

**HUBUNGAN ANTARA TERPAAN KONTEN KOPING POSITIF PADA
AKUN INSTAGRAM @MEANINGFUL.ME DAN SIKAP MAHASISWA
SELAMA PANDEMI COVID-19**



SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Ilmu Komunikasi (S.Ikom)**

Oleh

RENI AYUNINGTYAS WIDIASTUTI

170906289 / kom

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA TERPAAN KONTEN KOPING POSITIF PADA
AKUN INSTAGRAM @MEANINGFUL.ME DAN SIKAP MAHASISWA
SELAMA PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

Disusun Guna Melengkapi Tugas Akhir Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh
Gelar

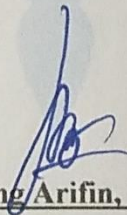
Sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.Kom)

disusun oleh :

RENI AYUNINGTYAS WIDIASTUTI

170906289

disetujui oleh :



Pupung Arifin, M.Si

Dosen Pembimbing

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA

2023

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Terpaan Konten Koping Positif Pada Akun Instagram @meaningful.me dan Sikap Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19

Penyusun : Reni Ayuningtyas Widiastuti

NPM : 170906289

Telah diuji dan dipertahankan pada Sidang Ujian Skripsi yang diselenggarakan pada

Hari / Tanggal : Kamis, 23 Februari 2023

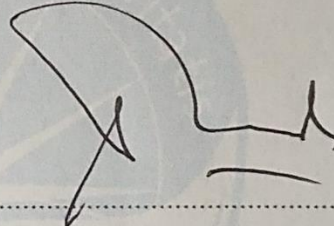
Pukul : 11.00 WIB

Tempat : Ruang II Ujian FISIP UAJY

TIM PENGUJI

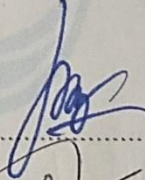
Bonaventura Satya Bharata, Ph.D

Penguji Utama



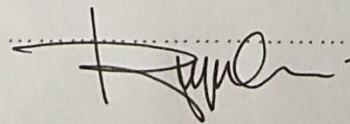
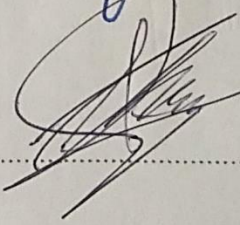
Pupung Arifin, M.Si

Penguji I



Dr. Y. Argo Twikromo, M.A

Penguji II



Ranggabumi Nuswantoro, M.A

Ketua Program Studi SI Ilmu Komunikasi

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Reni Ayuningtyas Widiastuti

NPM : 170906289

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Terpaan Konten Koping Positif Pada Akun Instagram @*meaningful.me* dan Sikap Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini benar-benar hasil karya dan kerja saya sendiri. Skripsi ini bukan merupakan plagiasi, duplikasi maupun pencurian hasil karya orang lain.

Bila di kemudian hari diduga ada ketidaksesuaian antara fakta dengan pernyataan ini, saya bersedia untuk diproses oleh tim fakultas yang dibentuk untuk melakukan verifikasi. Bila terbukti bahwa terdapat plagiasi maupun bentuk ketidakjujuran lain, saya siap dan bersedia menerima sanksi berupa pencabutan kesarjanaan saya.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran sendiri dan tanpa tekanan maupun paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta, 1 Februari 2023

Saya yang menyatakan,



Reni Ayuningtyas Widiastuti

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus dan para jajaran malaikat pelindung karena atas rahmat dan kasih karunia-Nya, saya bisa mengerjakan serta melalui tugas akhir saya dengan tidak kurang suatu apapun. Atas se-izin Dia lah, maka penelitian skripsi saya yang berjudul “Hubungan Antara Terpaan Konten Koping Positif Pada Akun Instagram @meaningful.me dan Sikap Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19” dapat terselesaikan dengan baik.

