

Kontrol Diri dan Kepribadian Narsistik Pengguna Media Sosial Instagram Pada Generasi Milenial

Monica Tasya Olivia Meralda^{1*}, Christiana Hari Soetjningsih¹

[1] Universitas Kristen Satya Wacana, Indonesia.

Abstract

This study aims to determine the relationship between self-control and the narcissistic personality of Instagram social media users in the millennial generation. This study used a correlational quantitative method. Participants in this study were all millennials aged 23-42 years, both men and women, who used electronic devices in the form of gadgets, laptops, and computers, had Instagram social media accounts, and were users for more than six months. Sampling in this study used a convenience sampling technique with a total sample of 205 respondents. The measuring instruments used in this study were the Self-Control Scale from Tangney, Baumeister, and Boone (2004) to measure self-control variables and the Narcissistic Personality Inventory (NPI) Scale from Raskin and Terry (1988) to measure narcissistic personality variables. The results of data analysis using the Pearson product-moment correlation technique were obtained with a correlation number of -0.190 with a significance value of 0.003 ($p < 0.005$). The results of this study show that self-control has a significant negative relationship with the narcissistic personality of Instagram social media users in the millennial generation, which means that the higher the self-control, the lower the narcissistic tendency. Conversely, the lower the self-control, the higher the narcissistic tendency.

Keywords: Self-control; Narcissistic Personality; Millennial Generation

Article Info

Artikel History: Submitted: 2023-09-26 | Published: 2023-12-30

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v13i4.8813>

[Vol 13, No 4 \(2023\)](#) Page: 1018-1027

(*) Corresponding Author: Monica Tasya Olivia Meralda, Universitas Kristen Satya Wacana, Indonesia, Email: monicatasyaa99@gmail.com



This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](#), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium provided the original work is properly cited.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi yang pesat tentunya dapat mempengaruhi berbagai bidang yang ada seperti sosial yang berdampak kepada perkembangan interaksi sosial antar individu maupun masyarakat sehingga memunculkan generasi-generasi modern dalam menghadapi perkembangan teknologi saat ini. Manusia tidak bisa lepas dalam penggunaan internet karena dalam zaman sekarang manusia dituntut untuk dapat menggunakan teknologi agar dapat memudahkan pekerjaan. Berdasarkan data statistik (APJII, 2020) pada komposisi pengguna internet berdasarkan usia, data tersebut

menunjukkan pengguna internet dengan rentang usia 15-19 tahun sebesar 9,6%, usia 20-24 tahun sebesar 14,1%, usia 25-29 tahun sebesar 13,1%, usia 30-34 tahun sebesar 10,6%, usia 35-39 tahun sebesar 9,8%, dan usia 40-44 tahun sebesar 8,5%. Melihat dari hasil data statistik yang diambil oleh APJII, generasi milenial memiliki rentang usia 20-40 tahun, artinya penggunaan internet didominasi oleh generasi milenial dengan persentase kurang lebih 50%. Dari banyaknya pengguna internet, masyarakat lebih sering untuk membuka sosial media. Berdasarkan data yang didapat dari (*We Are Social* dan *Hootsuite*, 2022) platform media sosial yang paling banyak digunakan pada tahun 2022 adalah *whatsapp* (88%), *instagram* (84,8%), *facebook* (81,3%), *tiktok* (63,1%), *telegram* (62,8%) dan *twitter* (58,3%). Di Indonesia sendiri, pengguna *instagram* pada tahun 2022 mencapai 99,15 juta jiwa (*We Are Social* dan *Hootsuite*, 2022). Hal ini membuktikan bahwa media sosial *instagram* mampu menarik minat pengguna media sosial. *Instagram* sendiri merupakan aplikasi *photo sharing revolutioner* yang dapat diakses melalui *smartphone* (Atmoko, 2012). Hal ini tentu menjadi dasar jika generasi milenial merupakan generasi yang aktif dalam perkembangan teknologi saat ini. Adanya penggunaan media sosial yang meningkat tentu harus diikuti dengan perkembangan pola pikir dan tingkah laku generasi milenial saat ini.

