

Pengaruh *Self Regulated Learning* terhadap Penggunaan Media Sosial Tiktok pada Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar

Abdullah Karim Jabar^{1*}, Sandi Pratama², Rukiana Novianti Putri³

¹ Universitas Muhammadiyah Makassar

² Universitas Muhammadiyah Makassar

³ Universitas Muhammadiyah Makassar

* luthfikarimjabar@gmail.com , * sandipratama@unismuh.ac.id , * rukiananoviantiputri@unismuh.ac.id

ARTICLE INFO

Article history:

Received 1 Oktober 2026

Revised 5 Oktober 2026

Accepted 6 Oktober 2026

Available online 8 Oktober 2026

Kata Kunci:

self-regulated learning, media sosial, TikTok, siswa kelas X.

Keywords:

self-regulated learning, social media, TikTok, tenth-grade student

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-regulated learning* terhadap penggunaan media sosial TikTok pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar. Latar belakang penelitian didasarkan pada tingginya penggunaan media sosial TikTok di kalangan siswa yang berpotensi menimbulkan distraksi, menurunkan konsentrasi, serta mengganggu pengelolaan waktu belajar. *Self-regulated learning* merupakan kemampuan siswa dalam merencanakan, memantau, mengontrol, dan mengevaluasi proses belajarnya sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran secara mandiri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian yang bertujuan menguji hubungan dan pengaruh antara variabel *self-regulated learning* sebagai variabel bebas dan penggunaan media sosial TikTok sebagai variabel terikat. Data diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar dan dianalisis menggunakan teknik analisis statistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-regulated learning* memiliki pengaruh terhadap penggunaan media sosial TikTok pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam mengatur diri selama proses belajar berkaitan dengan kemampuannya mengendalikan penggunaan media sosial, khususnya TikTok. Oleh karena itu, peningkatan

self-regulated learning perlu dilakukan sebagai salah satu upaya membantu siswa mengelola penggunaan media sosial secara lebih bijak dan menjaga fokus terhadap kegiatan pembelajaran.

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of *self-regulated learning* on the use of TikTok social media among tenth-grade students at SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar. The background of this study is based on the high use of TikTok among students, which may cause distraction, reduce concentration, and interfere with time management in learning. *Self-regulated learning* refers to students' ability to plan, monitor, control, and evaluate their learning processes in order to achieve learning goals independently. This study employed a quantitative approach to examine the relationship and effect between *self-regulated learning* as the independent variable and the use of TikTok social media as the dependent variable. Data were collected through questionnaires distributed to tenth-grade students at SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar and analyzed using statistical techniques. The results showed that *self-regulated learning* had an effect on the use of TikTok social media among tenth-grade students at SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar. These findings indicate that students' ability to regulate themselves during the learning process is related to their ability to control social media use, particularly TikTok. Therefore, improving *self-regulated learning* is necessary as an effort to help students manage social media use wisely and maintain their focus on learning activities.

1. PENDAHULUAN/INTRODUCTION

Fenomena belajar saat ini diwarnai oleh tingginya tingkat distraksi akibat perkembangan teknologi digital, khususnya penggunaan *smartphone* dan media sosial. Kondisi tersebut membuat siswa dan mahasiswa mudah kehilangan fokus, melakukan *multitasking*, serta mengakses konten yang tidak relevan dengan pembelajaran. Oleh karena itu, kemampuan *self-regulated learning* (SRL) menjadi

penting karena mencakup kemampuan merencanakan, mengelola waktu, memantau proses belajar, menggunakan strategi belajar, dan melakukan evaluasi diri. Siswa yang memiliki SRL mampu mengatur kognisi, motivasi, dan perilakunya secara sistematis untuk mencapai tujuan belajar, sedangkan SRL yang rendah dapat menyebabkan kesulitan mengatur waktu, menunda tugas, kurang mandiri, dan rendahnya kemampuan memecahkan masalah. Kemampuan ini semakin penting dalam pendidikan abad ke-21 yang menuntut keterampilan belajar sepanjang hayat, berpikir kritis, dan kemandirian.

Perkembangan teknologi informasi juga memberikan kemudahan dalam memperoleh pengetahuan dan sumber pembelajaran tanpa terbatas ruang dan waktu. Salah satu perkembangan yang sangat dekat dengan kehidupan siswa adalah media sosial TikTok. Platform ini tidak hanya digunakan sebagai hiburan, tetapi juga sebagai sarana memperoleh informasi dan konten edukatif. Namun, penggunaan TikTok yang berlebihan dapat menjadi sumber distraksi karena algoritmanya dirancang untuk mempertahankan perhatian pengguna, sehingga berpotensi menyebabkan berkurangnya fokus, meningkatnya prokrastinasi, dan lemahnya pengelolaan waktu belajar. Kondisi tersebut menjadi tantangan bagi siswa, khususnya Generasi Z, untuk mampu mengendalikan penggunaan teknologi dan tetap disiplin dalam belajar. SRL menjadi salah satu kemampuan yang diperlukan agar siswa mampu mengatur kognisi, motivasi, dan perilakunya sesuai tujuan belajar.

