

ABSTRAK

Anita. 210103040051 Pengaruh Intensitas Penggunaan Aplikasi Instagram terhadap *Subjective Well-Being* dengan *Social Comparison* sebagai Variabel Mediasi pada Mahasiswa Semester Akhir UIN Antasari Banjarmasin. Dosen Pembimbing: (I) Widiya Aris Radiani, M. Psi, Psikolog dan (II) Dra. Hj. Siti Faridah M. Ag., pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. 2025.

Kata Kunci: *Social Comparison*, Instagram, *Subjective Well-Being*

Di era digital, Instagram menjadi media sosial yang dominan digunakan sebagai sarana interaksi dan sumber informasi. Namun, tingginya intensitas penggunaan Instagram juga dapat memicu *social comparison* (perbandingan sosial), yang pada akhirnya berdampak terhadap *subjective well-being*, terutama pada mahasiswa semester akhir yang menghadapi tekanan akademik tinggi dalam menyelesaikan skripsi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan Instagram terhadap *subjective well-being* dengan *social comparison* sebagai variabel mediasi pada mahasiswa semester akhir UIN Antasari Banjarmasin. Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan desain kausal. Sampel penelitian berjumlah 403 mahasiswa semester akhir yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Jumlah sampel ditentukan berdasarkan rumus Cochran karena jumlah populasi tidak diketahui secara pasti. Instrumen penelitian terdiri dari skala intensitas penggunaan Instagram, *social comparison*, dan *subjective well-being* yang diukur menggunakan skala Likert 4 poin. Analisis data dilakukan dengan bantuan SPSS versi 25 dan PROCESS Macro for SPSS versi 4.2.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas penggunaan Instagram berpengaruh signifikan terhadap *social comparison* dan *subjective well-being*. *Social comparison* juga terbukti memediasi pengaruh intensitas penggunaan Instagram terhadap *subjective well-being* secara signifikan (BootLLCI = -0,2771; BootULCI = -0,0287). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi penggunaan Instagram, semakin besar kemungkinan individu melakukan perbandingan sosial yang berpotensi menurunkan kesejahteraan subjektifnya. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk mengelola durasi penggunaan Instagram dan lebih selektif dalam memilih konten yang dikonsumsi demi menjaga kesehatan mental dan kualitas hidup mereka.