Selama pengerjaan penelitian skripsi ini, tentunya saya mendapat pengalaman baru serta pelajaran yang sangat berharga, mulai dari menentukan topik penelitian, judul skripsi, bergumul dengan segala hambatan dan rintangan, melakukan survei *online* maupun *offline* hingga pengolahan data. Selama pengerjaan skripsi, tentunya saya dibantu dan didukung oleh pihak-pihak yang ada di sekitar saya. Untuk itu lah saya sangat bersyukur dan berterima kasih kepada :

1. Orang tua saya, Bapak dan Ibu yang senantiasa mendoakan saya, mencukupi secara finansial, dan tidak pernah berhenti untuk menyemangati dan memberikan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih sudah selalu mengingatkan apa arti kata syukur di setiap progres yang sudah saya lewati.
2. Bapak Pupung Arifin selaku dosen pembimbing yang senantiasa membimbing saya dari awal penelitian hingga selesai. Terima kasih atas segala *feedback*, arahan, bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung.
3. Mas Adit yang senantiasa ada buat saya, mendukung saya secara mental maupun finansial, juga tidak pernah berhenti untuk merasa bangga kepada saya

apapun keadaannya. Terima kasih Mas Adit sudah bisa menjadi contoh yang baik buat Adek.

4. Joseph Christi yang selalu memotivasi saya, menjadi tempat berkeluh kesah, dan membantu saya disetiap progres yang saya lewati. Terima kasih sudah berkenan menemani.
5. Sahabat-sahabat dari Skuy Maen Team; Feby, Nenek (Stefani), Igit, Astri, dan Cindy yang menjadi penguat saya dalam mengerjakan skripsi. Terima kasih sudah mau berjuang (bermain) bersama. Sukses buat kita semua.
6. Bu Joanna selaku dosen FTI UAJY, yang telah mengizinkan saya untuk melakukan survei saat sesi kelas berlangsung. Terima kasih Bu Joanna atas bantuannya.
7. Chintia yang berbaik hati untuk selalu membantu dan berdiskusi tentang penelitian skripsi ini. Terima kasih banyak ya, Chin! Tidak lupa juga Cibun yang menemani saya saat survei di kelas-kelas, terima kasih ya Bun udah mau direpotin.
8. Teman-teman yang sudah bersedia menjadi responden dalam penelitian skripsi ini. Terima kasih sudah meluangkan waktu dan kesempatan yang sudah diberikan.

Akhir kata, saya berharap penelitian ini dapat menjadi pembelajaran bagi kita bersama dan membawa manfaat akademis maupun praktis. Selamat membaca.

Yogyakarta, 31 Januari 2023

Reni Ayuningtyas Widiastuti

Hubungan Antara Terpaan Konten Koping Positif Pada Akun Instagram

@*meaningful.me* dan Sikap Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19

ABSTRAK

Hambatan psikologis mahasiswa menjadi faktor permasalahan komunikasi selama pelaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) saat pandemi Covid-19. Tekanan stres yang tinggi dan cara pengelolaan stres yang kurang tepat (koping negatif), menyebabkan penurunan kinerja studi oleh mahasiswa. Sedangkan koping yang sering dilakukan mahasiswa yaitu koping negatif dengan cara berselancar di media sosial Instagram dengan durasi dan frekuensi yang tinggi.

Di sisi lain, Instagram bisa berdampak positif apabila mahasiswa mengakses akun kesehatan mental seperti akun Instagram @*meaningful.me* dengan membaca konten koping positif yang bermanfaat bagi mahasiswa. Sehingga, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan terpaan konten koping positif pada akun Instagram @*meaningful.me* terhadap sikap mahasiswa selama pandemi Covid-19.

Terpaan konten koping positif diukur dari tiga dimensi terpaan, yaitu frekuensi, durasi, dan atensi. Sedangkan sikap mahasiswa diukur dari tiga pembentuk sikap, yaitu kognitif, afektif, dan konatif. Penelitian ini dilakukan kepada 400 mahasiswa yang merupakan pengikut akun Instagram @*meaningful.me* dengan metode survei.

