

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN MANAJEMEN
KONFLIK PADA DEWASA AWAL PENGGUNA
MEDIA SOSIAL DI KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama sebagai Salah Satu
Syarat dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)*



**UIN IMAM BONJOL
PADANG**

Oleh:

DWI LESTARI HUTAPEA

NIM.2115040133

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI IMAM BONJOL PADANG**

1447 H/ 2025 M

LEMBAR PERNYATAAN KEORISINILAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama: Dwi Lestari Hutapea

NIM : 2115040133

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Kontrol Diri dengan Manajemen Konflik pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial di Kota Padang”** adalah hasil karya sendiri yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana dari perguruan tinggi manapun.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari karya orang lain yang telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan kode etik penelitian ilmiah. Jika dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran kode etik penelitian ilmiah, maka saya akan menerima sanksi berupa pencabutan gelar sarjana.

Padang, 07 Agustus 2025

Saya yang menyatakan



Dwi Lestari Hutapea
2115040133

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul **“Hubungan Kontrol Diri dengan Manajemen Konflik pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial di Kota Padang”** disusun oleh Dwi Lestari Hutapea, NIM 2115040133 Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk diajukan ke sidang munaqasyah. Demikian persetujuan ini digunakan sebaik-baiknya.

Padang, 07 Agustus 2025

Disetujui oleh :

Pembimbing I



Dr. Murisal, S.Ag., M.Pd.
NIP. 197212312007101010

Pembimbing II



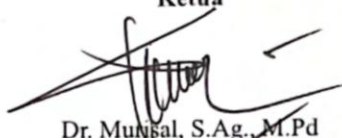
Indah Andika Octavia, M.A.
NIP. 199310162020122016

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan judul “**Hubungan Kontrol Diri dengan Manajemen Konflik pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial di Kota Padang**” yang telah disusun oleh Dwi Lestari Hutapea, NIM 2115040133 yang telah diuji pada sidang munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, pada hari Selasa, 19 Agustus 2025 dan dinyatakan telah diterima sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana Program Strata Satu (S-1) Pada Program Studi Psikologi Islam.

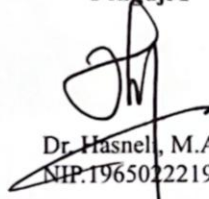
Padang, 26 Agustus 2025

**Tim Penguji
Ketua**



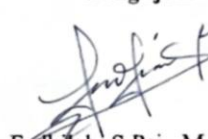
Dr. Munjal, S.Ag., M.Pd
NIP.197212312007101010

Penguji I



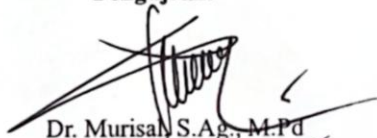
Dr. Hasnel, M.Ag
NIP.196502221994032003

Penguji II



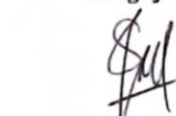
Fadhilah, S.Psi., M.Pd.I
NIP.198011112006042002

Penguji III



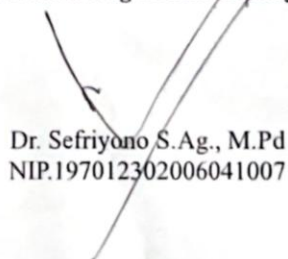
Dr. Murisan, S.Ag., M.Pd
NIP.197212312007101010

Penguji IV



Indah Andika Octavia, M.A
NIP.199310162020122016

**Mengesahkan
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang**



Dr. Sefriyono S.Ag., M.Pd
NIP.197012302006041007

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul **“Hubungan Kontrol Diri dengan Manajemen Konflik pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial di Kota Padang”** yang ditulis oleh Dwi Lestari Hutapea, NIM 2115040133, dari Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.

Dewasa awal rentan mengalami situasi perbedaan pendapat, perselisihan, maupun konflik sosial seiring meningkatnya tanggung jawab dan interaksi sosial. Kontrol diri diyakini sebagai salah satu faktor penting yang mempengaruhi bagaimana seseorang mengelola konflik yang dihadapinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan manajemen konflik pada dewasa awal di Kota Padang.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis korelasi. Populasi penelitian adalah dewasa awal yang berusia 20-24 tahun yang menggunakan media sosial sekitar 72.285 jiwa. Sampel terdiri dari 346 responden yang ditentukan menggunakan tabel *Isaac* dan *Michael* dengan teknik *random sampling*. Pengumpulan data menggunakan dua skala, yaitu skala kontrol diri dan skala manajemen konflik yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Data kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi *pearson product moment*.

