

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.