

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.) pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini adalah benar-benar karya tulis ilmiah yang sepenuhnya ditulis oleh peneliti.

Adapun tulisan dan pendapat orang lain yang dimuat dalam karya ini, kutipan-kutipan tersebut telah saya kutip secara jelas dan tegas, sesuai dengan etika ilmiah yang berlaku di bidang karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ternyata isi karya ini sebagian atau seluruhnya adalah hasil plagiat atau penggantian karya ilmiah orang lain dengan tidak memperhatikan etika penulisan karya ilmiah, saya siap menerima konsekuensi atau sanksi akademik sesuai dengan aturan yang berlaku.

Serang, 17 Oktober 2025



Nadifoh

NIM: 211340082

ABSTRAK

Nama: Nadiroh, NIM: 211340082, Judul Skripsi: “Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Media Sosial TikTok Pada Ibu Rumah Tangga Di Kampung Simayeng Desa Sindangmandi Kecamatan Baros Kabupaten Serang” Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Sultan Maulana Hasanuddin Banten Tahun 2025 M/1447 H.

Kemajuan teknologi telah membawa perubahan besar dalam cara manusia berinteraksi dan bersosialisasi, khususnya melalui media sosial seperti TikTok yang kini menjadi fenomena global. Aksesibilitas yang mudah, fitur praktis, serta kemampuan menyajikan informasi dan hiburan secara instan menjadikan media sosial sangat digemari oleh berbagai kalangan, termasuk ibu rumah tangga. Namun, di balik manfaatnya, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif, seperti kecanduan, gangguan emosional, hingga konflik dalam hubungan sosial dan keluarga. Rendahnya kontrol diri menjadi faktor utama yang mendorong penggunaan berlebihan ini, menjadikan media sosial sebagai pelarian dari realitas dan kebutuhan akan validasi sosial. Kasus tragis akibat penggunaan TikTok secara berlebihan menjadi pengingat bahwa kesadaran akan batasan digital sangat penting untuk menjaga keseimbangan antara dunia maya dan kehidupan nyata.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kontrol diri, tingkat kecanduan media sosial TikTok dan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial TikTok pada ibu rumah tangga di Kampung Simayeng Desa Sindangmandi Kecamatan Baros Kabupaten Serang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Pendekatan ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih. Penelitian korelasional bertujuan menguji hipotesis dan mengukur kekuatan hubungan antarvariabel.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri dan kecanduan TikTok pada ibu rumah tangga berada pada kategori sedang. Terdapat pengaruh signifikan antara kontrol diri dan kecanduan TikTok, di mana semakin tinggi kontrol diri, maka semakin rendah tingkat kecanduan. Namun, kontrol diri hanya memengaruhi 33,8%, sementara 66,2% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata Kunci: Kontrol diri, Kecanduan TikTok, Ibu rumah tangga

ABSTRACT

Name: Nadiroh, Student ID: 211340082, Thesis Title: "The Relationship Between Self- Control and TikTok Social Media Addiction in Housewives in Simayeng Village, Sindangmandi Village, Baros District, Serang Regency" Islamic Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hasanuddin University, Banten, 2025/1447

Technological advances have brought about significant changes in the way humans interact and socialize, particularly through social media platforms like TikTok, which has become a global phenomenon. Easy accessibility, convenient features, and the ability to instantly provide information and entertainment have made social media incredibly popular among various groups, including housewives. However, despite its benefits, excessive social media use can have negative impacts, such as addiction, emotional distress, and conflict in social and family relationships. Low self-control is a key factor driving this overuse, making social media an escape from reality and a need for social validation. The tragic cases resulting from excessive TikTok use serve as a reminder that awareness of digital boundaries is crucial for maintaining a balance between the virtual world and real life.

The purpose of this study was to determine the level of self-control, the level of TikTok social media addiction, and to determine whether there is a relationship between self-control and TikTok social media addiction among housewives in Simayeng Hamlet, Sindangmandi Village, Baros District, Serang Regency. The research method used was a quantitative method with a correlational approach. This approach is used to determine the relationship between two or more variables. Correlational research aims to test hypotheses and measure the strength of the relationship between variables.

The results showed that housewives' levels of self-control and TikTok addiction were moderate. There was a significant correlation between self-control and TikTok addiction, with higher self-control leading to lower addiction. However, self-control only contributed 33.8% of the impact, while other factors contributed 66.2%.

