

**KONTRIBUSI *SOCIAL MEDIA FATIGUE* TERHADAP  
KECEMASAN SOSIAL PADA MAHASISWA  
YANG MENGGUNAKAN INSTAGRAM  
DI UIN ANTASARI BANJARMASIN**

**SKRIPSI**

**OLEH  
HADENAH**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
BANJARMASIN  
2024**

**KONTRIBUSI *SOCIAL MEDIA FATIGUE* TERHADAP  
KECEMASAN SOSIAL PADA MAHASISWA  
YANG MENGGUNAKAN INSTAGRAM  
DI UIN ANTASARI BANJARMASIN**

**Skripsi**

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora  
sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Psikologi

**Oleh:**

**Hadenah  
NIM. 180103040250**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
BANJARMASIN  
2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hadenah  
NIM : 180103040250  
Tempat/Tgl. Lahir : Sei Rungun/27 Juli 1999  
Program Studi : Psikologi Islam  
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari  
Banjarmasin

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul “Kontribusi *Social Media Fatigue* Terhadap Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin” adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 05 Desember 2023

Yang membuat pernyataan,

  
NIM. 180103040250



**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

## PERSETUJUAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul : Kontribusi *Social Media Fatigue* terhadap Kecemasan Sosial pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin

Ditulis oleh : Hadenah  
NIM : 180103040250  
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora  
Program : Strata Satu (S-1)  
Program Studi : Psikologi Islam  
Tahun Akademik : 2023/2024  
Tempat dan tanggal lahir : Sei Rungun, 27 Juli 1999  
Alamat : Jl. Pramuka, Gg. Al-Muhajirin, RT. 29 Pemurus Luar Kec. Banjarmasin Timur Kota Banjarmasin

Setelah dilakukan evaluasi dan perbaikan seperlunya, kami dapat menyetujui skripsi ini untuk dipertahankan di depan Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

Banjarmasin, 05 Desember 2023

Pembimbing I



Musfichin, M.A  
NIP. 197903242023211012

Pembimbing II



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

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Psikologi Islam  
Fakultas Ushuluddin dan Humaniora  
UIN Antasari Banjarmasin,



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


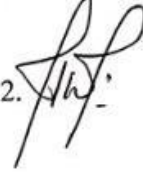



**PENGESAHAN SKRIPSI  
KONTRIBUSI *SOCIAL MEDIA FATIGUE* TERHADAP  
KECEMASAN SOSIAL PADA MAHASISWA  
YANG MENGGUNAKAN INSTAGRAM  
DI UIN ANTASARI BANJARMASIN**

Dipersembahkan dan disusun oleh:

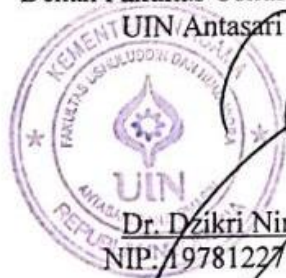
**Hadenah  
NIM. 180103040250**

Telah Diujikan pada Tim Penguji  
Pada: Hari Kamis, Tanggal 4 Januari 2024

**Tim Penguji**

Nama	Tanda Tangan
1. Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag (Ketua)	1. 
2. Mahdia Fadhila, M.Psi., Psikolog (Penguji I)	2. 
3. Musfichin, M.A (Penguji II)	3. 
4. Dra. Mulyani, M.Ag (Penguji III)	4. 
5. Sarihat, M.A (Notulis)	5. 

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora  
UIN Antasari Banjarmasin



**Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag  
NIP. 19781227 200312 1 002**

## ABSTRAK

**Hadenah.** 180103040250. Kontribusi *Social Media Fatigue* terhadap Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin, Pembimbing: (1) Musfichin, M.A (2) Dra. Mulyani, M.Ag, pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. 2024

**Kata Kunci:** *Social Media Fatigue*, Kecemasan Sosial, Instagram, Mahasiswa.

Usia 18 sampai 24 tahun adalah usia kebanyakan mahasiswa, merupakan usia yang memasuki masa dewasa awal. Periode ini mahasiswa mengalami tahap *emerging adulthood* yaitu tahap transisi remaja akhir yang disertai dengan dinamika psikologis. Kebanyakan mahasiswa mengakses internet untuk bermain media sosial secara berlebihan. Hal ini menyebabkan kelelahan psikologis pada mahasiswa, dampak negatif dari kelelahan psikologis tersebut salah satunya *social media fatigue*. Akibat kelelahan bermedia sosial ini memicu permasalahan psikologis lainnya seperti kecemasan sosial.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi kontribusi *social media fatigue* dengan kecemasan sosial pada mahasiswa yang menggunakan instagram di UIN Antasari Banjarmasin. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan model regresi linear sederhana. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa S1 UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, dan 2022 yang berjumlah 11.353 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan sampling insidental. Sampel penelitian diambil menggunakan tabel Isaac dan Michael dengan tingkat *error* 5% didapatkan sebanyak 340 sampel responden. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *likert* yang dianalisis melalui program komputer *Statistical Packages for Social Science (SPSS) Release 25.0 for window*.

