis Deskriminasi Aitem Skala Y Setelah Aitem Tidak Reliabel Dibuang.

R tabel 0,304.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.900	27

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	94.80	199.476	.608	.894
Y2	94.77	205.840	.431	.897
Y3	95.07	201.789	.437	.897
Y4	95.07	194.409	.515	.896
Y5	94.93	202.064	.435	.897
Y6	94.83	201.109	.584	.895
Y7	95.80	204.786	.368	.898
Y8	94.83	199.178	.636	.894
Y9	94.80	205.890	.443	.897
Y10	95.07	201.789	.437	.897
Y11	95.07	194.409	.515	.896
Y12	94.80	204.441	.401	.898
Y13	95.07	207.582	.252	.900
Y14	94.87	198.189	.471	.897
Y15	95.70	199.528	.416	.898
Y16	95.10	201.128	.409	.898
Y17	96.40	207.972	.276	.900
Y18	95.07	203.237	.491	.896
Y19	96.20	200.717	.459	.897
Y20	95.07	202.271	.480	.896
Y21	95.40	191.214	.602	.893

Y22	94.83	206.282	.439	.897
Y23	95.10	201.541	.480	.896
Y24	94.87	191.085	.699	.891
Y25	95.70	199.528	.416	.898
Y26	95.63	193.206	.618	.893
Y27	95.70	188.907	.599	.894

LAMPIRAN 4. SKALA PENELITIAN

SKALA KUESIONER PENELITIAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Saya Dea Nadhifah salah satu mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang sedang melakukan penelitian dalam rangka memenuhi keperluan penelitian. Oleh karena itu saya memohon ketersediaan adik-adik siswa untuk mengisi angket ini sesuai dengan keadaan diri adik-adik yang sesungguhnya. Tidak ada jawaban benar atau salah. Selamat mengerjakan dan terimakasih atas partisipasinya.

Wassallamu'alaikum Wr. Wb

I. DATA DIRI RESPONDEN

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Kelas :

II. PETUNJUK PENGISIAN

Baca dan pahami terlebih dahulu setiap pertanyaan dalam angket ini dengan teliti. Kemudian, pilih salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan diri anda dari 5 (Lima) buah jawaban yang telah disediakan.

SS = Sangat Setuju

TS = Tidak Setuju

S = Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

N = Netral

Contoh:

No.	Pertanyaan	SS	S	N	TS	STS	F/U
1	Saya mencari referensi di media sosial		<input type="checkbox"/>				F

SELAMAT MENGERJAKAN

SKALA BAGIAN I. DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL

I. Bacalah dan pahami setiap pernyataan di bawah ini. Beri tanda centang (√) pada jawaban yang sesuai dengan kondisi anda.

No	Aitem Pertanyaan (X)	SS	S	N	TS	STS
1	Berkomunikasi lewat media sosial lebih mudah daripada berkomunikasi secara langsung					
2	Menurut saya, bermain media sosial sangat menyenangkan					
3	Saya suka update kegiatan sehari – hari di media sosial					
4	Saya tidak suka update status di media sosial					
5	Saya bermain media sosial tidak hanya untuk berkomunikasi saja					
6	Banyak manfaat yang saya dapatkan ketika bermain media sosial					
7	Saya berdiskusi dengan teman-teman melalui media sosial					
8	Saya senang berkomunikasi melalui media Sosial					
9	Saat bermain media sosial, perasaan saya menjadi lebih baik					
10	Saya tidak puas dengan konten-konten yang ada di media sosial					
11	Saya sibuk mengakses media sosial sampai lupa diri dan melalaikan kewajiban					
12	Saya dapat mengontrol diri ketika mengakses media sosial					

13	Saya tidak tenang apabila tidak bermain media sosial lebih dari 3-4 jam					
14	Bermain media sosial terlalu lama dapat membuang-buang waktu					
15	Saya gelisah jika tidak bermain media sosial dengan waktu yang lama					
16	Saya dapat informasi pembelajaran melalui media sosial					
17	Saya mengakses media sosial saat butuh saja					
18	Menghabiskan waktu dengan bermain media sosial membuat pikiran tenang dan hati senang					
19	Dalam sehari, saya dapat membuka media sosial lebih dari 15 kali					
20	Setiap hari saya tidak bisa ketinggalan mengakses media sosial					
21	Media sosial hanya menyita waktu saja					
22	Jika tidak memiliki kuota untuk membuka media sosial, saya akan gelisah					
23	Saya tidak bisa jauh dari media sosial					
24	Saat bermain media sosial, mood saya menjadi lebih baik					

