



## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian yang dilakukan, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh dari intensitas penggunaan media Instagram terhadap determinasi diri *emerging adulthood* di masa pandemi. Penelitian ini sudah mencapai tujuan dan membuktikan hipotesis yang diajukan, yaitu terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara intensitas penggunaan media sosial dan determinasi diri, semakin tinggi intensitas penggunaan

media sosial, maka semakin tinggi pula determinasi diri, begitu juga sebaliknya.

Variabel intensitas penggunaan media sosial memberikan pengaruh kepada variabel determinasi diri sebesar 0.515 dan dapat diinterpretasikan bahwa kedua variabel tersebut memiliki tingkat hubungan sedang karena berada di interval 0.40 – 0,599. Variabel intensitas penggunaan media sosial berkontribusi sebesar 26,5% terhadap variabel determinasi diri dan 73,5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini.

#### **B. Saran**

Berdasarkan temuan data, analisis, dan juga kesimpulan yang telah dibuat oleh penulis, maka saran yang diberikan, yaitu:

1. Bagi penelitian selanjutnya yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut diharapkan dapat mengkaji variabel independen lainnya karena masih ada 73,5% kontribusi faktor lain yang dapat mempengaruhi determinasi diri selain dari variabel intensitas penggunaan media sosial yang telah diteliti dalam penelitian ini. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian terhadap responden dari kelompok usia yang berbeda karena dalam penelitian ini hanya terfokus pada para *emerging adulthood* dan dapat melakukan penelitian terhadap objek penelitian yang berbeda.
2. Dalam penelitian ini, teori *uses and gratification* masih kurang relevan dan sebaiknya juga ditinjau menggunakan teori stimulus respon dalam

pengkajiannya. Sehingga disarankan bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut, dapat mengkaji dari teori tersebut.

3. Bagi pengguna media sosial diharapkan dapat dengan bijak dalam menggunakan media sosial, terutama terkait intensitas penggunaannya supaya tidak kecanduan dan berlebihan dalam penggunaannya.



## Daftar Pustaka

- Ardianto. (2004). *Komunikasi Massa: Suatu Pengantar*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2013). *Adolescence and Emerging Adulthood: A Cultural Approach* (Adolesence). United State of Amerika: Pearson Education.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2020). *Laporan Survei Internet APJII 2019 – 2020*.
- Aurelya, C. H. (2021). PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP MUNCULNYA SINDROM FEAR OF MISSING OUT ( FOMO ).
- Azizah, U. (1970). Pengantar Statistika Sosial, 1(01), 100–113.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas Dan Validitas. Pustaka Pelajar*.
- Bhupathiraju, S. N., & Tucker, K. L. (2018). Coronary heart disease prevention: Nutrients, foods, And dietary patterns. *Clinica Chimica Acta.*, (1493–1514.), 412.
- Cahyono, A, S. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perubahan sosial masyarakat di Indonesia. *Publiciana*, 9(1), 140-157. *Publiciana 9.1*, 140–157.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *The general causality orientations scale: Self-determination in personality. Journal of Research in Personality* (Vol. 19). [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(85\)90023-6](https://doi.org/10.1016/0092-6566(85)90023-6)
- Deliver, A. T. (2022). FOMO Statistics.
- Dewan Teknologi Informasi dan Komunikasi Nasional (WANTIKNAS). (2020). No Title.
- Dwi Riyanto, A. (2022). Hootsuite (We are Social): Indonesian Digital Report 2022. Retrieved from <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2022/>
- Effendy, U. O. (1989). *Kamus Komunikasi*.
- Fauziah, R. (2021). Literasi Digital Kekinian Agar Komunikasi Lebih Bermakna. *Journal of Science and Social Research*, 4(2), 218. <https://doi.org/10.54314/jssr.v4i2.646>
- Frederick, B., & Maharani, A. K. (2021). Eksistensi Media Sosial Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Pendidikan Sosial Humaniora*, 6(2), 75–83.
- Goldman, Z. W., & Brann, M. (2016). *Motivating college students: An exploration of psychological needs from a communication perspective. Qualitative Research Reports in Communication* (Vol. 17). <https://doi.org/10.1080/17459435.2015.1088890>
- Hepilita, Y., & Gantas, A. A. (2018). Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Gangguan Pola Tidur pada Anak Usia 12 sampai 14 Tahun di SMP Negeri 1 Langke Rembong. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 3(2), 78–87.
- Heriyanti, F. E. P. (2020). Hubungan Antara Kemampuan Komunikasi Interpersonal dengan Fear of Missing Out.
- Hidayatun, U. (2015). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Siswa Kelas XI SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta, (Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.). Retrieved from <https://eprints.uny.ac.id/26172/>
- Katz, E., Blumler, J., & Guretvich, M. (1974). *Uses of Mass Communication by the Individual. The Uses of Mass Communications: Current Perspectives on Gratifications Research*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Kriyantono, R. (2014). Teknik Praktis Riset. *Kencana Prenada Media Grup*, 1–402.
- LaRose, R., & Eastin, M. S. (2004). *A Social Cognitive Theory of Internet Uses and Gratifications: Toward a New Model of Media Attendance. Journal of Broadcasting &*