Generasi milenial menurut Hasanuddin Ali dan Lilik Purwandi (2017) dalam buku *Millennial Nusantara* menyebutkan bahwa generasi milenial adalah mereka yang lahir pada tahun 1981 sampai dengan tahun 2000, yang menunjukkan bahwa usia tersebut dimulai dari umur 23-42 tahun. Sejalan dengan sumber yang dikemukakan oleh Republika (2016), *millennial generation* atau generasi Y juga akrab disebut *generation me* atau *echo boomers*. Penggolongan generasi Y terbentuk bagi mereka yang lahir pada 1980 - 1990, atau pada awal 2000, dan seterusnya. Menurut Republika (2016), *millennials* rata-rata mengalihkan perhatiannya dari berbagai gawai, seperti PC, *smartphone*, tablet, dan televisi sebanyak 27 kali setiap jamnya. Angka ini meningkat dari 17 kali per jam di generasi sebelumnya. Karakteristik milenial berbeda-beda di setiap daerah, semua ditentukan oleh faktor kondisi sosial ekonomi. Akan tetapi generasi ini pada umumnya ditandai dengan adanya peningkatan media teknologi, peningkatan penggunaan media informasi digital dalam mengakses informasi dan komunikasi antara satu dengan yang lain (Asmuni, 2019). Lahirnya era digital yang berkembang pesat menuntut para anak muda khususnya kaum milenial untuk selalu belajar hal yang baru agar tidak tertinggal dengan perkembangan yang ada (Asmuni, 2019). Pada generasi milenial, tujuan hidup secara ekstrinsik dianggap sebagai hal yang penting seperti peningkatan finansial sebagai indeks aspirasi (uang, kehormatan dan ketenaran) yang dianggap lebih memberikan kepuasan dibandingkan peningkatan secara intrinsik (berempati, berafiliasi dan terlibat dengan kegiatan sosial) (Twenge, Campbell, & Freeman, 2012). Di era digital, pengguna teknologi terbanyak adalah kaum milenial (Asmuni, 2019). Generasi milenial lebih rentan untuk menjadi pecandu internet karena kesibukannya dan aktifitas yang banyak, sehingga membuat generasi milenial bergantung pada internet. Hal ini dikarenakan media sosial menyediakan ruang bagi individu untuk mengekspresikan ambisi dan juga kesuksesan yang telah diraih kepada audience dengan jangkauan yang luas serta adanya *reward* berupa like dan komentar dari pengguna media sosial yang lain.

Penyebab seseorang memiliki hubungan yang tidak baik di media sosial terjadi karena adanya masalah yang terjadi hubungan tersebut. Salah satu faktor terjadinya masalah adalah faktor dari dalam diri atau kepribadian seseorang sehingga menyebabkan adanya perbedaan tujuan dari salah satu pihak (Taylor, Peplau & Sears,

2005). Salah satu ciri kepribadian yang menjadikan pergeseran nilai generasi milenial dibanding generasi sebelumnya adalah kepribadian individualistis seperti narsisme (Twenge, Campbell, & Freeman, 2012). *Millennials* dinilai cuek dengan kondisi sosial, sebab gaya hidup berubah sesuai perkembangan teknologi. Rata – rata waktu anak muda sekarang dihabiskan dengan *smartphone* (Asmuni, 2019). Eksistensi sosial kaum milenial lebih ditentukan lewat digital dengan banyaknya jumlah *followers* (pengikut), *like*, serta mengikuti idola mereka baik berupa *genre* musik maupun budaya K-pop yang saat ini sedang *hype*, budaya *#hashtag*, dan semua gejala kekinian yang membuat generasi tua dan orang tua semakin sulit menjangkau serta mengikutinya (Asmuni, 2019). Gen Y memiliki tingkat harga diri dan narsisme lebih besar daripada generasi sebelumnya (Fadlurrohman dkk., 2020). Menurut Bregman (2011) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa individu memiliki kepercayaan bahwa individu lain di media sosial tertarik dengan kehidupannya, dan hal tersebut mendorong individu untuk mengunggah foto yang mengarah pada kecenderungan narsistik. Menurut *American Psychiatric Association* dalam DSM V (2013), kecenderungan kepribadian narsistik adalah suatu pola kepribadian yang menetap ditandai dengan adanya fantasi atau perilaku berlebihan terhadap kesuksesan, kekuatan, kecerdasan, kecantikan, dan cinta ideal, kebutuhan besar untuk dikagumi oleh orang lain serta kurangnya kemampuan untuk berempati. Kebutuhan yang berlebih untuk dipuji serta diperhatikan membuat individu memiliki keinginan untuk menjadi pusat perhatian. Mereka merasa bahwa orang lain iri atas kesuksesan dirinya sehingga menyebabkan hubungan dengan lingkungan tidak dapat menjalin hubungan timbal balik dengan orang lain. Individu dengan kepribadian narsistik akan terobsesi untuk menunjukkan kehebatan serta pesona diri dengan melakukan hal-hal yang unik dan berbeda dibandingkan dengan orang lain. Salah satu fenomena yang terjadi di masyarakat yakni adanya remaja narsis di kebun bunga amaryllis yang terletak di daerah Gunung Kidul, Yogyakarta. Menurut Kompas (2015), keindahan kebun bunga amaryllis sangat menarik perhatian masyarakat terutama remaja untuk melakukan proses memotret diri. Alhasil, demi mendapatkan hasil terbaik untuk diunggah pada jejaring sosialnya, remaja rela mengambil foto diri dalam keadaan tidur terlentang atau duduk di tengah taman bunga amaryllis. Hal ini berdampak pada rusaknya taman bunga amaryllis. Dari fenomena tersebut membuktikan bahwa individu yang mengalami kepribadian narsistik akan melakukan berbagai cara untuk mendapatkan hasil foto yang terbaik sehingga individu memperoleh ketenaran di media sosial.