SKALA BAGIAN II. KESTABILAN EMOSI

No	Item Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya merasa yakin dengankemampuan mengendalikan emosi saya					
2	Saya berjuang mendapatkan apa yang saya mau					
3	Saya putus asa jika mengalami kegagalan					
4	Saya merasa diri selalu mendapatkan nasib buruk					
5	Saya senang ketika melakukan sesuatu dan selalu semangat					
6	Saya ikut merasakan jikateman sayadalam kesusahan					
7	Saya tidak mendengarkancerita bahagia teman saya di saatsaya punyamasalah					
8	Saya menghindari saatteman akan meminta bantuan					
9	Saya senang ketika mendapat dukungan dan pujian dari teman-teman					
10	Saya terganggu jika teman lebih mementingkan mediasosial disaat kumpul bersama					
11	Saya bahagia ketika berkumpul dengan teman-teman dan tidak asyik sendiri dengan media social					
12	Saya belajar daripengalaman					
13	Saya merasa kurang berdaya dan membutuhkan dukungan dari orang lain untuk mengatasi masalah ataukegagalan					
14	Saya merasa dapat melakukan sesuatu dengan baik dan tuntas					
15	Memilih belajar daripadabermain					
16	Saya merasa berdebar-debar dan ragudalam melakukan sesuatu					
17	Saya dapat menerima jikaterjadi perubahan tiba-tiba					
18	Saya marah saat mendapatsesuatu yang lebih buruk dari teman					

19	Diam lalu dengan tenang menjelaskan masalah yang ditujukan kepada anda					
20	Ikut marah sambil memukul atau membanting barang disekitar saat dimarahi					
21	Saya menghargai setiap keputusan orang lain					
22	Saya bersedia untuk kehilangan jatah berlibur karena harus membantu teman yang membutuhkan bantuan					
23	Saya menyalahkan orang lain saat mengalami kegagalan					
24	Saya berusaha memberikan pelajaran yang setimpal kepada orang yang telah berbuat salah kepada Saya					
25	Lebih hati- hati dalam bertindak dan berkata					
26	Tidak mementingkan proses yang penting hasil					
27	Saya mudah terpengaruh lingkungan sekitar tanpa melihat kejadian yang sebenar-benarnya					

TERIMAKASIH ATAS PARTISIPASNYA □

LAMPIRAN 5. TABULASI DATA PENELITIAN

1. SKALA DURASI PENGGUNAAN SOSIAL MEDIA (X)

NO	DURASI PENGGUNAAN SOSIAL MEDIA																								TOTAL
	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	
1	5	5	4	3	5	4	5	4	4	2	1	4	5	1	5	5	1	4	4	5	1	4	5	5	91
2	5	3	5	5	5	3	4	3	5	3	5	5	5	3	2	5	2	3	5	5	4	5	5	3	98
3	3	2	3	1	3	3	4	4	3	3	1	1	3	3	1	1	4	2	1	1	1	5	4	5	62
4	5	2	3	1	3	3	4	4	3	3	1	1	3	3	1	1	4	2	1	1	3	5	4	3	64
5	4	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	3	5	5	4	113
6	2	5	5	3	5	5	3	5	5	5	3	4	5	5	4	3	4	5	3	4	1	4	5	5	98
7	4	3	5	3	5	3	5	4	5	3	4	3	5	3	3	3	5	3	4	3	4	5	3	4	92
8	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	2	5	5	1	4	5	5	3	2	5	5	3	4	100
9	4	4	5	3	4	3	5	3	4	3	5	5	4	3	1	3	4	4	5	5	2	3	4	5	91
10	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	4	4	3	2	62
11	5	4	5	3	4	3	5	3	4	3	5	5	4	3	1	3	5	4	5	5	1	2	4	5	91
12	2	3	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	5	4	3	3	4	3	4	4	1	5	2	2	89
13	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	3	2	3	82
14	3	3	5	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	1	2	80
15	3	5	5	5	5	5	5	4	5	5	3	2	5	5	1	3	5	5	3	2	3	5	1	1	91
16	3	2	4	3	5	4	5	4	5	4	3	3	5	4	2	3	3	2	3	3	2	4	1	2	79
17	5	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	4	2	2	2	2	4	1	1	64
18	4	3	5	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	1	3	4	3	3	4	1	3	2	4	79
19	3	3	5	1	5	3	5	5	5	3	1	3	5	3	1	3	3	3	1	3	1	4	2	4	75
20	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	1	3	4	3	2	2	3	3	1	3	65

