

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Penelitian

5.1.1 Uji Asumsi

Uji asumsi adalah tahap awal sebelum melakukan uji hipotesis. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya persebaran skor, sedangkan pada uji linieritas dilakukan untuk mengetahui linier atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung.

5.1.1.1 Uji Normalitas

Pada penelitian ini peneliti menggunakan SPSS *for windows* versi 21.0 dengan menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Suatu data dapat dikatakan berdistribusi normal apabila memiliki taraf signifikansi $p > 0,05$ dan jika $p < 0,05$ maka distribusi skor dapat dikatakan tidak normal. Hasil uji normalitas dijelaskan sebagai berikut:

a. Pengelolaan emosi pada remaja tengah

Hasil uji normalitas pada skala pengelolaan emosi pada remaja tengah menunjukkan hasil nilai *Kolmogorov-Smirnov Z* sebesar 0,808 dengan $p > 0,05$, maka dapat dikatakan jika hasil uji normalitas skala pengelolaan emosi pada remaja tengah adalah normal. Tabel uji normalitas terdapat pada lampiran E-1

b. Frekuensi penggunaan media sosial *TikTok*

Hasil uji normalitas pada skala frekuensi penggunaan media sosial *TikTok* menunjukkan hasil nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar

0,907 dengan $p > 0,05$, maka dapat dikatakan jika hasil uji normalitas skala frekuensi penggunaan media sosial *TikTok* adalah normal. Tabel uji normalitas terdapat pada lampiran E-1.

5.1.1.2 Uji Linieritas

Hasil uji linieritas menunjukkan jika antara variabel frekuensi penggunaan media sosial *TikTok* dengan pengelolaan emosi pada remaja tengah, yaitu $F_{linier} = 17,991$ dengan nilai $p < 0,05$. Hasil tersebut memiliki arti bahwa hubungan antara data variabel frekuensi penggunaan media sosial *TikTok* dengan pengelolaan emosi pada remaja tengah mempunyai hubungan yang linier. Tabel uji linieritas terdapat pada lampiran E-2.

5.1.2 Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan setelah melakukan uji asumsi, kemudian uji hipotesis dilakukan menggunakan teknik korelasi *product moment pearson* dengan bantuan *SPSS for windows* versi 21.0 Hasil dari uji hipotesis menunjukkan r_{xy} sebesar 0,384 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,01$) yang artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara frekuensi penggunaan media sosial *TikTok* dengan pengelolaan emosi pada remaja tengah dimana Semakin tinggi frekuensi yang dilakukan individu dalam penggunaan media sosial *TikTok* maka semakin baik pula pengelolaan emosi yang dimiliki dalam menghadapi permasalahan, begitu pula sebaliknya. Dengan demikian dapat disimpulkan jika hipotesis diterima.

5.2 Pembahasan

Hasil dari penelitian analisis *korelasi product moment* menunjukkan bahwa nilai r_{xy} sebesar 0,384 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara frekuensi penggunaan media sosial *TikTok* dengan pengelolaan emosi pada remaja tengah dan hipotesis dapat diterima. Semakin tinggi frekuensi yang dilakukan individu dalam penggunaan media sosial *TikTok* maka semakin baik pula pengelolaan emosi yang dimiliki dalam menghadapi permasalahan demikian pula sebaliknya. Semakin rendah frekuensi yang diperoleh individu dalam penggunaan media sosial *TikTok* maka semakin rendah pula pengelolaan emosi yang dimiliki dalam menghadapi permasalahan.