Keywords: *Self-control, TikTok addiction, Housewives*



FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN

Nomor : Nota Dinas
Lamp : -
Hal : **Ujian Skripsi**
a.n Nadiroh
NIM. 211340082

Kepada Yth
Dekan Fakultas Dakwah
UIN SMH Banten
Di-
Serang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama Nadiroh NIM: 211340082 dengan judul **"Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Media Sosial TikTok Pada Ibu Rumah Tangga Di Kampung Simayeng Desa Sindangmandi Kecamatan Baros Kabupaten Serang"** telah layak diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Serang, 15 Oktober 2025

Pembimbing I

Dr. H. Isak Iskandar, M. Pd., M. M.
NIP. 196509111993031003

Pembimbing II

Ahmad Fadhil, Lc., M. Hum.
NIP. 197607042000031002

LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSYAH

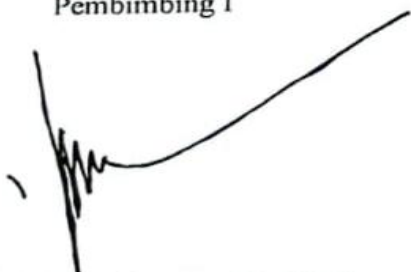
HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL
TIKTOK PADA IBU RUMAH TANGGA DI KAMPUNG SIMAYENG DESA
SINDANGMANDI KECAMATAN BAROS KABUPATEN SERANG

Oleh:

Nadiroh
NIM. 211340082

Menyetujui,

Pembimbing I



Dr. H. Isak Iskandar, M. Pd., M. M.
NIP. 196509111993031003

Pembimbing II



Ahmad Fadhil, Lc., M. Hum.
NIP. 197607042000031002

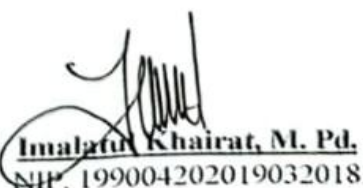
Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah

Ketua Program Studi
Bimbingan Konseling Islam



Prof. Dr. H. Endang Musaddad, S.Ag., M.A
NIP. 197206261998031002



Imalafu Khairat, M. Pd.
NIP. 199004202019032018

PENGESAHAN

Skripsi a.n Nadiroh, NIM: 211340082, Judul Skripsi: **Hubungan Kontrol Diri dengan Kecanduan Media Sosial TikTok pada Ibu Rumah Tangga di Kampung Simayeng Desa Sindangmandi Kecamatan Baros Kabupaten Serang** telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 23 Oktober 2025. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.) pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 23 Oktober 2025

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota,



A.M Fahrurrozi, S.Psi., M.A.

NIP. 197506042006041001

Sekretaris Merangkap Anggota



Khairul Anam, M.Si.

NIP. 2023039401

Anggota

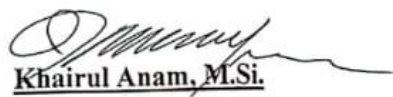
Penguji I



A.M Fahrurrozi, S.Psi., M.A.

NIP. 197506042006041001

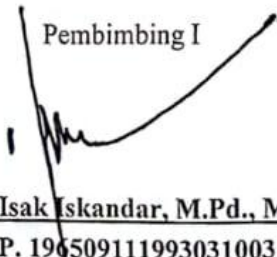
Penguji II



Khairul Anam, M.Si.

NIP. 2023039401

Pembimbing I



Dr. H. Isak Iskandar, M.Pd., M.M.

NIP. 196509111993031003

Pembimbing II



Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum.

NIP. 197607042000031002

MOTTO

“Biarkan dunia sibuk menilai kilau hasil akhir yang terlihat, itu adalah hadiah untuk mata mereka. Namun, hanya hati dan jiwa yang menyimpan catatan utuh tentang setiap patah semangat, setiap kebangkitan sunyi, dan setiap tetes keringat jujur yang membentuknya. Nilai sejatimu bukan terletak pada tepuk tangan publik, melainkan pada ketulusan dari proses yang tak terlihat itu

“Dunia lihat hasilnya, hati tahu prosesnya.”

“Self Love”

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim... Alhamdulillahirabbil 'alamiin... pertama saya ucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala nikmat berupa kesehatan, kekuatan, limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti bisa sampai dititik ini. Shalawat serta salam selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, yang menjadi suri tauladan bagi umat manusia. Skripsi ini penulis persembahkan sebagai bukti semangat, usaha, serta cinta dan kasih sayang kepada orang-orang yang sangat berharga dalam hidup penulis. Untuk karya yang sederhana ini, maka penulis persembahkan untuk:

Kepada sosok yang telah mengajarkan makna ketulusan dan kerja keras yaitu Ibu Aniyah Saadah dan Bapak Masduki. Seluruh tetes keringat, doa tanpa henti, dan dukungan moral serta material yang kalian curahkan sejak saya lahir hingga detik ini adalah fondasi tegaknya penyelesaian studi ini. Setiap langkah dan kata dalam skripsi ini adalah bukti nyata dari pengorbanan dan cinta tidak bersyarat kalian. Semoga karya ini menjadi amal jariyah, kebanggaan, dan balasan kecil atas segala jasa-jasa yang tidak terhingga.

