

# LAMPIRAN

## 1. KUESIONER PENELITIAN

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Saya Hadenah mahasiswi Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin angkatan 2018 yang sedang melakukan penelitian untuk kepentingan tugas akhir program sarjana. Untuk itu saya memohon partisipasi dan kesediaan Anda untuk mengisi kuesioner ini sesuai dengan keyakinan, perasaan dan keadaan yang sebenarnya pada diri Anda. Dalam proses pengisiannya, semua jawaban adalah benar selama menggambarkan pendapat pribadi Anda. Seluruh data baik data diri maupun jawaban kuesioner, akan terjamin kerahasiaannya. Atas kesediaan dan kerjasamanya, saya ucapkan terima kasih.

Wassalmu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Hormat Peneliti,

Hadenah

NIM. 180103040250

---

Demi kelengkapan data yang akan digunakan, mohon menuliskan identitas diri Anda di bawah ini:

Nama Lengkap/ Inisial :  
 Usia : ..... Tahun  
 Jenis Kelamin : L/P (Lingkari salah satu)  
 Program Studi :  
 Fakultas :  
 Angkatan :  
 Nomor WhatsApp :

## BAGIAN 1

## ANGKET PENGGUNAAN INSTAGRAM

**Petunjuk Pengisian:**

Di bawah ini terdapat beberapa pertanyaan yang harus anda jawab. Mohon diisi sesuai dengan kondisi Anda yang sesungguhnya.

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah Anda memiliki akun instagram?	
2.	Jika iya, berapa jumlah akun instagram yang Anda miliki? (contoh 2)	
3.	Aktivitas apa saja yang Anda lakukan ketika menggunakan instagram? (silakan memilih jawaban dari pilihan di bawah ini dan boleh memilih lebih dari satu dengan <b>memberi lingkaran pada pilihan yang Anda pilih</b> ) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengunggah foto</li> <li>• Mengunggah instagram <i>story</i></li> <li>• Mengunggah instagram IGTV</li> <li>• Mengunggah instagram <i>Reel</i></li> <li>• Mengunggah instagram <i>Live</i></li> <li>• Memberikan <i>like</i></li> <li>• Memberika komentar</li> <li>• Mengirimkan <i>direct message</i> (DM)</li> <li>• Menjelajahi fitur <i>explore</i></li> <li>• Sekedar melihat postingan teman</li> </ul>	
4.	Sudah berapa lama Anda menggunakan media sosial instagram? (contoh: 2 tahun)	
5.	Berapa lama waktu yang Anda gunakan setiap harinya untuk mengakses instagram? (contoh: 3 jam)	

## BAGIAN 2

## SKALA SOCIAL MEDIA FATIGUE

**Petunjuk dan cara mengisi:**

1. Bacalah pernyataan di bawah ini dengan baik dan pilihlah respon yang paling mencerminkan diri anda
2. Tidak ada jawaban yang salah dalam pernyataan yang anda pilih
3. Tentukan jawaban yang paling sesuai menurut diri anda
4. Berilah tanda (√) pada pilihan respon yang anda pilih

- a. SS = Sangat Setuju
- b. S = Setuju
- c. TS = Tidak Setuju
- d. STS = Sangat Tidak Setuju

### Selamat Mengerjakan

No.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya sering kewalahan dengan banyaknya informasi yang tersedia di instagram				
2.	Saat mencari informasi di instagram, saya sering menyerah begitu saja karena terlalu banyak yang ditampilkan				
3.	Saya cenderung menerima terlalu banyak informasi ketika saya mencari sesuatu di instagram				
4.	Saya biasanya menghindari penggunaan instagram karena menerima terlalu banyak informasi				
5.	Saya merasa marah ketika saya menyadari bahwa instagram telah menyita terlalu banyak waktu saya				
6.	Sulit bagi saya menemukan ide bagus untuk memperbarui status di instagram				
7.	Saat saya masuk ke instagram, saya selalu lupa siapa yang ingin saya ikuti atau cari di instagram				
8.	Saya cenderung melupakan konten yang ingin saya posting ulang di instagram				
9.	Ketika saya membuka instagram, saya mungkin lupa apa yang ingin saya posting				
10.	Sulit bagi saya untuk fokus agar menemukan ide bagus untuk memperbarui status di instagram				
11.	Saya merasa bosan ketika menemukan terlalu banyak informasi yang belum dibaca di instagram				
12.	Fungsi instagram seperti <i>check-in</i> , pembaruan status, dll., membuat saya jengkel				
13.	Saya merasa lelah ditandai atau di <i>tag</i> (@) oleh teman atau orang lain di instagram				
14.	Saya merasa lelah menerima permintaan pertemanan di instagram				
15.	Sebelum saya <i>login</i> di akun instagram, saya biasanya takut menerima terlalu banyak pesan baru				

## BAGIAN 3

## SKALA KECEMASAN SOSIAL

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya khawatir untuk melakukan sesuatu yang baru di depan orang lain				
2.	Saya khawatir akan diejek				
3.	Saya merasa malu berada di sekitar orang-orang yang saya tidak kenal				
4.	Saya hanya berbicara kepada orang yang benar-benar saya kenal				
5.	Saya merasa bahwa teman-teman saya membicarakan saya di belakang saya				
6.	Saya merasa gugup ketika saya bersama dengan orang-orang tertentu				
7.	Saya merasa malu bahkan dengan teman-teman yang saya sangat kenal				
8.	Saya khawatir akan apa yang orang lain katakan tentang saya				
9.	Jika saya terlibat dalam suatu perdebatan, saya khawatir kalau orang lain akan tidak suka dengan saya				
10.	Saya merasa gugup ketika berbicara kepada teman yang saya tidak terlalu kenal				
11.	Saya takut untuk mengajak orang lain untuk mengerjakan sesuatu dengan saya, karena kemungkinan mereka akan menolak ajakan saya				
12.	Saya merasa gugup ketika saya bertemu dengan orang baru				
13.	Saya khawatir akan apa yang dipikirkan orang lain tentang saya				
14.	Saya merasa bahwa orang lain mengejek saya				
15.	Saya khawatir kalau orang lain tidak menyukai saya				
16.	Saya menjadi pendiam ketika saya bersama dengan orang banyak				
17.	Saya takut kalau orang lain akan tidak suka kepada saya				
18.	Sangat sulit bagi saya untuk mengajak orang lain untuk melakukan sesuatu dengan saya				

Bagian 1 dari 4

## KUESIONER PENELITIAN TUGAS AKHIR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan saya Hadenah NIM. 180103040250, mahasiswi Program studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

Saat ini saya sedang melakukan uji coba skala penelitian untuk tugas akhir saya yang ditujukan untuk mahasiswa/i aktif UIN Antasari Banjarmasin Tingkat Starata I/ S1 (Sarjana).

Bagi anda yang memenuhi kriteria berkenan kiranya untuk mengisi kuesioner ini. **Data yang Anda berikan bersifat rahasia dan hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian.**

Adapun kriteria responden dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Mahasiswa/i aktif S1 UIN Antasari Banjarmasin Seluruh Angkatan
2. Mengakses instagram setiap hari
3. Bersedia menjadi responden

Atas bantuan dan partisipasinya, saya ucapkan Terima kasih banyak. Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Contact Person: 085820841502 (Hadenah)

Email \*

Alamat email valid

Formulir ini mengumpulkan alamat email. [Ubah setelan](#)

Nama Lengkap \*

Usia \*

(Hanya berupa angka, contoh: 20)

Teks jawaban singkat

Jenis Kelamin \*

Laki-laki

Perempuan

Program studi \*

Teks jawaban singkat

Fakultas \*

1. Tarbiyah dan Keguruan
2. Dakwah dan Komunikasi
3. Syariah
4. Ushuluddin dan Humaniora
5. Ekonomi dan Bisnis Islam

Angkatan \*

1. 2016
2. 2017
3. 2018
4. 2019
5. 2020
6. 2021
7. 2022

Nomor WhatsApp \*

Teks jawaban singkat

Bersedia Menjadi Responden \*

Ya

Tidak

Setelah bagian 1 Lanjutkan ke bagian berikut

Bagian 2 dari 4

Kuesioner Penelitian

Dalam kuesioner ini terdiri dari beberapa pertanyaan yang harus anda jawab sesuai dengan kondisi Anda.

1) Apakah anda memiliki akun instagram? \*

Ya

Tidak

2) Jika iya, berapa jumlah akun instagram yang Anda miliki? \*

(Contoh: 2)

Teks jawaban singkat

3) Aktivitas apa saja yang Anda lakukan ketika menggunakan instagram? \*

(Silakan memilih jawaban dari pilihan di bawah ini dan boleh memilih lebih dari satu)

Mengunggah Foto

Mengunggah Instagram story

Mengunggah Instagram TV (IGTV)

Mengunggah Instagram Reel

- Mengunggah Foto
- Mengunggah Instagram story
- Mengunggah Instagram TV (IGTV)
- Mengunggah Instagram Reel
- Memberikan Like
- Memberikan Komentar
- Mengirimkan Direct Message (DM)
- Menjelajahi Fitur Explore
- Sekedar Melihat Postingan Teman

+

📄

Tr

📷

📺

☰

4) Sudah berapa lama Anda menggunakan media sosial instagram? \*

(Contoh: 2 tahun)

Teks jawaban singkat .....

5) Berapa lama waktu yang Anda gunakan setiap harinya untuk mengakses instagram? \*

(Contoh: 3 jam)

Teks jawaban singkat .....

Bagian 3 dari 4

Petunjuk Pengisian

Mohon dibaca dengan cermat dan teliti pada setiap item pernyataan!

Pilihlah pernyataan yang paling sesuai dengan diri Anda dengan memilih pada pilihan jawaban yang telah tersedia!

Terdapat 4 (empat) alternatif jawaban yang disediakan, yaitu:

1. Sangat Setuju (SS)
2. Setuju (S)
3. Tidak Setuju
4. Sangat Tidak Setuju (STS)

+

📄

Tr

📷

📺

☰

1) Saya sering kewalahan dengan banyaknya informasi yang tersedia di instagram \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

2) Saat mencari informasi di instagram, saya sering menyerah begitu saja, karena terlalu banyak yang ditampilkan \*

Sangat Setuju



Bagian 4 dari 4

### KUESIONER PENELITIAN

Dalam kuesioner ini terdiri dari beberapa pernyataan yang harus anda jawab sesuai dengan kondisi anda.

Pilihlah jawaban yang benar-benar menggambarkan kondisi anda pada salah satu alternatif jawaban sebagai berikut:

1. SS: Sangat Setuju
2. S: Setuju
3. TS: Tidak Setuju
4. STS: Sangat Tidak Setuju

1) Saya khawatir untuk melakukan sesuatu yang baru di depan orang lain \*

Sangat Setuju

Setuju

Tidak Setuju

Sangat Tidak Setuju

2) Saya khawatir akan diejek \*

Sangat Setuju

Setuju



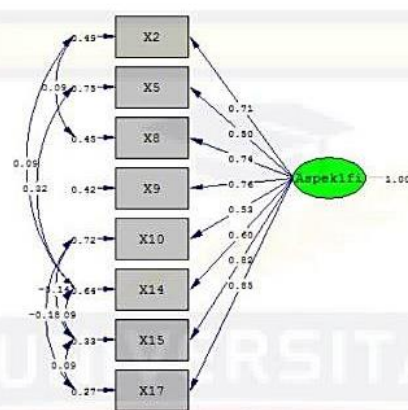
X08	Pearson Correlation	.600**	.398*	.566**	.220	.304	.379	.558**	1	.586**	.535**	.472**	.107	.106	.346	-.068	.645**
	Sig. (2-tailed)	.000	.029	.001	.242	.103	.039	.001		.001	.002	.009	.574	.578	.061	.722	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X09	Pearson Correlation	.553**	.338*	.613**	.643**	.570**	.113	.692**	.586**	1	.439*	.479**	.129	.497**	.432*	.195	.761**
	Sig. (2-tailed)	.002	.068	.000	.000	.001	.551	.000	.001		.015	.007	.495	.005	.017	.303	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X10	Pearson Correlation	.647**	.647**	.363*	.350	.428*	.438*	.429*	.535**	.439*	1	.579**	.132	.255	.553**	.066	.728**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.049	.058	.018	.016	.018	.002	.015		.001	.487	.175	.002	.728	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X11	Pearson Correlation	.425*	.437*	.561**	.395*	.358	.399*	.450*	.472**	.479**	.579**	1	.251	.281	.504**	.233	.724**
	Sig. (2-tailed)	.019	.016	.001	.031	.052	.029	.013	.009	.007	.001		.180	.133	.005	.214	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X12	Pearson Correlation	.105	.220	-.018	.285	.037	.071	.442*	.107	.129	.132	.251	1	.553**	.505**	.600**	.452*
	Sig. (2-tailed)	.582	.243	.925	.127	.845	.710	.014	.574	.495	.487	.180		.002	.004	.000	.012
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X13	Pearson Correlation	.288	.314	.153	.502**	.209	.104	.261	.106	.497**	.255	.281	.553**	1	.691**	.742**	.613*
	Sig. (2-tailed)	.123	.091	.419	.005	.268	.584	.164	.578	.005	.175	.133	.002		.000	.000	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X14	Pearson Correlation	.633**	.688**	.179	.391*	.410	.467**	.315	.346	.432*	.553**	.504**	.505**	.691**	1	.510*	.798**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.343	.032	.024	.009	.090	.061	.017	.002	.005	.004	.000		.004	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X15	Pearson Correlation	.000	.209	.085	.397*	.142	.000	.138	-.068	.195	.066	.233	.600**	.742**	.510*	1	.431*
	Sig. (2-tailed)	1.000	.267	.655	.030	.454	1.000	.467	.722	.303	.728	.214	.000	.000	.004		.017
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TOTAL	Pearson Correlation	.741**	.735**	.593**	.664**	.587**	.422*	.649**	.645**	.761**	.728**	.724**	.452*	.613*	.798**	.431*	1

	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.001	.000	.001	.020	.000	.000	.000	.000	.000	.012	.000	.000	.017	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).																	
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).																	