21	2	5	5	2	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	1	5	5	5	4	5	3	4	1	4	100
22	2	4	5	4	4	5	5	4	4	5	5	2	4	5	2	2	4	4	5	2	5	4	1	1	88
23	2	3	5	3	5	5	5	5	5	5	3	4	5	5	2	3	4	3	3	4	4	3	1	1	88
24	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	4	3	5	5	2	3	74
25	5	2	3	3	3	1	5	4	3	1	2	3	3	1	1	2	4	2	2	3	5	3	2	1	64
26	3	2	5	2	4	4	5	5	4	4	3	3	4	4	1	2	4	2	3	3	4	4	2	3	80
27	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	1	1	3	2	1	1	4	4	1	1	53
28	5	3	4	1	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	2	3	2	1	73
29	4	5	5	3	5	5	5	5	5	5	3	3	5	5	2	5	5	5	3	3	3	2	2	1	94
30	3	3	4	5	2	3	5	4	2	3	3	3	2	3	2	5	4	3	3	3	3	2	3	2	75
31	4	1	5	5	3	2	4	3	3	2	5	3	3	2	1	2	4	1	5	3	4	3	3	2	73
32	4	2	4	3	5	4	5	4	5	4	3	3	5	4	2	3	3	2	3	3	5	1	3	3	83
33	5	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	4	2	2	2	5	5	3	5	74
34	4	3	5	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	1	3	4	3	3	4	1	4	3	1	78
35	4	3	5	1	5	3	5	5	5	3	1	3	5	3	1	3	3	3	1	3	4	4	4	4	81
36	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	1	3	4	3	2	2	3	3	3	1	66
37	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	1	5	5	5	4	5	3	3	4	5	106
38	4	4	5	4	4	5	5	4	4	5	5	2	4	5	2	2	4	4	5	2	5	4	2	2	92
39	4	3	5	3	5	5	5	5	5	5	3	4	5	5	2	3	4	3	3	4	4	3	4	2	94
40	4	3	4	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	4	3	5	5	3	1	74
41	4	2	3	3	3	1	5	4	3	1	2	3	3	1	1	2	4	2	2	3	5	3	3	4	67
42	3	2	5	2	4	4	5	5	4	4	3	3	4	4	1	2	4	2	3	3	4	4	3	4	82
43	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	1	1	3	2	1	1	4	4	3	1	58
44	5	3	4	1	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	2	3	3	4	77
45	5	3	5	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	1	3	4	3	3	4	3	2	5	4	84

46	3	3	5	1	5	3	5	5	5	3	1	3	5	3	1	3	3	3	1	3	3	2	1	5	75
47	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	1	3	4	3	2	2	4	3	4	3	70
48	3	5	5	2	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	1	5	5	5	4	5	3	4	1	3	100
49	5	4	5	4	4	5	5	4	4	5	5	2	4	5	2	2	4	4	5	2	5	4	5	5	99
50	4	3	5	3	5	5	5	5	5	5	3	4	5	5	2	3	4	3	3	4	4	3	2	4	94
51	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	4	3	5	5	2	4	74
52	3	2	3	3	3	1	5	4	3	1	2	3	3	1	1	2	4	2	2	3	5	3	1	5	65
53	3	2	5	2	4	4	5	5	4	4	3	3	4	4	1	2	4	2	3	3	4	4	4	4	83
54	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	1	1	3	2	1	1	3	3	4	3	58
55	3	3	4	1	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	3	3	1	4	74
56	3	5	5	3	5	5	5	5	5	5	3	3	5	5	2	5	5	5	3	3	5	3	1	4	98
57	1	3	4	5	2	3	5	4	2	3	3	3	2	3	2	5	4	3	3	3	4	3	2	3	75
58	3	1	5	5	3	2	4	3	3	2	5	3	3	2	1	2	4	1	5	3	5	2	1	5	73
59	5	2	4	3	5	4	5	4	5	4	3	3	5	4	2	3	3	2	3	3	5	5	2	3	87
60	2	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	3	2	4	107
61	3	5	5	3	5	5	3	5	5	5	3	4	5	5	4	3	4	5	3	4	4	2	1	4	95
62	5	3	5	3	5	3	5	4	5	3	4	3	5	3	3	3	5	3	4	3	2	2	1	3	85
63	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	2	5	5	1	4	5	5	3	2	3	3	1	2	91
64	3	4	5	3	4	3	5	3	4	3	5	5	4	3	1	3	4	4	5	5	3	5	1	2	87
65	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	4	3	2	3	60
66	5	4	5	3	4	3	5	3	4	3	5	5	4	3	1	3	5	4	5	5	5	3	1	1	89
67	4	3	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	5	4	3	3	4	3	4	4	4	5	3	1	95
68	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	5	5	3	3	91
69	2	3	5	4	4	3	3	4	4	3	4	5	4	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3	2	83
70	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	3	3	3	5	1	3	5	5	3	2	4	4	3	4	97