Peneliti melakukan wawancara secara terbuka dan singkat yang dilakukan kepada 10 orang milenial yang berusia 23-42 tahun wawancara pertama pada tanggal 24 juni 2022 kemudian dilanjutkan wawancara kedua pada tanggal 10 juli 2023. Wawancara dilakukan untuk memperkuat bukti fenomena kepribadian narsistik di lingkungan milenial. Hasil yang didapat dari ke 10 orang tersebut adalah mereka memposting foto, video dan kegiatan mereka di media sosial karena mereka ingin orang lain melihat mereka dengan unggahannya tersebut dan mereka ingin orang lain menghargai mereka dengan cara memberi like ataupun komentar dengan pujian yang positif dan memuji kecantikan mereka di akun media sosial serta mereka juga ingin pamer kepada *followers* (pengikutnya) dengan postingan yang mereka posting di media sosial. Pada saat mereka memposting kegiatannya dan juga foto-foto maupun video mereka akan mementingkan penampilan seperti mengenakan pakaian yang menarik dan bagus dan mereka ingin dirinya harus terlihat cantik dan ganteng di media sosial, tidak peduli jika dalam foto tersebut ada temannya yang kurang menarik. Mereka akan tetap mementingkan penampilannya terlebih dahulu, mengenakan pakaian yang menarik dan bagus. Mereka

juga sangat ingin orang-orang untuk memberi *like* pada postingannya, mem-*follow* mereka dan mereka sangat menginginkan *follower* yang banyak. Mereka juga berkata bahwa memposting foto atau menyebarkan kegiatan melalui *story* sudah menjadi kebiasaan dan sulit untuk mengontrol dirinya agar tidak memposting foto atau video mengenai dirinya. Dari hasil wawancara tersebut dapat dilihat bahwa individu tersebut memang memiliki kecenderungan perilaku narsistik, karena ciri-ciri kepribadian narsistik yaitu percaya diri yang berlebihan, ingin dihargai secara berlebihan, merasa dirinya istimewa, ingin dipuji, diperhatikan dan individu tersebut berusaha selalu tampil lebih baik dari individu lainya serta senang memperlihatkan barang yang dimiliki kepada orang lain. Dari penelitian-penelitian sebelumnya terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi narsistik yaitu adanya kecenderungan mengharapkan perlakuan khusus, kurang bisa berempati dengan orang lain, sulit memberikan kasih sayang, belum mempunyai kontrol diri yang kuat, dan kurang rasional (Mitchell, 1941). Sejalan dengan pendapat Handayani (2014) salah satu faktor yang mempengaruhi kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial adalah kontrol diri. Pada penelitian eksperimen yang dilakukan Harrison (2010) peneliti tersebut menunjukkan bahwa orang dengan kepribadian narsistik yang tinggi dengan memiliki kontrol diri yang rendah dapat mempengaruhi tingkat agresi yang dimiliki seseorang. Menurut Papalia (2004), kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menyesuaikan tingkah laku dengan apa yang dianggap diterima secara sosial oleh masyarakat. Menurut Averill (1973) kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi serta memilih tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Kiranya individu pada saat menggunakan media sosial dapat memiliki kemampuan untuk mengontrol diri dalam perilakunya. Individu dengan kepribadian yang sehat dapat mengontrol perilaku penggunaan akun yang mempunyai tanggung jawab sosial, mempunyai kreativitas dalam memberikan informasi yang sesuai dengan realitas diri dan mampu menyaring informasi yang ada di media sosial.