Terima kasih kepada seluruh keluarga besar. Terima kasih atas cinta, dukungan, dan perhatian yang tidak pernah putus serta terima kasih telah menciptakan lingkungan yang penuh kasih sayang dan suportif. Kehadiran kalian adalah pengingat bahwa penulis tidak pernah sendiri dalam berjuang.

Tak lupa untuk kalian: Nufus, Jannah, dan Nabilah. Terima kasih atas segalanya untuk doa yang tak pernah putus, tawa yang mengisi ruang-ruang letih, dan pelukan jiwa dalam setiap duka yang datang diam-diam. Perjalanan kita di dunia perkuliahan telah menjelma menjadi kisah yang tak hanya indah, tapi juga abadi terukir manis dalam ingatan dan hati.

Last but not last, terima kasih kepada diri sendiri, Nadiroh, Ini adalah hadiah untuk setiap jam tanpa tidur, air mata, dan momen di mana kau harus meyakinkan diri bahwa kau mampu. Terima kasih telah belajar mencintai prosesnya dan mengakui bahwa nilai dirimu tidak ditentukan oleh hasil, melainkan oleh usaha. Teruslah berani, teruslah tumbuh, dan jangan pernah berhenti percaya pada potensi terbesarmu. (*Self love*).

KATA PENGANTAR

Segala Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan sebaik-baiknya pada waktu yang tepat guna memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana strata satu pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam. Shalawat serta salam selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, para keluarga, para sahabat, dan kita selaku umatnya hingga akhir zaman.

Alhamdulillah melalui pertolongan Allah SWT dan dengan segenap usaha serta kesungguhan, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri dengan Kecanduan Media Sosial TikTok pada Ibu Rumah Tangga di Kampung Simayeng Desa Sindangmandi Kecamatan Baros Kabupaten Serang” sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan dan masih jauh dari kata sempurna. Namun, dengan skripsi ini penulis berharap dapat bermanfaat dan berguna dalam khazanah ilmu pengetahuan. Skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak, dengan terselesaikannya penyusunan skripsi ini penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Muhammad Ishom, MA. Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Prof. Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A. Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
3. Ibu Imalatul Khairat, M.Pd. Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
4. Ibu Tri Windi Oktara, S.Pd., M.Psi. Sekretaris Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
5. Bapak Dr. H. Isak Iskandar, M.Pd., M.M. dan Bapak Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum. Pembimbing I dan II, yang senantiasa telah memberikan banyak arahan, bimbingan, ilmu dan dukungan dalam membantu penulis menyelesaikan skripsi ini. Semoga beliau diberikan kebahagiaan dan keberkahan oleh Allah SWT.
6. Seluruh dosen dan staff Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, khususnya dosen dan staff Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam.
7. Pahlawanku di surga, almarhum bapak Masduki engkaulah yang paling gigih menanamkan cita-cita pendidikan ini. Meskipun perpisahan datang terlalu cepat, skripsi ini bukan hanya karya ilmiah, tetapi penunaian janji yang telah kutunaikan. Meskipun raga bapak tidak lagi berdampingan, semangat dan harapanmu semasa hidup adalah fondasi dan alasan terkuatku untuk bangkit. dalam setiap lembar, do'a, dan helaan napas perjuangan ini, aku selalu merasakan kehadiranmu. bapak, engkau adalah pahlawanku, guru terbaik, dan malaikat

pelindungku. Dukunganmu yang hangat dan nasihatmu yang bijak membuatku berdiri tegak. Aku tahu, bapak pasti tersenyum bangga di sana. Persembahan ini adalah pelukan rindu dari puterimu.

8. Ibuku tercinta, ibu Aniyah Saadah engkaulah alasan aku berjuang, matahari yang tak pernah lelah menyinari jalanku. Semua tetes keringat, doa, dan pengorbanan tidak terhingga yang ibu berikan adalah energi terbesar yang menuntunku hingga titik ini.
9. Seluruh keluarga besar almarhum bapak H. Masduki. Terima kasih karena selalu memberikan dukungan, nasihat, motivasi, semangat, dan do'anya yang tidak pernah terputus hingga saat ini.
10. Teman-teman kelasku BKI-B 2021 yang tak bisa disebutkan satu persatu namanya, terima kasih sudah memberikan banyak cerita dalam masa perkuliahan.
11. Seluruh responden ibu-ibu di Kampung Simayeng. Terima Kasih telah membantu dan meluangkan waktunya, tanpa mereka penulisan skripsi ini tidak akan selesai.