### 3. HASIL UJI VALIDITAS VARIABEL KECEMASAN SOSIAL PENELITIAN TERDAHULU

#### HASIL DARI VALIDITAS KONSTRUK KECEMASAN SOSIAL

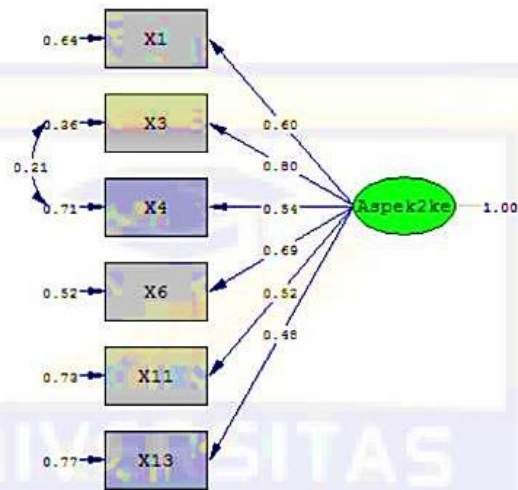
##### 1. Path Diagram Aspek 1 Kecemasan Sosial



Chi-Square=15.24, df=12, P-value=0.20251, RMSEA=0.024

Item	Nilai			Keterangan
	Factor Loading	Error	t-value	
2	0.71	0.05	13.27	Valid
5	0.50	0.06	8.69	Valid
8	0.74	0.05	14.04	Valid
9	0.76	0.05	14.72	Valid
10	0.53	0.06	8.73	Valid
14	0.60	0.06	10.67	Valid
15	0.82	0.05	15.65	Valid
17	0.85	0.05	16.77	Valid

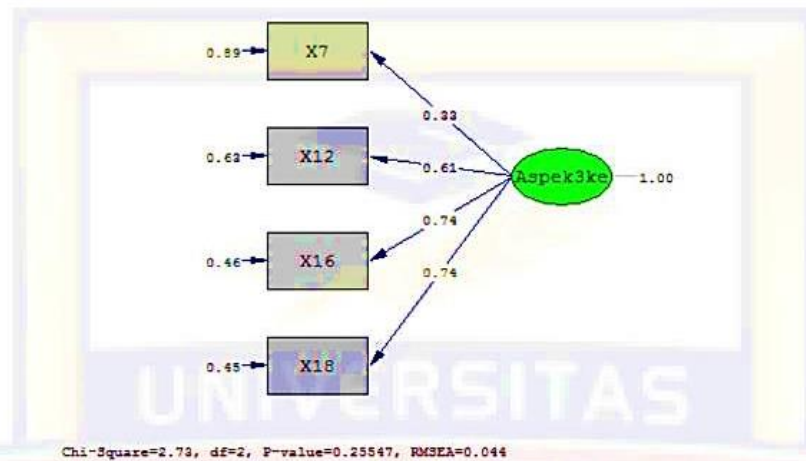
## 2. Path Diagram Aspek 2 Kecemasan Sosial



Chi-Square=9.67, df=8, P-value=0.28891, RMSEA=0.033

Item	Factor Loading	Nilai Error	t-value	Keterangan
1	0.60	0.07	8.04	Valid
3	0.80	0.07	11.22	Valid
4	0.54	0.08	6.61	Valid
6	0.69	0.07	9.47	Valid
11	0.52	0.08	6.75	Valid
13	0.48	0.08	6.16	Valid

### 3. Path Diagram Asep 3 Kecemasan Sosial



Item	Factor Loading	Nilai Error	t-value	Keterangan
7	0.33	0.08	4.08	Valid
12	0.61	0.08	7.86	Valid
16	0.74	0.08	9.45	Valid
18	0.74	0.08	9.51	Valid

### 4. Output SPSS Hasil Uji Reliabilitas Variabel *Social Media Fatigue*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.895	15

5. *Output SPSS* Hasil Uji Reliabilitas Variabel Kecemasan Sosial Penelitian Terdahulu

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.920	18

6. *Output SPSS* hasil Uji Normalitas

<b>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</b>		
		Unstandardized Residual
N		340
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.30199276
Most Extreme Differences	Absolute	.036
	Positive	.036
	Negative	-.028
Test Statistic		.036
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

7. *Output SPSS* Hasil Uji Linearitas

<b>ANOVA Table</b>							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Sosial * Social Media Fatigue	Between Groups	(Combined)	7964.839	34	234.260	3.422	.000
		Linearity	5478.872	1	5478.872	80.035	.000
		Deviation from Linearity	2485.967	33	75.332	1.100	.329
	Within Groups		20878.958	305	68.456		
	Total		28843.797	339			

8. *Output SPSS* Hasil Uji Homogenitas

Hasil Uji Homogenitas *Social Media Fatigue* Berdasarkan Fakultas

<b>Test of Homogeneity of Variances</b>					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Social Media Fatigue	Based on Mean	1.340	4	335	.255
	Based on Median	1.065	4	335	.374
	Based on Median and with adjusted df	1.065	4	316.101	.374
	Based on trimmed mean	1.205	4	335	.308



### Hasil Uji Homogenitas Kecemasan Sosial Berdasarkan Fakultas

Test of Homogeneity of Variances					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Kecemasan Sosial	Based on Mean	.887	4	335	.472
	Based on Median	.854	4	335	.492
	Based on Median and with adjusted df	.854	4	311.684	.492
	Based on trimmed mean	.887	4	335	.472

### 9. Output SPSS Hasil Uji T-Test

#### Hasil Uji T-Test *Social Media Fatigue* Berdasarkan Jenis Kelamin

Group Statistics					
	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Social Media Fatigue	Perempuan	251	35.13	5.778	.365
	Laki-laki	89	35.96	7.231	.767

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Social Media Fatigue	Equal variances assumed	4.662	.032	-1.079	338	.282	-.824	.764	-2.326	.678
	Equal variances not assumed			-.970	130.008	.334	-.824	.849	-2.503	.856

#### Hasil Uji T-Test *Social Media Fatigue* Berdasarkan Usia

Group Statistics					
	Usia	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Hasil Social Media Fatigue	18-20	95	35.52	5.755	.590
	21-25	245	35.28	6.362	.406

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper

Hasil Social Media Fatigue	Equal variances assumed	.146	.703	.313	338	.755	.234	.749	-1.240	1.708
	Equal variances not assumed			.327	187.920	.744	.234	.717	-1.180	1.648

### Hasil Uji T-Test Kecemasan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin

Group Statistics					
	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kecemasan Sosial	Perempuan	251	46.82	9.160	.578
	Laki-laki	89	44.84	9.299	.986

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower		Upper
Kecemasan Sosial	Equal variances assumed	.063	.802	1.743	338	.082	1.978	1.135	-.254	4.210
	Equal variances not assumed			1.731	152.612	.085	1.978	1.143	-.280	4.236

### Hasil Uji T-Test Kecemasan Sosial Berdasarkan Usia

Group Statistics					
	Usia	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kecemasan Sosial	18-20	95	46.02	8.641	.887
	21-25	245	46.41	9.456	.604

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower		Upper
Kecemasan Sosial	Equal variances assumed	2.052	.153	-.350	338	.726	-.391	1.116	-2.587	1.805

	Equal variances not assumed			- .365	186.107	.716	-.391	1.073	- 2.508	1.725
--	-----------------------------	--	--	--------	---------	------	-------	-------	---------	-------

### 10. Output SPSS Hasil Uji Anova

#### Hasil Uji Anova Social Media Fatigue Berdasarkan Fakultas

Descriptives								
Hasil Social Media Fatigue								
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
FTK	142	34.97	6.032	.506	33.97	35.97	19	57
FUH	84	35.69	5.741	.626	34.44	36.94	24	60
FASYA	53	35.19	6.403	.880	33.42	36.95	16	52
FDIK	21	35.71	5.711	1.246	33.11	38.31	24	46
FEBI	40	35.98	7.668	1.212	33.52	38.43	24	60
Total	340	35.35	6.191	.336	34.69	36.01	16	60

ANOVA					
Hasil Social Media Fatigue					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	49.833	4	12.458	.322	.863
Within Groups	12943.214	335	38.636		
Total	12993.047	339			

#### Hasil Uji Anova Kecemasan Sosial Berdasarkan Fakultas

Descriptives								
Hasil Kecemasan Sosial								
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
FTK	142	45.94	8.481	.712	44.54	47.35	22	72
FUH	84	46.93	9.321	1.017	44.91	48.95	20	72
FASYA	53	44.51	9.543	1.311	41.88	47.14	20	70
FDIK	21	45.76	12.099	2.640	40.25	51.27	21	70
FEBI	40	48.93	9.233	1.460	45.97	51.88	28	70
Total	340	46.30	9.224	.500	45.32	47.29	20	72

ANOVA					
Hasil Kecemasan Sosial					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	502.847	4	125.712	1.486	.206
Within Groups	28340.951	335	84.600		
Total	28843.797	339			

11. *Output SPSS Hasil Uji Hipotesis*

<b>ANOVA<sup>a</sup></b>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	5478.872	1	5478.872	79.258	.000 <sup>b</sup>
	Residual	23364.925	338	69.127		
	Total	28843.797	339			
a. Dependent Variable: Kecemasan Sosial						
b. Predictors: (Constant), Social Media Fatigue						

<b>Model Summary</b>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.436 <sup>a</sup>	.190	.188	8.314

12. Tabulasi Skor Variabel *Social Media Fatigue*

No.	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14	Item 15	Total
1	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	34
2	3	2	3	2	4	3	2	2	2	3	2	2	2	2	1	35
3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	36
4	2	2	2	2	4	3	3	2	3	4	3	2	2	2	2	38
5	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	1	2	2	35
6	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	33
7	2	2	4	2	3	1	1	2	2	1	1	3	1	1	2	28
8	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	35
9	2	2	3	1	3	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	31
10	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	20
11	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	42
12	3	2	4	2	4	2	1	2	3	2	3	2	3	2	2	37
13	3	3	3	2	2	4	2	3	2	3	4	2	2	3	3	41
14	1	1	1	1	3	3	1	1	1	2	1	2	2	2	2	24
15	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	38
16	3	4	3	2	2	2	4	4	1	2	3	4	2	2	2	40
17	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	35
18	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	1	38
19	3	2	3	2	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	35
20	2	2	2	2	3	1	3	2	2	1	2	2	1	1	1	27
21	3	2	3	2	3	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	36
22	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	38
23	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	41

24	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	38
25	2	2	2	2	4	2	4	1	3	2	2	4	2	2	2	36
26	3	2	3	1	2	3	2	1	1	2	2	2	1	1	1	27
27	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	31
28	3	3	3	2	4	2	3	3	3	2	3	2	2	2	1	38
29	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	30
30	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	34
31	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	29
32	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	36
33	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	36
34	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	2	1	2	2	33
35	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	1	2	3	47
36	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	2	41
37	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	33
38	1	2	2	1	1	3	1	2	2	3	2	1	1	1	1	24
39	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	4	2	2	2	35
40	3	3	2	3	2	4	2	2	2	3	3	2	3	2	2	38
41	3	2	4	4	4	3	2	2	3	3	4	2	2	2	2	42
42	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	37
43	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	37
44	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	33
45	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	33
46	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	2	3	2	2	2	41
47	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	36
48	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	38



74	2	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3	3	1	1	1	38
75	2	2	2	2	3	4	3	2	3	3	4	2	1	2	2	37
76	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	49
77	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	60
78	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	33
79	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	4	3	2	4	1	40
80	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	32
81	3	2	3	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	1	32
82	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	2	3	46
83	4	2	4	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	36
84	2	1	2	2	2	2	3	2	3	2	4	3	1	1	1	31
85	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	36
86	2	3	4	3	2	4	3	3	2	4	3	2	2	2	2	41
87	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	33
88	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	31
89	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	36
90	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	37
91	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	1	1	31
92	2	2	3	3	2	4	4	2	2	3	3	2	2	2	2	38
93	3	2	4	3	3	4	2	2	3	3	2	2	1	2	4	40
94	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	33
95	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	1	28
96	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	4	2	39
97	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	44
98	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3	1	1	2	29



99	2	2	2	2	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	37
100	3	2	2	2	2	2	3	1	1	1	1	2	2	2	1	27
101	3	4	2	2	4	3	3	4	2	3	2	4	3	2	1	42
102	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	1	2	1	34
103	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	39
104	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	37
105	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	30
106	3	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	33
107	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	32
108	4	2	3	2	4	2	2	2	3	2	2	2	1	2	3	36
109	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	36
110	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	1	38
111	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	36
112	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	37
113	4	4	4	4	3	2	4	4	4	2	4	2	1	2	2	46
114	3	2	3	2	3	4	2	3	2	4	2	2	3	3	3	41
115	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	34
116	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	36
117	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	29
118	3	2	3	2	3	4	3	2	2	4	2	2	1	2	2	37
119	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	31
120	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	34
121	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	4	4	56
122	1	1	3	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	22
123	3	2	4	2	2	3	2	2	2	4	3	2	3	1	2	37

124	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	27
125	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	33
126	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	4	2	4	2	38
127	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32
128	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	33
129	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	19
130	3	3	3	3	2	4	2	2	2	4	3	3	2	2	3	41
131	3	2	3	2	3	3	1	1	1	3	3	2	1	3	1	32
132	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	34
133	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	60
134	3	3	4	2	4	3	3	1	1	3	3	2	2	2	2	38
135	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	34
136	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	35
137	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	32
138	2	2	2	1	3	2	1	2	3	2	2	2	1	1	1	27
139	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	34
140	3	1	2	2	4	4	3	2	2	4	3	3	2	2	2	39
141	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	38
142	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	1	2	2	39
143	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	1	3	1	1	1	33
144	1	1	2	2	2	4	2	3	3	4	2	1	1	1	1	30
145	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	36
146	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	31
147	3	3	2	2	4	2	3	3	3	2	4	3	2	2	2	40
148	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	37

149	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	31
150	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	34
151	2	2	3	1	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	1	29	
152	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	30	
153	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	36	
154	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	1	1	2	38	
155	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	36	
156	2	2	3	1	2	3	3	2	2	3	2	2	1	1	1	30	
157	2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	25	
158	2	2	3	3	3	3	4	2	4	4	3	4	3	3	4	47	
159	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	27	
160	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	24	
161	2	2	3	2	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	4	34	
162	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	36	
163	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	30	
164	2	2	4	1	3	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	27	
165	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32	
166	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	33	
167	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	37	
168	2	1	3	2	2	3	2	3	3	3	2	1	1	1	1	30	
169	2	2	3	1	2	3	2	2	2	3	2	1	1	2	2	30	
170	2	2	3	2	1	1	4	3	4	2	2	2	2	2	2	34	
171	2	3	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	31	
172	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	36	
173	2	2	3	3	4	2	2	1	3	2	3	2	2	3	2	36	

174	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	34
175	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	35
176	3	1	3	3	1	2	3	3	3	2	2	1	1	1	1	30
177	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	1	1	30
178	3	3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	4	1	1	2	44
179	2	1	2	2	3	4	2	2	2	4	1	1	2	1	1	30
180	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	34
181	4	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	41
182	4	4	4	4	4	3	3	2	2	2	3	4	2	3	2	46
183	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	3	2	34
184	2	1	3	1	4	3	1	4	1	3	2	2	1	1	1	30
185	2	2	2	2	3	2	4	2	2	3	4	2	2	3	1	36
186	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32
187	2	2	3	2	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	34
188	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	1	1	39
189	2	2	3	3	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	35
190	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	28
191	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	35
192	3	1	3	3	3	2	1	1	2	2	3	2	1	2	1	30
193	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	31
194	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	28
195	3	2	4	2	3	3	4	2	2	3	2	4	1	2	3	40
196	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	1	3	2	37
197	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	34
198	4	4	4	2	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	1	46

199	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	32
200	3	2	2	2	2	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	35
201	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	1	2	1	33	
202	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	21	
203	2	1	3	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	22	
204	2	2	3	2	3	3	3	3	3	4	2	2	1	2	2	37	
205	2	2	2	1	4	4	4	4	4	4	3	2	1	2	2	41	
206	2	2	3	2	2	3	1	2	2	3	2	2	1	1	1	29	
207	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	37	
208	3	2	4	2	4	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	35	
209	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	33	
210	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	33	
211	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	2	1	1	1	33	
212	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	32	
213	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	35	
214	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	1	33	
215	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	1	2	3	35	
216	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	30	
217	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	4	2	1	1	32	
218	1	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	4	35	
219	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	27	
220	2	2	3	1	3	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	27	
221	2	2	2	2	1	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	32	
222	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	40	
223	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	36	