71	3	2	4	3	5	4	5	4	4	4	3	2	5	4	2	2	3	4	3	3	3	4	3	3	82	
72	4	3	5	3	5	3	5	4	5	3	4	3	5	3	3	3	5	3	4	3	4	4	4	5	5	94
73	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	2	5	5	1	4	5	5	3	2	3	4	3	2	97	
74	4	4	5	3	4	3	5	3	4	3	5	5	4	3	1	3	4	4	5	5	3	2	5	3	90	
75	4	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	5	3	5	2	65	
76	4	4	5	3	4	3	5	3	4	3	5	5	4	3	1	3	5	4	5	5	5	5	4	4	3	94
77	4	3	4	4	5	4	5	5	2	4	4	4	5	4	3	3	4	3	4	4	4	4	5	3	2	92
78	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	3	3	3	2	84	
79	5	3	5	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	5	3	3	85
80	1	5	5	5	5	5	5	4	5	5	3	2	5	5	1	3	5	5	3	2	3	4	5	3	94	
81	5	2	4	3	5	4	5	5	5	4	3	4	5	4	2	3	4	5	3	3	5	5	2	3	93	
82	3	3	5	1	5	4	3	3	5	3	3	3	1	4	3	5	3	5	1	1	5	3	3	2	77	
83	2	5	4	3	4	2	3	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	5	2	5	3	4	5	1	92	
84	5	4	4	3	3	4	2	4	3	2	3	3	3	1	4	4	5	3	4	1	4	4	2	5	80	
85	4	4	1	3	3	4	5	3	3	5	5	2	1	1	5	5	5	3	1	1	5	5	2	5	81	

2. Skala Kestabilan Emosi (Y)

NO	KESTABILAN EMOSI																										TOTAL	
	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	Y22	Y23	Y24	Y25	Y26		Y27
1	4	5	5	4	4	5	4	4	5	2	4	1	3	2	3	3	5	4	5	2	4	3	5	5	3	5	5	104
2	3	3	2	4	2	2	1	3	3	2	3	5	2	2	4	2	3	2	2	2	3	3	3	4	3	4	1	73
3	4	4	5	5	4	4	5	4	4	5	5	4	5	5	5	2	4	2	4	5	4	4	4	5	4	1	3	110
4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	5	5	4	5	5	5	2	4	2	4	5	4	4	5	5	4	5	4	116
5	5	3	4	2	3	1	4	5	3	4	4	3	4	3	2	1	2	1	5	4	5	3	2	3	3	5	5	89
6	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	2	3	3	5	3	4	1	5	87
7	3	3	4	2	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	3	4	4	5	4	5	95
8	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	3	5	5	3	5	5	4	5	5	5	2	4	4	2	5	119
9	4	3	5	3	5	2	4	4	3	5	3	4	5	3	3	2	3	2	3	2	4	4	3	3	5	2	5	94
10	3	3	4	5	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	95
11	5	2	5	5	4	2	4	4	2	5	3	4	5	3	4	2	4	2	3	2	4	4	4	5	4	2	5	98
12	3	5	2	4	3	3	3	3	5	2	4	5	5	1	5	1	3	2	3	1	3	5	3	2	3	3	2	84
13	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	2	4	4	2	4	3	2	4	2	4	2	3	5	4	2	4	97
14	5	5	1	5	4	4	4	5	5	1	3	5	4	3	5	3	3	2	4	4	5	5	5	5	5	2	4	106
15	4	4	3	4	5	3	5	4	4	3	3	4	2	1	3	2	3	3	5	3	4	4	5	4	4	4	3	96
16	4	5	2	4	4	4	4	4	5	2	5	4	5	3	4	4	4	3	5	5	4	4	5	3	4	1	5	106
17	5	3	5	4	4	3	4	5	3	5	3	3	5	3	4	3	4	4	4	5	4	3	5	4	3	5	5	108
18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4	3	5	3	4	4	4	4	4	5	4	3	1	104
19	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	4	2	5	4	5	5	5	5	3	4	4	1	4	117
20	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	2	3	4	3	3	4	3	4	4	4	5	5	4	99
21	4	3	4	5	4	3	4	4	3	4	5	3	4	5	3	2	4	1	3	3	4	3	2	3	2	4	2	91

