

**PENGARUH PENGGUNAAN INSTAGRAM TERHADAP
KESEHATAN MENTAL MAHASISWA PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN AGAMA ISLAM FAKULTAS ILMU AGAMA
ISLAM UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA ANGKATAN
2021**

Skripsi

Diajukan kepada Program Studi Pendidikan Agama Islam Jurusan
Studi Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia
untuk memenuhi salah satu syarat guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan (S. Pd.)

Oleh:



Azrul Maulana Khadafi

21422078

13/3 2025
Azzul Maulana Khadafi
Skripsi

**PRODI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
JURUSAN STUDI ISLAM
FAKULTAS ILMU AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA**

2025

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Azrul Maulana Khadafi

NIM : 21422078

Program Studi : Pendidikan Agama Islam

Fakultas : Ilmu Agama Islam

Judul Skripsi : Pengaruh Penggunaan Instagram terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Angkatan 2021.

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya sendiri dan tidak ada hasil karya orang lain kecuali yang diacu dalam penulisan dan dicantumkan dalam daftar pustaka. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka penulis bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.

Demikian, pernyataan ini penulis buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Yogyakarta, 13 maret 2025



Azrul Maulana Khadafi



PENGESAHAN

Skripsi ini telah diujikan dalam Sidang Skripsi Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Program Studi Pendidikan Agama Islam yang dilaksanakan pada:

Hari : Kamis
Tanggal : 24 April 2025
Judul Skripsi : Pengaruh Penggunaan Instagram terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Angkatan 2021
Disusun oleh : AZRUL MAULANA KHADAFI
Nomor Mahasiswa : 21422078

Sehingga dapat diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana dari Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

TIM PENGUJI:

Ketua/Pembimbing : Dr. Drs. M. Hajar Dewantoro, M.Ag

(.....)

Penguji I : Moh. Mizan Habibi, M.Pd.I

(.....)

Penguji II : Mir'atun Nur Arifah, S.Pd.I, M.Pd.I

(.....)

Yogyakarta, 24 April 2025



Asmuni
Dr. Drs. Asmuni, MA

NOTA DINAS

Yogyakarta, 13 Ramadhan 1446 H.

13 Maret 2025 M.

Hal : Skripsi

Kepada : Yth. **Dekan Fakultas Ilmu Agama Islam**

Universitas Islam Indonesia

di Yogyakarta

Assalamualaikum wr. wb.

Berdasarkan penunjukan Dekan Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia dengan surat nomor : 1666/Dek/60/DAATI/FIAI/XII/2024 tanggal 23 Desember 2024

atas tugas kami sebagai pembimbing skripsi Saudara:

Nama : Azrul Maulana Khadafi

Nomor Mahasiswa : 21422078

Mahasiswa Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia

Program Studi : Pendidikan Agama Islam

Tahun Akademik : 2024/2025

Judul Skripsi : Pengaruh Penggunaan Instagram terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Angkatan 2021

Setelah kami teliti dan kami adakan perbaikan seperlunya, akhirnya kami anggap skripsinya memenuhi syarat untuk diajukan ke sidang munaqasyah Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia.

Dosen pembimbing,



Dr. Drs. M. Hajar Dewantoro, M. Ag

REKOMENDASI PEMBIMBING

Yang bertanda tangan di bawah ini, Dosen Pembimbing Skripsi:

Nama Mahasiswa : Azrul Maulana Khadafi

Nomor Mahasiswa : 21422078

Judul Skripsi : Pengaruh Penggunaan Instagram terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Angkatan 2021

Menyatakan bahwa, berdasarkan proses dan hasil bimbingan selama ini, serta dilakukannya perbaikan, maka yang bersangkutan dapat mendaftarkan diri untuk mengikuti munaqasyah skripsi pada Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, 13 Maret 2025

Dosen Pembimbing Skripsi,



Dr. Drs. M. Hajar Dewantoro, M. Ag

MOTTO

“Aku tidak akan menyerah sampai aku memenuhi janjiku.”