Hasil penelitian yang didapatkan yaitu: 1) Tingkat *social media fatigue* pada mahasiswa yang menggunakan instagram, kategori tinggi sebanyak 41 orang (12%), sedang 278 orang (82%) dan rendah 21 orang (6%). 2) Tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa yang menggunakan instagram, kategori tinggi sebanyak 34 orang (10%), sedang 248 orang (73%), rendah 58 orang (17%). 3) Terdapat kontribusi yang positif dari *social media fatigue* terhadap kecemasan sosial pada mahasiswa yang menggunakan instagram di UIN Antasari Banjarmasin dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ , beserta sumbangan koefisien determinasi sebesar 0,190 yang menyatakan kontribusi *social media fatigue* terhadap kecemasan sosial sebesar 0,190 atau 19,0%. Adapun sebesar 81,0% dipengaruhi oleh variabel lainnya.

## MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

*Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar*

*(Q.S al-Baqarah/2: 153)*

"Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatkanmu."

“Umar bin Khattab”



## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA

1.	ا	:	A		16.	ط	:	Th
2.	ب	:	B		17.	ظ	:	Zh
3.	ت	:	T		18.	ع	:	'
4.	ث	:	Ts		19.	غ	:	Gh
5.	ج	:	J		20.	ف	:	F
6.	ح	:	<u>H</u>		21.	ق	:	Q
7.	خ	:	Kh		22.	ك	:	K
8.	د	:	D		23.	ل	:	L
9.	ذ	:	Dz		24.	م	:	M
10.	ر	:	R		25.	ن	:	N
11.	ز	:	Z		26.	و	:	W
12.	س	:	S		27.	هـ	:	H
13.	ش	:	Sy		28.	ء	:	'
14.	ص	:	Sh		29.	ي	:	Y
15.	ض	:	Dh					

### 1. Vokal

Vokal dalam bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong. Vokal tunggal memiliki alih aksara sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
◌َ	a	Fathah
◌ِ	i	Kasrah
◌ُ	u	Dhammah

Kata sandang: Contoh: (الرِّجَال) al-rijâl bukan ar-rijâl, (الدِّوَان) al-dîwân bukan ad-dîwân.

Syiddah: Misalnya, kata (الضُرُورَة) tidak ditulis adh-dharûrah melainkan al-dharûrah, demikian seterusnya.

Vokal rangkap memiliki ketentuan alih aksara sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
يَ	ai	a dan i
وَ	au	a dan u

## 2. Vokal Panjang

Ketentuan alih aksara vokal panjang (mad), yang dalam bahasa Arab dilambangkan dengan harakat dan huruf sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
بَا	â	a dengan topi di atas
بِي	î	i dengan topi di atas
بُو	û	u dengan topi diatas

## 3. Kata Sandang

Kata sandang, yang dalam sistem aksara Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu dialihaksarakan menjadi huruf /l/, baik diikuti huruf syamsiyah maupun huruf kamariah. Contoh: al-rijâl, al-dîwân bukan ad-dîwân.

## 4. Syiddah (*Tasydid*)

Syiddah atau *tasydîd* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda (ّ) dalam alih aksara ini dilambangkan dengan huruf, yaitu dengan menggandakan huruf yang diberi tanda *syiddah* itu. Akan tetapi, hal ini tidak berlaku jika huruf yang menerima tanda *syiddah* itu terletak setelah kata sandang yang diikuti oleh huruf-huruf syamsiyah. Misalnya, kata (الضُرُورَة) tidak ditulis ad-dharûrah melainkan al-dharûrah, demikian seterusnya.

## 5. Ta Marbûthah

Berkaitan dengan alih aksara ini, jika huruf *ta marbûthah* terdapat pada kata yang berdiri sendiri, maka huruf tersebut dialihaksarakan menjadi huruf /h/ (lihat contoh 1 di bawah). Hal yang sama juga berlaku jika *ta marbûthah* tersebut diikuti oleh kata sifat (*na't*) (lihat contoh 2). Namun, jika huruf *ta marbûthah* tersebut diikuti kata benda (*ism*), maka huruf tersebut dialihaksarakan menjadi huruf /t/ (lihat contoh 3).