Dalam perspektif Islam, perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dapat dimanfaatkan secara positif selama didasari ilmu dan tanggung jawab. Allah SWT berfirman dalam Surah Ar-Rahman ayat 33:

يٰۤمَعْشَرَ الْجِنِّ وَالْإِنسِ إِنِ اسْتَطَعْتُمْ أَنْ تَنْفُذُوا مِنْ أَقْطَارِ السَّمٰوٰتِ وَالْأَرْضِ فَانْفُذُوْا لَا تَنْفُذُوْنَ اِلَّا بِسُلْطٰنٍ

"Wahai golongan jin dan manusia! Jika kamu sanggup menembus (melintasi) penjuru langit dan bumi, maka tembuslah. Kamu tidak akan dapat menembusnya kecuali dengan kekuatan (ilmu)."

Ayat tersebut menunjukkan pentingnya ilmu dalam menghadapi perkembangan zaman dan memanfaatkan teknologi secara bertanggung jawab. Dalam konteks pendidikan, teknologi seharusnya digunakan untuk mendukung proses belajar, bukan menjadi sumber gangguan.

Lembaga pendidikan memiliki peran penting dalam membentuk peserta didik yang cerdas, kreatif, tangguh, dan mandiri melalui proses pembelajaran yang terarah. Namun, hasil observasi awal di SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar pada 12 Desember 2024 menunjukkan adanya penggunaan TikTok yang cukup intensif dan gejala lemahnya regulasi diri dalam belajar. Siswa terlihat membuka TikTok berulang kali, kurang memperhatikan guru, mengobrol, mengantuk, serta menunda pengerjaan tugas.

Temuan tersebut diperkuat melalui wawancara dengan wali kelas X pada 15 Desember 2024 yang menyatakan bahwa sebagian siswa sulit berkonsentrasi, mudah bosan, menunda tugas, tidak memiliki jadwal belajar yang rutin, dan cenderung belajar hanya ketika terdapat tugas atau ujian. Wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling pada 20 Desember 2024 juga menunjukkan bahwa penggunaan TikTok dan *gadget* menjadi salah satu sumber distraksi siswa. Siswa dinilai masih kesulitan mengendalikan penggunaan media sosial, kurang memiliki motivasi belajar, serta belum terbiasa menetapkan tujuan, menyusun jadwal, mencari bantuan, dan mengevaluasi hasil belajar. Kondisi tersebut menunjukkan adanya permasalahan dalam *self-regulated learning* siswa yang perlu dikaji lebih lanjut.

Self regulated learning merupakan kemampuan individu dalam mengatur motivasi, proses berpikir, perilaku, dan emosi secara sistematis untuk mencapai tujuan belajar. Kemampuan ini membuat siswa lebih bertanggung jawab terhadap proses belajarnya, mulai dari menetapkan tujuan, memilih strategi, mengatur waktu, memantau proses belajar, hingga mengevaluasi hasilnya (Hendrika, 2022). Zimmerman menjelaskan bahwa *self regulated learning* melibatkan kemampuan mengatur dan memonitor pikiran, perasaan, serta perilaku agar tujuan akademik maupun sosial dapat tercapai (Zimmerman, 2002). Dengan demikian, *self regulated learning* dapat dipahami sebagai proses pengaturan diri yang dilakukan siswa secara sadar untuk mengarahkan pikiran, motivasi, emosi, dan perilaku dalam mencapai tujuan pembelajaran.

Siswa yang memiliki *self regulated learning* mampu menggunakan strategi kognitif untuk memahami dan mengolah informasi, merencanakan serta mengontrol proses belajar, memiliki keyakinan dan motivasi terhadap kemampuan dirinya, mampu mengatur waktu dan lingkungan belajar, serta berupaya mencari bantuan ketika mengalami kesulitan. Siswa juga memandang dirinya sebagai pengendali proses belajar dan secara aktif menggunakan strategi untuk mencapai hasil akademik yang diharapkan.

Menurut Zimmerman, *self regulated learning* dipengaruhi oleh faktor individu, perilaku, dan lingkungan. Faktor individu berkaitan dengan pengetahuan, kemampuan metakognitif, tujuan, afeksi, dan *self-efficacy*. Faktor perilaku berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengamati, menilai, dan memberikan respons terhadap dirinya sendiri selama proses belajar. Sementara itu, faktor lingkungan meliputi lingkungan fisik dan sosial, seperti keluarga, sekolah, pergaulan, serta dukungan sosial yang diterima siswa. Zimmerman mengemukakan tiga aspek utama *self regulated learning*, yaitu kognisi, motivasi, dan perilaku. Aspek kognisi mencakup kemampuan merencanakan, menetapkan tujuan, mengatur, memonitor, dan mengevaluasi proses belajar. Aspek motivasi berkaitan dengan keyakinan terhadap kemampuan diri, tujuan belajar, dan minat terhadap tugas. Adapun aspek perilaku berkaitan dengan kemampuan memilih, mengatur, serta menciptakan lingkungan yang mendukung proses belajar (Zimmerman, 2002).

