

**INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP
KECENDERUNGAN DEPRESI PADA MAHASISWA**

SKRIPSI

Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh Derajat Sarjana S-1

Psikologi



Disusun oleh :

Bella Renataliyani

19090000147

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERDEKA MALANG

2023

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Bella Renataliyani
NIM : 19090000147
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Jurusan : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap
Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa

Malang, 3 September 2023

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi

Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing

Dr. Nawang Warsi W, S.Psi., M.Si., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

**INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP
KECENDERUNGAN DEPRESI PADA MAHASISWA**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Bella Renataliyani

19090000147

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 3 September 2023

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji

Dr. Nawang Warsi W, S.Psi., M.Si., Psikolog

Sekretaris Penguji

Dr. Rinto Wahyu W, S.Psi., M.Si

Anggota Penguji

Husnul Khotimah, S.Psi., MA

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana S1 Psikologi.

Malang, 3 September 2023

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bella Renataliyani
NIM : 19090000147
Program Studi : Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Klinis
Judul Skripsi : Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap
Kecenderungan Depresi pada Mahasiswa
Lokasi Tempat Penelitian : Kota Malang
Alamat Rumah Asal : Jl Bagon, 295 Jember
No Telp/E-mail : 081249440409/ bella.renata124@gmail.com

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi saya merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Merdeka Malang. Karya ini tidak pernah diajukan secara utuh maupun bagiannya untuk memperoleh gelar kesarjanaan di Perguruan Tinggi lainnya, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Malang, 3 September 2023

The image shows a handwritten signature in black ink over a red official stamp. The stamp is rectangular and contains the text 'GENERAL TEMPEL' and a unique identification number 'K-771A.X852205711'. The signature is written in a cursive style and covers most of the stamp.

Bella Renataliyani

MOTTO

Ketakutan adalah guru terbaikmu, tidak ada yang tidak mungkin dan kau harus percaya itu!. Tuhan pasti bertanggung jawab atas hidupmu, **la berfirman “jangan takut, percaya saja” (Markus 5:36).**

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan dengan rasa hormat untuk orang tua dan keluarga yang saya kasihi dan yang tak pernah gagal menjadi orang tua yang luar biasa, serta adek-adek kakak yaitu Krisna dan Jacinda. Saya ucapkan terimakasih atas cinta dan kasih yang mengajarkan untuk tetap bersyukur, berjuang, dan bertahan hingga detik ini untuk mencintai segala situasi yang terkadang diluar harapan kita, namun dari hal ini saya belajar untuk mengerti apa itu arti makna kehidupan dan belajar bertanggung jawab *at least* untuk diri sendiri.

Selesaikan apa yang telah kamu pilih dan yakinlah akan selalu ada jalan, nikmatilah setiap proses dari hal ini kita bisa belajar untuk menghargai sesuatu.

UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih yang mendalam kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam penyelesaian skripsi ini, antara lain:

1. Terimakasih kepada Tuhan Yesus Kristus oleh karena kasih dan anugerah-Nya, penulis diberikan kemampuan untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan baik.
2. Bapak Prof. Dr. Anwar Sanusi, SE., M.Si., selaku Rektor Universitas Merdeka Malang. Terimakasih banyak karena selalu mendukung serta mempercayai penulis dalam menggali ilmu di lingkungan kampus sehingga membuat penulis menambah wawasan ilmu pengetahuan dan dapat membawa nama baik kampus dilingkungan masyarakat.
3. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang dan dosen pembimbing utama. Terimakasih banyak atas bimbingannya selama ini, semoga senantiasa sehat selalu dan diberi keberkahan umur.
4. Ibu Al Thuba Septa P, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang serta selalu diberikan kesehatan dan diberkahkan umurnya.
5. Ibu Husnul Khotimah, S.Psi., M.A selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang serta selaku dosen penguji penulis, terimakasih banyak atas masukan serta kritikan untuk mengarahkan lebih baik dalam penyelesaian tugas akhir dan semoga selalu dalam keadaan sehat serta dalam lindungan-Nya.

6. Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si selaku ketua program studi psikologi, penulis ucapkan terimakasih dan sehat selalu serta dalam lindungan-Nya.
7. Bapak Dr. Rinto Wahyu W, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing II, penulis ucapkan terimakasih banyak atas arahan dan bimbingannya selama proses pengerjaan skripsi ini berjalan dengan baik. Semoga Tuhan senantiasa mencurahkan berkat berlimpah atas bapak.
8. Ibu Nuruul Ilahi Rahmawati, S.Psi., M.P.si Psikolog selaku dosen penilai ahli *expert judgment* yang kedua, terimakasih banyak atas bimbingannya selama terhadap penulis. Semoga ibu beri kesehatan selalu dan berkah ilmunya.
9. Ibu Lutfi Hidayati Fauziah, S.Psi.,M.Si selaku dosen penilai ahli *expert judgment* yang ketiga, terimakasih banyak atas bimbingan dan arahannya. Semoga ibu diberkahi selalu.
10. Ibu Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si, selaku wali dosen penulis selama menjadi mahasiswa, semoga sehat selalu Ibu dan terimakasih banyak atas bimbingannya selama penulis menjadi mahasiswa. Semoga sehat selalu dan dalam lindungan-Nya.
11. Kepada keluarga penulis terimakasih atas dukungan selama ini berupa dukungan kasih sayang, motivasi, support, dana dan banyak hal lain yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.
12. Seluruh teman – teman seperjuangan skripsi yang sangat membantu, tim deep talkgirl (danastri, ella), daniel yang selalu merayakanku, nael, ramdani dan seluruh teman-teman yang sudah turut ambil

bagian yang saling mendukung satu sama lain dalam proses pengerjaan skripsi ini.

13. Last but not least, I wanna thank me. Terima kasih buat diri ini sudah bertahan sampai saat ini. Dari sempro, kompre, hingga sidang akhir merasakan lika-liku untuk dilatih mental dan membuat berkesan ujian dilakukan di *weekend* hari sabtu dan minggu sore. Tapi Puji Tuhan, bisa dilalui meskipun terasa tidak mungkin selesai untuk waktu sesingkat itu, tapi hanya satu yang kupercaya Tuhan Yesus lebih besar kuasa-Nya untuk melakukan hal yang mustahil menurut manusia.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, karunia, serta petunjuk-Nya yang senantiasa melimpahkan dalam perjalanan penulisan skripsi ini. Dalam kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan kontribusi dalam penyusunan skripsi dengan judul "Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa".

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada dosen-dosen dan staf pengajar di Universitas Merdeka Malang yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pendidikan yang berharga. Semua mata kuliah dan pembelajaran yang diberikan telah memberikan dasar yang kokoh dalam penulisan skripsi ini.

Skripsi ini dibuat untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kecenderungan depresi pada mahasiswa guna memenuhi syarat memperoleh gelar S1 Program Studi Psikologi.

penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan dan pengembangan di masa yang akan datang.

Malang, 3 September 2023

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
INTISARI.....	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvii
BAB I PENGANTAR.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	7
D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya.....	8
BAB II KAJIAN TEORI.....	11
A. Depresi.....	11
1. Pengertian Depresi.....	11
2. Aspek-Aspek Depresi.....	12
3. Faktor-Faktor Depresi	15
4. Gejala-Gejala Depresi.....	16
B. Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	18
1. Pengertian Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	18
2. Aspek-Aspek Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	19
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Intensitas Pengguna Media Sosial ...	20
4. Dampak Intensitas Pengguna Media Sosial.....	22
C. Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Kecenderungan Depresi.....	23
D. Kerangka Pemikiran Penelitian	25
E. Hipotesis Penelitian.....	25

BAB III METODE PENELITIAN.....	26
A. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel.....	26
1. Identifikasi Variabel	26
2. Definisi Operasional Variabel Penelitian	26
B. Subjek Penelitian.....	27
1. Populasi.....	27
2. Sampel.....	28
3. Teknik Sampling.....	29
C. Cara Pengumpulan Data	29
1. Skala Depresi	31
2. Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial	32
3. Validitas dan Reliabilitas.....	33
D. Desain Penelitian	34
E. Cara Analisis Data.....	34
1. Uji Asumsi	34
2. Uji Hipotesis.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	37
A. Deskripsi Subjek.....	37
B. Deskripsi Validitas dan Reliabilitas Data	38
1. Deskripsi Data	38
2. Validitas Skala.....	40
3. Reliabilitas Skala.....	43
C. Hasil Penelitian.....	43
1. Uji Asumsi	43
2. Uji Hipotesis.....	44
D. Pembahasan.....	45
BAB V PENUTUP.....	49
A. Kesimpulan.....	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....	51
LAMPIRAN	54