Menurut penelitian Kusuma dkk. (2019) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel kontrol diri dan kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial *Instagram* di SMA Negeri 7 Surakarta yang berjumlah 62 orang dengan nilai korelasi $-0,358$ dengan $p = 0,04$ ($p < 0,05$). Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Laeli dkk. (2018) mengenai penelitian dengan judul hubungan kontrol diri dan harga diri terhadap kecenderungan narsistik pada mahasiswa semester awal pengguna *instagram* memperoleh hasil bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dan harga diri secara simultan dengan kecenderungan narsistik pada mahasiswa semester awal pengguna *Instagram*. Pada penelitian yang dilakukan oleh Suhartanti (2016) terdapat pengaruh yang signifikan antara kontrol diri terhadap *narcissistic personality disorder* pada siswa pengguna jejaring sosial *instagram* di SMA Negeri 1 Seyegan. Besarnya sumbangan efektif pengaruh variabel kontrol diri terhadap *narcissistic personality disorder* sebesar 37,9%. Penelitian yang dilakukan oleh Rischita (2023) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku narsistik pengguna Tik Tok siswa SMAN 1 Ngoro Mojokerto. Adapaun pendapat lain menurut penelitian yang dilakukan oleh Hart dkk. (2017), narsistik dikaitkan secara positif pada motivasi kekuasaan dan karakteristik kontrol diri yang rendah. Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, maka penelitian ini mengaitkan kontrol diri dengan kepribadian narsistik. Dari beberapa hasil penelitian sebelumnya, maka terdapat perbedaan dalam penelitian yaitu pada subjek penelitian. Penelitian sebelumnya meneliti siswa-siswi SMP, SMA dan Mahasiswa, serta meliputi wilayah yang berbeda-beda. Pada penelitian ini sampel yang

digunakan adalah generasi milenial yang berusia 23-42 tahun yang menggunakan media sosial *instagram*. Mengingat saat ini belum banyak yang meneliti mengenai fenomena *instagram* pada generasi milenial, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan kontrol diri dengan kepribadian narsistik pengguna media sosial *instagram* pada generasi milenial.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Penelitian ini bertujuan untuk menentukan hubungan antara kontrol diri dan kepribadian narsistik pada generasi milenial pengguna media sosial *instagram*. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 205 sesuai dengan karakteristik yakni generasi milenial pria/wanita yang berusia 23-42 tahun, menggunakan alat elektronik: gadget, laptop dan komputer dan memiliki akun sosial media *instagram* minimal 6 bulan. Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan secara *online via google form*. Partisipan diperoleh dengan teknik *purposive sampling*. Jumlah partisipan sesuai dengan jumlah orang yang mengisi *google form* mulai tanggal 10 juli 2023 sampai 15 juli 2023.

Dalam penelitian ini menggunakan Skala *Narsistic Personality Inventory (NPI)* untuk mengukur var Y (kepribadian narsistik) dan Skala kontrol diri untuk mengukur var X (kontrol diri). *Narsistic Personality Inventory (NPI)* diukur dengan menggunakan skala *Narsistic Personality Inventory (NPI)* dari Raskin dan Terry (1988) dengan koefisien reliabilitas = 0,83, yang sudah dimodifikasi oleh (Dewi, 2023) dengan hasil koefisien reliabilitas = 0,953. Jumlah item 40 terdiri dari 40 item *favourable*. Skala ini disajikan dalam bentuk skala likert dengan 5 alternatif jawaban. Pemberian skor pada favorable yaitu untuk Sangat Sesuai (SS) = 5, Sesuai (S) = 4, Netral (N) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1.