TikTok merupakan platform media sosial yang memungkinkan pengguna membuat dan membagikan video dengan berbagai fitur seperti musik, stiker, filter, dan efek kreatif. Aplikasi ini digunakan untuk berinteraksi, berkomunikasi, memperoleh informasi, dan hiburan. Penggunaan TikTok dapat memberikan manfaat apabila digunakan secara tepat, tetapi juga dapat memberikan dampak negatif apabila digunakan secara berlebihan (Rahardaya & Irwansyah, 2021). Dalam penelitian ini, penggunaan media sosial TikTok dipahami sebagai aktivitas siswa dalam menggunakan aplikasi TikTok untuk berbagai keperluan, baik hiburan, komunikasi, maupun memperoleh informasi.

Penggunaan TikTok dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri individu, seperti perasaan, sikap, minat, kebutuhan, perhatian, dan motivasi. Sementara itu, faktor eksternal berkaitan dengan lingkungan keluarga, informasi, kondisi sosial, serta hal-hal yang terdapat di sekitar individu. Faktor-faktor tersebut dapat memengaruhi intensitas dan tujuan seseorang dalam menggunakan TikTok. Penggunaan TikTok dalam penelitian ini dilihat melalui beberapa aspek, yaitu kemudahan menggunakan aplikasi, TikTok sebagai tempat bermain atau beraktivitas di media sosial, serta waktu yang digunakan dalam mengakses TikTok. Aspek-aspek tersebut digunakan untuk mengetahui bagaimana siswa memanfaatkan dan mengatur penggunaan TikTok dalam kehidupan sehari-hari.

Self regulated learning merupakan kemampuan siswa dalam mengatur proses belajar melalui aspek kognisi, motivasi, dan perilaku. Kemampuan regulasi diri yang baik diharapkan dapat membantu siswa mengatur aktivitasnya, termasuk dalam menggunakan media sosial TikTok. Sebaliknya, penggunaan TikTok yang tidak terkontrol dapat mengurangi waktu dan perhatian siswa terhadap kegiatan belajar. Berdasarkan hubungan tersebut, penelitian ini mengkaji pengaruh *self regulated learning* sebagai variabel X terhadap penggunaan media sosial TikTok sebagai variabel Y pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar. Kerangka pikir penelitian terdiri atas aspek *self regulated learning*, yaitu kognisi, motivasi, dan perilaku, serta aspek penggunaan TikTok berupa kemudahan penggunaan aplikasi, tempat bermain media sosial, dan waktu penggunaan.

C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah yang masih harus dibuktikan melalui data penelitian. Berdasarkan kerangka pikir tersebut, hipotesis penelitian ini adalah:

H₀: Tidak terdapat pengaruh *self regulated learning* terhadap penggunaan media sosial TikTok pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar.

H₁: Terdapat pengaruh *self regulated learning* terhadap penggunaan media sosial TikTok pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar.

2. METODE/METHOD

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif survei. Metode kuantitatif digunakan untuk menguji hubungan dan pengaruh antara variabel *Self Regulated Learning* sebagai variabel X dan penggunaan media sosial TikTok sebagai variabel Y. Data dikumpulkan melalui instrumen penelitian berupa kuesioner dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara statistik untuk menguji hipotesis penelitian.

Penelitian ini terdiri atas dua variabel, yaitu *Self Regulated Learning* sebagai variabel independen (X) dan penggunaan media sosial TikTok sebagai variabel dependen (Y). *Self Regulated Learning* merupakan kemampuan siswa dalam mengatur proses belajar, meliputi kognisi, motivasi, dan

perilaku untuk mencapai tujuan pembelajaran. Sementara itu, penggunaan media sosial TikTok merupakan aktivitas siswa dalam mengakses dan berinteraksi dengan TikTok yang diukur berdasarkan aspek perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi penggunaan.

Penelitian dilaksanakan di SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar. Pemilihan lokasi didasarkan pada banyaknya siswa yang menggunakan aplikasi TikTok serta informasi dari guru kelas X mengenai penggunaan TikTok di kalangan siswa.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar yang berjumlah 54 siswa, terdiri atas kelas X A sebanyak 24 siswa dan X B sebanyak 30 siswa. Sampel ditentukan menggunakan nonprobability sampling dengan teknik sampling jenuh, sehingga seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian sebanyak 54 siswa.

Instrumen yang digunakan berupa angket atau kuesioner dan dokumentasi. Kuesioner disusun berdasarkan indikator masing-masing variabel dan menggunakan skala Likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pernyataan *favourable* diberi skor 4–1, sedangkan pernyataan *unfavourable* diberi skor 1–4. Dokumentasi digunakan untuk memperoleh data pendukung mengenai siswa dan kondisi sekolah.

Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner tertutup kepada responden dan dokumentasi. Kuesioner digunakan untuk memperoleh data mengenai *Self Regulated Learning* dan penggunaan TikTok, sedangkan dokumentasi digunakan untuk memperoleh informasi pendukung mengenai objek dan lokasi penelitian.

Analisis data dilakukan menggunakan SPSS versi 23.0 for Windows. Tahap analisis meliputi uji validitas, uji reliabilitas, analisis deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, dan uji hipotesis. Uji validitas dilakukan dengan membandingkan nilai *Corrected Item-Total Correlation* dengan nilai r tabel. Hasil uji menunjukkan bahwa dari 30 item *Self Regulated Learning*, terdapat 24 item valid, sedangkan dari 25 item TikTok terdapat 10 item valid.

Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha. Hasil pengujian menunjukkan nilai Alpha sebesar 0,935 untuk *Self Regulated Learning* dan 0,957 untuk TikTok, sehingga kedua instrumen dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam penelitian.

Selanjutnya, analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan data melalui nilai mean, standar deviasi, minimum, maksimum, range, dan jumlah skor. Uji normalitas dilakukan menggunakan Kolmogorov-Smirnov dengan kriteria data berdistribusi normal apabila nilai signifikansi $> 0,05$. Uji linearitas digunakan untuk mengetahui hubungan linear antara variabel X dan Y, dengan kriteria nilai signifikansi $> 0,05$ menunjukkan hubungan yang linear. Setelah persyaratan terpenuhi, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh *Self Regulated Learning* terhadap penggunaan media sosial TikTok pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN/RESULT AND DISCUSSION

A. Gambaran Objek Penelitian

SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar merupakan lembaga pendidikan menengah yang berada di bawah naungan Badan Pelaksana Harian Universitas Muhammadiyah Makassar (BPH UMM). Sekolah ini berlokasi di Jalan Sultan Alauddin No. 259, dalam lingkungan kampus Universitas Muhammadiyah Makassar. SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar merupakan salah satu sekolah unggulan Muhammadiyah yang memiliki komitmen dalam penyelenggaraan pendidikan yang berkualitas dan berlandaskan nilai-nilai Islam. Sekolah ini juga memiliki alumni yang telah berkiprah dalam berbagai bidang, baik pada tingkat regional maupun nasional.

SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar memiliki visi “Sinergi, Unggul, Cerdas dan Islami (SUCI)”. Untuk mewujudkan visi tersebut, sekolah melaksanakan pendidikan dan pembelajaran yang bermutu berdasarkan nilai-nilai Islam, meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang unggul secara moral, intelektual, dan profesional, mengembangkan sekolah sebagai *Learning Community and Development Center* (LCDC), melaksanakan sistem penjaminan mutu berstandar nasional, serta menerapkan kepemimpinan dengan paradigma TORSIE yang mencakup *Trust, Openness, Realization, Sinergy, Independence*, dan *Empowering*.

Tujuan sekolah diarahkan pada pembentukan peserta didik yang memiliki aqidah dan akhlak yang baik, unggul dalam aspek moral, intelektual, dan profesional, serta mampu menguasai ilmu

pengetahuan dan teknologi. Selain itu, sekolah bertujuan mewujudkan lingkungan sebagai komunitas pembelajar dan pusat pengembangan pendidikan Muhammadiyah, menerapkan manajemen sekolah yang transparan, partisipatif, akuntabel, berkelanjutan, seimbang, dan jujur, serta mewujudkan kepemimpinan pendidikan yang berlandaskan paradigma TORSIE.

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar Tahun Ajaran 2025/2026. Jumlah siswa yang menjadi responden sebanyak 54 orang, terdiri atas 24 siswa kelas X A dan 30 siswa kelas X B. Seluruh siswa tersebut dijadikan sampel penelitian karena penelitian menggunakan teknik *sampling jenuh*.

B. Hasil Penelitian

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran mengenai tingkat *Self Regulated Learning* dan penggunaan media sosial TikTok pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar. Berdasarkan hasil pengolahan data terhadap 54 responden, tingkat *Self Regulated Learning* menunjukkan bahwa sebanyak 13 siswa atau 24,1% berada pada kategori rendah, 28 siswa atau 51,9% berada pada kategori sedang, dan 13 siswa atau 24,1% berada pada kategori tinggi. Dengan demikian, sebagian besar siswa memiliki tingkat *Self Regulated Learning* dalam kategori sedang.

Pada variabel penggunaan media sosial TikTok, sebanyak 12 siswa atau 22,2% berada pada kategori rendah, 30 siswa atau 55,6% berada pada kategori sedang, dan 12 siswa atau 22,2% berada pada kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori sedang dalam penggunaan media sosial TikTok. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa baik kemampuan *Self Regulated Learning* maupun penggunaan TikTok pada siswa berada pada tingkat sedang. Kondisi ini menunjukkan bahwa siswa telah memiliki kemampuan tertentu dalam mengatur proses belajar dan perilakunya, tetapi kemampuan tersebut belum sepenuhnya berada pada tingkat tinggi. Di sisi lain, penggunaan TikTok juga belum menunjukkan intensitas yang sangat tinggi pada sebagian besar siswa.

2. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal sebagai salah satu persyaratan analisis regresi linear. Pengujian dilakukan menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan SPSS versi 23.0. Dasar pengambilan keputusan adalah apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka data dinyatakan berdistribusi normal. Berdasarkan hasil pengujian, diperoleh nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,200. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal. Dengan demikian, persyaratan normalitas untuk analisis selanjutnya telah terpenuhi.

3. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linear antara *Self Regulated Learning* sebagai variabel bebas dan penggunaan media sosial TikTok sebagai variabel terikat. Berdasarkan hasil pengujian menggunakan SPSS versi 23.0, diperoleh nilai signifikansi *Linearity* sebesar 0,558. Karena nilai tersebut lebih besar dari 0,05, maka hubungan antara *Self Regulated Learning* dan penggunaan media sosial TikTok dinyatakan linear. Dengan demikian, analisis regresi linear sederhana dapat dilanjutkan.

4. Uji Korelasi dan Hipotesis

Pengujian korelasi digunakan untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara *Self Regulated Learning* dengan penggunaan media sosial TikTok. Hasil analisis menunjukkan nilai Pearson Correlation sebesar -0,073 dengan nilai signifikansi sebesar 0,599. Nilai korelasi yang negatif menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel memiliki arah berlawanan, yaitu peningkatan *Self Regulated Learning* cenderung diikuti dengan penurunan penggunaan TikTok. Namun, nilai korelasi yang mendekati nol menunjukkan bahwa hubungan tersebut berada pada kategori sangat lemah. Nilai signifikansi sebesar 0,599 lebih besar daripada 0,05, sehingga hubungan antara *Self Regulated Learning* dan penggunaan TikTok tidak signifikan secara statistik. Dengan demikian, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel dalam penelitian ini.

Hasil tersebut juga menunjukkan bahwa hipotesis nol (H_0) yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan *Self Regulated Learning* terhadap penggunaan media sosial TikTok diterima, sedangkan hipotesis alternatif (H_1) yang menyatakan terdapat pengaruh signifikan ditolak. Artinya, tingkat *Self Regulated Learning* siswa tidak dapat dijadikan faktor utama untuk menjelaskan

tinggi rendahnya penggunaan media sosial TikTok pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar.

C. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *Self Regulated Learning* siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar mayoritas berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 28 siswa atau 51,9%. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan dalam mengatur proses belajarnya, tetapi kemampuan tersebut belum sepenuhnya optimal. *Self Regulated Learning* mencakup kemampuan siswa dalam mengatur kognisi, motivasi, dan perilaku selama proses belajar. Siswa yang memiliki kemampuan tersebut dapat merencanakan kegiatan belajar, menetapkan tujuan, memantau perkembangan dirinya, serta melakukan evaluasi terhadap hasil belajar.

Kategori sedang yang ditemukan dalam penelitian ini dapat menunjukkan bahwa siswa telah mampu melakukan pengaturan diri dalam kegiatan akademik, tetapi masih terdapat kondisi tertentu yang membuat pengelolaan diri belum maksimal. Kemampuan tersebut tidak selalu diterapkan dalam seluruh aktivitas siswa, terutama pada aktivitas yang bersifat nonakademik. Dengan demikian, kemampuan mengatur proses belajar tidak secara otomatis menunjukkan bahwa siswa akan mampu mengendalikan seluruh aktivitas penggunaan media sosial. Hasil penelitian pada variabel penggunaan media sosial TikTok juga menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 30 siswa atau 55,6%. Hal ini menunjukkan bahwa TikTok telah menjadi salah satu media yang digunakan oleh siswa, tetapi penggunaannya belum menunjukkan kecenderungan yang sangat tinggi. Penggunaan TikTok dapat berkaitan dengan berbagai kebutuhan, seperti hiburan, memperoleh informasi, mengikuti tren, berinteraksi dengan teman, maupun mencari konten yang sesuai dengan minat pengguna.

Selanjutnya, hasil uji korelasi menunjukkan nilai Pearson Correlation sebesar -0,073 dengan nilai signifikansi 0,599. Nilai tersebut menunjukkan hubungan negatif yang sangat lemah antara *Self Regulated Learning* dan penggunaan TikTok. Secara arah, hasil ini menunjukkan kecenderungan bahwa semakin tinggi *Self Regulated Learning*, penggunaan TikTok cenderung menurun. Namun, hubungan tersebut sangat lemah dan tidak signifikan secara statistik. Oleh karena itu, kecenderungan tersebut tidak dapat dijadikan bukti bahwa peningkatan *Self Regulated Learning* secara nyata akan menurunkan penggunaan TikTok.

Tidak signifikannya hubungan tersebut dapat dipahami karena *Self Regulated Learning* pada dasarnya lebih berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengatur proses belajar untuk mencapai tujuan akademik. Zimmerman menjelaskan bahwa *Self Regulated Learning* merupakan proses aktif ketika individu mengatur pikiran, motivasi, dan perilakunya untuk mencapai tujuan tertentu. Dalam penelitian ini, penggunaan TikTok merupakan perilaku yang tidak hanya berkaitan dengan kegiatan akademik, tetapi juga dipengaruhi oleh kebutuhan hiburan, interaksi sosial, tren, dan karakteristik platform media sosial. Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Hendrika yang menunjukkan bahwa peningkatan *Self Regulated Learning* tidak secara langsung menghilangkan kecenderungan individu menggunakan media sosial untuk memenuhi kebutuhan hiburan. Hal tersebut menunjukkan bahwa seseorang dapat memiliki kemampuan mengatur kegiatan belajar dengan baik, tetapi tetap menggunakan media sosial sebagai bagian dari aktivitas sehari-hari.