224	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	36
225	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	38
226	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	31
227	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	32
228	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	42
229	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	38
230	3	1	4	3	4	4	4	1	3	3	2	2	1	2	1	38
231	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	34
232	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	44
233	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	40
234	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	33
235	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	3	40
236	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	38
237	2	2	4	3	3	4	2	2	2	4	2	3	3	4	2	42
238	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	30
239	4	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	4	4	3	2	44
240	4	3	4	3	3	4	2	2	2	3	3	4	2	2	2	43
241	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	32
242	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	43
243	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	2	2	52
244	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	30
245	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	54
246	2	3	3	1	4	4	3	2	2	2	3	2	1	1	1	34
247	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	26
248	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	33

249	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	39
250	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	27
251	3	2	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	1	2	1	36
252	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	35
253	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	39
254	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	22
255	3	2	3	3	2	2	2	1	2	3	3	3	2	3	4	38
256	3	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	35
257	3	3	4	3	4	2	3	3	2	3	4	3	4	2	3	46
258	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	1	1	1	30
259	3	2	4	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	40
260	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	40
261	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	37
262	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	32
263	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	30
264	3	2	2	3	4	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	37
265	2	2	2	2	2	3	4	2	2	3	2	2	2	1	1	32
266	4	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	4	2	44
267	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	46
268	3	4	3	3	3	4	3	2	2	4	4	3	4	2	2	46
269	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	41
270	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	1	2	2	29
271	3	3	3	4	4	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	34
272	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	33
273	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	34

274	3	1	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	43
275	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	35
276	3	2	2	3	2	2	4	2	2	4	2	2	2	3	2	37
277	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	46
278	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	33
279	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	30
280	2	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	37
281	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
282	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	1	34
283	2	2	3	2	4	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	37
284	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	32
285	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	37
286	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	41
287	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32
288	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	35
289	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	4	2	4	3	40
290	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	4	2	4	3	43
291	3	1	3	1	3	3	1	2	2	4	2	2	2	2	1	32
292	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	40
293	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	1	1	1	1	30
294	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	33
295	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2	33
296	3	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	1	1	3	29
297	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	30
298	4	3	4	2	4	4	1	1	1	1	1	4	4	4	4	42



299	2	2	3	2	4	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	37
300	2	2	2	2	4	2	4	2	4	2	2	2	1	2	1	34
301	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	33
302	2	2	2	2	4	3	4	3	4	4	2	2	2	1	2	39
303	3	3	3	2	3	4	2	3	3	4	4	2	2	2	2	42
304	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	30
305	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	1	29
306	3	2	3	3	3	2	2	2	2	1	4	2	2	3	2	36
307	2	1	4	1	4	2	3	3	2	2	3	4	1	1	1	34
308	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	2	1	1	42
309	4	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	43
310	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	38
311	2	2	4	3	2	3	2	2	1	3	3	2	2	2	2	35
312	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	1	35
313	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	33
314	3	2	4	3	3	4	2	3	3	4	2	3	3	3	3	45
315	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	27
316	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	2	2	39
317	2	2	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	4	2	2	44
318	2	4	2	1	2	3	1	1	1	3	3	3	1	4	1	32
319	3	2	3	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	35
320	2	1	3	1	3	2	1	1	1	1	1	4	2	1	1	25
321	4	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	2	2	3	3	41
322	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	32
323	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	36

324	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	34	
325	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	57	
326	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	34	
327	2	3	2	2	3	3	2	1	1	3	4	2	1	1	1	31	
328	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	1	1	2	2	2	31	
329	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	38	
330	3	2	4	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	36
331	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	33
332	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	35
333	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	30
334	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	4	2	2	40
335	3	3	2	3	2	3	3	2	4	3	2	3	4	2	3	2	42
336	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	38
337	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	33
338	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	1	1	2	30
339	3	2	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	2	2	2	2	43
340	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	37

## 13. Tabulasi Skor Variabel Kecemasan Sosial

No.	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14	Item 15	Item 16	Item 17	Item 18	TOTAL
1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	38
2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	47
3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	44
4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
5	2	3	2	2	3	4	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	51
6	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	47
7	1	4	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	1	1	2	4	43
8	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	1	2	3	2	2	46
9	3	4	2	2	4	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	50
10	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	22
11	3	3	3	3	4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	2	4	3	61
12	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	52
13	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	58
14	3	2	1	2	2	3	1	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	40
15	3	2	3	4	2	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	4	2	3	51
16	3	2	2	4	3	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	42
17	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	42
18	1	1	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	42
19	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	37
20	3	2	1	3	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	3	3	2	35
21	3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	42
22	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	53

23	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	51
24	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	42
25	1	1	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	37
26	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	41
27	2	3	3	2	2	2	1	3	3	3	2	4	3	2	3	4	3	3	48
28	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	2	49
29	1	3	3	2	3	3	1	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	41
30	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	72
31	1	1	2	2	2	3	1	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	38
32	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	38
33	2	2	2	3	2	3	1	2	3	2	3	1	2	2	2	3	2	2	39
34	2	3	3	1	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	41
35	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	1	2	47
36	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	46
37	1	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	34
38	3	3	2	2	4	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	47
39	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	52
40	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	46
41	4	3	3	3	1	4	2	3	3	2	4	2	3	2	3	4	3	4	53
42	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	41
43	2	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	54
44	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	48
45	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	47
46	3	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	47
47	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	1	3	3	3	3	2	53

48	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	51
49	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	1	3	1	3	43
50	2	3	2	2	1	3	2	2	3	2	1	1	2	1	2	2	2	2	35
51	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
52	1	1	1	3	3	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	25
53	4	4	4	4	2	4	2	4	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	62
54	1	1	1	1	1	1	2	2	4	2	1	1	2	2	2	1	1	1	27
55	2	3	2	3	4	4	1	4	4	3	2	1	4	4	4	3	4	1	53
56	3	3	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	63
57	4	4	3	4	3	4	2	3	2	2	4	3	3	3	3	4	4	4	59
58	3	3	3	4	4	2	2	3	4	2	1	2	4	3	4	3	4	1	52
59	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	44
60	4	4	2	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	4	4	3	59
61	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	59
62	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	4	3	4	54
63	4	4	4	4	4	3	2	4	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	64
64	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	50
65	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	72
66	2	2	1	2	1	3	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	31
67	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	44
68	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	45
69	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	48
70	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	20
71	2	2	3	2	1	1	1	3	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	32
72	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	43



98	2	1	1	2	2	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32
99	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	49
100	2	1	3	2	1	3	2	2	1	3	2	2	1	1	1	3	3	3	36
101	3	4	2	4	2	3	4	4	2	4	3	1	3	1	2	4	3	2	51
102	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	48
103	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
104	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	42
105	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	45
106	1	1	1	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	27
107	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	39
108	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	59
109	2	2	3	3	1	3	2	2	2	3	3	3	1	1	2	1	1	1	36
110	4	1	1	1	1	4	1	1	4	4	4	1	1	1	1	4	1	1	36
111	2	2	2	3	4	4	2	4	4	3	3	3	2	2	3	4	4	3	54
112	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	46
113	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	36
114	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	39
115	3	3	3	2	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	3	2	3	2	54
116	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	36
117	3	3	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	58
118	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	66
119	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	51
120	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	30
121	4	3	3	3	3	3	4	3	1	1	1	1	1	1	4	1	1	3	41
122	2	3	1	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	1	3	1	1	39

123	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	1	4	52
124	2	2	2	2	3	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	40
125	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	50
126	2	2	2	1	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	33
127	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	47
128	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	39
129	2	3	2	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	1	34
130	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	42
131	2	2	2	2	3	3	1	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	44
132	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	48
133	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	71
134	2	2	3	3	4	4	1	2	1	2	3	3	3	3	2	2	2	3	45
135	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	46
136	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	41
137	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	45
138	2	3	3	2	1	4	2	4	4	2	2	4	4	2	3	2	4	2	50
139	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	42
140	3	3	2	2	4	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	3	4	2	59
141	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
142	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	61
143	1	3	2	1	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	47
144	4	4	4	2	2	4	4	4	2	2	4	3	1	1	2	3	2	2	50
145	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	44
146	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	40
147	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	42



148	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	40
149	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	44
150	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	46
151	3	3	3	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	1	3	4	3	4	58
152	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	45
153	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	42
154	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	4	2	2	47
155	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	44
156	3	4	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	4	2	3	2	46
157	1	2	1	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	40
158	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	2	4	3	61
159	2	1	2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	2	2	1	3	2	2	34
160	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	2	4	1	1	1	3	3	3	40
161	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	57
162	3	3	2	3	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	41
163	3	2	2	1	2	3	1	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	38
164	3	3	2	2	2	4	1	2	3	3	3	2	2	2	2	4	3	3	46
165	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	49
166	3	3	2	2	3	4	1	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	43
167	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	47
168	3	3	1	4	2	3	3	4	3	3	2	4	4	4	3	4	4	1	55
169	3	3	3	2	3	3	2	4	1	2	1	3	4	2	3	3	3	2	47
170	4	1	1	1	3	3	3	3	3	2	2	1	1	1	3	4	2	4	42
171	2	2	3	4	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	40
172	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	55

173	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	27
174	3	3	2	1	3	4	4	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	2	50
175	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	49
176	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	20
177	2	2	2	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	2	2	4	2	2	42
178	3	2	2	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	53
179	3	3	3	3	3	3	1	2	4	3	3	2	3	2	3	3	4	4	52
180	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	42
181	3	2	3	4	4	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	53
182	4	3	4	4	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	4	3	3	52
183	3	3	4	3	2	3	1	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	2	53
184	3	4	3	1	2	3	1	3	3	2	2	2	1	2	3	2	3	1	41
185	4	2	2	4	2	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	3	2	2	51
186	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	42
187	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	46
188	4	1	3	2	2	3	3	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	32
189	3	2	2	2	3	3	2	4	4	2	3	3	4	3	4	3	4	2	53
190	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	28
191	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	4	3	2	50
192	3	4	4	2	3	4	2	4	4	3	2	4	4	3	4	3	4	2	59
193	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	64
194	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	38
195	4	4	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	4	1	3	53
196	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	50
197	3	4	4	3	2	4	2	4	4	3	2	3	4	2	3	3	3	2	55

198	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	67
199	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	48
200	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	70
201	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	48
202	2	3	2	2	2	2	2	3	4	2	2	2	3	2	3	2	3	43
203	4	3	4	3	3	4	1	2	4	2	1	1	2	2	2	1	2	42
204	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	4	3	2	3	4	3	50
205	3	4	2	2	3	2	1	4	4	2	3	2	3	2	3	3	3	49
206	2	3	2	2	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	2	4	2	46
207	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	52
208	2	3	2	2	2	4	2	3	4	3	2	3	3	3	4	2	4	50
209	3	3	3	3	1	3	3	4	3	3	3	4	4	2	3	3	3	54
210	2	2	2	2	2	3	1	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	41
211	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	54
212	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	54
213	2	2	1	1	2	2	2	1	3	1	2	2	2	2	2	3	1	32
214	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	2	3	3	3	2	3	51
215	3	2	3	2	2	3	2	1	2	3	2	3	2	3	3	2	2	43
216	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	35
217	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	45
218	2	2	3	1	2	3	1	4	3	2	2	1	2	1	2	2	2	37
219	3	3	3	3	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	2	34
220	2	3	1	2	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	50
221	3	3	2	2	3	3	2	2	4	2	3	3	2	2	3	2	3	47
222	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	43

223	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	42
224	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	39
225	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	49
226	3	3	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	64
227	3	3	2	2	3	2	1	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	41
228	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	51
229	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	49
230	1	3	3	4	1	3	2	3	3	3	3	2	3	1	1	1	4	4	45
231	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	52
232	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	50
233	3	3	3	3	2	2	1	2	4	2	3	3	3	2	3	4	3	3	49
234	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	51
235	3	3	4	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	51
236	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
237	4	3	4	4	2	4	4	3	3	3	2	4	3	2	2	4	3	4	58
238	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	42
239	4	3	3	2	3	3	1	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	4	51
240	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	47
241	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	38
242	3	3	2	3	3	3	3	1	1	3	2	3	2	2	1	3	1	3	42
243	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	70
244	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	37
245	4	4	3	3	3	2	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	62
246	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	44
247	2	1	2	3	2	2	1	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	1	33

248	3	1	2	2	3	2	1	1	2	2	2	2	1	3	1	2	1	2	33
249	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	4	3	3	3	4	3	56
250	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	33
251	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	41
252	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	42
253	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	52
254	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	44
255	4	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	4	3	2	50
256	4	4	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	4	4	2	51
257	3	4	4	3	3	2	2	4	4	2	3	2	3	2	3	4	4	4	56
258	2	3	1	1	1	2	1	2	3	1	2	1	2	1	3	3	3	1	33
259	2	2	1	3	3	4	1	1	4	2	2	3	2	3	3	3	3	2	44
260	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
261	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	47
262	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	36
263	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	48
264	2	2	1	2	1	3	1	2	3	2	2	3	1	1	2	2	3	2	35
265	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	50
266	4	4	4	4	2	3	1	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	52
267	3	3	3	4	2	4	1	4	4	3	3	2	4	3	4	2	4	3	56
268	2	2	2	2	4	3	1	1	1	1	1	1	1	4	3	4	3	1	37
269	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	68
270	3	2	2	2	2	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	43
271	2	1	2	1	1	2	2	3	4	2	2	2	2	1	1	3	3	2	36
272	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	43

273	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	46
274	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	70
275	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	52
276	4	4	3	3	3	3	2	4	4	3	3	4	4	2	4	3	4	3	60
277	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	70
278	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	45
279	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	48
280	3	2	3	2	2	3	3	1	2	2	2	2	1	1	1	3	1	2	36
281	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
282	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	39
283	3	3	3	2	2	4	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	54
284	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	47
285	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	34
286	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	52
287	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	36
288	2	3	2	2	2	4	1	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	45
289	3	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	42
290	3	4	2	3	3	4	2	3	4	3	2	3	2	2	3	2	3	4	52
291	2	3	2	2	2	4	1	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	45
292	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	36
293	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	38
294	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	56
295	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	44
296	3	2	2	1	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	37
297	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	40



323	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	47
324	4	3	3	2	3	3	3	4	4	1	2	2	3	2	3	4	3	2	51
325	4	3	1	2	4	3	1	1	4	1	4	1	4	4	4	2	4	1	48
326	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	53
327	4	3	3	2	3	4	3	3	2	2	2	1	3	2	3	3	3	2	48
328	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	46
329	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	54
330	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	2	64
331	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	36
332	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	37
333	2	2	2	2	2	4	1	2	3	1	1	1	2	2	3	1	3	1	35
334	3	2	3	2	1	3	2	1	3	2	2	2	2	1	2	3	1	2	37
335	3	2	3	4	3	2	3	4	2	3	2	2	1	3	4	2	3	2	48
336	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	46
337	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	41
338	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	42
339	3	3	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	42
340	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	50