No.	Kata Arab	Alih Aksara
1	طَرِيقَةٌ	Tharîqah
2	الْجَامِعَةُ الْإِسْلَامِيَّةُ	Al-Jâmi'âh al-Islâmiyyah
3	وَحْدَةُ الْوُجُودِ	Wahdah al-Wujûd

## 6. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam alih aksara ini huruf kapital tersebut juga digunakan, dengan mengikuti ketentuan yang berlaku dalam ejaan Bahasa Indonesia, antara lain untuk menuliskan permulaan kalimat, huruf awal nama tempat, nama bulan, nama diri dan lain-lain. Jika nama diri didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal atau kata sandangnya, Contoh: al-Ghazali bukan Al-Ghazali, al-Banjari bukan Al-Banjari.

Beberapa ketentuan lain dalam Pedoman Umum Ejaan Bahasa Indonesia (PUEBI) sebetulnya juga dapat diterapkan dalam alih aksara ini, misalnya ketentuan mengenai huruf cetak miring (*italic*) atau cetak tebal (*bold*). Jika

menuru PUEBI, judul buku itu ditulis dengan cetak miring, maka demikian halnya dalam alih aksaranya, demikian seterusnya.

Berkaitan dengan penulisan nama, untuk nama-nama tokoh yang berasal dari Nusantara sendiri, disarankan tidak dialihaksarakan meskipun akar katanya berasal dari bahasa Arab. Misalnya ditulis Abdussamad al-Palimbani, tidak ‘Abd al-Samad al-Palimbânî, Nuruddin al-Raniri, tidak Nûr al-Dîn al-Rânîrî.

## 7. Cara Penulisan Kata

Setiap kata, baik akata kerja (*fi’l*), kata benda (*ism*), maupun huruf (*harf*) ditulis secara terpisah. Berikut adalah beberapa contoh alih aksara atas kalimat-kalimat dalam Bahasa Arab.

Aksara Arab	Alih Aksara
ذَهَبَ الْأُسْتَاذُ	dzahaba al-ustâdzu
تَبَتَ الْأَجْرُ	tsabata al-ajru
الْحَرَكَةُ الْعَصْرِيَّةُ	al-harakah al-‘ashriyyah
أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ	asyhadu an lâ ilâha illa Allâh
مَوْلَانَا مَلِكُ الصَّلِحِ	mawlânâ Malik al-Shâlîh
يُؤْتِرُكُمُ اللَّهُ	yu’sirukum Allâh
الْمُظَاهِرُ الْعَقْلِيَّةُ	al-mazhâhir al-‘aqliyyah
حُبُّ الْإِسْتِطْلَاعِ	hub al-istithlâ
الْمَادَّةُ الْمَصْنُوعَةُ مِنَ الْحَيَوَانَاتِ	al-mâddah al-mashnû’ah min al-hayawân
طَرَفُ الْعَيْنِ	tharf al-‘ayni
الْمُسَاهَمَةُ	al-musâhamah
مَنْ سَلَكَ طَرِيقًا	man salaka tharîqan

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Alhamdulillah Rabbil 'alamin*, dengan memanjatkan puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT., karena atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. *Shalawat* serta salam kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan para sahabat-sahabat beliau, serta para pengikut beliau hingga akhir zaman. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Kontribusi Sosial Media Fatigue terhadap Kecemasan Sosial pada Mahasiswa yang Menggunakan Instagram di UIN Antasari Banjarmasin”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, perkenankanlah penulis menghaturkan rasa terima kasih dan penghargaan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Mujiburrahman, M.A., selaku Rektor UIN Antasari Banjarmasin yang telah menerima dan mengizinkan saya untuk bisa menempuh pendidikan tinggi pada jenjang S1 di UIN Antasari Banjarmasin.
2. Bapak Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin, yang telah memberi ruang bagi kami meniti perjalanan di kampus tercinta. Semangatnya mengilhami kami untuk meraih mimpi.