22	4	5	5	5	4	2	4	4	5	5	4	5	5	5	4	3	5	4	5	2	4	5	4	4	5	2	3	112	
23	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	2	5	2	3	3	3	4	4	3	4	4	4	2	5	95	
24	5	3	4	3	4	3	3	5	3	4	3	3	4	4	3	2	3	2	3	3	5	3	5	3	4	1	3	91	
25	5	5	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	3	5	3	5	4	5	5	5	5	1	4	5	1	4	117	
26	4	3	3	3	5	1	5	4	3	3	5	3	3	3	1	3	3	1	4	3	4	3	3	3	2	4	4	86	
27	4	5	5	5	5	3	5	4	5	5	5	5	5	2	5	3	3	2	5	5	4	5	5	4	5	2	5	116	
28	4	2	4	4	4	3	3	4	2	4	3	2	4	4	3	2	5	2	4	4	4	2	3	2	3	2	5	88	
29	5	5	1	5	5	4	4	5	5	1	5	5	1	4	5	1	4	3	2	1	5	5	3	3	3	1	3	94	
30	4	4	1	3	3	3	3	4	4	1	5	4	1	1	4	2	4	2	4	2	4	4	4	5	3	4	3	86	
31	1	3	2	3	5	3	3	5	4	5	1	5	5	2	4	2	5	5	5	3	5	3	5	4	3	5	5	101	
32	2	3	2	2	4	3	3	3	5	4	1	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	5	4	83	
33	2	4	1	1	5	5	4	4	5	5	1	3	5	5	1	1	3	5	3	1	5	2	3	3	4	2	5	88	
34	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	1	1	4	4	2	2	4	4	3	3	3	3	5	86
35	1	3	3	3	4	1	4	3	3	2	3	4	3	4	4	5	4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	4	90	
36	1	3	5	4	3	2	4	4	3	4	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	5	4	90	
37	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	98
38	1	3	5	4	3	2	4	4	3	3	4	2	2	5	3	1	2	3	5	2	1	4	5	3	3	3	3	83	
39	1	4	5	5	1	1	3	4	3	2	5	3	4	4	4	2	2	4	2	4	4	4	2	2	3	2	3	83	
40	2	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	5	4	4	3	5	5	4	3	4	4	4	3	3	5	94	
41	1	4	5	3	4	1	3	3	2	2	2	4	4	4	5	3	2	4	4	3	1	3	4	4	5	3	3	86	
42	1	2	4	5	2	1	5	4	2	3	4	1	4	4	5	5	2	4	4	5	3	5	5	4	3	2	3	92	
43	3	3	4	5	4	3	4	5	3	2	3	5	4	4	4	5	3	4	5	5	3	4	5	3	2	5	5	105	
44	1	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	4	1	4	83	
45	1	3	5	3	4	2	3	5	3	3	1	4	3	5	5	5	1	5	4	5	3	5	5	5	3	5	5	101	
46	5	5	5	5	4	2	3	1	3	3	3	4	4	5	3	4	5	3	4	4	5	5	4	3	4	2	5	103	

47	1	5	5	2	4	2	5	5	2	3	3	3	2	4	3	3	1	4	3	4	5	3	4	3	4	4	2	89	
48	1	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	5	2	4	4	5	5	5	3	2	3	4	1	1	81	
49	2	3	3	3	2	3	3	4	3	2	5	5	5	3	5	3	2	3	5	4	4	3	5	5	4	3	4	96	
50	3	2	5	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	4	4	4	5	3	2	4	4	3	1	3	83	
51	5	4	3	3	5	4	5	3	1	1	3	5	3	1	5	4	1	4	4	5	5	2	4	4	5	3	5	97	
52	3	3	2	2	3	3	3	3	2	1	4	4	2	2	4	3	5	4	4	4	5	3	4	5	5	3	4	90	
53	4	3	3	4	4	3	5	5	4	5	4	4	4	1	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	100	
54	5	3	1	3	5	3	4	5	5	3	3	3	3	3	1	4	3	5	5	5	1	5	4	5	3	5	98		
55	3	3	2	2	3	3	5	5	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5	3	4	5	3	4	4	5	5	102	
56	5	5	4	5	5	5	3	3	4	1	2	3	5	2	1	3	3	2	4	3	3	1	4	3	4	5	3	91	
57	4	5	5	2	4	5	2	2	4	2	2	4	2	4	4	3	3	2	2	5	2	4	4	5	5	5	3	94	
58	5	5	3	4	5	5	2	3	4	4	3	5	5	4	3	5	5	5	3	5	3	5	4	3	5	5	4	112	
59	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	2	4	4	3	1	3	3	3	2	3	3	3	4	3	5	4	3	82	
60	3	1	2	3	3	1	1	2	4	5	2	4	4	5	3	3	5	3	1	5	2	3	3	4	2	5	5	84	
61	4	4	3	3	4	4	1	2	4	5	3	4	5	5	3	4	4	2	2	4	4	3	3	3	3	5	4	95	
62	3	3	1	1	3	3	1	1	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	4	5	86	
63	3	4	3	4	3	4	2	3	4	5	1	5	4	5	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	5	4	5	96	
64	4	3	3	4	4	3	1	3	4	4	5	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	103
65	5	3	1	3	5	3	1	3	3	3	1	4	3	4	5	3	4	3	4	4	2	3	3	3	3	2	4	85	
66	3	3	2	2	3	3	1	3	4	2	4	4	5	5	5	3	2	3	4	1	1	2	3	4	5	2	4	83	
67	5	5	4	5	5	5	1	5	5	5	3	1	3	5	3	1	3	3	3	1	3	3	3	4	5	3	4	96	
68	4	5	5	2	4	5	2	2	4	3	3	2	2	3	3	1	3	4	3	2	2	2	3	3	4	3	4	83	
69	5	5	3	4	5	5	2	3	4	5	5	4	5	5	5	1	5	5	5	4	5	1	3	4	5	1	5	109	
70	3	3	4	3	3	3	1	3	3	4	5	5	2	4	5	2	2	4	4	5	2	4	4	4	4	5	3	94	
71	2	3	3	3	2	3	2	5	4	5	5	3	4	5	5	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	1	4	91	