Serang, 17 Oktober 2025



Nadiroh

NIM: 211340082

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	i
ABSTRAK	iii
ABSTRACT.....	iii
NOTA DINAS.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
PENGESAHAN.....	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
G. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	8
H. Definisi Oprasional	10
BAB II KAJIAN TEORITIS	12
A. Kontrol Diri	12
1. Definisi kontrol diri	12
2. Jenis-jenis kontrol diri.....	13
3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi kontrol diri	15
4. Aspek-aspek kontrol diri	16
5. Fungsi kontrol diri.....	18
6. Ciri-ciri kontrol diri.....	20
7. Kontrol diri dalam perspektif Islam.....	22
B. Kecanduan Media Sosial TikTok.....	24
1. Definisi kecanduan media sosial TikTok	24
2. Faktor yang Mempengaruhi Kecanduan Media Sosial TikTok	28

3.	Aspek-aspek kecanduan media sosial TikTok.....	35
4.	Ciri-ciri kecanduan media sosial TikTok.....	36
5.	Cara mengatasi kecanduan media sosial TikTok.....	39
C.	Ibu Rumah Tangga.....	43
1.	Definisi ibu rumah tangga.....	43
2.	Peran ibu rumah tangga.....	44
D.	Kerangka Berpikir	44
E.	Hubungan antar Variabel	45
F.	Hipotesis	47
BAB III METODE PENELITIAN.....		48
A.	Jenis Penelitian	48
B.	Variabel Penelitian.....	49
C.	Populasi Dan Sampel Penelitian	50
D.	Instrumen Penelitian	50
E.	Prosedur Penelitian	54
F.	Teknik Pengumpulan Data	61
G.	Teknik Analisis Data.....	62
1.	Analisis deskriptif	62
2.	Uji persyaratan analisis	63
3.	Uji korelasi.....	64
4.	Uji hipotesis	65
5.	Koefisien determinasi	65
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		67
A.	Hasil Penelitian.....	67
1.	Tingkat kontrol diri pada ibu rumah tangga	67
2.	Tingkat kecanduan media sosial TikTok pada ibu rumah tangga	68
3.	Hubungan kontrol diri dengan kecanduan media sosial TikTok pada ibu rumah tangga.....	70
B.	Pembahasan	75
1.	Tingkat kontrol diri ibu rumah tangga di Kampung Simayeng Desa Sindangmandi Kecamatan Baros Kabupaten Serang	75

2. Tingkat kecanduan media sosial TikTok pada ibu rumah tangga di Kampung Simayeng Desa Sindangmnadi Kecamatan Baros Kabupaten Serang..... 76
3. Hubungan kecanduan media sosial TikTok pada ibu rumah tangga di Kampung Simayeng Desa Sindangmnadi Kecamatan Baros Kabupaten Serang..... 76

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... 79

- A. Kesimpulan..... 79
- B. Saran..... 80

**DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN-LAMPIRAN**

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Variabel Penelitian.....	50
Tabel 3.2 Alternatif Jawaban dan skor Skala Likert.....	52
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Variabel X (Sebelum Uji Validitas)	52
Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Variabel Y (Sebelum Uji Validitas)	53
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Variabel X Kontrol diri	55
Tabel 3.6 Kisi-kisi instrument Variabel X (Setelah Uji Validitas).....	57
Tabel 3.7 Hasil Uji validitas Variabel Y	57
Tabel 3.8 Kisi-kisi Instrumen Variabel Y (Setelah Uji Validitas).....	59
Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas	60
Tabel 3.10 Rumus lima tingkat Kategorisasi	62
Tabel 3.11 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi (r)	64
Tabel 4.1 Hasil Uji Statistik Kontrol Diri (X).....	67
Tabel 4.2 Interval Skor Kontrol Diri (X)	68
Tabel 4.3 Hasil Uji Statistik Kecanduan Media Sosial TikTok (Y).....	69
Tabel 4.4 Interval Skor Kecanduan Media Sosial TikTok (Y).....	69
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test.....	71
Tabel 4.6 Hasil Uji Linearitas ANOVA <i>Table</i>	72
Tabel 4.7 Hasil Uji Koefisien Korelasi	73
Tabel 4.8 Hasil Uji Koefisien Determinasi	74
Tabel 4.9 Hasil Uji Hipotesis.....	74