(Arlott)

ABSTRAK

PENGARUH PENGGUNAAN INSTAGRAM TERHADAP KESEHATAN MENTAL MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM FAKULTAS ILMU AGAMA ISLAM UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA ANGKATAN 2021

Oleh: Azrul Maulana Khadafi

Instagram, sebagai salah satu platform media sosial yang paling populer di dunia, telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari, terutama pada kalangan generasi muda, termasuk Mahasiswa PAI UII angkatan 2021. Dengan lebih dari satu miliar pengguna aktif dalam kurun waktu bulanan, Instagram tidak hanya menjadi sarana hiburan dan juga komunikasi, tetapi juga sumber informasi dan ruang ekspresi diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode inferensial. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner yang menggunakan skala likert sebagai klasifikasi nilai. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh penggunaan instagram terhadap kesehatan mental mahasiswa PAI UII angkatan 2021 serta ditemukannya pengaruh penggunaan Instagram terhadap kesehatan mental mahasiswa PAI UII angkatan 2021 sebesar 65,3% .

Kata kunci: Penggunaan Instagram, Kesehatan Mental, Mahasiswa.

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF INSTAGRAM USE ON MENTAL HEALTH OF STUDENTS OF THE ISLAMIC RELIGIOUS EDUCATION STUDY PROGRAM, FACULTY OF ISLAMIC STUDIES, ISLAMIC UNIVERSITY OF INDONESIA, CLASS OF 2021

By: Azrul Maulana Khadafi

Instagram, as one of the most popular social media platforms in the world, has become an integral part of everyday life, especially among the younger generation, including UII PAI students of class 2021. With more than one billion active users in a monthly period, Instagram is not only a means of entertainment and communication, but also a source of information and a space for self-expression. This study uses a quantitative approach with an inferential method. Data collection in this study used a questionnaire that used a Likert scale as a value classification. The results of this study indicate the influence of Instagram use on the mental health of UII PAI students of class 2021 and the finding of the influence of Instagram use on the mental health of UII PAI students of class 2021 by 65.3%.

Keywords: Instagram Use, Mental Heealth, Students.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَمَنْ وَالَاهُ، أَمَّا بَعْدُ.

Puji dan Syukur kita panjatkan kepada Allah SWT, dzat yang memberi rezeki serta kenikmatan yang tiada henti, dengan izin Allah akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Penggunaan Instagram terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Angkatan 2021”. Shalawat serta salam mari haturkan kepada Rasulullah SAW, yang selalu menjadi panutan, teladan, serta idola bagi umat manusia. Skripsi ini disusun dalam rangka menyelesaikan tugas akhir pada program sarjana (S1) Fakultas Ilmu Agama Islam di Universitas Islam Indonesia.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menerima dukungan serta bantuan dari banyak pihak. Sudah sepantasnya penulis dengan hormat mengucapkan banyak terima kasih dan mendoakan semoga Allah memberikan balasan yang terbaik kepada:

1. Bapak Prof. Fathul Wahid, S. T., M.Sc. Selaku Rektor Universitas Islam Indonesia.

2. Bapak Dr. Drs. Asmuni, MA. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Agama Islam.
3. Ibu Mir'atun Nur Arifah, S.Pd.I., M.Pd.I. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia.
4. Bapak Dr. Drs. M. Hajar Dewantoro, M.Ag. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah begitu sabar dan banyak memberikan arahan serta masukan selama proses penyusunan skripsi.
5. Bapak Supriyanto Abdi, S.Ag., M.CAA., Ph.D. selaku Dosen Pembimbing Akademik selama perkuliahan di Universitas Islam Indonesia.
6. Para Bapak-Ibu Dosen, Bapak Dr. Drs. M. Hajar Dewantoro, M.Ag., Bapak Mizan Habibi, S.Pd.I., M.Pd.I., Bapak Imam Mudjiono, M.Ag., Bapak Drs. Aden Wijdan SZ, M.Si., Bapak Lukman, S.Ag., Bapak Edi Safitri, S.Ag., M.S.I., Bapak Syaifulloh Yusuf, S.Pd.I., M.Pd.I., Bapak Supriyanto Abdi, S.Ag., M.CAA., Bapak Nanang Nuryanta, M.Pd., Bapak Kurniawan Dwi Saputra, Lc., M.Hum., Ph.D., Bapak Ahmad Zubaidi, S.Pd., M.Pd., Ibu Dr. Dra. Djunanah, MIS., Ibu Dra. Sri Haningsih, M.Ag., Ibu Siti Afifah Adawiyah, S.Pd.I., M.Pd., dan Ibu Siti Latifah Mubasiroh, S.Pd., M.Pd., yang telah memberikan ilmu selama masa perkuliahan.
7. Seluruh Staf Fakultas Ilmu Agama Islam yang telah banyak membantu dan mengurus selama masa perkuliahan.