72	3	2	5	3	3	2	1	2	4	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	4	81	
73	5	4	3	3	5	4	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	5	5	3	1	91	
74	3	3	2	2	3	3	2	3	4	2	2	2	3	1	1	3	5	5	5	5	5	4	3	4	3	3	2	83	
75	4	3	3	4	4	3	1	3	4	3	3	4	2	3	3	2	4	4	3	5	3	4	5	4	5	5	4	95	
76	5	3	1	3	5	3	1	3	3	3	1	3	3	3	1	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	5	5	85	
77	3	3	2	2	3	3	1	3	4	3	2	2	2	3	3	2	4	4	2	5	3	4	5	4	5	5	3	85	
78	5	5	4	5	5	5	1	5	5	5	4	5	1	3	4	3	3	3	5	2	4	5	5	4	3	3	4	106	
79	4	5	5	2	4	5	2	2	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	5	4	4	2	4	3	2	3	3	98	
80	5	5	3	4	5	5	2	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	5	5	1	3	5	4	4	4	2	2	2	97
81	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	5	4	4	3	3	4	2	4	3	3	4	87	
82	3	1	2	3	3	1	1	2	4	2	2	3	1	3	1	4	4	4	5	2	5	4	5	3	3	1	3	75	
83	4	4	3	3	4	4	1	2	4	2	3	3	3	1	1	3	4	5	3	5	3	3	5	4	3	2	2	84	
84	3	3	1	1	3	3	1	1	3	2	1	1	3	3	1	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5	4	5	82	
85	5	3	1	3	5	3	1	3	3	3	5	3	3	5	1	3	4	5	3	4	3	5	4	3	4	5	4	94	

LAMPIRAN 6. HASIL PENGUJIAN STATISTIK

1. Analisis Deskriptif Statistik

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Durasi Penggunaan Sosial Media	85	53	113	82.93	12.765
Kestabilan Emosi	85	73	119	94.14	10.236
Valid N (listwise)	85				

2. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Durasi Penggunaan Sosial Media	kestabilanEmosi
N		85	85
Normal Parameters ^a	Mean	82.93	94.14
	Std. Deviation	12.765	10.236
Most Extreme Differences	Absolute	.101	.082
	Positive	.061	.082
	Negative	-.101	-.076
Kolmogorov-Smirnov Z		.932	.761
Asymp. Sig. (2-tailed)		.350	.609
a. Test distribution is Normal.			

3. Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kestabilan Emosi * Durasi Penggunaan Sosial Media	Between Groups	(Combined)	4936.023	36	137.112	1.703	.042
		Linearity	1018.181	1	1018.181	12.647	.001
		Deviation from Linearity	3917.842	35	111.938	1.390	.143
	Within Groups		3864.283	48	80.506		
	Total		8800.306	84			

Measures of Association				
	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Kestabilan Emosi * Durasi Penggunaan Sosial Media	-.340	.116	.749	.561

4. Uji Korelasi

Correlations			
		Durasi Penggunaan Sosial Media	kestabilanEmosi
Durasi Penggunaan Sosial Media	Pearson Correlation	1	-.340**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	85	85

Kestabilan Emosi	Pearson Correlation	-.340**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	85	85
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

5. Diagram Hasil Analisis

Diagram Durasi Penggunaan Sosial Media

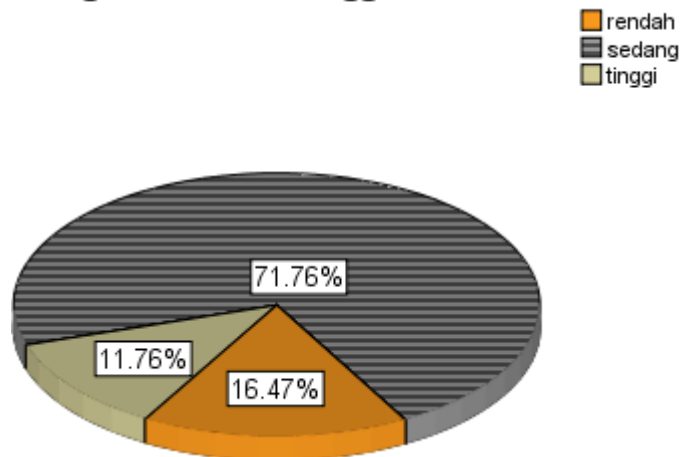
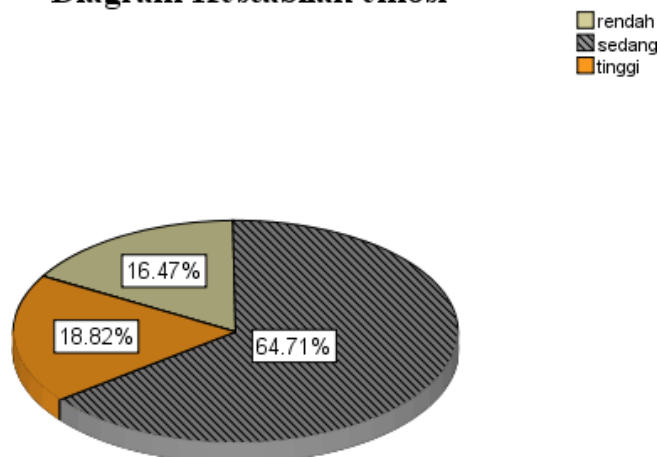