## 14. Surat-Surat

**SURAT KEPUTUSAN  
DEKAN FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
UIN ANTASARI BANJARMASIN  
NOMOR 74 TAHUN 2021**

**Tentang  
PERSETUJUAN PROPOSAL SKRIPSI MAHASISWA  
DAN PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING**

- Menimbang** : a. Bahwa proposal skripsi yang berjudul: "Pengaruh Social Meedia Fatigue Terhadap Kecemasan dan Gangguan Tidur Pada Mahasiswa dengan Kepribadian Introvert dan Ekstrovert yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin" telah ditelaah oleh Dosen Penelaah.  
b. Bahwa persetujuan atau penolakan judul skripsi mahasiswa perlu dituangkan dalam sebuah surat keputusan
- Memperhatikan** : Hasil sidang Jurusan Psikologi Islam yang diselenggarakan pada tanggal 2 Juli 2021
- Mengingat** : 1. Undang-Undang RI No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Sistem Pendidikan Nasional  
2. Peraturan Pemerintah No 4 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan dan Pengelolaan Perguruan Tinggi  
3. Peraturan Presiden No 36 Tahun 2017 tentang Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin  
4. Peraturan Menteri Agama No 20 Tahun 2017 tentang Organisasi dan tata Kerja UIN Antasari Banjarmasin  
5. Peraturan Menteri Agama No 29 Tahun 2017 tentang Statuta UIN Antasari Banjarmasin  
6. Keputusan Direktur jenderal Pendidikan Islam No 102 Tahun 2019 tentang Standar Keagamaan Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam  
7. Keputusan Rektor Uin Antasari No 289 Tahun 2018 tentang Pedoman Pelaksanaan Sistem Kredit Semester UIN Antasari Banjarmasin

**MEMUTUSKAN**

- Menetapkan** :  
**Pertama** : Menyetujui proposal skripsi mahasiswa yang berjudul: "Pengaruh Social Meedia Fatigue Terhadap Kecemasan dan Gangguan Tidur Pada Mahasiswa dengan Kepribadian Introvert dan Ekstrovert yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin" untuk digarap oleh mahasiswa/i:  
**Nama/NIM:Hadenah/ "180103040250**  
**Program Studi : PSIKOLOGI ISLAM**
- Kedua** : Menunjuk dan menetapkan Imadduddin, M.Asebagai Dosen Pembimbing I dan Musfichin, M.A sebagai Dosen Pembimbing II untuk mahasiswa tersebut di atas.
- Ketiga** : Apabila terdapat kekeliruan dalam keputusan ini akan dibetulkan sebagaimana mestinya.

Di tetap di : Banjarmasin  
Pada tanggal : 6 Juli 2021  
Dekan,  
  
**Dr. Han Noor, M.Hum**  
**NIP. 197104142003121005**

- Tembusan:**  
1. Jurusan  
2. Dosen Pembimbing  
3. Arsip



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

Jl. Jend. A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin Kode Pos 70235 Telp. (0511) 3266593

Nomor : B-151/Un.14/III.3/PP.00.9/07/2021  
Lamp. : -  
Hal : Pelaksanaan Seminar Desain Operasional  
a.n. Hadenah

KEPADA YTH.

1. Imadduddin, M.A
  2. Musfichin, M.A
  3. Yulia Hairina, M.Psi. Psikolog
- (Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora)  
di Banjarmasin

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Dengan disetujui Proposal Skripsi Mahasiswa :

Nama : Hadenah  
NIM : \*180103040250  
Judul : Pengaruh Social Meedia Fatigue Terhadap Kecemasan dan Gangguan Tidur Pada Mahasiswa dengan Kepribadian Introvert dan Ekstrovert yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin

Dengan ini, diberitahukan bahwa proposal tersebut setelah diubah menjadi desain operasional akan diseminarkan pada :

Hari/Tanggal : Senin, 1 November 2021  
Waktu : 09.00-10.00 WITA  
Tempat : Ruang Munaqasah Fakultas Ushuluddin dan Humaniora  
Pembimbing I : Imadduddin, M.A  
Pembimbing II : Musfichin, M.A  
Moderator : Yulia Hairina, M.Psi. Psikolog

Demikian untuk dilaksanakan sebagaimana mestinya.





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 3720/Un.14/III.3/PP.00.9/10/2023

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Mahasiswa Psikologi Islam di bawah ini :

Nama : Hadenah  
NIM : 180103040250  
Prodi : Psikologi Islam  
Dosen pembimbing 1 : Musfichin, M.A  
Dosen pembimbing 2 : Dra. Mulyani, M.Ag  
Judul Skripsi : "Pengaruh Social Media Fatigue Terhadap Kecemasan dan Gangguan Tidur Pada Mahasiswa dengan Kepribadian Introvert dan Ekstrovert yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin"

Dengan ini merubah judul skripsi diatas dengan judul "Kontribusi Social Media Fatigue Terhadap Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin" yang telah disetujui oleh dosen pembimbing.

Demikian surat keterangan perubahan judul ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Banjarmasin, 02 Oktober 2023

Ketua Prodi Psikologi Islam  
Sekretaris,



Musfichin, M.A



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235  
Telepon (0511) 3266593; Faksimili (0511) 3254344;  
Website: [www.pi.uin-antasari.ac.id](http://www.pi.uin-antasari.ac.id); E-mail: [psikologi.islam@uin-antasari.ac.id](mailto:psikologi.islam@uin-antasari.ac.id)

Nomor : 42/Un.14/III.3/PP.00.9/01/2023  
Hal : Surat Izin Studi Pendahuluan

Yth. **Kepala Bagian Akademik dan Kemahasiswaan UIN Antasari Banjarmasin**

Di Tempat

*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Dengan hormat,

Bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswa Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari atas nama:

Nama : **Hadenah**  
NIM : 180103040250

Mengajukan permohonan izin melakukan studi pendahuluan untuk riset skripsi dengan judul/topik "Kontribusi *Social Media Fatigue* Terhadap Kecemasan Sosial pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin".

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan. Atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

*Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Banjarmasin, 04 Januari 2023

An. Ketua Program Studi Psikologi Islam

Sekretaris,



**Musfichin, M.A**

Hal : Permohonan *Expert Judgement*  
Lampiran : 1 Bundel Skala

Yth. Ibu Dina Nisrina, M. Psi., Psikolog  
di Tempat

*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Dengan hormat,

Kami mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin:

Nama : Hadenah

NIM : 180103040250

Prodi : Psikologi Islam (PI)

Dengan ini bermaksud mengajukan *Expert Judgement* Instrumen "Skala" untuk penelitian tugas akhir/skripsi saya dengan Judul "Kontribusi Social Media Fatigue Terhadap Kecemasan Sosial pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin".

Dengan permohonan ini atas kesediaan Ibu kami ucapkan banyak terima kasih.

*Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Mengetahui,  
Dosen Pembimbing Akademik

  
Musfichin, M.A

Banjarmasin, 10 Februari 2023  
Hormat Kami,

  
Hadenah

**Surat Keterangan *Expert Judgement***

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dina Nisrina, M. Psi., Psikolog  
Jabatan/Instansi : Dosen/UIN Antasari Banjarmasin

Dengan ini telah melaksanakan *Expert Judgement* pada:

Nama : Hadenah  
NIM : 180103040250  
Judul Penelitian : Kontribusi Social Media Fatigue Terhadap Kecemasan Sosial pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin  
Obyek Penilaian : Variabel bebas: Social Media Fatigue

Demikian *Expert Judgement* ini dibuat untuk diperbaiki sebagaimana rekomendasi.  
(terlampir)

Banjarmasin, 25-feb-2023.....  
*Expert Judgement*



Dina Nisrina, M. Psi., Psikolog



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Lampiran:

**Rekomendasi dan Hasil Expert Judgement**

**Instrumen Skala**

Secara umum Instrumen Skala "Variabel bebas: Social Media Fatigue" pada Desain Penelitian a.n. Hadenah (NIM:180103040250) tersebut\*):

- Belum layak digunakan dan masih memerlukan konsultasi
- Dapat digunakan dengan banyak revisi
- Dapat digunakan dengan sedikit revisi
- Dapat digunakan tanpa revisi

**Komentar dan Saran Perbaikan:**

- Mengganti kata keawakan agar mudah dipahami lagi
- Penggunaan kata "terlalu banyak" pada item ~~testatan~~ di kurangi
- Mengganti kata "selalu" pada aspek perilaku karena ambigu
- Mengurangi kata yang berulang pada kalimat item
- Menghilangkan kata "untuk" pada item indikator kurang fokus aspek perilaku
- Menghilangkan kata "saya" pada item indikator burnout aspek emosional.

Banjarmasin, 25-feb-2023  
Expert Judgement

Dina Nisrina, M. Psi., Psikolog

\*) lingkirlah sesuai dengan penilaian bapak/ibu secara obyektif.

Hal : Permohonan *Expert Judgement*  
Lampiran : 1 Bundel Skala

Yth. Ibu Widiya Aris Radiani, M.Psi., Psikolog  
di Tempat

*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Dengan hormat,

Kami mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin:

Nama : Hadenah  
NIM : 180103040250  
Prodi : Psikologi Islam (PI)

Dengan ini bermaksud mengajukan *Expert Judgement* Instrumen "Skala" untuk penelitian tugas akhir/skripsi saya dengan Judul "Kontribusi Social Media Fatigue Terhadap Kecemasan Sosial pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin".

Dengan permohonan ini atas kesediaan Ibu kami ucapkan banyak terima kasih.

*Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Mengetahui,  
Dosen Pembimbing Akademik

  
Musfichin, M.A

Banjarmasin, 10 Februari 2023  
Hormat Kami,

  
Hadenah



**Surat Keterangan *Expert Judgement***

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:


Nama : Widiya Aris Radiani, M.Psi., Psikolog  
Jabatan/Instansi : Dosen Prodi Psikologi Islam

Dengan ini telah melaksanakan *Expert Judgement* pada:

Nama : Hadenah  
NIM : 180103040250  
Judul Penelitian : Kontribusi Social Media Fatigue Terhadap Kecemasan Sosial pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin  
Obyek Penilaian : Variabel Bebas: Social Media Fatigue

Demikian *Expert Judgement* ini dibuat untuk diperbaiki sebagaimana rekomendasi.  
(terlampir)

Banjarmasin, ...7... Maret 2023  
*Expert Judgement*

  
Widiya Aris Radiani, M.Psi., Psikolog



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Lampiran:

**Rekomendasi dan Hasil Expert Judgement**

**Instrumen Skala**

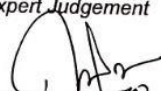
Secara umum Instrumen Skala "Variabel Bebas: Social Media Fatigue" pada Desain Penelitian a.n. Hadenah (NIM:180103040250) tersebut\*):

- Belum layak digunakan dan masih memerlukan konsultasi
- Dapat digunakan dengan banyak revisi
- Dapat digunakan dengan sedikit revisi
- Dapat digunakan tanpa revisi

**Komentar dan Saran Perbaikan:**

1. Bagi item menjadi item favorable dan unfavorable pelajari dari skala orang lain yang sudah valid
2. Kewaspadaan dalam hal apa? pikiran atau fisik jika fisik maka masuk aspek perilaku
3. Bentuk menyeras seperti apa? Perjelas dampak kognitifnya
4. Menyesuaikan item dengan aspek yang telah sesuai
5. Perjelas dampak perilaku contoh "Cenderung salah memproyeksi konten"
6. Perjelas indikator yang mana masuk ketidakpercayaan
7. Perjelas indikator yang mana masuk kelelahan
8. Item terlalu sedikit untuk penelitian kuantitatif yang validasi jumlah ideal dalam suatu angket berkisar 30-50 pertanyaan

Banjarmasin, 7 Maret 2023  
Expert Judgement

  
Widiya Aris Radiani, M.Psi., Psikolog

\* ) lingkirlah sesuai dengan penilaian bapak/ibu secara obyektif.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235  
Telepon (0511) 3266593

Website: fuh.uin-antasari.ac.id; E-mail: fuh@uin-antasari.ac.id

Nomor : B-3750/Un.14/III.3/TL.00/10/2023

04 Oktober 2023

Sifat : -

Lampiran : 1 (satu) lembar

Hal : Riset dalam Rangka Penyusunan Skripsi

Yth. Mahasiswa(i)  
UIN Antasari Banjarmasin

*Assalamu'alaikum wr. wb.*

Dengan Hormat, bersama ini kami mohon izin serta bantuan Saudara/(i) agar berkenan kiranya memberikan informasi/data yang diperlukan mahasiswa(i) :

Nama : Hadenah  
NIM : 180103040250  
Jurusan : S1 Psikologi Islam  
Alamat : Jl. Pramuka Gg. Al-Muhajirin RT. 29 Pemurus Luar Kec.  
Banjarmasin Timur Kota Banjarmasin

sehubungan dengan penelitian yang akan dilaksanakan sebagaimana surat riset terlampir.

Demikian permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan perkenan Bapak/Ibu serta kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum wr. wb.*

Banjarmasin, 04 Oktober 2023

Dekan,



Dzikri Nirwana



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235  
Telepon (0511) 3266593  
Website: fuh.uin-antasari.ac.id; E-mail: fuh@uin-antasari.ac.id

**SURAT RISET**

Nomor: 3749/Un.14/III.3/PP.00.9/10/2023

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan ini menugaskan :

Nama	: Hadenah
NIM	: 180103040250
Semester	: XI (Sebelas)
Jurusan	: S1 Psikologi Islam
Alamat Sekarang	: Jl. Pramuka Gg. Al-Muhajirin RT. 29 Pemurus Luar Kec. Banjarmasin Timur Kota Banjarmasin
Untuk	: Melakukan riset / penelitian ilmiah dalam rangka pengumpulan data untuk penyusunan skripsi dengan judul:

**Kontribusi Social Media Fatigue Terhadap Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin**

Tempat yang dituju	: UIN Antasari Banjarmasin
Barang Yang dibawa	: Seperangkat Alat Penelitian
Lamanya Riset	: 4 (Empat) Bulan
Dari Tanggal	: 15/04/2023
Sampai Tanggal	: 15/08/2023

Demikian surat riset ini diberikan kepada yang bersangkutan agar pihak-pihak terkait dapat memberikan bantuan sepenuhnya.

Banjarmasin, 04 Oktober 2023

Dekan,

Dzikri Nirwana



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
ANTASARI BANJARMASIN**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4,5 Banjarmasin 70235  
Telepon 0511-3257627 Faksimili 0511-3254344  
e-mail: [mikwa@uin-antasari.ac.id](mailto:mikwa@uin-antasari.ac.id) || website: [www.uin.antasari.ac.id](http://www.uin.antasari.ac.id)

Nomor : B.41/Un.14/II.1/TL.00/09/2023 11 Oktober 2023  
Sifat : -  
Hal : Pemberian Izin Riset

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora  
UIN Antasari Banjarmasin

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Sesuai surat Dekan nomor : 3749/Un.14/III.3/PP.00.9/10/2023 tanggal 4 Oktober 2023 hal Riset Dalam Rangka Penyusunan Skripsi, pada prinsipnya kami dapat memberikan izin untuk melakukan penelitian kepada :

Nama : Hadenah  
NIM : 180103040250  
Jurusan : Psikologi Islam  
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora  
Judul : Kontribusi Social Media Fatigue Terhadap Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa yang menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin.