8. Kedua orang tua, Abi Taqdirul Azis dan Umi Nurul Qomariyah, yang selalu mendukung dan memberikan motivasi agar penulis tidak putus harapan dalam menggapai mimpi-mimpi dan cita-cita.
9. Adik-adik tercinta, Azrul Akbar Fatahillah, Afika Dhiaul Haq, Azrul Rayhan Zaki, dan Azrul Nur Malik Kandiyaz yang selalu penulis jadikan pembangkit semangat dalam penyusunan skripsi.
10. Teman-teman grup "BC Murazaki" yang selalu ada dan memberikan warna dalam kehidupan perkuliahan dan dalam penyusunan skripsi.
11. Teman-teman PAI 2021 yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah mau menjadi responden dan menemani selama masa kuliah.

Yogyakarta, 13 Maret 2025

A handwritten signature in dark ink, featuring a stylized, cursive script that begins with a large, sweeping 'A' and ends with a long, horizontal flourish.

Azrul Maulana Khadafi

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN	i
	ii
NOTA DINAS	iii
REKOMENDASI PEMBIMBING	iv
MOTTO	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Sistematika Pembahasan	7
BAB II	10
KAJIAN PUSTAKA DAN LANDASAN TEORI	10
A. Kajian Pustaka	10
B. Landasan teori	17
C. Kerangka Pikir	26
D. Hipotesis Penelitian	27
BAB III	29
METODE PENELITIAN	29
A. Jenis Penelitian dan Pendekatan	29
B. Tempat dan Lokasi Penelitian	30
C. Subjek dan Objek Penelitian	30
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	31
E. Populasi dan Sampel Penelitian	33
F. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	34
G. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	39
H. Uji Asumsi (Uji Normalitas, Uji Linieritas, dan Uji Homogenitas)	42
I. Teknik Analisis Data	44

BAB IV	46
HASIL DAN PEMBAHASAN	46
A. Deskripsi Objek Penelitian	46
B. Deskripsi Responden Penelitian	47
C. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	48
D. Pembahasan Hasil Penelitian	58
BAB V	66
PENUTUP	66
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN	72
Pendidikan	72
Kemampuan	72
Pengalaman Organisasi	73

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Media sosial merupakan situs dimana seseorang dapat membuat web page pribadi dan terhubung dengan setiap orang yang tergabung dalam media sosial yang sama untuk berbagi informasi dan melakukan komunikasi. Jika media tradisional menggunakan media cetak dan media penyiaran, maka media yang ada di dunia maya melalui sarana online. Media yang di dunia maya ini merangkul setiap orang yang mempunyai minat dalam bergabung serta ikut andil dengan menuliskan masukan-masukan bebas, menuliskan kritik dan saran, serta menyebarkan pengetahuan dalam waktu yang tak terbatas jarak, lokasi, dan cenderung relatif menghemat waktu. Media yang di dunia maya ini mengurangi hal yang menjadi tembok atau penghalang dalam melakukan interaksi. Di dalam media yang ada di dunia maya ini relatif bebas dalam melakukan akses dimanapun dan kapanpun, orang-orang yang mengakses aplikasi di dunia maya memungkinkan mereka untuk tetap melakukan hubungan baik itu via chat atau call tanpa halangan tempat dan waktu. dapat dibilang kalau media yang diperantarai oleh aplikasi dunia maya ini memiliki faktor yang begitu mayor pada keseharian dari setiap individu yang mengaksesnya. Orang yang tidak dikenal oleh masyarakat luas dapat menjadi sangat terkenal karena sebuah aplikasi.