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skoring Skala <i>Likert</i> Intensitas Penggunaan Media Sosial	30
Tabel 2. Skoring Skala Beck Depression Inventory II	31
Tabel 3. Blue print BDI-II (<i>Beck Depression Inventory-II</i>).....	31
Tabel 4. Blue print Intensitas Penggunaan Media Sosial	32
Tabel 5. Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia	37
Tabel 6. Deskripsi Subjek Berdasarkan Waktu Aktif Menggunakan Media Sosial setiap hari	38
Tabel 7. Deskripsi Data Subjek	38
Tabel 8. Rumus skor standar.....	39
Tabel 9. Kategorisasi data Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	39
Tabel 10. Kategorisasi data kecenderungan depresi	40
Tabel 11. Sebaran aitem gugur skala Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	41
Tabel 12. <i>Blueprint</i> skala penelitian Intensitas Penggunaan Media Sosial setelah uji coba	41
Tabel 13. <i>Blueprint</i> Skala Kecenderungan Depresi	42
Tabel 14. Hasil uji reliabilitas skala penelitian.....	43
Tabel 15. Uji Normalitas Skala Penelitian	43
Tabel 16. Hasil uji linieritas skala penelitian.....	44
Tabel 17. Hasil Uji Hipotesis Skala Penelitian	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pemikiran Penelitian.....	25
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala <i>Try Out</i> Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa	55
Lampiran 2 Tabulasi <i>Try Out</i> Penggunaan Media Sosial dan Depresi	61
Lampiran 3 Data Hasil Tabulasi	63
Lampiran 4 Hasil Uji Normalitas, Uji Linieritas, Uji Hipotesis	65
Lampiran 5 Hasil SPSS	74
Lampiran 6 Hasil Cek Plagiasi dan Daftar Riwayat Hidup	77

INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP KECENDERUNGAN DEPRESI PADA MAHASISWA

Bella Renataliyani

Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang

bella.renata124@gmail.com

INTISARI

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kecenderungan depresi pada mahasiswa. Pendekatan penelitian didesain dengan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan hipotesis yaitu ada pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kecenderungan depresi pada mahasiswa. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif di Kota Malang. Sampel yang digunakan 100 responden. Instrumen pengukuran dalam penelitian ini menggunakan skala Depresi menggunakan *Beck Depression Inventory II* (BDI II) dan skala intensitas penggunaan media sosial menggunakan empat aspek skala terdiri dari perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi. Metode analisis data yang digunakan yaitu analisis regresi linier sederhana. Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial terbukti berpengaruh terhadap kecenderungan depresi pada mahasiswa sebesar 33,1% terhadap. Hasil uji F diperoleh nilai Fhitung sebesar 48,570 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000, hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan intensitas penggunaan media sosial terhadap kecenderungan depresi pada mahasiswa. Artinya dengan semakin meningkatnya intensitas penggunaan media sosial maka kecenderungan depresi pada mahasiswa juga akan mengalami peningkatan.

Kata Kunci: Intensitas Penggunaan Media Sosial, Kecenderungan Depresi dan Mahasiswa

INTENSITY OF SOCIAL MEDIA USE ON DEPRESSION TENDENCIES IN STUDENTS

Bella Renataliyani

Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang

bella.renata124@gmail.com

ABSTRACT

The aim of this research is to determine the effect of the intensity of social media use on the tendency to become depressed in students. The research approach was designed with a descriptive quantitative approach with the hypothesis that there is an influence of the intensity of social media use on the tendency of depression in students. The population used in this research were all active students in Malang City. The sample used was 100 respondents. The measurement instrument in this study used a depression scale using the Beck Depression Inventory II (BDI II) and a social media use intensity scale using four scale aspects consisting of attention, appreciation, duration and frequency. The data analysis method used is simple linear regression analysis. The results of simple linear regression analysis show that the intensity of social media use is proven to influence the tendency to depression in students by 33.1%. The results of the F test obtained an Fcount value of 48.570 with a significance level of 0.000, this shows that there is a significant influence of the intensity of social media use on the tendency to be depressed in students. This means that with the increasing intensity of social media use, the tendency for depression in students will also increase

Keywords: *Intensity of Social Media Use, Depressive Tendencies dan Student*