Terhitung mulai tanggal 15 April 2023 sampai dengan 15 Agustus 2023, kepada pihak terkait diminta untuk memberikan data dan informasi yang diperlukan dalam penelitian tersebut, selanjutnya kepada yang bersangkutan agar memberitahu kembali bila penelitian telah selesai.

Demikian surat izin penelitian ini diberikan, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

A.n. Rektor,  
Kepala Biro AAKK,  
Kabag Akademik dan Kemahasiswaan



H. Hars Fadilah, S.Ag, M.Pd.I  
NIP. 19760118 200003 1 001

Tembusan :  
1. Rektor UIN Antasari Banjarmasin;  
Dekan Fakultas di lingkungan UIN Antasari Banjarmasin;



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
ANTASARI BANJARMASIN**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km 4,5 Banjarmasin  
Telepon (0511) 3252829; Fax (0511) 3254344  
Website : [www.uin-antasari.ac.id](http://www.uin-antasari.ac.id) Email : [mikwa@uin-antasari.ac.id](mailto:mikwa@uin-antasari.ac.id)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : B.39/Un.14/II.1/TL.00/10/2023

Rektor Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini :

N a m a : Hadenah  
NIM : 180103040250  
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora  
Prodi : Psikologi Islam

telah selesai melaksanakan riset/penelitian dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul : **"Kontribusi Social Media Fatigue Terhadap Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa yang menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin."** terhitung mulai tanggal tanggal 15 April 2023 sampai dengan 15 Agustus 2023. Keterangan ini dikeluarkan sesuai dengan izin yang diberikan kepada yang bersangkutan sebagaimana yang tertuang dalam surat Rektor Nomor : B.41/Un.14/II.1/TL.00/10/2023 tanggal 11 Oktober 2023.

Demikian surat keterangan ini diberikan, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 31 Oktober 2023  
a.n. Rektor  
Kepala Biro AAKK  
Kabag Akademik dan  
Kemahasiswaan



H. Faris Fadilah, S.Ag, M.Pd.I  
NIP. 19760118 200003 1 001



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235  
Telepon (0511) 3266593; Faksimili (0511) 3254344;  
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

**SURAT KETERANGAN**

Nomor: PS-SJ.081/Un.14/III.3/PP.00.9/11/2023

Dengan ini menerangkan bahwa:

Judul Karya Ilmiah : ***“Kontribusi Social Media Fatigue Terhadap Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram”***  
Nama Penulis : **Hadenah**  
NIM : 180103040250  
Program Studi : Psikologi Islam

telah *submitted* dan akan diterbitkan oleh Jurnal Psikologi Ulayat (<https://publication.k-pin.org/index.php/jpu/authorDashboard/submission/912>)

Demikian Surat ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 29 November 2023

Ketua Prodi Psikologi Islam

\_\_\_\_\_  
Sekretaris,

\_\_\_\_\_  
Muslichin, M.A





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: [www.pi.uin-antasari.ac.id](http://www.pi.uin-antasari.ac.id); E-mail: [psikologi.islam@uin-antasari.ac.id](mailto:psikologi.islam@uin-antasari.ac.id)

**Surat Keterangan Lulus Uji Plagiasi**

Nomor: 4576/Un.14/III.3/PP.00.9/12/2023

Ketua Program Studi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah:

Nama : Hadenah  
NIM : 180103040250  
Prodi : Psikologi Islam  
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi  
Judul Karya Ilmiah : Kontribusi Social Media Fatigue Terhadap Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin

Telah dinyatakan **Lulus Uji Plagiasi** dengan **Persentase** sebagaimana terlampir.

Demikian surat keterangan lulus uji plagiasi ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 05 Desember 2023



Ketua Prodi Psikologi Islam  
dan Sekretaris,

Musfichin, M.A





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

**Hasil Uji Plagiasi**

Nama : Hadenah  
NIM : 180103040250  
Judul Karya Ilmiah : Kontribusi Social Media Fatigue Terhadap Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin

No.	Bab	Persentase Plagiasi	Keterangan
1	Bab I	22%	Lulus
2	Bab II	22%	Lulus
3	Bab III	25%	Lulus
4	Bab IV	25%	Lulus
5	Bab V	8%	Lulus

Banjarmasin, 05 Desember 2023

Ketua Program Studi Psikologi Islam  
An. Sekretaris,



Mausfichin, M.A



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

Jalan A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
e-mail: fuh@uin-antasari.ac.id website: http://www.fuh.uin-antasari.ac.id.

## SERTIFIKAT

Nomor: 5065/Un.14/III.3/PP.01.1/12/2023

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan ini memberikan sertifikat kepada :

N a m a : HADENAH  
N I M : 180103040250

Telah L U L U S dalam menempuh UJIAN KOMPREHENSIF pada Jurusan Psikologi Islam dengan nilai akhir 85,67 (A) bobot : 3,75

Demikian sertifikat ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 22 Desember 2023  
Dekan  
  
 D. Rizki Nirwana, M.Ag  
 NIP. 197812272003121002

## 15. Catatan Konsultasi Skripsi



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
BANJARMASIN FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id








**KARTU KONSULTASI SKRIPSI**

**Nama :** Hadenah  
**NIM :** 180103040250  
**Judul :** Kontribusi Social Media Fatigue Terhadap Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin

**Dosen Pembimbing**  
1. Musfichin, M.A  
2. Dra. Mulyani, M.Ag

No.	Tanggal	Topik Bahasan	Tanda Tangan
1	25 April 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kata jurusan diganti dengan program studi pada cover skripsi</li> <li>- Sebutkan referensi buku tafsir</li> <li>- Buat footnote pada wawancara awal dengan menyebutkan inisial masing-masing subjek dan tempat/tanggal wawancara</li> <li>- Tambahkan uraian maksud definisi dalam penelitian dan sebutkan indikator-indikator yang akan menjadi alat pengukurannya pada semua variabel di Definisi Operasional</li> <li>- Tambahkan uraian mengenai perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan pada penelitian terdahulu</li> <li>- Mengecek kembali model hipotesis pada penelitian sejenis</li> </ul>	
2	27 Juni 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberitahukan perubahan kata "pengaruh" menjadi "kontribusi" pada judul skripsi</li> <li>- Variabel kecemasan dan gangguan tidur terlalu umum</li> </ul>	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kesulitan mencari teori dan aspek variabel penelitian</li> <li>- Mencari referensi penelitian sebelumnya terkait teori apa yang dipakai</li> <li>- Variabel penelitian dikurangi 1 menjadi "Kontribusi <i>Social Media Fatigue</i> terhadap Gangguan Tidur pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin"</li> </ul> <p>Rumusan masalah terbaru sesuai judul skripsi</p>	
3	5 Juli 2022	Memberitahukan judul skripsi terbaru yaitu "Kontribusi <i>Social Media Fatigue</i> Terhadap Kecemasan Pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin"	<i>ilwa</i>
4	11 Agustus 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaiki typo kepenulisan pada kata Q.S dan ayat diganti dengan nomor surat</li> <li>- Definisi operasional menyesuaikan dengan variabel yang ada di judul</li> <li>- Aspek pada definisi operasional cukup poinnya saja yang disebutkan</li> </ul>	<i>ilwa</i>
5	22 Agustus 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pengertian instagram bisa ambil dikamus atau tidak usah ditulis nama tokoh jika bukan dari jurnal aslinya</li> <li>- Referensi usia remaja gunakan buku Santrock</li> <li>- Pastikan lebih jauh apakah setiap pengguna instagram mendapat masalah</li> <li>- Footnote menggunakan situs asli</li> </ul>	<i>ilwa</i>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pada observasi sebutkan durasi waktu kurang lebihnya</li> <li>- Perbaiki typo penulisan kata</li> <li>- Tambahkan footnote pada data observasi di latar belakang</li> <li>- Wawancara studi pendahuluan dengan subjek baru yang lebih sesuai dengan masalah dalam penelitian</li> <li>- Pastikan subjek studi pendahuluan dia merasa cemas karena apa? Apakah di luar akademik atau tidak</li> <li>- Data pendukung peneliti pendahuluan harus sesuai dengan masalah</li> <li>- Footnote dalam paragraf terlalu jauh</li> <li>- Penulisan ayat berulang</li> </ul>	
6	9 November 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Konsultasi hasil revisi bab 1</li> <li>- Konsultasi bab 2 bagian variabel dalam perspektif Islam</li> </ul>	
7	8 Februari 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Konsultasi Bab 3 dan rencana melakukan PJ skala</li> </ul>	
8	10 Februari 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Meminta tanda tangan untuk surat permohonan <i>professional judgement</i> (PJ) skala <i>social media fatigue</i></li> </ul>	
9	10 Maret 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengkonsultasikan hasil dari <i>professional judgement</i> (PJ) skala <i>social media fatigue</i></li> <li>- Izin melaksanakan try out skala <i>social media fatigue</i></li> </ul>	
10	13 Maret 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Konsultasi hasil try out skala <i>social media fatigue</i></li> </ul>	
11	15 Maret 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Konsultasi hasil revisi skala <i>social media fatigue</i></li> </ul>	
12	3 April 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Konsultasi hasil try out skala yang ke-2</li> </ul>	

		- Konsultasi skala yang digunakan untuk kecemasan sosial	
13	12 April 2023	- Izin melaksanakan riset	<i>[Signature]</i>
14	23 Oktober 2023	- Konsultasi Bab 4	<i>[Signature]</i>
15	25 Oktober 2023	- Konsultasi Bab 1-5 - Revisi Bab 4 - Revisi Typo dari Bab 1-5	<i>[Signature]</i>
16	22 Oktober 2023	- Konsultasi hasil revisi Bab 4	<i>[Signature]</i>
17	24 <del>November</del> 2023	- Konsultasi Bab 1-5	<i>[Signature]</i>

Banjarmasin, ~~24~~ November 2023  
Ketua Prodi Psikologi Islam

*[Signature]*

**Dra. Mulyani, M.Ag**  
NIP. 19681010 199403 2 004



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
BANJARMASIN  
Jl. Jend. A. Yani Km. 4,5 Banjarmasin, Kode Pos 70235. Telp (0511) 3266593

**KARTU KONSULTASI SKRIPSI**

Nama : Hadenah  
NIM : 180103040250  
Judul : Kontribusi *Social Media Fatigue* Terhadap Kecemasan Pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin

Pembimbing  
1. Imadduddin, M.A  
2. Musfichin, M.A

No	Tanggal	Deskripsi Masalah Yang Dikonsultasikan	Tanda Tangan
1.	25 April 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kejelasan sumber referensi pada latar belakang</li> <li>Kata "pengaruh" diganti menjadi "kontribusi" pada judul skripsi</li> <li>Mengganti kata "pengaruh" menjadi "kontribusi" pada rumusan masalah</li> <li>Memfokuskan manfaat teoritis dan break down manfaat praktis pada signifikansi penelitian</li> <li>Kejelasan variabel kecemasan dalam penelitian</li> <li>Penjelasan variabel gangguan tidur dalam riset penelitian yang diangkat dan apa perbedaannya dengan insomnia</li> <li>Kejelasan pengertian variabel <i>social media fatigue</i> dalam penelitian beserta aspek atau indikatornya</li> <li>Penambahan volume, nomor dan metode penelitian pada jurnal di penelitian terdahulu</li> <li>Hipotesis kurang karena variabel terikat ada 2. Jadi hipotesis akan dipecah juga</li> </ul>	
2.	5 Juli 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jurnal Amandeep Dhir dkk, menjadi acuan penelitian</li> <li>Studi pendahuluan di buat dalam bentuk deskriptif</li> <li>Kata "mengetahui" dirubah menjadi "mengidentifikasi" pada tujuan penelitian</li> </ul>	



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
BANJARMASIN

Jl. Jend. A. Yani Km. 4,5 Banjarmasin, Kode Pos 70235. Telp (0511) 3266593

**KARTU KONSULTASI SKRIPSI**

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menambahkan manfaat psikologi klinis pada manfaat teoritis</li> <li>• Menambahkan manfaat praktis untuk institusi</li> <li>• Definisi operasional mengacu pada jurnal Amandeep Dhir</li> <li>• Tulisan variabel <i>social media fatigue</i> harus konsisten</li> <li>• Mencari tahu kata instagram apakah sudah baku</li> <li>• Mengurutkan tahun penelitian terdahulu</li> <li>• Perbaikan typo penulisan kata</li> <li>• Sistematika penulisan dituliskan secara lengkap sesuai dengan apa yang dimuat oleh peneliti tiap BAB</li> </ul>	
3.	29 Agustus 2022	<p>- Lampir Bdk 2.</p> <p>- kepusan Sabri</p> <p>- Sedmiler Gluler.</p> <p>- dan kahl penulsi</p> <p>- kS di seah da - kanta, kalar. ady 47 foly ke. 117501/raedy kll balk.</p> <p>- Penulsi: kahl. di seah fany.</p>	





KEMENTERIAN AGAMA  
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
 FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
 BANJARMASIN  
 Jl. Jend. A. Yani Km. 4,5 Banjarmasin, Kode Pos 70235. Telp (0511) 3266593

## KARTU KONSULTASI SKRIPSI

4.	16-9-22	Oya sah meta Fathya - keulakan fakat - Infam ahli. no Di. Dziki H'ruan - diate gati sehdun - mayh fakat. keeuh Sehd. - trykt keeuh Sehd. - Bilha indhia chi kalut Bluyui S. - keragha Berpikr. - Lanjut Baly 3. -	
----	---------	---	--



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
BANJARMASIN FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

**KARTU KONSULTASI SKRIPSI**

**Nama** : Hadenah  
**NIM** : 180103040250  
**Judul** : Kontribusi Social Media Fatigue Terhadap Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin

**Dosen Pembimbing**  
1. Musfichin, M.A  
2. Dra. Mulyani, M.Ag

No.	Tanggal	Topik Bahasan	Tanda Tangan
1	15 November 2022	- Memberitahukan pergantian dosen pembimbing skripsi	
2	18 November 2022	- Mengkonsultasikan Bab 1, 2 dan 3	
3	10 Februari 2023	- Izin untuk melaksanakan <i>professional judgement</i> skala <i>social media fatigue</i>	
4	10 Maret 2023	- Mengkonsultasikan hasil dari <i>professional judgement</i> (PJ) skala <i>social media fatigue</i> - Konsultasi terkait jumlah sampel try out - Izin melaksanakan try out skala <i>social media fatigue</i>	
5	20 Maret 2023	- Konsultasi hasil try out skala <i>social media fatigue</i>	
6	12 April 2023	- Izin melaksanakan riset	
7	24 Oktober 2023	- Konsultasi Bab 4	
8	25 Oktober 2023	- Konsultasi Bab 1-5 - Revisi Sistematika Kepenulisan dan Typo	
9	04 Desember 2023	- Perbaiki Typo	


Banjarmasin, 04 Desember 2023  
Ketua Prodi Psikologi Islam



**Dra. Mulvani, M.Ag**  
NIP. 19681010 199403 2 004

16. Jurnal

## KONTRIBUSI *SOCIAL MEDIA FATIGUE* TERHADAP KECEMASAN SOSIAL PADA MAHASISWA YANG MENGGUNAKAN INSTAGRAM

Hadenah, Musfichin & Mulyani

*Prodi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, UIN Antasari Banjarmasin, Jalan Pandarapan, Guntung Manggis 70732, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia*

### **Abstract**

*This study explored the contribution of social media fatigue to social anxiety in college students using Instagram. Accidental sampling was used to select 340 participants who used the app for at least an hour daily. The data was collected using two research instruments: the Social Media Fatigue Scale and the Social Anxiety Scale (SAS-A). The results showed a positive contribution between social media fatigue and social anxiety by 19.0%. Social media fatigue levels may contribute to an increase in social anxiety levels.*

**Keywords:** *College Students; Instagram; Social Anxiety; Social Media Fatigue*

**Abstrak** — Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kontribusi *social media fatigue* terhadap kecemasan sosial pada mahasiswa yang menggunakan Instagram. Penelitian ini melibatkan 340 responden penelitian yang diambil dengan teknik accidental sampling. Responden penelitian merupakan mahasiswa yang menggunakan instagram minimal 1 jam dalam sehari. Instrumen penelitian yang digunakan adalah Skala *Social Media Fatigue* dan Skala Kecemasan Sosial (SAS-A). Hasil penelitian menunjukkan adanya kontribusi positif antara *social media fatigue* dan kecemasan sosial sebesar 19,0%. Mengindikasikan kecenderungan tingkat *social media fatigue* berkontribusi terhadap tingkat kecemasan sosial.