Dalam ruang lingkup pemuda-pemuda yang masih berusia belia, hal ini sudah seperti memiliki zat adiktif, karena mereka mengakses aplikasi yang ada di gadgetnya setiap saat, bahkan hampir 24 jam mereka tidak lepas dari smartphone. Media sosial yang paling sering digunakan oleh kalangan remaja antara lain: Facebook, LINE, Whatsapp, Twitter, Path, Youtube, Messenger, dan Instagram. Setiap aplikasi tadi punya nilai plus dalam hal menggaet orang untuk mengaksesnya. Hal ini dapat memberikan sesuatu yang menjanjikan suatu hal yang memancing para remaja rela mengakses aplikasi dunia maya nya dalam waktu yang relatif lama. Aplikasi yang ada di dunia maya menerima setiap orang yang memiliki minat dalam memasukkan saran serta kritik secara bebas tanpa adanya hal yang menghalangi, dan juga dapat membagikan informasi dalam bentuk apapun yang mereka mau.

Penggunaan gadget pada era yang modern ini dapat membantu pekerjaan masyarakat secara lebih fleksibel dan efektif. Begitu pula dengan penggunaan media sosial sebagai sarana menambah relasi, memperluas wawasan, hingga lapak jual beli online. Menurut Putri, asal dari bahasa remaja berasal dari kata *adolescere* yang memiliki arti berkembang dari kecil menjadi besar. Kata ini juga mengartikan sesuatu yang lebih universal, hal ini meliputi kepribadian seseorang yang mulai stabil, hasrat, kesenjangan dalam bermasyarakat, serta bentuk kondisi tubuh. Masa-masa ini menunjukkan secara terang-

terangan perubahan yang terjadi pada diri seorang pemuda. Masa ini terbilang cukup krusial bagi seseorang, karena seseorang yang melewati usia emas tetapi ia masih belum memasuki masa matangnya. Kalangan pemuda mulai terlibat terlalu aktif dalam aplikasinya di dunia maya sering menunjukkan kesehariannya dalam melakukan aktivitas kehidupan yang dijalani mereka dalam mencoba mengikuti perkembangan jaman. Namun apa yang mereka posting di media sosial tidak selalu menggambarkan tentang keadaan mereka yang sebenarnya.

Para pemuda yang menunjukkan hal yang mereka lalui di dunia maya seakan-akan mereka dipenuhi oleh kegembiraan, namun tidak sedikit yang melakukan itu karena mereka merasa tidak memiliki tempat cerita. Orang-orang yang memiliki kreativitas dalam melakukan hal-hal yang baru dapat ditunjukkan dalam aplikasi yang ia punya dalam dunia maya.

Namun, kebanyakan pemuda saat ini hanya menggunakan media sosial sebagai tempat untuk memposting kegiatan sehari-hari¹ mereka seperti memamerkan barang-barang mewah, kemana mereka liburan, bahkan ada yang sampai lupa akan waktu dalam mengaksesnya, sehingga tak jarang membuat mereka menganggap gaya hidup seperti itu lebih populer di lingkungannya dan mereka bisa bermalas-malasan dalam mencari ilmu.

¹ Aditya, R.. Pengaruh Media Sosial Instagram terhadap Minat Fotografi pada Komunitas Fotografi Pekanbaru. Pekanbaru:JomFISIP (2015)

Instagram, sebagai salah satu platform media sosial yang paling populer di dunia, telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari, terutama pada kalangan generasi muda. Dengan lebih dari satu miliar pengguna aktif dalam kurun waktu bulanan, Instagram tidak hanya menjadi sarana hiburan dan juga komunikasi, tetapi juga sumber informasi dan ruang ekspresi diri.

Berdasarkan data yang tertulis di The Global Statistics, lebih dari 68,9% orang Indonesia menggunakan media sosial. Dalam statistik ini pula tercatat bahwa Instagram terus menerus menjadi media sosial yang paling populer di Indonesia yang mencapai 173 juta pengguna sampai pada tahun 2025, hal ini melebihi dari separuh dari populasi dari penduduk Indonesia itu sendiri.