Diagram Kestabilan emosi





**SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
NOMOR: 150/UM.M6/KEP/F/2022**

TENTANG

**PENUNJUKAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI TAHUN AKADEMIK 2021-2022
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH**

DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI

- Menimbang** : 1. Bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi mahasiswa pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, maka dipandang perlu menunjuk pembimbing skripsi mahasiswa tahun akademik 2021-2022;
2. Bahwa namanya yang tercantum dalam surat keputusan ini dianggap cakap dan mampu serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan pembimbing skripsi.
- Mengingat** : 1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012, Tentang Pendidikan Tinggi;
2. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2012 Tentang Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia;
3. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2015, Tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi;
4. Surat Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/NI/2021 Menyatakan Bahwa Program Studi Sarjana Psikologi Unmuha Terakreditasi Dengan Peringkat B;
5. Surat Keputusan Rektor Unmuha Nomor : 494/UM.M/KEP/D/20202 Tanggal 29 Rabiul Akhir 1442 H/ 14 Desember 2020 M Tentang Pengangkatan Dekan Fakultas Psikologi Unmuha Masa Jabatan 2020-2024.
- Memperhatikan** Keputusan tim penguji proposal skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh pada bulan Desember 2021

MEMUTUSKAN

- Menetapkan Pertama** : **Menunjuk Saudara;**
Barmawi, M.Si
- Untuk Membimbing Skripsi:
Nama : Dea Nadhifah
NPM : 1809110008
Prodi : Psikologi
Judul : Hubungan antara Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Kestabilan Emosi Pengguna Sosial Media pada Remaja Awal SMPN 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar.
- Kedua** : Kepada pembimbing yang tercantum di atas berwenang untuk membimbing SKRIPSI mahasiswa dan diberi honorarium sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
- Ketiga** : Surat Keputusan pembimbing ini berlaku hanya satu tahun, terhitung sejak tanggal ditetapkan.
- Keempat** : Segala sesuatu akan diperbaiki dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam keputusan ini.

Ditetapkan di : Banda Aceh
Pada Tanggal : 10 Shafar 1444 H
08 September 2022 M

Dekan,

Barmawi, M.Si
NIK: 19700103 200609 1 001

Tembusan:



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
FAKULTAS PSIKOLOGI

Status Akreditasi "B" No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/VI/2021

Jl. Muhammadiyah No. 91 Batoh, Lueng Bata

Telp. (0651) 28412, Fax. (0651) 21024, Banda Aceh - 23245

Email : psikologi.unmuha@yahoo.co.id | Homepage : www.psikologi.unmuha.ac.id

Nomor : 341/UM.M6/F/2022
 Lampiran : -
 Hal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth,
 Dinas Pendidikan Aceh Besar
 Di -
 Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,

Berdasarkan surat permohonan tanggal 30 Agustus 2022, atas nama :

Nama : Dea Nadhifah
 NPM : 1809110008
 Semester : VIII (delapan)
 Judul Skripsi : Hubungan antara Durasi Penggunaan Media Sosial terhadap Kestabilan Emosi Pengguna Sosial Media pada Remaja Awal SMPN 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar

Dengan ini kami sampaikan bahwa yang bersangkutan benar sedang dalam proses penyusunan Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Untuk itu, melalui surat ini kami mohon agar diberikan kesempatan kepada mahasiswa yang bersangkutan untuk memperoleh data di SMPN 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar dari Instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian surat permohonan ini kami buat, atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Banda Aceh, 02 Shafar 1444 H
 30 Agustus 2022 M

Dekan,

 Bar Mawi, M.Si
 NIK: 19700103 200609 1 001



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
FAKULTAS PSIKOLOGI

Status Akreditasi "B" No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/VI/2021

Jl. Muhammadiyah No. 91 Batoh, Lueng Bata

Telp. (0651) 28412, Fax. (0651) 21024, Banda Aceh - 23245

Email : psikologi.unmuha@yahoo.co.id | Homepage : www.psikologi.unmuha.ac.id

Nomor : 341/UM.M6/F/2022
 Lampiran : -
 Hal : **Permohonan Izin Penelitian**

**Kepada Yth,
 Dinas Pendidikan Aceh Besar
 Di -
 Tempat**

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,

Berdasarkan surat permohonan tanggal 30 Agustus 2022, atas nama :