3. Ibu Dra. Mulyani, M.Ag., selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam, atas dukungan dan perhatiannya telah mengarahkan langkah kami dalam memetik inspirasi dari bidang psikologi ini.
4. Bapak Musfichin, M.A., selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Islam, dengan keramahannya senantiasa membantu kami dalam berbagai hal, mulai dari konsultasi hingga memberikan layanan administrasi akademik dengan penuh keikhlasan.
5. Bapak Musfichin, M.A dan Ibu Dra. Mulyani, M.Ag., selaku Pembimbing Skripsi dengan bijaksana memberi saran dan waktu berharga dalam perjalanan menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Imadduddin, M.A., M.Kes., selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah memberikan bimbingan dan nasihat penuh arti dalam rentang perjalanan kuliah saya.
7. Ibu Dina Nisrina, M.Psi., Psikolog dan Ibu Widiya Aris Radiani, M.Psi., Psikolog yang telah bersedia menjadi *Professional Judgement* dan memberikan arahan mengenai skala penelitian saya.
8. Seluruh dosen Psikologi Islam yang luar biasa karena telah memberikan ilmu dan kebaikan yang tak ternilai harganya selama saya berkuliah di UIN Antasari Banjarmasin.
9. Bapak dan Ibu Dosen serta karyawan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan penuh dedikasi memberikan ilmu pengetahuan, menginspirasi, dan membantu kami memahami berbagai materi perkuliahan serta menyediakan fasilitas,

dukungan administratif, serta membantu kelancaran kegiatan akademik.

10. Kepala Perpustakaan Pusat UIN Antasari Banjarmasin beserta staf yang telah membantu memfasilitasi saya untuk menemukan dan meminjam buku-buku selama saya berkuliah hingga selesai masa studi.
11. Seluruh mahasiswa/i UIN Antasari Banjarmasin yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian saya.
12. Mama dan abah yang selalu mendo'akan, memberi dukungan, nasihat serta kasih sayangnya yang tak terhingga sehingga saya dapat sampai di tahap akhir ini. Serta adik saya, kakak sepupu saya, dan seluruh keluarga besar saya yang senantiasa memberi dukungan kepada saya selama ini.
13. Jannatul Ahdah, Hikmawati, Habibah, Munirah, Ramadina, Noor Maulida, Siti Zahro, Halma, Wahyu Mustika Ningsih, dan Najmi/Mimi yang telah memberikan bantuan yang tak ternilai dalam proses pengerjaan skripsi ini. Halawiyah yang membantu memberikan informasi proses pendaftaran sidang munaqasyah dan semua yang tidak disebutkan namun bantuan dan keberadaannya sangat berarti bagi saya.
14. Seluruh teman-teman Psikologi Islam Angkatan 2018 yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu karena telah menjadi teman yang luar biasa dalam pelaksanaan studi saya selama berkuliah di UIN Antasari Banjarmasin.

Semoga limpahan kasih sayang Allah SWT., senantiasa menghampiri pihak-pihak yang telah disebutkan dan yang tidak sempat penulis sebutkan. Akhir kata, penulis dengan penuh kerendahan hati berharap atas ampunan dan ridha-Nya. Semoga karya tulis ini menjadi berkah dan memberikan manfaat serta menjadi penambah kekayaan ilmu pengetahuan bagi seluruh Sivitas Akademika. *Aamiin.*

Banjarmasin, 05 Desember 2023

Penulis



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>BUKTI BEBAS PLAGIASI</b> .....	<b>iii</b>
<b>TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vii</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA</b> .....	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	14
C. Tujuan Penelitian.....	15
D. Signifikansi Penelitian.....	15
E. Definisi Operasional.....	16
F. Penelitian Terdahulu .....	19
G. Hipotesis Penelitian.....	27
H. Sistematika Penulisan.....	28
<b>BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR</b> .....	<b>30</b>
A. <i>Social Media Fatigue</i> .....	30
1. Definisi <i>Social Media Fatigue</i> .....	30
2. Aspek-Aspek <i>Social Media Fatigue</i> .....	31
3. Gejala <i>Social Media Fatigue</i> .....	36
4. Faktor <i>Social Media Fatigue</i> .....	38
5. <i>Social Media Fatigue</i> dalam Perspektif Islam.....	39
B. Kecemasan Sosial.....	41
1. Definisi Kecemasan Sosial .....	41
2. Aspek-Aspek Kecemasan Sosial .....	42
3. Gejala Kecemasan Sosial.....	44
4. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Sosial .....	45
5. Kecemasan Sosial dalam Perspektif Islam .....	47
C. Instagram .....	48