Dalam konteks pendidikan, Instagram menawarkan berbagai potensi sebagai alat pembelajaran yang inovatif. Fitur-fitur seperti postingan foto dan video, cerita (stories), serta siaran langsung (live) dapat dimanfaatkan dalam penyampaian materi pembelajaran, berdiskusi, dan berkolaborasi.

Namun, dibalik potensi-potensi positif tersebut, kita tidak dapat mengelak terdapat kegelisahan mengenai dampak penggunaan Instagram terhadap kesehatan mental, terutama di kalangan pelajar.

Pasca pandemi, banyak mahasiswa PAI UII angkatan 2021 yang mengalami perubahan sikap yang signifikan pasca dipengaruhi oleh Instagram, khususnya para mahasiswa yang melewati masa-masa

peralihan dari masa pandemi yang dimana mereka mau tidak mau harus lebih banyak berinteraksi melalui gadget mereka bahkan lebih banyak menghabiskan waktu di depan layar monitornya, baik itu waktu belajar dengan dosen, kerja kelompok, ataupun untuk sekedar bermain dengan gadgetnya. Namun hal yang tidak disadari adalah perubahan standar serta keinginan yang mulai berubah karena terlalu sering mengakses gadgetnya. Instagram adalah salah satu dari sekian banyaknya media sosial yang populer pada masa itu sehingga banyak hal yang mereka lihat disana, mulai dari kebiasaan orang-orang, hal-hal yang sedang trend, bahkan sampai postingan tentang gaya hidup orang-orang yang terkenal akan hedonisme.

Di lingkungan pembelajaran, guru atau dosen memang menerapkan pembelajaran kognitif tentang dampak dari media sosial itu sendiri, namun karena hanya berlingkup pada aspek kognitif membuat mahasiswa PAI UII angkatan 2021 mengetahui apa itu media sosial, fungsi dari media sosial, dampak positif dan negatif dari media sosial itu tanpa memperhatikan aspek afektif (sikap) dan psikomotorik (perilaku).

Penulis menyusun laporan penelitian skripsi ini bertujuan untuk mengidentifikasi besarnya pengaruh penggunaan Instagram terhadap kesehatan mental mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah ada pengaruh penggunaan Instagram mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021?
2. Seberapa besar pengaruh Penggunaan Instagram terhadap kesehatan mental mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui Adanya pengaruh penggunaan Instagram pada kesehatan mental mahasiswa aktif Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia pada angkatan 2021.
2. Untuk mengetahui tingkat pengaruh Penggunaan Instagram terhadap kesehatan mental mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat dalam penelitian ini untuk mengetahui tingkat

kesehatan mental dan upaya penanganan dari pengaruh Instagram pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis diharapkan dapat memberi masukan bagi Program PAI di Universitas Islam Indonesia dan mampu meminimalisir kecenderungan mahasiswa Program PAI di Universitas Islam Indonesia ketika mengakses Instagram.

E. Sistematika Pembahasan

Pembahasan Proposal penelitian ini akan ditulis dalam 5 bab yang dimana berisikan pendahuluan, isi, serta penutup. Dan pada masing-masing bab memiliki hal yang dibahas sesuai dalam sub bab yang tertera pada masing-masing bab.

BAB I: Pendahuluan

Pada bagian ini membahas tentang permasalahan yang menjadi titik tumpu dalam penelitian ini, bagian ini terdiri dari beberapa sub bab seperti latar belakang, rumusan dan manfaat.

BAB II: Kajian Pustaka

Bab ini membahas teori-teori yang dijadikan sebagai dasar acuan

dalam menganalisis penelitian ini. Bab ini berisikan kajian pustaka, landasan teori, kerangka berpikir dan hipotesis penelitian. Isi dari bagian ini merupakan pondasi serta acuan dalam penulisan dan pembahasan penelitian ini.

BAB III: Metode Penelitian

Pada bagian ketiga ini memiliki beberapa sub bab, seperti subjek penelitian, variabel, serta teknik analisis data.