Skala kontrol diri diukur dengan menggunakan *SCS (self control scale)* milik (Tangney dkk, 2004) dengan koefisien reliabilitas = 0,89, yang sudah dimodifikasi oleh Abdad (2020) dengan hasil koefisien reliabilitas = 0.940. Jumlah item 36 terdiri dari 14 item *favorable* dan 22 item *unfavourable*. Skala ini disajikan dalam bentuk skala likert dengan 5 alternatif jawaban. Pemberian skor pada favorable yaitu untuk Sangat Sesuai (SS) = 5, Sesuai (S) = 4, Netral (N) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 1. *Statistik Deskriptif Kontrol Diri dan Kepribadian Narsistik*

Variabel	Rendah	Sedang	Tinggi
Kontrol Diri	15%	65%	20%
Kepribadian Narsistik	10%	73%	17%

Berdasarkan hasil tabel diatas, didapatkan bahwa tingkat kontrol diri pengguna media sosial *instagram* pada generasi milenial termasuk ke dalam kategori sedang dan tingkat kepribadian narsistik pengguna media sosial *instagram* pada generasi milenial juga termasuk dalam kategori sedang

Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Sebaran data dalam penelitian dikatakan bersistribusi normal jika nilai signifikansinya lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$).

Uji Hipotesis

Uji hipotesis menggunakan teknik korelasi *product moment* dari *Pearson* dengan bantuan Program *SPSS version 21.0 for Windows*.

Tabel. 2. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	rx _y	sig.	Keterangan
Kontrol Diri Kepribadian Narsistik	-.190	.003	$p < .05$ □ signifikan

Berdasarkan tabel di atas, diketahui hasil koefisien korelasi (r) sebesar $-.190$ ($-.190$) dengan nilai signifikansi $=.003$ ($p < .05$) yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel kontrol diri dan kepribadian narsistik pengguna media sosial *instagram* pada generasi milenial, dimana semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah kepribadian narsistik pada generasi milenial. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi kepribadian narsistik. Hipotesis dalam penelitian ini diterima, besarnya sumbangan efektif variabel kontrol diri dan kepribadian narsistik sebesar 3,6%.

Diskusi

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dan kepribadian narsistik yang berarti semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah kepribadian narsistik pada generasi milenial dan sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi kepribadian narsistik. Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian dari Kusuma dkk. (2019), dimana terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel kontrol diri dan kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial *Instagram* di SMA Negeri 7 Surakarta yang berjumlah 62 orang dengan nilai korelasi $-0,358$ dengan $p = 0,04$ ($p < 0,05$). Selain itu hasil pernyataan peneliti juga selaras dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Rischita (2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku narsistik pengguna Tik Tok pada siswa SMAN 1 Ngoro Mojokerto. Selain itu, menurut Asiah dkk. (2018) dari hasil penelitiannya mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self control* (kontrol diri) dengan kecenderungan narsistik siswa pengguna jejaring sosial *instagram*.

Menurut Rose (2007), orang dengan kepribadian narsistik lebih mudah untuk merasa kecewa, sehingga tidak mampu mengendalikan perilaku untuk melakukan aktivitas yang membuat individu tersebut merasa senang. Maka dari itu menurut Rubhan (2013), generasi milenial perlu untuk meningkatkan kontrol dirinya dimana kontrol diri harus menjadi tujuan utama dalam membimbing dan mengatur tingkah laku. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dan kepribadian narsistik yang mengakibatkan individu memiliki kontrol diri yang tinggi akan dapat membatasi, mengarahkan dan membimbing perilakunya ketika menggunakan *instagram* dengan memikirkan manfaat dan dampak yang ditimbulkan (Handayani, 2014). Hal ini sejalan dengan pendapat Dariyo (2004) bahwa individu yang memiliki kontrol diri baik dalam memanfaatkan media sosial, yaitu individu yang mampu mengontrol perilaku aktif menggunakan media sosial dengan cara berusaha untuk mengontrol diri dan mengontrol dalam mengunggah status atau foto, mampu

mengendalikan pikiran-pikiran yang membuatnya tertekan dan mampu membuat pilihan-pilihan alternatif dalam hidupnya. Generasi milenial yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan baik tentunya memiliki kepribadian narsistik yang rendah sehingga generasi milenial dapat mengungkapkan dirinya pada media sosial *instagram* dengan mengembangkan kemandirian (*self directions*) yang membuat milenial dapat mempertanggungjawabkan dengan baik segala tindakan yang dilakukan.

