

## ABSTRAK

### Gambaran Regulasi Diri pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial TikTok

Siti Kirana<sup>1)</sup>, Gita Widya Laksmini Soerjoatmodjo<sup>2)</sup>, Runi Rulanggi<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>Mahasiswa Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya

<sup>2)</sup>Dosen Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya

<sup>3)</sup>Dosen Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya

Media sosial memanfaatkan teknologi web atau berbagai aplikasi untuk mempermudah masyarakat agar tetap terhubung dengan orang lain. Salah satu aplikasi baru yang sedang tren saat ini adalah aplikasi TikTok. Kemunculan Tiktok berdampak positif dan negatif bagi masyarakat. Dampak negatifnya, seperti pada mahasiswa pengguna TikTok cenderung mempunyai manajemen waktu yang buruk dimana tidak bisa membagi waktu antara waktu belajar dengan waktu bermain ponsel. Hal tersebut, karena rendahnya regulasi diri seseorang. Regulasi diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengembangkan, menerapkan, dan mempertahankan perilaku yang telah direncanakan untuk mencapai tujuan seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran regulasi diri mahasiswa pengguna media sosial TikTok. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Partisipan penelitian ini adalah 446 mahasiswa S1 yang menggunakan aplikasi TikTok di Indonesia. Instrumen penelitian menggunakan skala regulasi diri yaitu *short self-regulation questionnaire* (SSRQ) yang dikembangkan oleh Carey dan Neal. Berdasarkan analisis deskriptif dalam penelitian ini ditemukan bahwa terdapat regulasi diri yang rendah pada mahasiswa pengguna media sosial TikTok.

**Kata Kunci:** regulasi diri, mahasiwa, TikTok

Pustaka 46

Tahun Publikasi : 1986-2022