

ABSTRAK

Zahra Salwa Rifia 2026, *Pengaruh Regulasi Emosi Dan Intensitas Penggunaan Media Sosial TikTok terhadap Pembentukan Identitas Diri Siswa di SMA Negeri 1 Nawangan*. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas PGRI Madiun. Pembimbing (I) Dr. Ratih Christiana, M.Pd. (II) Dr. Asroful Kadafi, M.Pd.

Pembentukan identitas diri merupakan salah satu tugas perkembangan penting pada masa remaja yang dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Regulasi emosi sebagai faktor internal berperan dalam membantu remaja mengelola respon emosional secara adaptif, sedangkan intensitas penggunaan media sosial TikTok sebagai faktor eksternal berpotensi memengaruhi proses pembentukan identitas diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi dan intensitas penggunaan media sosial TikTok terhadap pembentukan identitas diri siswa di SMA Negeri 1 Nawangan. penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *ex post facto*. Populasi penelitian berjumlah 381 siswa dengan sampel sebanyak 195 siswa dengan teknik pengambilan sampel *stratified random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala psikologi yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas. Analisis data menggunakan analisis deskriptif, uji asumsi klasik, dan analisis regresi linier berganda dengan bantuan SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi berpengaruh positif dan signifikan sedangkan intensitas penggunaan media sosial TikTok berpengaruh negatif dan signifikan. Secara simultan, kedua variabel berpengaruh signifikan terhadap pembentukan identitas diri dengan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,485 yang menunjukkan bahwa 48,5% pembentukan identitas diri dapat dijelaskan oleh kedua variabel penelitian. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar penyusunan layanan bimbingan dan konseling bagi guru BK, masukan bagi siswa dalam mengelola emosi dan menggunakan media sosial dengan bijak, serta bagi peneliti selanjutnya sebagai referensi dalam mengembangkan penelitian sejenis.

Kata kunci: regulasi emosi, intensitas penggunaan media sosial tiktok, pembentukan identitas diri

ABSTRACT

Zahra Salwa Rifia 2026. *The Influence of Emotion Regulation and the Intensity of TikTok Social Media use on Students' Self -Identity Formation at SMA Negeri 1 Nawangan*. Undergraduate Thesis. Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Theacer Training and Education, UNIVERSITAS PGRI MADIUN. Advisor: Dr. Ratih Christiana, M.Pd., Co-Advisor: Dr. Asroful Kadafi, M.Pd.

Key Terms: Emotion Regulation, Intensity of Tiktok Social Media Use, Self-Identity Formation

Self-identity formation is one of the essential developmental tasks during adolescence, which is influenced by both internal and external factors. Emotion regulation, as an internal factor, palys an important role in helping individuals manage their emotional responses adaptively, while the intensity of TikTok social media use, as an external factor, has the potential to influence the process of self-identity formation. This study aimed to determine the influence of emotion regulation and the intensity of TikTok social media use on students' sel-identity formation at SMA Negeri 1 Nawangan. This study employed a quantitative approach using an ex post facto research design. The population consisted of 381 students, with a sample of 195 students selected through stratified random sampling. Data were collected using psychological scales that had met the validity and reliability requirements. The data were analyzed using descriptive statistics, classical assumption tests, and multiple linier regression analysis with the assistance of SPSS version 26. The findings revealed that emotion regulation had a positive and significant influence on stundents' self-identity formation, whereas the intensity of TikTok social media use had a negative and significant influence. Simultaneously, both independent variables significantly influenced self-identity formation, with a coefficient of determination (R^2) OF 0,485, indicating that 48,5% of the variance in students' self-identity formation could be explained by the two variables. The findings are expected to serve as a basis for developing guidance and counselling services, provide insights for stundents in managing their emotions and using social media wisely, and serve as a reference for future researchers in conducting related studies.