Penelitian Kusdemawati dan Sa'adah juga menunjukkan bahwa media sosial dapat menjadi gangguan terhadap *Self Regulated Learning*. Temuan tersebut memberikan gambaran bahwa hubungan antara pengaturan diri dan media sosial tidak selalu bersifat langsung. Media sosial dapat menjadi faktor yang mengganggu proses belajar, tetapi keberadaan gangguan tersebut tidak berarti bahwa tingkat *Self Regulated Learning* secara langsung menentukan seberapa sering seseorang menggunakan media sosial.

Tidak signifikannya pengaruh *Self Regulated Learning* terhadap penggunaan TikTok dalam penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui faktor eksternal. Penggunaan TikTok pada remaja dapat dipengaruhi oleh lingkungan sosial, teman sebaya, tren yang sedang berkembang, kebutuhan hiburan, dan konten yang ditampilkan oleh algoritma aplikasi. Penelitian Kartika Sari dan Lestari menunjukkan bahwa tren viral dan keinginan mengikuti tantangan di TikTok dapat menjadi salah satu pendorong penggunaan aplikasi pada remaja. Hal tersebut menunjukkan bahwa penggunaan TikTok tidak hanya berasal dari kemampuan pengendalian diri individu, tetapi juga dari dorongan sosial dan budaya digital.

Selain itu, penelitian Nabila dan Fauzan mengenai *Algorithm's Gaze* menunjukkan bahwa algoritma TikTok berperan dalam membentuk pola konsumsi konten pengguna. Konten yang ditampilkan secara terus-menerus berdasarkan karakteristik dan aktivitas pengguna dapat meningkatkan

ketertarikan serta mendorong pengguna untuk terus berinteraksi dengan aplikasi. Kondisi tersebut menjadi salah satu alasan mengapa kemampuan *Self Regulated Learning* saja belum tentu cukup untuk menjelaskan penggunaan TikTok.

Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Adawiyah yang menunjukkan adanya keterkaitan penggunaan TikTok dengan aspek psikologis remaja, khususnya kepercayaan diri. Sementara itu, penelitian Jayanata menunjukkan bahwa penggunaan TikTok pada siswa juga berkaitan dengan budaya populer dan lingkungan sosial. Dengan demikian, penggunaan TikTok merupakan perilaku yang kompleks dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal.

Peran lingkungan keluarga juga menjadi salah satu faktor yang perlu diperhatikan. Nugroho et al. menunjukkan pentingnya peran orang tua dalam mengurangi dampak negatif penggunaan media sosial. Pengawasan, pendampingan, dan pemberian batasan penggunaan media sosial dapat membantu siswa mengelola aktivitas digitalnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengendalian penggunaan TikTok tidak hanya dapat dibebankan kepada kemampuan *Self Regulated Learning* siswa, tetapi juga membutuhkan dukungan dari lingkungan keluarga dan sekolah. Berdasarkan keseluruhan hasil tersebut, dapat dipahami bahwa *Self Regulated Learning* bukan merupakan faktor yang secara signifikan menentukan penggunaan media sosial TikTok pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar. Meskipun terdapat arah hubungan negatif, hubungan tersebut sangat lemah dan tidak signifikan. Oleh karena itu, tinggi rendahnya *Self Regulated Learning* tidak dapat digunakan untuk memprediksi tinggi rendahnya penggunaan TikTok pada responden penelitian.

Implikasi dari hasil penelitian ini adalah bahwa upaya mengarahkan siswa agar menggunakan TikTok secara bijak perlu dilakukan melalui pendekatan yang lebih komprehensif. Sekolah dan guru dapat memberikan penguatan literasi digital agar siswa mampu memahami manfaat dan risiko penggunaan media sosial. Orang tua juga perlu memberikan pendampingan dan pengawasan terhadap aktivitas digital anak. Sementara itu, siswa perlu membangun kebiasaan mengatur waktu dan menentukan prioritas antara kegiatan akademik, hiburan, dan aktivitas sosial. Dengan demikian, penggunaan TikTok dapat diarahkan menjadi aktivitas yang lebih selektif, produktif, dan sesuai dengan kebutuhan siswa.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan gambaran bahwa penggunaan media sosial TikTok pada siswa tidak dapat dijelaskan hanya berdasarkan kemampuan *Self Regulated Learning*. Faktor sosial, budaya digital, kebutuhan hiburan, pengaruh teman sebaya, lingkungan keluarga, dan algoritma media sosial kemungkinan memiliki peranan yang lebih besar. Oleh sebab itu, penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan faktor-faktor tersebut agar diperoleh pemahaman yang lebih luas mengenai perilaku penggunaan TikTok pada siswa.

4. KESIMPULAN/CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh *Self Regulated Learning* terhadap penggunaan media sosial TikTok pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar, dapat disimpulkan bahwa tingkat *Self Regulated Learning* siswa berada pada kategori sedang dengan persentase 70%, sedangkan penggunaan media sosial TikTok juga berada pada kategori sedang dengan persentase 76,7%. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan persamaan $Y = 30,396 - 0,054X$ dengan nilai t hitung sebesar -0,530 dan signifikansi $0,599 > 0,05$. Dengan demikian, *Self Regulated Learning* tidak berpengaruh signifikan terhadap penggunaan media sosial TikTok. Artinya, tinggi rendahnya kemampuan *Self Regulated Learning* siswa tidak secara langsung menentukan intensitas penggunaan TikTok dan terdapat kemungkinan faktor lain yang lebih berpengaruh.