- Electronic Media* (Vol. 48). [https://doi.org/10.1207/s15506878jobem4803\\_2](https://doi.org/10.1207/s15506878jobem4803_2)
- Launspach, T., Van Der Deijl, M., Heemskerk, M. M., Maas, E. N., & Marckelbach, D. (2016). Choice overload and the quarterlife phase: Do higher educated quarterlives experiences more stress?
- McQuail, D. (1994). *Teori komunikasi Massa: PT. Gelora Aksara Pratama*.
- Mieczkowski, H., Lee, A. Y., & Hancock, J. T. (2020). Priming Effects of Social Media Use Scales on Well-Being Outcomes: The Influence of Intensity and Addiction Scales on Self-Reported Depression. *Social Media and Society*, 6(4). <https://doi.org/10.1177/2056305120961784>
- Morrisan, M. A. (2012). Metode penelitian survei. *Metode Penelitian Kualitatif*.
- Nasir, A., Muhith, A., & Ideputri, M. E. (2011). *Buku ajar: metodologi penelitian kesehatan*.
- Prasetya, K. (2021). Pembelajaran Bahasa dan Sastra Indonesia dengan Berbantuan Instagram : Sebuah Studi Deskriptif, 601–610.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., Dehaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Purwanto, E. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta.
- Retnaningrum, Y. D. (2019). Hubungan Antara Self Esteem dengan FOMO pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. *Skripsi Thesis*.
- Rizaty, monavia ayu. (2022). Pengguna Instagram Indonesia Terbesar Keempat di Dunia. Retrieved from <https://dataindonesia.id/digital/detail/pengguna-instagram-indonesia-terbesar-keempat-di-dunia>.
- Sloan, L., & Quan-Haase, A. (2017). The SAGE Handbook of Social Media Research Methods. *The SAGE Handbook of Social Media Research Methods*. <https://doi.org/10.4135/9781473983847>
- Statista. (2021). Inilah Negara Pengguna Instagram Terbanyak, Indonesia Urutan Berapa? 10 Negara dengan Pengguna Instagram Terbanyak (Juta) (Hingga Juli 2021). Retrieved from <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/08/03/inilah-negara-pengguna-instagram-terbanyak-indonesia-urutan-berapa>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung.
- Sumintono, B., & Widhiarso, W. (2014). *Aplikasi model rasch untuk penelitian ilmu-ilmu sosial (2nd ed.)*. Cimahi: Trim Komunikata Publishing House.
- Susanti, D. (2017). Sindrom Fomo Penyakit Sosial Zaman Now.
- Swanson, J. A., & Walker, E. (2015). Academic Versus Non-academic Emerging Adult College Student Technology Use. *Technology, Knowledge and Learning*, 20(2), 147–158. <https://doi.org/10.1007/s10758-015-9258-4>
- West, R. L., Turner, L. H., & Zhao, G. (2018). *Introducing Communication Theory: Analysis and Application*. McGraw-Hill (Vol. 2). <https://doi.org/10.4148/1051-0834.1223>
- Wijaya, D. A. P., & Saprowi, F. S. N. (2022). Analisis Dimensi: Dukungan Sosial dan Krisis Usia Seperempat Abad pada Emerging Adulthood Dimensional Analysis: Social Support and Quarter-Life Crisis in Emerging Adulthood. *Psycho Idea*, 20(1), 41–49.