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kontrol diri dengan manajemen konflik pada dewasa awal pengguna media sosial di kota Padang, dengan kategori tinggi. Nilai korelasi antara kedua variabel adalah 0.770 dengan nilai $p = 0,001$, sehingga hipotesis penelitian diterima. Semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki oleh individu, semakin baik pula kemampuan mereka dalam mengelola dan menyelesaikan konflik.

Kata Kunci: Kontrol Diri, Manajemen Konflik, Dewasa Awal

ABSTRACT

This thesis is titled “The Relationship between Self-Control and Conflict Management in Young Adults Who Use Social Media in Padang City” and was written by Dwi Lestari Hutapea, Student ID Number 2115040133, from the Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin and Religious Studies, Imam Bonjol State Islamic University Padang.

Young adults are prone to experiencing situations of disagreement, disputes, or social conflicts as their responsibilities and social interactions increase. Self-control is believed to be one of the key factors influencing how an individual manages the conflicts they face. The purpose of this study is to investigate the relationship between self-control and conflict management among young adults in the city of Padang.

This study used a quantitative approach with correlation analysis techniques. The study population consisted of young adults aged 20-24 years who used social media, totaling approximately 72,285 individuals. The sample consisted of 346 respondents selected using Isaac and Michael's table with random sampling techniques. Data collection utilized two scales: the self-control scale and the conflict management scale, both modified by the researcher. The data were then analyzed using Pearson's product-moment correlation test.

The analysis results showed a positive correlation between self-control and conflict management among young adults who use social media in the city of Padang, with a high category. The correlation value between the two variables was 0.770 with a p-value of 0.001, thus accepting the research hypothesis. The higher the self-control an individual possesses, the better their ability to manage and resolve conflicts.

Keywords: Self-Control, Conflict Management, Young Adults

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Segala puji dan syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Hubungan Kontrol Diri dengan Manajemen Konflik pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial di Kota Padang” tepat waktu. Shalawat serta salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, teladan dan sumber inspirasi setiap langkah hidup. Skripsi ini bukan hanya karya akademik, tetapi juga refleksi perjalanan penuh perjuangan, belajar, dan harapan. Saya memperoleh banyak pelajaran berharga berupa kesabaran, kedisiplinan, dan kekuatan dukungan dari orang-orang di sekitar. Dengan tulus, saya mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bimbingan dan dukungan luar biasa dalam penyelesaian karya ini. Untuk itu, dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, saya ingin menyampaikan apresiasi setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Dekan dan Wakil Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, serta seluruh jajaran staf, yang telah memberikan fasilitas dan dukungan selama penulis menempuh studi.
2. Bapak Dr. Reza Fahmi, S.Sos., M.A Ketua Program Studi Psikologi Islam dan Ibu Indah Andika Octavia, M.A Sekretaris Program Studi Psikologi Islam yang selalu membantu dan memberikan arahan demi kelancaran administrasi dan akademik penulis.
3. Bapak Dr. Murisal, S.Ag., M.Pd., selaku Pembimbing I, serta Ibu Indah Andika Octavia, M.A dan Penasehat Akademik selaku Pembimbing II, yang dengan sabar, penuh perhatian, serta ketulusan membimbing, memberikan motivasi, dan menjadikan setiap proses bimbingan sebagai sumber inspirasi yang tak ternilai.
4. Teristimewa, kepada kedua orang tua tercinta, ayahanda Darwin Hutapea dan Ibunda Mimawarni Harahap, dua cahaya dalam hidup penulis yang telah berpulang lebih dulu. terima kasih atas warisan nilai hidup yang ditinggalkan, keteguhan, keikhlasan, dan cinta yang tak pernah lekang oleh waktu. Meski tak sempat menyaksikan pencapaian ini, kehadiran kalian terasa di setiap langkah yang penulis tempuh. Semoga karya ini menjadi bagian kecil dari doa dan bakti yang tak pernah usai.
5. Saudara terkasih, abang Zulham baringin Hutapea dan kakak Fitri Atikah Hutapea terima kasih telah menjadi sosok pengganti yang tak pernah lelah mendukung dan menjaga. Doa, perhatian, dan keyakinan kalian adalah pelita di setiap langkah penulis. Semoga Allah membalas segala kebaikan dengan keberkahan yang tak putus.
6. Sahabat terbaik sejak MTsN, Dinda Pebriani Lubis dan Arfah Pasaribu, terima kasih telah menjadi teman setia dalam suka dan duka. Perjalanan panjang ini tak akan sama tanpa tawa, dukungan, dan doa kalian yang selalu menguatkan.
7. Kepada teman kos yang telah menjadi keluarga dalam versi paling sederhana, terima kasih atas makanan, tawa, dan cerita yang kita bagi bersama.