Berdasarkan hasil penelitian, sekolah dan guru diharapkan memberikan pembinaan literasi digital serta mendorong penggunaan media sosial secara bijak dan produktif. Orang tua diharapkan memberikan pengawasan dan pendampingan serta mengarahkan siswa pada kegiatan positif. Siswa perlu meningkatkan kemampuan mengatur waktu, memprioritaskan belajar, dan menggunakan TikTok secara selektif untuk hal yang bermanfaat. Peneliti selanjutnya disarankan menambahkan variabel lain, seperti pengaruh teman sebaya, kontrol orang tua, dan motivasi hiburan, agar dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor yang memengaruhi penggunaan media sosial TikTok.

5. REFERENCES

- Abdullah, K., Karimuddin, et al. (2022). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Adawiyah, D. P. R. (2020). Pengaruh penggunaan aplikasi TikTok terhadap kepercayaan diri remaja di Kabupaten Sampang. *Jurnal Komunikasi*, 14(2), 135–148.
- Ajzen. (2012). Dalam A. Frisnawati, Hubungan antara intensitas menonton reality show dengan kecenderungan perilaku prososial pada remaja. *Jurnal Empathy*, 1(1), 47–58.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian. *Jurnal Pilar: Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14(1), 77.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2024). *Survei*. <https://survei.apjii.or.id/>
- Brady, A., Kim, Y., & Von Spiegel, J. (2022). Belajar dalam menghadapi gangguan digital. Dalam *Gangguan digital di ruang kelas perguruan tinggi*. <https://doi.org/10.4018/978-1-7998-9243-4.ch006>
- Departemen Agama RI. (2014). *Al-Qur'an tajwid dan terjemahnya*. PT Syaamil Cipta Media.
- Deriyanto, D., & Qorib, F. (2018). Persepsi mahasiswa Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang terhadap penggunaan aplikasi Tik Tok. *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (JISIP)*, 7(2). <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fisip/article/view/1432>
- Fadilla, Z., et al. (2022). *Metodologi penelitian kuantitatif* (N. Saputra, Ed.). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini. <http://penerbitzaini.com>
- Fatmala, V. (2017). *Pengaruh kecerdasan spiritual terhadap self regulated learning pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora (FUHUM) di Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang].
- Hendrika, D. S. (2022). Gambaran self-regulated learning pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(1), 60–66. <https://doi.org/10.56248/educativo.v1i1.10>
- Indrayanto, M. Q. (2018). Pengaruh self regulated learning terhadap hasil belajar Bahasa Arab siswa SMA Negeri 20 Gowa. *Shaut al Arabiyyah*, 6(2), 142–154. <https://doi.org/10.24252/saa.v6i2.7125>
- Ishtifa, H. (2011). *Pengaruh self-efficacy dan kecemasan akademis terhadap self regulated learning mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Jakarta* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta].
- Jansen, R. S., et al. (2019). Self-regulated learning partially mediates the effect of self-regulated learning interventions on achievement in higher education: A meta-analysis. *Educational Research Review*, 28, 100292. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2019.100292>
- Jayanata. (2021). *Dampak media sosial Tik Tok terhadap perilaku siswa Sekolah Dasar Negeri 42 di Desa Padang Peri Kecamatan Semidang Alas Maras Kabupaten Seluma* [Skripsi, UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu]. <http://repository.iainbengkulu.ac.id/8366/>
- Junco, R. (2012). The relationship between frequency of Facebook use, participation in Facebook activities, and student engagement. *Computers & Education*, 58(1), 162–171. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2011.08.004>
- Kartika Sari, N., & Lestari, D. (2023). The influence of TikTok social media on adolescent social behavior in the digital era: A case study in Kendari City. *Indonesian Journal of Communication Studies*, 3(2). <https://doi.org/10.61194/ijcs.v3i2.757>
- Kurniawan, A. W. (2016). *Metode penelitian kuantitatif*. Pandiva Buku.
- Kusdemawati, J., & Sa'adah, N. (2023). Gangguan media sosial bagi self-regulated learning mahasiswa Pondok Pesantren Al-Ghozali. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 7(2), 213–230. <https://doi.org/10.29240/jbk.v7i2.7583>
- Nabila, A., & Fauzan, I. (2024). The algorithm's gaze: Gender, age, and the structuring of TikTok content consumption patterns in urban Indonesia (A case study in Surabaya). *Equality: Journal of Gender and Media Studies*, 8(1). <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/equality/article/view/31980>
- Nabila, D., Elvaretta, O., Zahira, G., Syarief, M. A. D. Y., & Saputra, M. R. W. (2020). *Peradaban media sosial di era industri 4.0*. PT Cita Intrus Selaras.
- Nugroho, R., et al. (2022). Peran orang tua dalam mengurangi dampak negatif penggunaan gadget. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 5425–5436. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2980>