## LAMPIRAN 1. Kuesioner Penelitian

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		STS	TS	N	S	SS
<b>Intensitas Penggunaan Media Sosial (X)</b> Frekuensi		0-1 kali/hari	1-2 kali/hari	2-3kali/hari	3-4 kali/hari	>4 kali/hari
1	Saya mengakses media sosial Instagram >4 kali sehari					
2	Saya kerap mengakses media sosial Instagram karena ingin mendapat informasi terbaru					
3	Saya kerap mengakses media sosial Instagram sebagai hiburan setelah lelah beraktivitas					
<b>Intensitas Penggunaan Media Sosial (X)</b> Durasi		0-1 jam/hari	1-2jam/hari	2-3 jam/hari	3-4 jam/hari	>4 jam/hari
4	Saya menghabiskan waktu yang lama dalam mengakses media sosial Instagram					
5	Saya menghabiskan waktu yang lama dalam mengakses media sosial Instagram karena ingin mencari informasi terbaru					
6	Saya menghabiskan waktu yang lama dalam mengakses media sosial Instagram sebagai bentuk hiburan					
<b>Teori Determinasi Diri: Kebutuhan Psikologis <i>Self</i></b>						
7	Saat sedang bersenang-senang, saya merasa ingin membagikan perasaan tersebut melalui media sosial					
8	Terkadang saya merasa terlalu sibuk karena ingin mencari tahu peristiwa yang sedang terjadi di media sosial					
9	Saat bepergian, saya tidak lepas dari media sosial untuk melihat apa yang teman saya lakukan					
<b>Teori Determinasi Diri: Kebutuhan Psikologis <i>Relatedness</i></b>						



10	Saya selalu merasa ingin mengetahui apa yang sedang teman-teman saya lakukan						
11	Saya takut ketika mengetahui teman saya memiliki pengalaman yang jauh menyenangkan dibandingkan dengan yang saya miliki						
12	Saya takut jika teman saya memiliki pengalaman yang jauh lebih baik dibandingkan dengan yang saya miliki						
13	Saya merasa khawatir ketika teman-teman saya bersenang-senang dan tidak mengajak saya bergabung						
14	Saya merasa gelisah apabila melewatkan suatu hal yang sedang ramai dibicarakan.						

## Lampiran 2 Hasil Uji Validitas

		Correlations														TOTAL
		INTENSITAS_1	INTENSITAS_2	INTENSITAS_3	INTENSITAS_4	INTENSITAS_5	INTENSITAS_6	DETERMINAS_L1	DETERMINAS_L2	DETERMINAS_L3	DETERMINAS_L4	DETERMINAS_L5	DETERMINAS_L6	DETERMINAS_L7	DETERMINAS_L8	
INTENSITAS_1	Pearson Correlation	1	.455**	.437**	.352**	.315**	.284**	.152**	.158**	.171**	.219**	-.105*	.130**	.169**	.132**	.442**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.002	.001	.001	.000	.036	.009	.001	.006	.000
	N	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400
INTENSITAS_2	Pearson Correlation	.455**	1	.402**	.367**	.492**	.297**	.188**	.217**	.168**	.243**	.135**	.140**	.127**	.144**	.477**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000	.000	.007	.005	.011	.004	.000
	N	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400
INTENSITAS_3	Pearson Correlation	.437**	.402**	1	.457**	.382**	.386**	.317**	.171**	.222**	.258**	.173**	.189**	.208**	.163**	.522**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.000	.000	.001	.000	.000	.000	.001	.000	.000	.001	.000
	N	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400
INTENSITAS_4	Pearson Correlation	.352**	.367**	.457**	1	.594**	.420**	.218**	.237**	.270**	.281**	.001	.000	.003	.000	.000
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.400	.400	.400	.400	.400
	N	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400
INTENSITAS_5	Pearson Correlation	.315**	.492**	.382**	.594**	1	.439**	.233**	.329**	.280**	.321**	.000	.000	.000	.000	.000
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.400	.400	.400	.400	.400
	N	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400
INTENSITAS_6	Pearson Correlation	.284**	.297**	.386**	.420**	.439**	1	.239**	.129**	.073	.179**	.016	.080	.047	.166	.000
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.010	.143	.000	.400	.400	.400	.400	.400
	N	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400
DETERMINAS_L1	Pearson Correlation	.152**	.188**	.317**	.218**	.233**	.239**	1	.366**	.320**	.292**	.000	.000	.000	.000	.000
	Sig. (2-tailed)	.002	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.400	.400	.400	.400	.400
	N	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400
DETERMINAS_L2	Pearson Correlation	.158**	.217**	.171**	.237**	.329**	.129**	.366**	1	.468**	.376**	.000	.000	.000	.000	.000
	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.001	.000	.000	.010	.000		.000	.000	.400	.400	.400	.400	.400
	N	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400
DETERMINAS_L3	Pearson Correlation	.171**	.168**	.222**	.270**	.280**	.073	.320**	.468**	1	.542**	.000	.000	.000	.000	.000
	Sig. (2-tailed)	.001	.001	.000	.000	.000	.143	.000	.000		.000	.400	.400	.400	.400	.400
	N	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400
DETERMINAS_L5	Pearson Correlation	.105*	.135**	.173**	.167**	.221**	.120*	.265**	.308**	.487**	.559**	1	.784**	.652**	.655**	.726**
	Sig. (2-tailed)	.036	.007	.001	.001	.000	.016	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000
	N	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400
DETERMINAS_L6	Pearson Correlation	.130**	.149**	.189**	.209**	.228**	.087	.265**	.351**	.442**	.557**	.784**	1	.734**	.638**	.742**
	Sig. (2-tailed)	.009	.005	.000	.000	.000	.080	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000
	N	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400
DETERMINAS_L7	Pearson Correlation	.169**	.127**	.208**	.149**	.188**	.099*	.296**	.305**	.385**	.538**	.652**	.734**	1	.660**	.707**
	Sig. (2-tailed)	.001	.011	.000	.003	.000	.047	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000
	N	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400
DETERMINAS_L8	Pearson Correlation	.137**	.144**	.163**	.195**	.245**	.069	.210**	.338**	.440**	.509**	.655**	.638**	.660**	1	.696**
	Sig. (2-tailed)	.006	.004	.001	.000	.000	.166	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000
	N	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400
TOTAL	Pearson Correlation	.442**	.477**	.522**	.552**	.596**	.403**	.502**	.570**	.651**	.725**	.726**	.742**	.707**	.696**	.726**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400	400