Nama : Dea Nadhifah
 NPM : 1809110008
 Semester : VIII (delapan)
 Judul Skripsi : Hubungan antara Durasi Penggunaan Media Sosial terhadap Kestabilan Emosi Pengguna Sosial Media pada Remaja Awal SMPN 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar

Dengan ini kami sampaikan bahwa yang bersangkutan benar sedang dalam proses penyusunan Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Untuk itu, melalui surat ini kami mohon agar diberikan kesempatan kepada mahasiswa yang bersangkutan untuk memperoleh data di SMPN 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar dari Instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian surat permohonan ini kami buat, atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Banda Aceh, 02 Shafar 1444 H
 30 Agustus 2022 M





**PEMERINTAH KABUPATEN ACEH BESAR
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**

Jalan T. Bachtiar Panglima Polem, SH Kota Jantho (23918) Telepon. (0651)92156 Fax. (0651) 92389
Email : dinaspendidikanacehbesar@gmail.com Website : www.disdikbudacehbesar.org

Kota Jantho, 31 Agustus 2022

Nomor : 070/ 2524/2022
Lampiran : -
Hal : Izin Penelitian

Kepada Yth.
Kepala SMPN 1 Darul Imarah

di-
Tempat

Sehubungan dengan surat Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh Nomor :341/UM.M6/F/2022 tanggal 31 Agustus 2022 Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Aceh Besar memberi izin kepada:

Nama : Dea Nadhifah
NPM : 1809110008
Semester : VIII (delapan)

Untuk melakukan penelitian dan mengumpulkan data di SMPN 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar untuk keperluan penyusunan skripsi yang berjudul :

**“HUBUNGAN ANTARA DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
TERHADAP KESTABILAN EMOSI PENGGUNA SOSIAL MEDIA
PADA REMAJA AWAL SMPN 1 KECAMATAN DARUL IMARAH
KABUPATEN ACEH BESAR “**

Setelah selesai mengadakan penelitian, 1(satu) eks laporan dikirim ke SMPN 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar.
Demikian atas bantuan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.



- Tembusan :
1. Bidang Akademik dan Kelembagaan
 2. Arsip



**PEMERINTAH KABUPATEN ACEH BESAR
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMP NEGERI 1 DARUL IMARAH**

Jalan Soekarno – Hatta, Lampeuneurut Kec. Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar (23352)
Email : smpn1darulimarah@gmail.com



SURAT KETERANGAN TELAH PENELITIAN

Nomor : 421/370/SMP-DI/2022

Kepala Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 1 Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar menerangkan bahwa :

Nama : Dea Nadhifa
NIM : 1809110008
Jenjang : S-1
Prodi/Jurusan : Psikologi
Semester : Ganjil 2021/2022

Benar yang namanya tersebut diatas telah melakukan penelitian pada tanggal 10 September 2022, untuk keperluan penyusunan skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Durasi Penggunaan Media Sosial Terhadap Kestabilan Emosi Pengguna Sosial Media Pada Remaja Awal SMP Negeri 1 Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar”** Sesuai dengan Surat Dekan Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala Darussalam Banda Aceh, Nomor : 341 / UM.M6 / F / 2022, tanggal 30 Agustus 2022.

Demikianlah surat keterangan ini kami keluarkan, untuk dapat dipergunakan semestinya.

Lampetneurut, 27 Oktober 2022
Kepala Sekolah SMP N 1 Darul Imarah,



Aftilmda, S.Pd, M.Pd
NIP. 19681123 199703 2 005

BIODATA PENULIS

A. Penulis

Nama Lengkap : Dea Nadhifah
Tempat /Tanggal lahir : Jakarta, 26 April 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Email : deanadhifah2604@gmail.com
Status pekerjaan : Mahasiswa
Alamat : Jln. Soekarno – Hatta, Lampeunerut Gampong, Depan
Kampus PGSD

B. Orang Tua/Wali

Nama Ayah : Anas Arsad
Pekerjaan : Wiraswasta
Nama Ibu : R. Dewi Darmayanti
Pekerjaan : Mengurus Rumah Tangga
Alamat : Jln. Soekarno – Hatta, Lampeunerut Gampong, Depan
Kampus PGSD

C. Riwayat Pendidikan

1. Tahun 2007-2012 : SD Negeri Lampeunerut Gampong
2. Tahun 2012-2015 : SMP Negeri 1 Darul Imarah, Aceh Besar
3. Tahun 2015-2018 : SMA Negeri 1 Darul Imarah, Aceh Besar
4. Tahun 2018- sekarang : Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenar-benarnya agar dapat dipergunakan
seperlunya

Tertanda

Dea Nadhifah