Kedudukan atau fungsi dari Bab ini adalah sebagai landasan metode penelitian yang digunakan peneliti dalam melakukan penelitian tersebut.

BAB IV: Hasil dan Pembahasan

Pada bab ini memuat informasi tentang data yang diteliti selama skripsi ini dilakukan, serta membahas data uji hasil penelitian.

Bab ini memuat penjelasan penelitian ini, baik dari segi hasil penelitian, beberapa teori yang ditemukan dan dipakai pada penelitian ini, sampai faktor-faktor yang tidak terdapat dalam penelitian ini.

BAB V: Penutup

Bab kelima yaitu penutup berisikan kesimpulan dari penelitian dengan dijawabnya rumusan masalah pada penelitian ini.

Bab ini juga memuat saran-saran penelitian agar penelitian ini tidak berhenti pada hal yang dibahas pada penelitian ini, namun diharapkan tetap berlanjut dan menjadi acuan bagi penelitian-penelitian mendatang.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN LANDASAN TEORI

A. Kajian Pustaka

Sebelum memulai penelitian penulis melakukan kajian terhadap beberapa kajian pustaka yang relevan dengan permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini. Kajian-kajian tersebut merupakan karya-karya terdahulu, diantaranya:

1. Jurnal yang disusun oleh Nunung Nurwati, Wilga Secsio Rastja Putri, dan Meilanny Budiarto Santoso yang berjudul *Pengaruh Media Sosial terhadap Perilaku Remaja*. Tujuan dari penelitian ini adalah adanya rincian berupa data yang lebih kompleks tentang bagaimana pengaruh media sosial yang mempengaruhi perilaku remaja. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif agar dapat meneliti objek penelitian secara spesifik dan akurat². Hasil dari penelitian ini adalah dikelompokkannya media sosial berdasarkan fungsi dan kegunaannya, seperti konten kolaborasi, blog dan microblog, konten video, situs media sosial, dan game.

Adapun dampak atau pengaruh yang terdapat dalam media sosial dibagi menjadi 2 yaitu dampak positif dan dampak negatif. Dampak positif dari media sosial diantaranya tempat

² Wilga Secsio Rastja Putri, Nunung Nurwati, and Meilanny Budiarti S., "PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP PERILAKU REMAJA," *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 3, no. 1 (January 1, 2016)

promosi yang baik dan murah, memperluas jaringan pertemanan, media komunikasi yang mudah, tempat mencari informasi yang bermanfaat, serta tempat berbagi foto, informasi, video, dan lain-lain. Sedangkan dampak dari media sosial negatif yaitu mengganggu kegiatan belajar remaja, bahaya kejahatan, bahaya penipuan, tidak semua penggunaannya ramah, dan dapat mengganggu kehidupan dan komunikasi.

Perbedaan dari kajian ini dan proposal peneliti ialah perbedaan pada variabelnya.

2. Dalam jurnal terbitan 2021 yang dikarang oleh Fadia Tyora Yulieta yang berjudul *Pengaruh Cyberbullying di Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental* bertujuan untuk mengetahui dampak dari *cyberbullying* di media sosial dan cara penanggulangannya. Hasil penelitian ini melalui skala *cyberbullying* yang dimana menggunakan 14 item yang diuji dan hanya 1 item yang dinyatakan tidak valid, sedangkan pada skala kecemasan yang terdiri dari 16 item semuanya dinyatakan valid. Dengan hasil analisis yang mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara *cyberbullying* dan kecemasan, dapat disimpulkan bahwa peningkatan dalam pengalaman *cyberbullying* dapat berpengaruh pada peningkatan tingkat kecemasan pada setiap individunya³.

³ Setiawan, R. F., Wirayana, W., & Adiaksa, M. D. R. (2025). Pengaruh

Perbedaan dengan penelitian ini ialah pada perbedaan subjek dan variabel yang akan diteliti.