Berdasarkan hasil tabel kategorisasi variabel kontrol diri dan kategorisasi kepribadian narsistik penelitian yang tercantum dalam penelitian ini, diketahui bahwa sebagian besar generasi milenial memiliki kontrol diri dan kepribadian narsistik pada kategori sedang. Hal itu menunjukkan bahwa rata-rata generasi milenial dengan kepribadian narsistik yang sedang tidak terlalu terobsesi untuk menunjukkan kehebatan serta pesona diri dengan tidak melakukan hal-hal yang unik dan berbeda dibandingkan dengan orang lain, tentu itu menyatakan bahwa generasi milenial dalam kepribadian narsistik sedang cenderung dapat memenuhi kebutuhan dirinya secara baik dalam hal *self sufficiency* (pemenuhan diri). Generasi milenial dalam menggunakan media sosial *instagram* juga dapat memiliki perasaan yang baik dan dapat mengontrol dirinya dalam hal superioritas. Pada aspek *vanity*, individu dapat menerima masukan atau sudut pandang dari orang lain terhadapnya atau dapat dikatakan bahwa dirinya memiliki sifat yang tidak sombong dan tidak keras kepala. Dalam aspek kontrol diri, generasi milenial cukup mampu memfokuskan diri pada saat melakukan tugas atau suatu kegiatan. Generasi milenial dengan *self discipline* (disiplin diri) yang cukup mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya.

Adanya hubungan yang negatif signifikan antara kontrol diri dengan kepribadian narsistik menunjukkan bahwa pada penelitian ini semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki oleh generasi milenial maka akan menyebabkan kepribadian narsistik yang semakin rendah. Pada penelitian ini tingginya kontrol diri terdapat pada aspek *Resisting Temptation* (menahan godaan) dan *Self Discipline* (disiplin diri). Berdasarkan tingkat kontrol diri dan kepribadian narsistik dilihat dari r^2 sebesar 3,6%, sedangkan sebesar 96,4% dipengaruhi oleh variabel yang lain seperti harga diri (Wibowo dan Silaen, 2018), citra diri (Purnamasari dan Agustin, 2019). Pada penelitian ini terdapat keterbatasan yang dimiliki yakni dalam melakukan penelitiannya, peneliti tidak memberikan pilihan jawaban domisili responden sehingga pada penelitian ini kurang terlihat penyebaran data kuesioner yang diisi oleh responden. Maka dari itu kedepannya peneliti-peneliti lain diharapkan untuk dapat mencantumkan alamat atau domisili partisipan sehingga terlihat penyebaran kuesioner dilakukan di berbagai daerah yang ada di Indonesia.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri memiliki hubungan yang negatif signifikan dengan kepribadian narsistik pengguna media sosial *instagram* pada generasi milenial. Semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah kepribadian narsistik pada generasi milenial. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi kepribadian narsistik. Kontrol diri memberi sumbangan sebesar 3,6% terhadap kepribadian narsistik. Pada penelitian ini, kontrol diri dan kepribadian narsistik secara umum sebagian besar partisipan termasuk ke dalam kategori sedang. Pada hasil penelitian ini, terdapat saran yang penulis tujukan, yang pertama kepada seluruh generasi milenial agar dapat meningkatkan kontrol diri dalam

menggunakan media sosial *instagram* sehingga dapat menurunkan kepribadian narsistik pada generasi milenial.

