

**PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP PENGUNGKAPAN  
DIRI REMAJA AKHIR YANG KECANDUAN MEDIA SOSIAL**

**SKRIPSI**



**Disusun Oleh:**

**Triska Meridya Wulan**

**NIM. 111611133060**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS AIRLANGGA  
SURABAYA**

**2020**

**PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP PENGUNGKAPAN  
DIRI REMAJA AKHIR YANG KECANDUAN MEDIA SOSIAL**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Universitas Airlangga  
Surabaya**

**Disusun Oleh:**

**Triska Meridya Wulan**

**NIM. 111611133060**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS AIRLANGGA  
SURABAYA**

**2020**



## LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya susun ini merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam Skripsi yang saya peroleh dari hasil karya tulis orang lain, telah saya tuliskan sumbernya dengan jelas, sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah.

Apabila pada kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam Skripsi saya, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang telah saya sandang, beserta segala konsekuensinya, sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.

Surabaya, 23 Maret 2020  
Menyetujui



Triska Meridya Wulan

**HALAMAN PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI  
PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI UNIVERSITAS AIRLANGGA**

Naskah skripsi dengan identitas berikut ini:

Penulis : Triska Meridya Wulan  
NIM : 111611133060  
Judul : Pengaruh Kontrol Diri terhadap Pengungkapan Diri  
Remaja Akhir yang Kecanduan Media Sosial

telah disetujui oleh dosen pembimbing penulisan skripsi dan telah dipertahankan  
di hadapan penguji pada hari SENIN, 23 MARET 2020

Dosen pembimbing : Tri Kurniati Ambarini, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198101312005012002

Ketua penguji : Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc.  
NIP. 198303042006042004

Sekretaris penguji : Dra. Woelan Handadari, M.Si., Psikolog  
NIP. 195205091986012001

Anggota penguji : Tri Kurniati Ambarini, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198101312005012002

Surabaya, 25 April 2020

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,



Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc.

NIP. 198303042006042004

**HALAMAN MOTTO**

*“Success is the sum of small efforts, repeated day-in and day out.”*

*- Robert Collier*

**HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan untuk Papa, Mama, Kedua Kakak saya, dan semua orang di hidup saya yang memberikan pelajaran berharga sehingga saya bisa menjadi diri saya yang sekarang.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji bagi Allah SWT Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan segala rahmat dan hidayah-Nya, serta memberikan kelancaran pada penulis sehingga dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan baik. Penyusunan Skripsi ini tidak luput atas peran dari berbagai pihak yang telah memberikan dukungan, semangat, dan bantuan kepada penulis sehingga pada akhirnya Skripsi ini dapat terselesaikan sebagaimana mestinya. Maka dari itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Dr. Nurul Hartini, S.Psi., M.Kes., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
2. Tri Kurniati Ambarini, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi, terimakasih atas bantuan, masukan, semangat, serta waktu yang telah diberikan pada penulis selama proses pengerjaan skripsi ini. Bantusan Ibu sangat berarti bagi keberhasilan penulis.
3. Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc. dan Dra. Woelan Handadari, M.Si., Psikolog selaku dosen penguji skripsi, terima kasih atas bimbingan dan masukan yang diberikan kepada penulis.
4. Herison P. Purba, S.Psi., M.Sc. selaku dosen wali, terimakasih atas bimbingan, bantuan, dan motivasi yang diberikan sehingga penulis dapat mengejar target selama masa studi di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.

5. Seluruh dosen dan karyawan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga atas segala ilmu, bantuan, pembelajaran, serta kemudahan untuk penulis selama menjalani masa perkuliahan.
6. Papa, Sunarto, yang tidak pernah berhenti berjuang untuk keluarga, selalu mendoakan keberhasilan dan kelancaran segala urusan penulis. Mama, Harsasi, yang selalu mendoakan dan memberikan dorongan pada penulis untuk segera menyelesaikan skripsi, terima kasih atas semua pengorbanan.
7. Kakak pertama, Muhammad Fanny Firmansyah, yang selalu menjadi *role model* bagi penulis untuk menuntut ilmu dengan sungguh-sungguh, bekerja keras, dan memberikan bantuan saat penulis merasa bingung. Kakak kedua, Muhammad Rizal Ardiansyah, yang selalu memberikan tawa, menjaga penulis, dan memberikan bantuan dikala penulis membutuhkan.
8. Sahabat-sahabat penulis di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Diana, Haztika, Gamma, dan Durroh, teman seperjuangan yang selalu ada disaat susah dan senang selama menempuh masa perkuliahan bersama. Teruntuk Grup Koni Sehat, Diana dan Haztika, terima kasih banyak atas semua rasa dan pengalamannya, kehadiran dan bantuan kalian sangat berarti. Kalian semua sangat berarti bagiku.
9. Sahabat-sahabat penulis diluar kampus, Lolyta Damayanti Suwondo selaku sahabat kecil, terimakasih telah rela berbagi suka dan duka, yang bersedia ikut menanggung beban penulis dalam hal apapun dan tetap ada untuk penulis sampai saat ini. Terry Luana Ameliasari, sahabat yang mengerti hampir segalanya tentang penulis dan masih tetap tinggal, rela berbagi suka maupun



duka, terima kasih untuk selalu ada. Nining Ayu Inayah, sahabat yang ada dikala penulis membutuhkan, terima kasih telah rela mengorbankan waktunya dan ikut merasakan apa yang penulis rasakan.

10. Grup Manis Manja yang merupakan sahabat penulis sejak SMP, Bianca, Reysa, Lita, Reva, dan Dian, terima kasih atas kebahagiaan dan keceriaan yang telah diberikan.
11. Sahabat-sahabat penulis di SMA, Reza, Santi, dan Lita, terima kasih atas canda tawa dan semua cerita yang kalian berikan.
12. Semua keluarga besar mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, khususnya teman angkatan 2016, *Palapsyche*. Terima kasih atas segala proses yang ditempuh bersama selama menjalani perkuliahan.
13. Mas Geo Prasada Amriel 2011, Mbak Novarani Dewi Indah Permatasari 2011, dan Mbak Amalia Yusrina Adani 2015, yang telah mengizinkan penulis untuk menggunakan alat ukurnya.
14. Seluruh responden dan pihak lain yang telah bersedia untuk mengisi maupun membagikan kuesioner, terima kasih atas waktu dan partisipasinya dalam penelitian penulis.
15. Seluruh pihak di sekitar penulis yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terima kasih atas keterlibatannya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini hingga akhir.

Surabaya, 25 Februari 2020

Triska Meridya Wulan