3. Dalam sebuah jurnal penelitian yang terbit pada tahun 2024 yang ditulis oleh Muhammad Syahrul Efendi yang berjudul *Media Sosial Instagram dalam Membangun Eksistensi Diri Remaja* bertujuan untuk mendeskripsikan fenomena remaja dalam menggunakan media sosial Instagram sebagai sarana menunjukkan eksistensi dirinya dan dampak penggunaan Instagram yang sarana eksistensi pada diri remaja. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa eksistensi diri sangatlah penting bagi remaja supaya mereka merasa diakui keberadaannya. Mereka menggunakan Instagram untuk membangun eksistensi mereka di dunia maya. Hal ini menunjukkan bahwa Instagram membantu remaja dalam banyak hal, seperti mengetahui informasi terbaru, memenuhi konten yang relevan, serta menunjukkan eksistensinya pada dunia.⁴
4. Dalam sebuah penelitian yang dilakukan pada tahun 2022 oleh Hanifah Nur Ema yang berjudul *Dampak Media Sosial Terhadap Konflik di Masyarakat* bertujuan untuk memberikan

Cyberbullying Pada Kesehatan Mental Mahasiswa Di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan* | E-ISSN: 3063-1467, 1(4), 161-166.

⁴ Efendi, M. S., & Fatgehipon, A. H. (2024). Media Sosial Instagram dalam Membangun Eksistensi Diri Remaja. *Jurnal Intelek Dan Cendekiawan Nusantara*, 1(2), 3061-3068.

analisis dan kajian dari dampak media sosial di masyarakat. Metode penelitian ini berupa kajian dari dampak media sosial di masyarakat. Hasil dari penelitian ini adalah beberapa pengaruh media sosial terhadap perilaku masyarakat yang mulai berubah. Diantaranya ialah : komunikasi yang mulai jarang antar lingkungan sekitar, sikap remaja yang cenderung apatis, peserta didik yang malas belajar, serta tingkat baca buku yang rendah.⁵

Perbedaan dengan penelitian ini ialah pada subjek dan variabel penelitian yang dimana cakupan penelitian yang akan diteliti berada pada lingkup kemahasiswaan program studi pendidikan agama islam angkatan 2021 di universitas islam indonesia.

5. Dalam sebuah jurnal penelitian yang ditulis oleh Bulan Cahya Sakti dan Much. Yulianto yang berjudul *Penggunaan Media Sosial Instagram dalam Pembentukan Identitas Diri Remaja* pada tahun 2018 bertujuan untuk mengetahui bagaimana penggunaan Instagram oleh remaja dalam pembentukan identitas diri mereka. Tipe penelitian ini ialah kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Hasil dari penelitian ini adalah pada perkembangan teknologi khususnya internet, memberikan cara alternatif dalam melakukan kegiatan bersosialisasi. Informan dapat melakukan kegiatan sosialisasi dengan lebih mudah dan

⁵ Erma, H. N., Santika, D., Nurhasanah, I., & Lestari, I. (2022). Dampak Media Sosial Terhadap Konflik Di Masyarakat. *EDUSOSHUM: Journal of Islamic Education and Social Humanities*, 2(1), 12-20.

lebih luas dalam waktu yang singkat melalui media sosial, khususnya Instagram.⁶ Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada pendekatan dan metode penelitian yang digunakan.

6. Dalam sebuah artikel yang ditulis pada maret 2022 oleh Muhammad Aldi Wiranata yang berjudul *Penggunaan Media Sosial Instagram secara Berlebihan Dikalangan Anak Remaja* bertujuan untuk mengetahui pengaruh media sosial bagi remaja yang disebabkan oleh media sosial saat ini terlebih dalam penggunaan Instagram. Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan *study case*. Hasil dari penelitian ini adalah banyak sisi positif serta negatif yang dihasilkan oleh perilaku remaja yang terlalu sering mengakses internet terutama media sosial Instagram. Beberapa diantaranya ialah : bersikap hiperaktif di media sosial, sering mengikuti trend yang ada dengan mengorbankan banyak hal, ingin merasa populer di lingkungannya.⁷

Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada metode penelitian yang menggunakan kuantitatif dan pendekatan inferensial.