REFERENSI

- Abdad, F. A. (2020). Hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku narsistik pada remaja pengguna media sosial TikTok. *Skripsi*. Universitas Gunadarma.
- Ali, Hasanuddin., & Lilik Purwandi. (2017). Millennial nusantara: pahami karakternya, rebut simpatinya. Gramedia Pustaka Utama.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual psychiatric, mental disorder edition "DSM-5"*. Washington DC: American DC., Publishing. Washington.
- APJII. (2020). Laporan Survei Internet APJII 2019 – 2020. *Asosiasi penyelenggara jasa internet Indonesia, 2020*, 1–146. <https://apjii.or.id/survei>.
- Asiah, N., Taufik., & Firman. (2018). Hubungan self control dengan kecenderungan narsistik siswa pengguna jejaring sosial instagram di SMP Negeri 2 Padang. *Jurnal Neo Konseling*, 0(0),1-7.
- Asmuni, H. (2019). Peran lingkungan sosial terhadap kontrol diri kaum milenial. *Al-Fikrah2*, 2(2), 119–134.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2018). Penetrasi & profil perilaku pengguna internet Indonesia. *Apjii*, 51. <https://apjii.or.id/survei2018s/download/TK5oJYBSyd8iqHA2eCh4FsGELm3ubj>
- Atmoko, B. D. (2012). *Instagram Handbook*. Media Kita.
- Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 80(4), 286–303.
- Ayun, P. Q. (2015). Fenomena remaja menggunakan media sosial dalam membentuk identitas. *CHANNEL Jurnal Komunikasi*, 3(2), 1-6.
- Azwar, S. (2005). *Sikap manusia: teori dan pengukurannya*. Pustaka Pelajar.
- Bergman, S.M., et al. (2011). Millennials, narcissism, and social networking: what narcissists do on social networking sites and why. *Personality and Individual Differences*, 50(2011), 706-711.
- Bolton, R. N., Parasuraman, A., Hoefnagels, A., Migchels, N., Kabadayi, S., Gruber, T., Solnet, D. (2013). Understanding generation y and their use of social media: A review and research agenda. *Journal of Service Management*, 24(3), 245–267.
- Buffardi, L. E., & Campbell, W. K. (2008). Narcissism and social networking web sites. *Personality and social psychology bulletin*, 34(10), 1303-1314.
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus lengkap psikologi* (Terjemahan Kartini Kartono). PT Raja Grafindo Persada.
- Chaplin, J. P. (2009). *Kamus lengkap psikologi*. PT Raja Grafindo Persada.
- Dewi, C.G & Ibrahim, Y. (2019). Hubungan self-esteem (harga diri) dengan perilaku narsisme pengguna media sosial *instagram* pada siswa SMA. *Jurnal Neo Konseling*, 1(2), 1-7.
- Dewi, N. P. S & Soetjningsih, C. H. (2023). Self-Esteem and narcissism in generation z who like to create content on the tiktok application. *Jurnal Scientia*, 12(2), 1225-1234.

- Emmons, R. A. (1987). Narcissism: theory and measurement. *Personality and Social Psychology, 52*(1), 11–17.
- Engkus, Hikmat, Karso Saminnurahmat. (2017). Perilaku narsis pada media sosial di kalangan remaja dan upaya penanggulangannya. *Jurnal Penelitian Komunikasi, 20*(2).
- Fadlurrohmi, I., Husein, A., Yulia, L., Wibowo, H., & Raharjo, S. T. (2020). Memahami perkembangan anak generasi alfa di era industri 4.0. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial, 2*(2), 178.
- Ghufron, N. & Risnawati, R. (2012). Teori-teori psikologi. Ar-ruzz Media.
- Handayani, N. (2014). Hubungan antara kontrol diri dengan narsisme pada remaja pengguna facebook. *Disertasi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Harrison, M. L. (2010). The influence of narcissism and self-control on reactive aggression. University of South Florida.
- Hart, W., Richardson, K., Tortoriello, G., & Tullett, A. (2017). Strategically out of control: A self-presentational conceptualization of narcissism and low self-control. *Personality and Individual Differences, 114*, 103-107.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan, edisi 5*. Erlangga.
- Hurriyati, D. (2013). Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada anggota polisi resort pagar alam. *Jurnal Ilmiah PSYCHE, 7*(2), 63-74.
- Kompas. (2015). Demi selfie semata, kebun bunga "amaryllis" merana. <https://tekno.kompas.com/read/2015/11/30/14271197/Demi.Selfie.Semata.Kebun.Bunga.Amaryllis.Merana>.
- Kusuma, A. B., Setyanto, A. T., & Khasan, M. (2019). Kontrol diri dan kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial *instagram*. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah, 11*(1), 31–36.
- Laeli, A. N., Sartika, E., Rahman, F. N., & Fatchurrahmi, R. (2018). Hubungan kontrol diri dan harga diri terhadap kecenderungan narsistik pada mahasiswa semester awal pengguna *instagram*. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi, 23*(1), 27–40.
- Lubis, Suwardi. (2005). Teknologi komunikasi dan pembangunan. Universitas Sumatera Utara.
- Maramis, W. F. dan M, Albert A. (2009). Catatan ilmu kedokteran jiwa edisi 2. Airlangga University Press.
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Kontrol diri : definisi dan faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research, 3*(2), 65-69.
- Metz, A. L. (2017). Back to nature: the relationship between nature relatedness on empathy and narcissism in the millennial generation. *VITAS Online-Canadian Journal of Family and Youth, 7*(1), 27–54.
- Mitchell, J. J. (1998). *The natural limitations of youth: The predispositions that shape the adolescent character*. Greenwood Publishing Group.
- Ningtyas, S. D. Y. (2012). Hubungan antara *self control* dengan internet addiction pada mahasiswa. *Psychology Journal, 1*(1), 25-30.
- Nurjanah, Y. (2017). Hubungan kepribadian narsistik dengan intensi mengunggah foto di *instagram* pada mahasiswa laki-laki. *Disertasi*. Universitas Brawijaya.
- Olive. (2015). Who am i? psychopedia version. Penerbit PT Lintas Kata.