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, maka terdapat hubungan yang positif terpaan konten koping positif akun Instagram @*meaningful.me* terhadap sikap mahasiswa selama pandemi Covid-19. Hasil TCR menemukan bahwa terpaan dari konten koping positif dikategorikan kuat, dengan rata-rata akses dua kali dalam sehari, dengan durasi 5-10 menit sehari. Atensi berupa perhatian yang diberikan mahasiswa dikategorikan tinggi.

Sedangkan sikap mahasiswa setelah diterpa konten koping positif pada akun Instagram @*meaningful.me* dinilai positif yang didominasi oleh sikap afektif berupa rasa suka terhadap konten dengan persentase 85,9%. Sedangkan sikap kognitif mahasiswa berupa pengetahuan, kepercayaan, dan kemampuan mendapat persentase sebesar 85%. Sedangkan sikap konatif berupa kecenderungan berperilaku mendapat persentase sebesar 74,3%.

Kata Kunci : Terpaan Konten, Instagram, Koping, Sikap Mahasiswa

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	9
1. Manfaat Akademis.....	9
2. Manfaat Praktis.....	9
E. Kerangka Teori	10
1. Teori Stimulus - Organisme – Respons (S-O-R).....	11
2. Media Baru	13
3. Masspersonal Communication Model (MPCM)	15
4. Teori Sikap	19
5. Terpaan Media.....	22
6. Mekanisme Koping.....	23
F. KERANGKA KONSEP	25
1. Terpaan Konten Koping Positif di Akun Instagram @ <i>meaningful.me</i>	26
2. Sikap Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19	28
G. Hipotesis	29
H. Hubungan Antar Variabel.....	29
I. Definisi Operasional	30
1. Terpaan Konten Koping Positif Pada Akun Instagram @ <i>meaningful.me</i>	30
2. Sikap Mahasiswa	31

J.	Metodologi Penelitian.....	35
1.	Jenis Penelitian	35
2.	Metode Penelitian	35
3.	Populasi dan Sampel.....	36
4.	Jenis Data.....	38
5.	Teknik Pengumpulan Data	39
6.	Metode Pengukuran Data	40
7.	Analisis Data.....	45
BAB II DESKRIPSI OBYEK PENELITIAN		48
A.	Instagram dan Mahasiswa	48
B.	Konten Kesehatan Mental di Instagram	51
C.	Profil Akun Instagram @ <i>meaningful.me</i>	53
D.	Koping Stres di Masyarakat	56
E.	Konten Koping Positif Akun Instagram @ <i>meaningful.me</i> saat Pandemi Covid-19	57
BAB III HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		59
A.	Hasil Penelitian.....	59
1.	Deskripsi Responden	60
2.	Distribusi Frekuensi.....	60
3.	Kategorisasi Jawaban dan Tingkat Capaian Responden	70
4.	Analisis Korelasi Pearson Product Moment.....	88
5.	Analisis Tabulasi Silang	89
B.	Pembahasan	107
1.	Terpaan Konten Koping Positif Akun Instagram @ <i>meaningful.me</i>	107
2.	Sikap Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19	113
3.	Hubungan Terpaan Konten Koping Positif Akun Instagram @ <i>meaningful.me</i> Terhadap Sikap Mahasiswa selama Pandemi Covid-19	118
4.	Hubungan Terpaan Konten Koping Positif Akun Instagram @ <i>meaningful.me</i> Terhadap Sikap Mahasiswa selama Pandemi Covid-19	119
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN.....		122
A.	Kesimpulan.....	122
B.	Saran	123
DAFTAR PUSTAKA		126



DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional	33
Tabel 2 Skala Likert	40
Tabel 3 Hasil Uji Validitas 30 Responden	44
Tabel 4 Hasil Uji Reliabilitas 30 Responden	45
Tabel 5 Tingkat Capaian Responden (Tcr)	46
Tabel 6 Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	60
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Dimensi Frekuensi	61
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Dimensi Frekuensi	62
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Dimensi Durasi	62
Tabel 10 Distribusi Frekuensi Dimensi Durasi	63
Tabel 11 Distribusi Frekuensi Dimensi Atensi	63
Tabel 12 Distribusi Frekuensi Dimensi Atensi	64
Tabel 13 Distribusi Frekuensi Dimensi Atensi	64
Tabel 14 Distribusi Frekuensi Dimensi Atensi	65
Tabel 15 Distribusi Frekuensi Dimensi Kognitif	65
Tabel 16 Distribusi Frekuensi Dimensi Kognitif	66
Tabel 17 Distribusi Frekuensi Dimensi Kognitif	67
Tabel 18 Distribusi Frekuensi Dimensi Afektif	67
Tabel 19 Distribusi Frekuensi Dimensi Konatif	68
Tabel 20 Distribusi Frekuensi Dimensi Konatif	68
Tabel 21 Distribusi Frekuensi Dimensi Konatif	69
Tabel 22 Distribusi Frekuensi Dimensi Konatif	69
Tabel 23 Kategorisasi Jawaban Dan Tingkat Capaian Responden Variabel Terpaan	75
Tabel 24 Kategorisasi Jawaban Dan Tingkat Capaian Responden	84
Variabel Sikap	84
Tabel 25 Hasil Uji Korelasi Pearson Product Moment	88
Tabel 26 Frekuensi Dan Durasi Mengakses Akun Instagram @Meaningful.Me . 89	
Tabel 27 Tabulasi Silang Antara Dimensi Frekuensi Dengan Dimensi Sikap Kognitif	90
Tabel 28 Tabulasi Silang Antara Dimensi Durasi Dengan Dimensi Sikap Kognitif	92

Tabel 29 Tabulasi Silang Antara Dimensi Atensi Dengan Dimensi Sikap Kognitif	93
Tabel 30 Tabulasi Silang Antara Dimensi Frekuensi Dengan Dimensi Afektif... 96	96
Tabel 31 Tabulasi Silang Antara Dimensi Durasi Dengan Dimensi Afektif..... 97	97
Tabel 32 Tabulasi Silang Antara Dimensi Atensi Dengan Dimensi Afektif	98
Tabel 33 Tabulasi Silang Antara Dimensi Frekuensi Dengan Dimensi Konatif 100	100
Tabel 34 Tabulasi Silang Antara Dimensi Durasi Dengan Dimensi Konatif	102
Tabel 35 Tabulasi Silang Antara Dimensi Atensi Dengan Dimensi Konatif.....	103
Tabel 36 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Terpaan Dimensi Frekuensi.....	108
Tabel 37 Hasil Frekuensi Dan Persentase Variabel Terpaan Dimensi Frekuensi	108
Tabel 38 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Terpaan Dimensi Durasi.....	109
Tabel 39 Hasil Frekuensi Dan Persentase Variabel Terpaan Dimensi Durasi....	110
Tabel 40 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Terpaan Dimensi Atensi	111
Tabel 41 Hasil Frekuensi Dan Persentase Variabel Terpaan Dimensi Atensi	111
Tabel 42 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Terpaan.....	112
Tabel 43 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Sikap Dimensi Kognitif.....	114
Tabel 44 Hasil Frekuensi Dan Persentase Variabel Sikap Dimensi Kognitif.....	114
Tabel 45 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Sikap Dimensi Afektif.....	115
Tabel 46 Hasil Frekuensi Dan Persentase Variabel Sikap Dimensi Afektif.....	115
Tabel 47 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Sikap Dimensi Konatif	116
Tabel 48 Hasil Frekuensi Dan Persentase Variabel Sikap Dimensi Konatif	116

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Skema Komunikasi Teori S-O-R	12
Gambar 2 Hubungan Antar Variabel	29
Gambar 3 Data Pengguna Media Sosial Berdasarkan Jumlah Waktu	49
Gambar 4 Konten Kesehatan Mental di Instagram	52
Gambar 5 Konten Kesehatan Mental di Instagram	53
Gambar 6 Logo Akun Instagram @meaningful.me	54
Gambar 7 Sesi Tanya Jawab dan #ruangcerita	55
Gambar 8 Postingan Konten Koping Positif Pada Akun Instagram	58