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).  
\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Lampiran 3 Uji Reliabilitas Intensitas

➔ Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	400	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	400	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.804	6

### Lampiran 4 Uji Reliabilitas Determinasi Diri

➔ Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	400	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	400	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.875	8

### Lampiran 5 Kategorisasi Determinasi Diri

KATEGORI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	36	9.0	9.0	9.0
	SEDANG	127	31.8	31.8	40.8
	TINGGI	237	59.3	59.3	100.0
	Total	400	100.0	100.0	



## Lampiran 6 Kategorisasi Intensitas

### KATEGORI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	6	1.5	1.5	1.5
	SEDANG	54	13.5	13.5	15.0
	TINGGI	340	85.0	85.0	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

## Lampiran 7 Mean Analysis Intensitas Penggunaan

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
INTENSITAS_1	400	1	5	4.37	.875
INTENSITAS_2	400	1	5	4.19	.894
INTENSITAS_3	400	1	5	4.29	.874
INTENSITAS_4	400	1	5	3.92	1.025
INTENSITAS_5	400	1	6	3.97	1.033
INTENSITAS_6	400	1	5	4.29	.798
Valid N (listwise)	400				

## Lampiran 8 Mean Analysis Determinasi Diri

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
DETERMINASI_1	400	1	5	4.15	.916
DETERMINASI_2	400	1	5	3.86	1.034
DETERMINASI_3	400	1	5	3.72	1.141
DETERMINASI_4	400	1	5	3.68	1.118
DETERMINASI_5	400	1	5	3.62	1.300
DETERMINASI_6	400	1	5	3.59	1.308
DETERMINASI_7	400	1	5	3.60	1.266
DETERMINASI_8	400	1	5	3.59	1.287
Valid N (listwise)	400				

## Lampiran 9 Uji Korelasi

### Correlations

		INTENSITAS	DETERMINASI
INTENSITAS	Pearson Correlation	1	.515**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	400	400
DETERMINASI	Pearson Correlation	.515**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	400	400

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## Lampiran 10 Anova

### ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	736.106	1	736.106	35.047	.000 <sup>b</sup>
	Residual	2037.308	398	21.003		
	Total	2773.414	399			

a. Dependent Variable: DETERMINASI

b. Predictors: (Constant), INTENSITAS