Semakin tinggi frekuensi penggunaan media sosial *TikTok* maka semakin baik pengelolaan emosi yang dimiliki remaja hal tersebut senada dengan penelitian menurut Khairani & Mawarpury (2020) mengatakan bahwa media sosial *TikTok* yang digunakan dalam kehidupan sehari – hari dapat meminimalisir perasaan depresi, stres, cemas dan masalah emosi negatif lainnya sehingga dapat memberikan kontribusi positif dalam pengelolaan emosi positif, maka frekuensi penggunaan media sosial *TikTok* dapat mempengaruhi pengelolaan emosi pada individu.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian dari penelitian Hajriah, Suryani, Sari, & Rahma (2021) dalam pengelolaan emosi sebagai strategi untuk mengatasi situasi yang kurang menyenangkan akibat dari permasalahan dapat menggunakan media sosial *TikTok* sebagai usaha untuk mengatasi rasa bosan. Frekuensi penggunaan media sosial *TikTok* juga dapat mempengaruhi suasana hati menjadi lebih baik, berpikiran positif, memberi motivasi, hingga menjalin hubungan sosial semakin dekat, hal tersebut dapat terwujud dengan melakukan aktivitas seperti menonton video – video yang ada di *TikTok* dari berbagai macam konten.

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang telah dilakukan dapat membuktikan bahwa frekuensi penggunaan media sosial *TikTok* merupakan salah satu faktor yang

dapat mempengaruhi pengelolaan emosi pada remaja tengah hal tersebut dilihat dari sumbangan efektif frekuensi penggunaan media sosial *TikTok* terhadap pengelolaan emosi pada remaja tengah sebesar 14,7% dan sisanya sebesar 85,3% dipengaruhi oleh faktor – faktor lain seperti pendidikan, usia, suasana hati, lingkungan Chasanah (2020).

Dari analisis statistik lanjutan yang dilakukan peneliti pada setiap aktivitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan aspek pengelolaan emosi yang paling tinggi adalah aktivitas kreativitas dengan nilai korelasi sebesar 0,329, kemudian diikuti dengan aktivitas hiburan dengan nilai korelasi sebesar 0,306 dan yang terakhir pada aktivitas informasi dengan nilai korelasi sebesar 0,212 di mana taraf signifikansi lebih besar dari 0,05 yaitu 0,029 yang artinya tidak signifikan, sedangkan kedua aktivitas lain signifikan karena taraf signifikansinya adalah 0,001.

Dalam penelitian ini diketahui mean empirik frekuensi penggunaan media sosial *TikTok* adalah sebesar 41,09 sedangkan mean hipotetik frekuensi penggunaan media sosial *TikTok* sebesar 37,5 dan standar hipotetik sebesar 7,5 maka dapat digolongkan frekuensi penggunaan media sosial *TikTok* pada subjek penelitian termasuk kategori sedang. Sementara itu mean empirik pengelolaan emosi adalah sebesar 50,52 sedangkan mean hipotetik pengelolaan emosi sebesar 50 dan standar hipotetik sebesar 10 maka dapat digolongkan pengelolaan emosi pada subjek penelitian juga termasuk dalam kategori sedang.

Penelitian ini mendukung penelitian lain yang adalah penelitian dari Abdurrahman, Lubis, Tanjung, & Lubis (2021) menyebutkan jika dalam menghadapi kondisi stres dapat mengelola emosi dapat menjadi salah satu cara untuk meredakan emosi dan respon emosional yang ditimbulkan dari masalah yang dihadapi, beberapa kegiatan selain jalan – jalan, nonton film juga dapat dengan melakukan hobi yang disukai seperti penggunaan media sosial *TikTok* yang terdapat berbagai macam penggunaannya seperti menari, menyanyi, membuat video, dan mendapatkan informasi dari video yang diupload.

Dalam penelitian ini penulis menyadari jika penelitian ini tidak terlepas dari kekurangan yang dapat mempengaruhi hasil penelitian, diantaranya adalah penelitian dilakukan pada subjek remaja tengah yang setara yaitu siswa – siswa SMA namun berasal dari sekolah yang beragam sehingga ada kemungkinan perbedaan latar belakang pada populasi subjek. Kemudian dalam penyusunan skala penelitian peneliti merasa masih ada kekurangan dalam membuat item – item dari setiap aspeknya. Selain itu penulis tidak dapat mengawasi secara langsung selama pengisian skala karena penelitian ini dilakukan secara *online*. Kemudian kekurangan pada penelitian ini yaitu waktu pengambilan data hanya berlangsung selama empat hari karena kurang efektifnya menghubungi responden secara online sehingga sudah tidak adanya responden yang mengisi lagi maka penulis memutuskan menutup pengisian skala.