**Kata Kunci:** Instagram; Kelelahan Bermedia Sosial; Kecemasan Sosial; Mahasiswa

## DAMPAK DAN IMPLIKASI ULAYAT

Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa mengakses instagram secara kompulsif oleh mahasiswa memberikan dampak negatif pada psikologis. Penggunaan instagram yang berlebihan menjadikan pengguna mengalami *social media fatigue*. Terjadinya penurunan kemampuan kognitif yang berimbas pada perilaku dan emosional memicu kecemasan sosial. Secara garis besar, agar dampak negatif dari kecanduan mengakses instagram ini tidak menjadi permasalahan yang mengganggu kehidupan sehari-hari, perlu adanya pembatasan penggunaan instagram sebagai upaya mengurangi pemicu munculnya gangguan psikologis pada pengguna instagram kompulsif, penting untuk dilakukan.

## PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi di bidang koneksi dan informasi pada saat ini terus mengalami perubahan dengan sangat pesat dan canggih. Hal ini dibuktikan dengan adanya perkembangan media sosial yang semakin disukai bagi penggunanya, salah satu media sosial tersebut adalah instagram. Instagram berasal dari kata “*insta*” yaitu “*instant*” dan kata *gram* berasal dari kata telegram, yang berarti sebagai media koneksi dan informasi berupa foto atau video secara kilat melalui aplikasi yang bisa individu akses (Rodiyah, 2022).

Menurut penelitian CupoNation (2019) menyatakan platform instagram merupakan aplikasi media sosial yang terkenal sampai sekarang, hal tersebut karena fitur foto dan video pada platform instagram tersebut. Berdasarkan data dari artikel yang diterbitkan oleh Iman (2020), pada *goodnewsfromindonesia.id*, masa Januari hingga Mei 2020, Indonesia mencapai 69,2 juta (69.270.000) pengguna instagram. Kemudian, menurut hasil survei *Pew Research Centre* (2017) yang menunjukkan jumlah remaja pengguna instagram mencapai 72%, menjadikan instagram platform media sosial paling populer di kalangan remaja.

Diketahui juga bahwa pengguna instagram paling banyak adalah usia 18 sampai 24 tahun. Usia 18 sampai 24 tahun ini termasuk usia kebanyakan mahasiswa (Sari, 2022). Tahap ini dikategorikan masuk ke dalam masa dewasa

awal yaitu periode usia 18 sampai 40 tahun (Hurlock, 1996). Masa periode ini kebanyakan mahasiswa mengakses internet, sebab mahasiswa sadar internet adalah alat yang memiliki banyak fungsi, salah satunya berfungsi sebagai fasilitas untuk mendapatkan informasi mengenai pendidikan dan komunikasi dengan individu lainnya serta hiburan (Sari, 2022).

Mahasiswa memiliki kerentanan yang tinggi dibandingkan dengan kelompok masyarakat lain terhadap kecanduan media sosial khususnya instagram adalah karena mahasiswa sedang berada pada usia yang mengalami tahap *emerging adulthood*, dimana mahasiswa mengalami tahap transisi remaja akhir memasuki tahap dewasa awal, pada tahap ini terjadi dinamika psikologis (Yunita & Kurniasari, 2022). Menurut Andreas, Pallesen dan Griffiths (2017) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa ketergantungan terhadap situs jejaring sosial karena terlalu berlebihan dalam menghabiskan waktu untuk mengakses situs jejaring sosial tersebut, akhirnya muncul dorongan yang tidak dapat dikendalikan untuk terus-menerus mengakses situs jejaring sosial, sehingga menimbulkan pengguna yang berlebihan dan berdampak buruk terhadap aktivitas sehari-hari pengguna tersebut.

Penelitian Malik dkk. (2020) menyebutkan kelelahan merupakan bagian dampak negatif yang muncul akibat penggunaan media sosial. Selain itu, Asosiasi Psikiater Amerika dalam Amandeep Dhir dkk., (2018) juga menyebutkan selama keadaan cemas orang cenderung mengeluh tentang kelelahan yaitu kelelahan dan sakit fisik. Kelelahan fisik ini disebabkan adanya faktor *overload* (kelebihan informasi) yang berdampak pada penghentian terputus-putus hingga penghentian total dalam penggunaan media sosial Malik dkk. (2020). Selanjutnya, penelitian dari Bao Dai dkk. (2020) mengatakan mengenai sebuah informasi yang berlebihan akan mempengaruhi keputusan penghindaran informasi oleh pengguna pada media sosial akibat frustrasi dan kelelahan.

Berdasarkan dari hasil beberapa penelitian tersebut, terdapat sebuah fenomena yang dialami oleh pengguna media sosial khususnya pengguna instagram yang berkorelasi dengan kelelahan yaitu fenomena *social media fatigue* atau kelelahan dalam bermedia sosial. Hal ini terdapat dalam penelitian yang

dilakukan oleh Zhang dkk. (2021) yang menyebutkan bahwa berlebihan dalam menggunakan media sosial memunculkan rasa lelah atau dikenal dengan istilah kelelahan bermedia sosial karena individu tersebut mengalami tekanan akibat hal tersebut.

*Social media fatigue* adalah kecenderungan pengguna media sosial untuk menarik diri dari media sosial ketika mereka menjadi kewalahan dengan terlalu banyak situs di media sosial, terlalu banyak teman dan pengikut, dan terlalu banyak waktu yang dihabiskan online untuk mempertahankan koneksi tersebut, akhirnya terjadi kejenuhan oleh para pengguna media sosial (Bright dkk, 2015). *Social media fatigue* bersumber dari adanya informasi yang berlebihan yang di dapat dari media sosial oleh pengguna yang pada akhirnya membuat pengguna media sosial kewalahan akan informasi tersebut Malik dkk. (2020).

Dalam artikelnya Technopedia (2017), menjelaskan dari hasil survei yang dilakukan oleh Gartner pada Desember 2010 dan Januari 2011, pengguna media sosial menunjukkan kelelahan dan jumlah waktu yang dihabiskan untuk mengakses media sosial mengalami penurunan. Yitshak Alfasi (2022) menyebutkan hal ini disebabkan kemampuan kognitif yang terlalu sering digunakan dalam beraktivitas di media sosial dapat menyebabkan rasa kelelahan fisik dan mental dari waktu ke waktu. Karena kemampuan kognitif digunakan pengguna media sosial untuk memproses informasi, mengelola kesan terhadap individu lain dan memenuhi ekspektasi teman. Kegiatan ini memicu munculnya adiktif media sosial dan mengubah media sosial menjadi sarana yang menghabiskan kemampuan kognitif individu yang seharusnya digunakan dalam pekerjaan, belajar atau bersosialisasi (Alfasi, 2022).

Penyebab *social media fatigue* disebutkan oleh Wheelan dkk. (2020) dalam penelitiannya, terjadinya pengguna yang mengalami kelelahan dalam bermedia sosial disebabkan adanya informasi, komunikasi dan sosial yang berlebihan pada saat menggunakan media sosial oleh pengguna tersebut. Selanjutnya dalam penelitian Bright dkk. (2015) juga menyebutkan banyaknya waktu yang dihabiskan individu untuk mengakses media sosial dan banyaknya konten yang

ada pada media sosial menyebabkan munculnya kelelahan bagi pengguna media sosial.

Selanjutnya, penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Dhir dkk. (2018), kelelahan bermedia sosial memiliki signifikansi terhadap kecemasan sosial. Dalam *DSM-5* kecemasan sosial merupakan gangguan psikologis yang ditandai dengan adanya perasaan takut yang berlebihan, bahaya yang dirasakan tidak sesuai dengan realita dan mengganggu aktivitas sehari-hari (Pribadi, 2019). Menurut La Greca dan Lopez (1998) kecemasan sosial merupakan perasaan cemas sosial terlebih perasaan yang bisa digeneralisasi secara nyata sehingga bisa menjadi penyebab munculnya rasa tidak nyaman yang dialami oleh individu, hal tersebut dikarenakan berhubungan langsung dengan orang asing bagi individu tersebut, pada akhirnya menyebabkan individu tersebut khawatir mendapat penghinaan dari individu lain.

Data terkait kecemasan sosial di Indonesia masih sangat sedikit, sampai sekarang belum ada data terkait tentang kecemasan sosial dari Departemen Kesehatan, tetapi berdasarkan penelitian dari Vriends (2013) menemukan bahwa presentasi yang cukup tinggi dari hasil *self-report* fobia sosial di Indonesia, yaitu sebesar 15,8% dari 311 orang Indonesia. Sedangkan pada remaja menurut data hasil laporan Riskesdas 2013 remaja Indonesia mengalami gangguan kecemasan sebanyak 6% atau lebih dari 14 juta penduduk remaja perkotaan mengalami kecemasan sosial (Pribadi, 2019).

Secara garis besar, kecemasan sosial merugikan individu dalam kehidupan sehari-hari, seperti kesulitan dalam pekerjaan, gangguan pada sekolah, hubungan dengan orang lain, serta kegiatan lainnya. Adanya perasaan tidak nyaman ketika dalam kondisi sosial dan berinteraksi dengan orang lain merupakan sesuatu yang sulit, karena hal tersebut tidak bisa dihindari secara terus menerus oleh individu. Individu yang memiliki kecemasan sosial cenderung akan berpikir dan berperilaku serupa, baik interaksi secara *online* ataupun secara langsung tatap muka. Individu tersebut akan merasakan tingkat kecemasan yang tinggi, melakukan *safety behaviors*, mempunyai banyak pemikiran negatif, dan cenderung menafsirkan



keadaan secara negatif ketika berinteraksi baik secara *online* ataupun langsung (Madani & Ambarini, 2021).

Berdasarkan uraian yang telah peneliti paparkan sebelumnya, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kontribusi *social media fatigue* terhadap kecemasan sosial pada mahasiswa yang menggunakan instagram.

## **METODE**

### ***Partisipan***

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan Strata 1/S1 di UIN Antasari Banjarmasin. Sampel diambil menggunakan teknik *accidental sampling* dengan menyebarkan kuesioner secara langsung dan *online* melalui google form. Sampel penelitian berjumlah 340 mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dengan kriteria sedang menempuh pendidikan strata 1/S1 di UIN Antasari Banjarmasin dan mengakses instagram minimal 1 jam dalam sehari, diketahui dengan pertanyaan pada angket bagian penggunaan instagram berdasarkan kepemilikan akun instagram, jumlah akun, aktivitas yang dilakukan ketika mengakses instagram, sudah berapa tahun menggunakan instagram dan berapa durasi dalam sehari mengakses instagram.

### ***Desain***

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode korelasional dengan jenis hubungan dalam bentuk bivariat yaitu untuk mengidentifikasi hubungan satu variabel bebas dengan satu variabel terikat (Purwanto, 2010).

### ***Prosedur***

Penelitian ini mengukur variabel *social media fatigue* dan kecemasan sosial. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *social media fatigue* adalah skala *social media fatigue* yang memiliki tiga aspek yaitu aspek kognitif, aspek perilaku dan aspek emosional. Aspek kognitif terdiri atas kelebihan kognitif. Aspek perilaku terdiri dari penurunan penggunaan media sosial, kurang fokus dan

pelupa. Aspek emosional terdiri dari kelelahan, kebosanan, *burnout* dan ketidakpedulian/minat yang lebih rendah (Zhang dkk., 2021). Peneliti melakukan adaptasi dan modifikasi ke dalam Bahasa Indonesia. Proses validasi alat ukur *social media fatigue* dilakukan dengan membandingkan alat ukur versi terjemahan dan alat ukur asli oleh *professional judgement*. Setelah proses adaptasi, peneliti melakukan uji coba alat ukur sebanyak dua kali untuk menguji validitas dan reliabilitas alat ukur. Namun, alat ukur *social media fatigue* memiliki validitas dan reliabilitas yang rendah, sehingga peneliti harus merevisi butir dan melakukan uji coba ulang.

Selanjutnya, untuk alat ukur kecemasan sosial peneliti menggunakan skala dari *Social Anxiety Scale for Adolescence (SAS-A)* yang telah di validasi dan reliabel dari penelitian Titi Soleha (Soleha, 2021). Setelah proses adaptasi, peneliti melakukan uji validitas dan uji reliabilitas menggunakan data hasil riset, untuk mengetahui kembali validitas dan reliabilitas alat ukur kecemasan sosial. Setelah melakukan uji coba pada alat ukur *social media fatigue*, peneliti melaksanakan pengambilan data menggunakan dua alat ukur yang memiliki 33 butir pernyataan. Peneliti menyebarkan kuesioner secara langsung dan melalui *Google Form* yang diberikan kepada mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan Starat 1/S1 di UIN Antasri Banjarmasin, memiliki akun instagram dan mengakses instagram minimal 1 jam per-hari. Kuesioner yang akan dibagikan sudah mencakup lembar pernyataan, identitas responden, angket penggunaan instagram, skala *social media fatigue* dan skala kecemasan sosial. Setelah data terkumpul, peneliti menguji pengaruh antara kedua variabel penelitian.

### ***Instrumen***

Instrumen yang digunakan untuk mengukur *social media fatigue* adalah skala *social media fatigue* yang telah dikembangkan oleh Shiyi Zhang dkk. (2021). Peneliti menggunakan tiga aspek, yaitu aspek kognitif, perilaku dan emosional. Alat ukur ini terdiri dari 15 item pernyataan yang menggunakan skala *Likert* dengan rentang angka 1-4 (1 = Sangat Tidak Setuju; 4 = Sangat Setuju).

Kategorisasi untuk skor *social media fatigue* rendah =  $X < 27,5$ , sedang =  $27,5 < X < 47,5$ , dan tinggi =  $X > 47,5$ .