D. Kerangka Pikir.....	51
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>56</b>
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	56
B. Lokasi Penelitian .....	56
C. Populasi dan Sampel Penelitian atau subjek dan objek penelitian.....	56
D. Data dan Sumber Data.....	59
E. Teknik Pengumpulan Data .....	59
F. Desain Pengukuran.....	60
G. Teknik Pengolahan Data .....	65
H. Teknik Analisis Data .....	66
I. Tahap Penelitian .....	67
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>69</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	69
1. Sejarah Singkat UIN Antasari Banjarmasin .....	69
2. Visi dan Misi UIN Antasari Banjarmasin .....	70
3. Tujuan UIN Antasari Banjarmasin .....	70
4. Letak Geografis UIN Antasari Banjarmasin .....	71
B. Hasil Uji Instrumen .....	71
C. Hasil Analisis Data dan Interpretasi .....	75
1. Gambaran Responden Penelitian.....	75
2. Analisis Data Deskriptif Hasil Penelitian .....	77
3. Uji Asumsi.....	82
4. Uji Homogenitas.....	84
5. Uji T-Test .....	85
6. Uji Anova .....	88
7. Uji Hipotesis .....	90
8. Perhitungan Sumbangan Efektif.....	91
D. Pembahasan .....	93
E. Temuan Penelitian.....	102
F. Keterbatasan Penelitian .....	103
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>105</b>
A. Simpulan.....	105
B. Rekomendasi .....	106

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>107</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>107</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>261</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Populasi .....	57
Tabel 3.2 Skor Pernyataan .....	61
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Skala <i>Social Media Fatigue</i> Sebelum Uji Validitas .....	62
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Skala Kecemasan Sosial Penelitian Terdahulu .....	62
Tabel 4.1 <i>Blueprint</i> Skala <i>Social Media Fatigue</i> Setelah Uji Validitas.....	74
Tabel 4.2 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Social Media Fatigue</i> .....	74
Tabel 4.3 Deskripsi Subjek Berdasarkan Angket Pengguna Instagram.....	78
Tabel 4.4 Hasil Uji Deskriptif Data Penelitian .....	80
Tabel 4.5 Kategorisasi Skala <i>Social Media Fatigue</i> .....	81
Tabel 4.6 Kategorisasi Skala Kecemasan Sosial.....	82
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas Skala <i>Social Media Fatigue</i> Dan Kecemasan Sosial.....	83
Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas .....	83
Tabel 4.9 Hasil Uji Homogenitas <i>Social Media Fatigue</i> Berdasarkan Fakultas ..	84
Tabel 4.10 Hasil Uji Homogenitas Kecemasan Sosial Berdasarkan Fakultas .....	85
Tabel 4.11 Analisa Data <i>Social Media Fatigue</i> Berdasarkan Jenis Kelamin .....	86
Tabel 4.12 Analisis Data <i>Social Media Fatigue</i> Berdasarkan Usia.....	86
Tabel 4.13 Analisis Data Kecemasan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin .....	87
Tabel 4.14 Analisis Data Kecemasan Sosial Berdasarkan Usia .....	87
Tabel 4.15 Hasil Uji Anova <i>Social Media Fatigue</i> Berdasarkan Fakultas .....	88
Tabel 4.16 Hasil Uji Anova Kecemasan Sosial Berdasarkan Fakultas.....	89
Tabel 4.17 Rangkuman Hasil Uji Regresi Linear Sederhana .....	90

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 4.1 Diagram Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	75
Gambar 4.2 Diagram Responden Berdasarkan Usia.....	76
Gambar 4.3 Diagram Responden Berdasarkan Angkatan.....	76
Gambar 4.4 Diagram Responden Berdasarkan Fakultas.....	77

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Kuesioner Penelitian .....	115
2. <i>Output Spss Hasil Variabel Social Media Fatigue</i> .....	123
3. Hasil Uji Validitas Variabel Kecemasan Sosial Penelitian Terdahulu .....	126
4. <i>Output Spss Hasil Uji Reliabilitas Variabel Social Media Fatigue</i> .....	128
5. <i>Output Spss Hasil Uji Reliabilitas Variabel Kecemasan Sosial Penelitian Terdahulu</i> .....	129
6. <i>Output Spss Hasil Uji Normalitas</i> .....	129
7. <i>Output Spss Hasil Uji Linearitas</i> .....	129
8. <i>Output Spss Hasil Uji Homogenitas</i> .....	129
9. <i>Output Spss Hasil Uji T-Test</i> .....	130
10. <i>Output Spss Hasil Uji Anova</i> .....	132
11. <i>Output Spss Hasil Uji Hipotesis</i> .....	133
12. <i>Tabulasi Skor Variabel Social Media Fatigue</i> .....	134
13. <i>Tabulasi Skor Variabel Kecemasan Sosial</i> .....	148
14. Surat-Surat .....	211
15. Catatan Konsultasi Skripsi .....	229
16. Jurnal .....	201
17. Daftar Riwayat Hidup .....	261