- Purnamasari, A., & Agustin, V. (2018). Hubungan citra diri dengan perilaku narsisme pada remaja putri pengguna *instagram* di Kota Prabumulih. *Jurnal Psibernetika*, 11(2), 115-132.
- Putri, A. Eryta. (2013). Aplikasi *instagram* sebagai media komunikasi pemasaran online shop. Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Pembangunan Nasional "Veteran".
- Raski, R., & Terry, H. (1988). A principal components analysis of the narcissistic personality inventory and further evidence of its construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(5), 890-902.
- Republika. (2016). Mengenal generasi milenial. <https://www.republika.co.id/berita/koran/inovasi/16/12/26/ois64613-mengenal-generasi-millennial>
- Ria, S. Ah, Y. Retnayu, P. (2019). Aktualisasi diri dan kecenderungan narsisme pada remaja akhir pengguna media sosial. *Psychiatry Nursing Journal*, 1(1).
- Rischita, R. (2021). Hubungan kontrol diri dengan perilaku narsistik di aplikasi Tik Tok pada siswa SMAN 1 NGORO MOJOKERTO. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Rose, P. (2007). Mediators of the Association Between Narcissism and Compulsive Buying: The Roles of Materialism and Impulse Control. *Psychology of Addictive Behaviors*, 21(4), 576–581. <https://doi.org/10.1037/0893-164X.21.4.576>.
- Sembiring, K.D.R. (2017). Hubungan antara kesepian dan kecenderungan narsistik pada pengguna jejaring sosial media *instagram*. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 147-154.
- Sugiyono. (2004). Metode penelitian. Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Suhartanti, L. (2016). Pengaruh kontrol diri terhadap narcissistic personality disorder pada pengguna *instagram* di SMAN 1 Seyegan. *E-Journal Bimbingan dan Konseling*, 8(5), 184-195.
- Suryabrata, Sumadi. (2011). Psikologi pendidikan. PT. Raja Grafindo Persada.
- Suryanyo. (2010). *Mahasiswa AS kecanduan Internet*. <https://www.antaranews.com/berita/184267/mahasiswa-as-kecanduan-internet>
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of personality*, 72(2), 271-324.
- Twenge, J. M., Campbell, W. K., & Freeman, E. C. (2012). Generational differences in young adults' life goals, concern for others, and civic orientation, 1966–2009. *Journal of personality and social psychology*, 102(5), 1045-1062.
- Vazire, S., & Funder, D.C. (2006). Impulsivity and the self-defeating behavior of narcissists. *Personality and Social Psychology Review*. 10(2), 154-165.
- We Are Social & Hootsuite. (2022). Indonesia digital report 2020. *Global Digital Insights*, 247. <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2022/>
- Wibowo, Y., & Silaen, S.M.J. (2018). Hubungan self-esteem dan penggunaan media sosial *instagram* dengan perilaku narsisme di kalangan siswa kelas VIII SMPK Penabur Bintaro Jaya. *Jurnal Ikraith Humaniora*, 2(2), 109-115.
- Wiramihardja, S. A. (2015). *Pengantar psikologi abnormal (edisi revisi)*. Bandung: Refika Aditama.