Instrumen untuk mengukur kecemasan sosial adalah skala *Social Anxiety Scale for Adolescence* (SAS-A) yang dibuat oleh La Greca dan Lopez pada tahun 1998 dan di adaptasi oleh penelitian Titi Soleha (Soleha, 2021). Peneliti menggunakan tiga aspek, yaitu aspek ketakutan akan evaluasi negatif (FNE), Penghindaran sosial dan rasa tertekan dalam situasi baru/berhubungan dengan orang asing (SAD-N), Penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum (SAD-G). Alat ukur ini terdiri dari 18 item pernyataan yang menggunakan skala *Likert* dengan rentang angka 1-4 (1 = Sangat Tidak Setuju; 4 = Sangat Setuju). Kategorisasi untuk skor kecemasan sosial rendah =  $X < 33$ , sedang =  $33 < X < 57$ , dan tinggi =  $X > 57$ .

Peneliti juga menyertakan angket yang bertujuan untuk mengetahui apakah subjek menggunakan instagram dengan mengadaptasi dari penelitian M. Arif Eka Pramudita I (2021). Angket ini berisi pertanyaan mengenai kepemilikan akun instagram, jumlah akun yang dimiliki, aktivitas yang dilakukan pada saat mengakses instagram, lama menggunakan instagram yang ditanyakan dalam tahun dan durasi penggunaan instagram yang dinyatakan dalam jam dalam sehari. Karena dari penelitian terdahulu yang dilakukan oleh M. Arif Eka Pramudita I (2021) mempunyai keterbatasan tentang teori durasi penggunaan media sosial yang meliputi jumlah maksimal atau minimal durasi penggunaan media sosial. Maka dari itu, dalam penelitian ini juga tidak mencantumkan nilai maksimal, minimal, *mean* dan standar deviasi teoritis untuk data yang berasal dari angket ini.

### ***Teknik Analisis***

Peneliti menggunakan analisis statistika dari *Statistical Package for Social Sciene* (SPSS) *for Windows* versi 25. Peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas, uji normalitas, uji linearitas, uji deskriptif variabel, dan uji hipotesis. Berdasarkan hasil uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*, diketahui bahwa variabel *social media fatigue* dan kecemasan sosial berdistribusi normal ( $p = .200$ ). Berdasarkan hasil tersebut, kemudian peneliti melakukan uji hipotesis

menggunakan analisis regresi linear sederhana. Peneliti melakukan uji analisis regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh antara kedua variabel penelitian ini, yaitu *social media fatigue* dengan kecemasan sosial.

## HASIL

### *Karakteristik Demografis Partisipan*

Partisipan penelitian ini terdiri dari 340 responden mahasiswa dengan rentang usia 18-25 tahun, mayoritas responden berusia 21 tahun (29%). Berdasarkan jenis kelamin mayoritas responden perempuan sebanyak 251 orang (74%) dan responden laki-laki sebanyak 89 orang (26%). Berdasarkan tahun angkatan mayoritas responden adalah angkatan 2019 yaitu sebanyak 182 orang (54%). Berdasarkan fakultas responden, mayoritas berasal dari fakultas Tarbiyah dan Keguruan sebanyak 141 orang (41%). Berdasarkan jumlah akun mayoritas responden memiliki 2 akun instagram (39,41%). Aktivitas saat menggunakan instagram mayoritas responden mengunggah instagram *story* (70,58%). Lama menggunakan instagram dalam tahun mayoritas responden menggunakan instagram selama 5 tahun terakhir (22,0%). Dan durasi penggunaan instagram dalam sehari mayoritas responden menggunakan instagram 2 jam dalam sehari (26,76%) (lihat Tabel 1).

Tabel 1.

### *Karakteristik Partisipan*

Karakteristik	F	%
Usia		
<b>18</b>	13	4%
<b>19</b>	30	9%
<b>20</b>	52	15%
<b>21</b>	97	29%
<b>22</b>	94	27%
<b>23</b>	38	11%
<b>24</b>	10	3%
<b>25</b>	6	2%
Jenis Kelamin		
<b>Perempuan</b>	251	74%
<b>Laki-laki</b>	89	26%
Angkatan		

<b>2016</b>	1	-
<b>2017</b>	3	1%
<b>2018</b>	22	6%
<b>2019</b>	182	54%
<b>2020</b>	61	18%
<b>2021</b>	25	7%
<b>2022</b>	46	14%
Fakultas		
<b>Tarbiyah dan Keguruan</b>	141	41%
<b>Ushuluddin dan Humaniora</b>	85	25%
<b>Syariah</b>	53	16%
<b>Dakwah dan Ilmu Komunikasi</b>	21	6%
<b>Ekonomi dan Bisnis Islam</b>	40	12%
Jumlah Akun Instagram		
<b>1</b>	126	37,05
<b>2</b>	134	39,41
<b>3</b>	50	14,70
<b>4</b>	20	5,88
<b>5</b>	9	2,64
<b>7</b>	1	0,3
Aktivitas saat menggunakan Instagram		
<b>a. Mengunggah foto</b>	130	38,23
<b>b. Mengunggah video</b>	16	4,70
<b>c. Mengunggah Instagram story</b>	240	70,58
<b>d. Mengunggah IGTV</b>	19	5,58
<b>e. Mengunggah Instagram Reel</b>	84	24,70
<b>f. Mengunggah Instagram Live</b>	9	2,64
<b>g. Memberikan like</b>	221	65
<b>h. Memberikan comment</b>	114	33,52
<b>i. Mengirimkan direct message (DM)</b>	196	57,64
<b>j. Menjelajahi fitur explore</b>	175	51,47
<b>k. Hanya melihat postingan teman</b>	217	63,82
Lama menggunakan Instagram		
<b>1 Tahun</b>	6	1,8
<b>2 Tahun</b>	10	2,9
<b>2,5 Tahun</b>	1	0,3
<b>3 Tahun</b>	19	5,6
<b>4 Tahun</b>	67	19,7
<b>5 Tahun</b>	75	22,0
<b>6 Tahun</b>	46	13,5
<b>7 Tahun</b>	49	14,4

<b>8 Tahun</b>	44	12,9
<b>9 Tahun</b>	12	3,5
<b>10 Tahun</b>	9	2,6
<b>11 Tahun</b>	2	0,5
Durasi Penggunaan Instagram		
<b>1 Jam</b>	82	24,11
<b>1,5 Jam</b>	9	2,64
<b>2 Jam</b>	91	26,76
<b>2,5 Jam</b>	2	0,6
<b>3 Jam</b>	45	13,23
<b>4 Jam</b>	38	11,17
<b>5 Jam</b>	44	12,94
<b>6 Jam</b>	17	5
<b>7 Jam</b>	2	0,6
<b>8 Jam</b>	2	0,6
<b>10 Jam</b>	4	1,2
<b>12 Jam</b>	3	0,9
<b>19 Jam</b>	1	0,3

Tabel 2

*Deskripsi Statistik*

	<b>N</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>	<b>Mean</b>	<b>Range</b>	<b>Std. Deviation</b>
<b>Social Media Fatigue</b>	340	15	60	37,5	45	10
<b>Kecemasan Sosial</b>	340	18	72	45	54	12
<b>Valid N</b>	340					

Tabel 3

*Kategorisasi Variabel dalam Penelitian*

	<b>Kategori</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Social Media Fatigue</b>	Rendah	41	12%
	Sedang	278	82%
	Tinggi	21	6%
<b>Kecemasan Sosial</b>	Rendah	34	20%
	Sedang	248	73%
	Tinggi	58	17%

Pada tabel 3 disajikan kategori pada masing-masing variabel. Sebagian besar responden mengalami *social media fatigue* pada kategori sedang (82%). Sementara responden yang berada dalam kategori tinggi (6%). Pada variabel

kecemasan sosial, sebagian besar responden berada dalam kategori sedang (73%). Sementara responden yang berada dalam kategori tinggi (17%).

### *Uji Asumsi*

Uji asumsi dilakukan sebelum analisis regresi dilakukan. Uji asumsi dalam penelitian ini terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Hasil menunjukkan data berdistribusi normal (Sig.=0.200, Sig.>0.05) dan linear (Sig.=0.329, Sig.>0.05).

### *Uji Hipotesis*

Hasil uji regresi linear sederhana (lihat Tabel 4) menunjukkan bahwa *social media fatigue* memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kecemasan sosial dengan nilai Sig.  $0,000 < 0,05$ . Artinya hipotesis ( $H_a$ ) penelitian ini diterima. Berdasarkan nilai *R Square* sebesar 0,190 dapat ditarik kesimpulan bahwa kontribusi *social media fatigue* terhadap kecemasan sosial sebesar 19,0% ( $R\ Square = .190$ ).

Tabel 4

#### *Uji Regresi Linear Sederhana*

<b>Model Summary</b>					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Sig.
1	.436 <sup>a</sup>	.190	.188	8.314	.000 <sup>b</sup>

a. Predictors: (Constant), Social Media Fatigue

Peneliti juga melakukan perhitungan sumbangan efektif pada aspek variabel *social media fatigue* dan aspek variabel kecemasan sosial. Hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa pada aspek variabel *social media fatigue* yang paling dominan adalah aspek emosional sebesar (34,8%) meskipun selisih sumbangan aspek emosional hanya selisih (1%) dari aspek kognitif dan pada aspek variabel kecemasan sosial di dominasi oleh aspek ketakutan teradap evaluasi negatif/FNE sebesar (44,3%) (lihat Tabel 5).

Tabel 5  
*Perhitungan Sumbangan Efektif Aspek Variabel*

Variabel	Aspek	%
<i>Social Media Fatigue</i>	Kognitif	$\frac{4170}{12018} \times 100 = 34,7\%$
	Perilaku	$\frac{3661}{12018} \times 100 = 30,5\%$
	Emosional	$\frac{4187}{12018} \times 100 = 34,8\%$
<b>Kecemasan Sosial</b>	Ketakutan terhadap evaluasi negatif /FNE	$\frac{6982}{15743} \times 100 = 44,3\%$
	Penghindaran sosial dan rasa tertekan dalam situasi yang baru atau berhubungan dengan orang asing /SAD-N	$\frac{5384}{15743} \times 100 = 34,2\%$
	penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum atau dengan orang yang dikenal /SAD-G	$\frac{3378}{15743} \times 100 = 21,5\%$

### *Uji T-Test*

Peneliti melakukan analisis tambahan dengan melakukan uji beda pada variabel *social media fatigue* dan variabel kecemasan sosial berdasarkan jenis kelamin, usia, dan fakultas responden sebagaimana dipaparkan dalam tabel 6, tabel 7 dan tabel 8 di bawah ini:

Tabel 6  
*Uji Beda Social Media Fatigue dan Kecemasan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin*

<b>Independent Samples Test</b>					
Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
F	Sig.	t	df	Sig.	Mean
_____	_____	_____	_____	_____	_____



						(2-tailed)	Difference
Social Media Fatigue	Equal variances assumed	4.662	.032	- 1.079	338	.282	-.824
Kecemasan Sosial	Equal variances assumed	.063	.802	1.743	338	.082	1.978

Berdasarkan hasil analisis dengan *independent sample t-test* (lihat tabel 6) menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata *social media fatigue* pada mahasiswa yang menggunakan instagram berdasarkan jenis kelamin. Hal ini berdasarkan nilai *Sig. (2-tailed) equal variances assumed* sebesar  $0,282 > 0,05$ . Selanjutnya hasil analisis pada variabel kecemasan sosial juga menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata kecemasan sosial pada mahasiswa yang menggunakan instagram berdasarkan jenis kelamin. Hal ini berdasarkan nilai *Sig. (2-tailed) equal variances assumed* sebesar  $0,082 > 0,05$  ( $0,082 > 0,05$ ).

### *Uji Anova*

Tabel 7

*Uji Beda Social Media Fatigue dan Kecemasan Sosial Antara Mahasiswa Usia 18-20 Tahun dan Usia 21-25 Tahun*

		<b>Independent Samples Test</b>					
		Levene's Test for Equality of Variances			t-test for Equality of Means		
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Social Media Fatigue	Equal variances assumed	.146	.703	.313	338	.755	.234
Kecemasan Sosial	Equal variances assumed	2.052	.153	- .350	338	.726	-.391

Berdasarkan hasil analisis dengan *independent sample t-test* (lihat tabel 7) menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata *social media fatigue* pada mahasiswa yang menggunakan instagram yang berusia 18-20 tahun dan yang berusia 21-25 tahun. Hal ini berdasarkan nilai *Sig. (2-tailed) equal variances assumed* sebesar  $0,755 > 0,05$ . Selanjutnya hasil analisis pada variabel kecemasan sosial juga menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata kecemasan sosial pada mahasiswa yang menggunakan instagram yang berusia 18-20 tahun dan yang berusia 21-25 tahun. Hal ini berdasarkan *Sig. (2-tailed) equal variances assumed* sebesar  $0,726 > 0,05$ .

Tabel 8

*Uji Beda Social Media Fatigue dan Kecemasan Sosial Berdasarkan Fakultas*

ANOVA					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Social Media Fatigue	49.833	4	12.458	.322	.863
Kecemasan Sosial	502.847	4	125.712	1.486	.206

Berdasarkan hasil analisis dengan uji *one way anova* (lihat tabel 8) menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat *social media fatigue* berdasarkan fakultas responden. Hal ini berdasarkan nilai *Sig.* sebesar  $0,863 > 0,05$ . Selanjutnya hasil analisis pada variabel kecemasan sosial juga menunjukkan bahwa tidak terdapat tingkat kecemasan sosial berdasarkan fakultas responden. Hal ini berdasarkan nilai *Sig.* sebesar  $0,206 > 0,05$ .

## DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kontribusi *social media fatigue* terhadap kecemasan sosial pada mahasiswa yang menggunakan instagram. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *social media fatigue* memiliki kontribusi positif terhadap kecemasan sosial pada mahasiswa yang menggunakan instagram. Artinya, semakin tinggi *social media fatigue* yang dialami oleh mahasiswa selama

mengakses instagram, maka semakin tinggi potensi mengalami kecemasan sosial. Temuan ini mengindikasikan bahwa *social media fatigue* dapat muncul dalam aktivitas mengakses instagram yang membuat mahasiswa rentan mengalami kecemasan sosial.

Selama mengakses instagram, mahasiswa secara tidak langsung terlibat dalam berbagai aktivitas *online* di instagram. Seperti, mendapatkan informasi, melakukan komunikasi dan interaksi sosial dengan teman ataupun pengikut, serta hiburan. Dengan demikian, keterlibatan mahasiswa dengan instagram sangat tinggi dalam setiap hari. Di samping itu, mahasiswa yang menerima semua hal tersebut selama mengakses instagram menjadi kelebihan beban kognitif berdampak pada perilaku dan emosional negatif yang memicu kelelahan.

Dalam penelitian Zhang dkk. (2021) menyebutkan bahwa individu yang mengalami *social media fatigue* secara kognitif merasakan kelebihan informasi yang didapatkan dari media sosial. Banyaknya informasi yang dilihat dan diterima oleh individu memunculkan perilaku kurang termotivasi untuk merekomendasikan media sosial kepada orang lain, kurang fokus saat ingin menjelajahi sesuatu di media sosial yang berakhir lupa apa saja yang telah di jelajahi pada media sosial. Akhirnya muncul perasaan lelah secara emosional, bosan, burnout dan ketidakpedulian ataupun minat yang rendah terhadap sesuatu di media sosial untuk menghindari kelebihan informasi, komunikasi dan aktivitas lainnya.