- Panadero, E. (2017). A review of self-regulated learning: Six models and four directions for research. *Frontiers in Psychology*, 8, 422. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00422>
- Pratama, S., Siraj, A., & Yusuf, M. T. (2019). Pengaruh budaya religius dan self regulated terhadap perilaku keagamaan siswa. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(2), 331–346. <https://doi.org/10.30868/ei.v8i2.509>
- Pribadi, B. A. (2017). *Media & teknologi dalam pembelajaran*. Kencana.
- Priyanto, M., & Sudrartono, T. (2021). Pengaruh harga terhadap keputusan pembelian ulang aksesoris pakaian di Toko Mingka Bandung. *Value: Jurnal Ilmiah Akuntansi Keuangan dan Bisnis*, 2(1), 57.
- Rahardaya, A. K., & Irwansyah, I. (2021). Studi literatur penggunaan media sosial TikTok sebagai sarana literasi digital pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal Teknologi dan Sistem Informasi Bisnis*, 3(2), 308–319. <https://doi.org/10.47233/jteksis.v3i2.248>
- Rahmawati, I. (2021). Pengaruh media sosial Tik Tok terhadap prestasi belajar peserta didik kelas IV SDN 1 Panjangrejo Kabupaten Bantul. *PEDAGOGOS: Jurnal Pendidikan*, 3(2), 33–40. <https://doi.org/10.33627/gg.v3i2.497>
- Razak, N. (2017). Pengaruh self-regulated learning terhadap persepsi siswa mengenai tugas akademik pada siswa. *Psikoborneo*, 5(3), 397–403. <https://doi.org/10.1548134037>
- Samsu. (2017). *Metode penelitian: Teori dan aplikasi penelitian kualitatif, kuantitatif, mixed methods, serta research & development*. Pusat Studi Agama dan Kemasyarakatan (PUSAKA).
- Saputra, W. N. E., Handaka, I. B., & Sari, D. K. (2019). Self-regulated learning siswa SMK Muhammadiyah di Kota Yogyakarta: Kedua orang tua berpengaruh? *JP (Jurnal Pendidikan): Teori dan Praktik*, 4(1), 7–11. <https://doi.org/10.26740/jp.v4n1.p7-11>
- Sestiani, R. A., et al. (2022). Edukasi literasi digital untuk meningkatkan self regulated learning pada mahasiswa. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 6(2), 202–211. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v6i2.5299>
- Setyanto, G. G. (2014). *Pengaruh self regulated learning dan pola asuh orang tua terhadap prokstinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Yogyakarta* [Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta].
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Susanto, R., Susanti, S., & Handarini, D. (2024). Pengaruh intensitas penggunaan media sosial TikTok, self-regulated learning dan internal locus of control terhadap prokrastinasi akademik pada SMK Negeri di Jakarta Utara. *EKOMA: Jurnal Ekonomi, Manajemen, Akuntansi*, 3(6), 1896–1912. <https://doi.org/10.56799/ekoma.v3i6.5255>
- Taubah, M., & Hadi, M. N. (2020). Aplikasi Tik Tok sebagai media pembelajaran maharah kalam. *Jurnal Mu'allim*, 2(1), 57–65.
- Teha, M. N. R., et al. (2023). Pengaruh media sosial TikTok terhadap motivasi belajar mahasiswa. *Prosiding Seminar Nasional IKIP Budi Utomo*, 4(1), 57–62. <https://doi.org/10.33503/prosiding.v4i01.3607>
- Tongkotow, L., Waani, F. J., & Lasut, J. J. (2023). Peran media sosial dalam mempererat interaksi antar keluarga di Desa Esandom Kecamatan Tombatu Timur Kabupaten Minahasa Tenggara. *Jurnal Ilmiah Society*, 2.
- Usop, D. S., & Astuti, A. D. (2022). Pengaruh self-regulated learning, intensitas penggunaan media sosial, dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7(3c), 1782–1790. <https://doi.org/10.29303/jipp.v7i3c.839>
- Wahyuni, W., & Rosito, A. C. (2021). Hubungan antara self-regulated learning dan intensi penggunaan media sosial pada remaja di Kota Medan. *Visi Sosial Humaniora*, 2(2), 242–255. <https://doi.org/10.51622/vsh.v2i2.409>
- Wisnu. (2018). Aplikasi Tik Tok sebagai media pembelajaran bahasa dan sastra Indonesia. *Pertemuan Ilmiah Bahasa dan Sastra Indonesia (PIBSI)*, 431–440.
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis penelitian kuantitatif, 3(2).
- Yaningsih, & Fachrurrozie. (2018). Self-regulated learning memoderasi pengaruh media sosial, ekstrakurikuler, dan teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik. *Economic Education Analysis Journal*, 7(3). <https://doi.org/10.15294/eeaj.v7i3.28321>

- Yoenanto, N. H. (2010). Hubungan antara self-regulated learning dengan self-efficacy pada siswa akselerasi sekolah menengah pertama di Jawa Timur. *IJ2*(2).
- Zimmerman, B. J. (1998). Developing self-fulfilling cycles of academic regulation: An analysis of exemplary instructional model. In D. H. Schunk & B. J. Zimmerman (Eds.), *Self-regulated learning: From teaching to self-reflective practice* (pp. 1–19). Guilford.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, *41*(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2