8. Sahabat KKN “menyala”, terima kasih atas kebersamaan dan kehangatan selama masa pengabdian yang tetap terjaga hingga kini.
9. Angkatan 2021 PI D dan seluruh yang ada di Program Studi Psikologi Islam yang menjadi bagian dari kisah perjalanan dan pembelajaran saya selama menempuh studi. Serta telah melengkapi hari-hari saya dengan kebersamaan dan kenangan yang tak terlupakan.
10. Para responden penelitian yang bersedia meluangkan waktu untuk berpartisipasi, terima kasih sudah menjadi bagian penting dari keberhasilan penelitian ini.
11. Dan semua pihak, yang mungkin tidak dapat saya sebutkan satu per satu, yang dengan kehadiran, doa, dukungan, dan motivasinya menguatkan saya dalam perjalanan ini.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Namun besar harapan, semoga karya ini dapat memberikan manfaat, menjadi bagian kecil dari perkembangan keilmuan psikologi.

Padang, 07 Agustus 2025

Penulis



Dwi Lestari Hutapea

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN KEORISINILAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Rumusan Masalah	9
D. Batasan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat Penelitian.....	10
G. Sistematika Penulisan.....	12
BAB II LANDASAN TEORI	13
A. Manajemen Konflik.....	13
1. Pengertian Manajemen Konflik.....	13
2. Aspek-Aspek Manajemen Konflik.....	14
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Manajemen Konflik.....	17
4. Manajemen Konflik dalam Perspektif Islam	19
B. Kontrol Diri	22
1. Pengertian Kontrol Diri	22
2. Aspek-Aspek Kontrol Diri	24
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	26
4. Kontrol Diri dalam Perspektif Islam	27
C. Hubungan Kontrol Diri dengan Manajemen Konflik pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial di Kota Padang	30

D. Penelitian Relevan.....	33
E. Kerangka Konseptual.....	38
F. Hipotesis.....	39
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Jenis Penelitian.....	39
B. Definisi Operasional.....	39
C. Populasi dan Sampel.....	40
D. Teknik Pengumpulan Data.....	42
E. Instrumen Penelitian	43
F. Uji Coba Instrumen	48
G. Teknik Analisis Data	52
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	54
A. Pelaksanaan Penelitian.....	54
B. Gambaran Subjek Penelitian.....	55
C. Hasil Penelitian	55
D. Pembahasan.....	63
BAB V PENUTUP.....	76
A. Kesimpulan.....	76
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN.....	78

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Hasil Survei Awal Penelitian.....	7
Tabel 3. 1 Tabel Michael dan Issac	42
Tabel 3. 2 Tabel Penilaian Skala Likert	43
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Kontrol Diri Sebelum Uji Coba.....	45
Tabel 3. 4 Blue Print Skala Kontrol Diri Setelah Uji Coba	46
Tabel 3. 5 Blue Print Skala Manajemen Konflik Sebelum Uji Coba.....	47
Tabel 3. 6 Blue Print Skala Manajemen Konflik Setelah Uji Coba.....	48
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kontrol Diri	51
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Skala Manajemen Konflik.....	51
Tabel 4. 1 Kategorisasi Kontrol Diri.....	57
Tabel 4. 2 Kategorisasi Manajemen Konflik	59
Tabel 4. 3 Hasil Uji Normalitas	61
Tabel 4. 4 Hasil Uji Linearitas	61
Tabel 4. 5 Hasil Uji Hipotesis	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual.....	39
---	-----------