Adanya hubungan positif yang signifikan antara variabel *social media fatigue* dengan kecemasan sosial menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *social media fatigue* mengindikasikan semakin meningkat kecemasan sosial individu. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Dhir dkk. (2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *social media fatigue* dengan kecemasan sosial.

Berdasarkan hasil penelitian dengan menganalisis data yang diperoleh, menunjukkan hasil tingkat *social media fatigue* dari 340 mahasiswa, bahwa tingkat *social media fatigue* dengan kategori sedang adalah kategori yang paling

dominan yaitu sebanyak 82%, kategori rendah sebanyak 12% dan kategori tinggi sebanyak 6%.

Maka tingkat *social media fatigue* yang dimiliki oleh mahasiswa yang menggunakan instagram di dominasi oleh tingkatan sedang. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa yang menjadi responden dalam penelitian ini belum mampu melakukan koping yang tepat saat mengalami paparan informasi selama mengakses instagram. Mahasiswa yang mengalami beban kognitif akan memicu perilaku penurunan penggunaan media sosial dan emosi negatif seperti kelelahan, kebosanan, burnout dan ketidakpedulian atau penurunan minat. Dari penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *social media fatigue* dapat memicu kecemasan sosial Dhir dkk.. Selain itu, hasil penelitian ini juga searah dengan hasil penelitian Hafiza (2022) yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami *social media fatigue* kategori sedang lebih dominan sebanyak (76,0%), rendah sebanyak 1,4% dan tinggi sebanyak 10,7%.

Kemudian, berdasarkan hasil perhitungan sumbangan efektif *social media fatigue* pada aspek kognitif (34,7%), aspek perilaku (30,5%) dan aspek emosional (34,8%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa aspek emosional mempunyai kontribusi yang paling besar terhadap *social media fatigue* pada mahasiswa yang menggunakan instagram. Artinya mahasiswa yang menggunakan instagram secara umum merasakan kelelahan, kebosanan, burnout dan ketidakpedulian/minat yang lebih rendah dalam mengakses instagram.

Adapun berdasarkan kategorisasi pada variabel kecemasan sosial, diketahui bahwa sebagian besar responden penelitian ini mengalami kecemasan sosial pada kategori sedang (73%) kategori rendah (10%), dan kategori tinggi (17%). Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa merasakan kecemasan sosial selama mengakses instagram. Hasil ini sejalan dengan penelitian M. Arif Pramudita I (2021) mayoritas mahasiswa yang mengakses instagram mengalami kecemasan sosial pada kategori sedang (49,30%). Artinya, rata-rata mahasiswa mengalami perasaan cemas sosial secara nyata yang menimbulkan perasaan tidak nyaman yang dirasakan oleh mahasiswa ketika berinteraksi dengan orang asing di instagram, dan hal ini menjadi pemicu mahasiswa tersebut khawatir mendapat

kritikan dari orang lain di instagram. Selain itu, terdapat pula penelitian dari Liskasiwi (2020) yang menunjukkan hasil yang sama yaitu sebagai besar mahasiswa mengalami kecemasan sosial pada kategori sedang (90,9%).

Kemudian, berdasarkan hasil data statistik perhitungan sumbangan efektif variabel kecemasan sosial, aspek ketakutan terhadap evaluasi negatif (*Fear of negative evaluation/FNE*) merupakan aspek yang berkontribusi paling besar pada kecemasan sosial mahasiswa yang menggunakan instagram (44,3%), aspek penghindaran sosial dan rasa tertekan dalam situasi yang baru atau berhubungan dengan orang asing (*Social avoidance and distress-new/SAD-N*) (34,2%) dan aspek penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum atau dengan orang yang dikenal (*Social avoidance and distress-general/SAD-G*) (21,5%).

Penelitian ini melibatkan 74% responden perempuan dan 26% laki-laki. Berdasarkan analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan tingkat *social media fatigue* berdasarkan jenis kelamin, usia dan fakultas mahasiswa yang menggunakan instagram. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan maupun laki-laki yang berusia 18-20 tahun dan berusia 21-25 tahun dari lima fakultas yang menggunakan instagram memiliki potensi yang sama mengalami *social media fatigue*.

Selanjutnya, pada variabel kecemasan sosial berdasarkan analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan sosial berdasarkan jenis kelamin, usia dan fakultas mahasiswa yang menggunakan instagram. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan maupun laki-laki yang berusia 18-20 tahun dan berusia 21-25 tahun dari lima fakultas yang menggunakan instagram memiliki potensi yang sama mengalami kecemasan sosial.

Implikasi hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mengakses instagram secara terus-menerus perlu ditinjau lebih jauh. Perlu detoksifikasi penggunaan instagram, seperti berhenti sementara waktu untuk menggunakan instagram atau membatasi waktu penggunaan instagram. Dari penelitian yang dilakukan oleh Kristiawan dan Rakhmad (2021) menunjukkan hasil dektosifikasi instagram

membawa perubahan kecemasan komunikasi seperti menjadi lebih tenang, lebih bersyukur, lebih siap untuk melihat instagram dari sudut pandang yang berbeda, lebih siap untuk menghadapi berbagai perasaan yang akan muncul ketika menggunakan instagram kembali, lebih produktif serta lebih menerima kondisi yang sedang dialami.

Proses pengambilan data dalam penelitian melalui dua cara yaitu penyebaran kuesioner secara langsung kepada responden dan secara online melalui *google form*. Sehingga masih terdapat keterbatasan dalam memantau kondisi responden saat pengisian kuesioner melalui *google form*. Demikian, keterbatasan dalam penelitian ini dapat menjadi pertimbangan, evaluasi dan perbaikan bagi penelitian-penelitian selanjutnya.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### ***Simpulan***

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat kontribusi positif antara *social media fatigue* dan kecemasan sosial pada mahasiswa yang menggunakan instagram. *Social media fatigue* memberikan kontribusi sebesar (19,0%) pada kecemasan sosial. Penelitian ini menemukan bahwa sebagian besar responden mengalami *social media fatigue* pada kategori sedang (89,12%). Demikian juga, tingkat kecemasan sosial responden berada pada kategori sedang (84,41%). Penelitian ini juga menemukan sumbangan efektif dari aspek variabel *social media fatigue* dan aspek variabel kecemasan sosial yaitu pada variabel *social media fatigue* lebih dominan aspek emosional (34,8%) dan pada variabel kecemasan sosial lebih dominan aspek ketakutan akan evaluasi negatif/ FNE (44,3%).

### ***Saran Teoretis***

Beberapa saran teoritis untuk penelitian berikutnya, yaitu penelitian berikutnya diharapkan dapat mengkaji lebih lanjut variabel *social media fatigue* dan variabel kecemasan sosial serta mengkorelasikannya dengan variabel lain. Terlebih penelitian dengan topik ini dilakukan di Indonesia belum banyak. Selain

itu, peneliti selanjutnya yang ingin meneliti dengan metode yang sama perlu memperluas sampel penelitian, menggunakan platform media sosial yang berbeda serta mengkaji menggunakan latar belakang budaya dan usia yang berbeda. Dalam penelitian ini angket untuk mengetahui penggunaan instagram responden mempunyai keterbatasan tentang teori durasi penggunaan media sosial yang meliputi jumlah maksimal atau minimal durasi penggunaan media sosial. Maka dari itu, dalam penelitian ini juga tidak mencantumkan nilai maksimal, minimal, *mean* dan standar deviasi teoritis untuk data yang berasal dari angket ini. Penelitian berikutnya dapat mempertimbangkan alat ukur lain yang mempunyai dasar teori mengenai hal ini.

### ***Saran Praktis***

Berdasarkan hasil yang diperoleh, saran praktis yang dapat diberikan adalah sangat penting bagi mahasiswa untuk memahami *social media fatigue* dan kecemasan sosial, sehingga mahasiswa perlu melakukan pembatasan ataupun detoksifikasi dalam menggunakan media sosial seperti instagram maupun jenis platform media sosial lainnya. Dengan demikian, kecenderungan mahasiswa mengalami *social media fatigue* dan kecemasan sosial diharapkan dapat berkurang agar tidak semakin parah dan berakhir berdampak buruk bagi kehidupan sehari-hari.

## **REFERENSI**

- Alfasi, Y. (2022). Attachment style and social media fatigue: The role of usage-related stressors, self-esteem, and self-concept clarity. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 16 (2), Article 2. <https://doi.org/10.5817/CP2022-2-2>
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive behaviors*, 64, 287–293. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0306460316301095>
- Bright, L. F., Kleiser, S. B., & Grau, S. L. (2015). Too much Facebook? An exploratory examination of social media fatigue. *Computers in Human*

- Behavior*, 44, 148–155.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563214006566>
- Cuponation. (2019). *Sosial Media dan Messenger di Indonesia*. Diambil 5 November 2023, dari <https://www.cuponation.co.id/magazin/indonesia-berada-pada-peringkat-ke-empat-pengguna-facebook-dan-instagram-terbanyak>
- Dai, B., Ali, A., & Wang, H. (2020). Exploring information avoidance intention of social media users: A cognition–affect–conation perspective. *Internet Research*, 30(5), 1455–1478.  
<https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/INTR-06-2019-0225/full/html>
- Dhir, A., Yossatorn, Y., Kaur, P., & Chen, S. (2018). Online social media fatigue and psychological wellbeing—A study of compulsive use, fear of missing out, fatigue, anxiety and depression. *International Journal of Information Management*, 40, 141–152.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0268401217310629>
- Hafiza, A. H. (2022). *Kesejahteraan Subjektif Online dan Masalah Privasi Terhadap Kelelahan Menggunakan Media Sosial* [Skripsi]. Alfia Hidayatul Hafiza.  
<https://ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia/article/view/20077>
- Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (I. dan Soedjarwo, Penerj.). Erlangga.
- Iman, M. (2020). *Pengguna Instagram di Indonesia Didominasi Wanita dan Generasi Milenial*.  
<https://www.goodnewsfromindonesia.id/2020/06/14/pengguna-instagram-di-indonesia-didominasi-wanita-dan-generasi-milenial>
- Kristiawan, V. R., & Rakhmad, W. N. (2021). Detoksifikasi Instagram Sebagai Upaya Penyelesaian Kecemasan Komunikasi Pengguna. *Interaksi Online*, 9(3), 75–82. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/31307>
- La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of abnormal child psychology*, 26, 83–94.  
<https://link.springer.com/article/10.1023/a:1022684520514>



- Liskasiwi, M. (2020). *Hubungan Antara Harga Diri (Self Esteem) Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja*. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/id/eprint/8263/>
- M. Arif Eka Pramudita I. (2021). *Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Pengguna Instagram di Masa Pandemi Coronavirus-19* [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Malang].
- Madani, B. F., & Ambarini, T. K. (2021). Hubungan antara Perfeksionisme dengan Kecenderungan Kecemasan Sosial pada Remaja Akhir Pengguna Instagram. *Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1, 242–251. <https://scholar.archive.org/work/wmijqhzqkrednld2aywy3sy5ai/access/wa-yback/https://e-journal.unair.ac.id/BRPKM/article/download/24626/pdf>
- Malik, A., Dhir, A., Kaur, P., & Johri, A. (2020). Correlates of social media fatigue and academic performance decrement: A large cross-sectional study. *Information Technology & People*, 34(2), 557–580. <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/ITP-06-2019-0289/full/10.1089/cyber.2018.0200>
- Pribadi, R. A. (2019). Hubungan antara Citra Diri Negatif dengan Kecemasan Sosial pada Remaja Putri Perkotaan. *Calyptra*, 8(1), 1656–1671. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/3838>
- Purwanto. (2010). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi dan Pendidikan* (3 ed.). Pustaka Pelajar.
- Rodiyah, G. (2022). *Strategi Komunikasi Pemasaran Pada Baper Dimsum Melalui Media Sosial Instagram*. <http://repository.unpas.ac.id/56021/>
- Rouse, M. (2017, Januari 12). Social Media Fatigue [Technopedia]. *Techopedia*. <https://www.techopedia.com/definition/27372/social-media-fatigue>
- RSPH. (2017). *Instagram Ranked Worst for Young People's Mental Health*. [https://www.rsph.org.uk/about-us/news/instagram-ranked-worst-for-young-people-s-mental-health.html?mc\\_cid=319c2432e2&mc\\_eid=fb26c9199a](https://www.rsph.org.uk/about-us/news/instagram-ranked-worst-for-young-people-s-mental-health.html?mc_cid=319c2432e2&mc_eid=fb26c9199a)
- Sari, C. (2022). Kesepian, Kecemasan Sosial Dan Problematic Internet Use Pada Mahasiswa Pengguna Instagram. *Jurnal Psikologi Volume*, 15(1). <https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/download/4430/pdf>

- Soleha, T. (2021). *Pengaruh Body Image Terhadap Kecenderungan Kecemasan Sosial Pada Remaja di Kota Makassar*. <https://repository.unibos.ac.id/xmlui/handle/123456789/1631>
- Vriends, N., Pfaltz, M. C., Novianti, P., & Hadiyono, J. (2013). Taijin kyofusho and social anxiety and their clinical relevance in Indonesia and Switzerland. *Frontiers in psychology*, 4, 3. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2013.00003/full>
- Whelan, E., Najmul Islam, A., & Brooks, S. (2020). Is boredom proneness related to social media overload and fatigue? A stress–strain–outcome approach. *Internet Research*, 30(3), 869–887. <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/INTR-03-2019-0112/full/html>
- Yunita, R., & Kurniasari, L. (2022). Hubungan Kecanduan Media dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. *Borneo Studies and Research*, 3(2), 1857–1863. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/download/2885/1237>
- Zhang, S., Shen, Y., Xin, T., Sun, H., Wang, Y., Zhang, X., & Ren, S. (2021a). The development and validation of a social media fatigue scale: From a cognitive-behavioral-emotional perspective. *PloS one*, 16 (1), e0245464. <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0245464>

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

1. Nama Lengkap : Hadenah
2. TTL : Sei-Rungun, 27 Juli 1999
3. Agama : Islam
4. Kebangsaan : Indonesia
5. Status Pernikahan : Belum Menikah
6. Alamat : Jl. H. Muksin Desa Sei Rungun  
Kec. Kahayan Kuala Kab. Pulang Pisau  
Kalimantan Tengah
7. Email : hadenh277@gmail.com
8. Pendidikan
  - a. MIS Sullamul Muftadi : 2011
  - b. MTs Sullamul Muftadi : 2014
  - c. SMAN 2 Kahayan Kuala : 2017
9. Orang Tua
  - Nama Ayah : Bahruddin
  - Pekerjaan : Petani
  - Alamat : Jl. H. Muksin Desa Sei Rungun Kec. Kahayan  
Kuala Kab. Pulang Pisau Kalimantan Tengah
  - Nama Ibu : Indawati
  - Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
  - Alamat : Jl. H. Muksin Desa Sei Rungun Kec. Kahayan  
Kuala Kab. Pulang Pisau Kalimantan Tengah

10. Saudara (jumlah saudara) : Anak Ke-1 dari 2 Bersaudara

11. Pengalaman Organisasi

a. KAMUSH (Komunitas Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora)

b. Himpunan Mahasiswa Jurusan Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin  
periode 2020/2021

Banjarmasin, 5 Desember 2023

Hadenah