7. Dalam sebuah artikel yang ditulis oleh Ilham Akhsanu Ridlo yang berjudul *Pandemi Covid-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di Indonesia* bertujuan untuk mewujudkan kesehatan mental yang menyeluruh, karena pada beberapa

⁶ Sakti, B. C., & Yulianto, M. (2018). Penggunaan media sosial instagram dalam pembentukan identitas diri remaja. *Interaksi Online*, 6(4), 490-501.

⁷ Wiranata, M. A., Opah, O., Megantara, M. F., & Resantari, S. R. (2022). Penggunaan media sosial Instagram secara berlebihan dikalangan anak remaja. *Cebong Journal*, 1(2), 41-46.

negara berkembang aspek ini belum menjadi prioritas. Hasil dari penelitian ini berupa temuan bahwa kebijakan mengenai kesehatan mental di Indonesia meskipun terbilang mengalami kemajuan namun kemajuannya cenderung lambat dan hal ini dialami oleh negara berkembang lainnya sehingga hal ini juga berpengaruh pada tingkat pelayanan kesehatan pada suatu negara.⁸ Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada perbedaan skala subjek yang dimana penelitian ini hanya mencakup mahasiswa program studi pendidikan agama islam universitas islam indonesia angkatan 2021.

8. Dalam jurnal yang ditulis oleh Muhammad Fatandhiya Tafdila pada tahun 2024 yang berjudul *Analisis Pengaruh Fenomena Fomo (Fear of Missing Out) Olahraga dalam Kehidupan Remaja Beserta Dampaknya bagi Kesehatan Mental* bertujuan untuk mengetahui dampak FOMO dalam media sosial, baik itu dampak positif maupun dampak negatif. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki peran penting dalam membantu remaja menghadapi fenomena *Fomo (Fear of Missing Out)* yang dimana dampak negatif FOMO seperti rasa cemas berlebih, perasaan tidak cukup, serta ketergantungan yang berlebihan pada media sosial.⁹ Perbedaan

⁸ Ridlo, I. A. (2020). Pandemi Covid-19 dan tantangan kebijakan kesehatan mental di Indonesia. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 5(2), 162-171.

⁹ Tafdila, M. F. (2024). ANALISIS PENGARUH FENOMENA FOMO (Fear of Missing Out) OLAHRAGA DALAM KEHIDUPAN REMAJA BESERTA

penelitian ini ialah pada pada metode dan pendekatan penelitian yang bersifat kuantitatif serta subjek penelitian yaitu mahasiswa program studi pendidikan agama islam universitas islam indonesia angkatan 2021.

9. Dalam sebuah artikel yang ditulis oleh Titik Nuryanti pada tahun 2024 yang berjudul *Kesehatan Jiwa Psikososial pada Remaja* ini berisi tentang masa remaja adalah masa yang penuh dengan transisi dan tantangan, baik itu secara emosional, sosial maupun psikologis. Strategi kesehatan psikososial remaja mencakup mental dan emosional mereka. Program seperti memberi akses ke layanan konseling, memberikan arahan tentang pentingnya kesehatan mental, serta mendorong hubungan yang sehat dengan keluarga dan teman dapat mendeteksi masalah kesehatan mental lebih awal.¹⁰ Perbedaan dengan penelitian ini adalah metode penelitian yang menggunakan kuantitatif dan dengan ruang lingkup remaja di lingkungan perkuliahan.
10. Sebuah jurnal yang ditulis oleh Migel Harahap, Laksono, Maryam, Nafida H. M. yang terbit 2022 yakni *Pengaruh Ketergantungan Media Sosial Instagram Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa* berisi tentang apakah media sosial seperti

DAMPAKNYA BAGI KESEHATAN MENTAL. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 8(4), 61-70.

¹⁰ Nuryanti, T. (2024). Kesehatan Jiwa Psikososial pada Remaja. *Bookchapter Jiwa*.

Instagram yang berlebihan dapat mempengaruhi kesehatan mental para penggunanya. Penelitian ini bersifat kuantitatif dan menggunakan teknik sampling dari Krejcie dan Morgan.¹¹ Perbedaan dengan penelitian ini adalah teknik sampling yang menggunakan teknik *probability sampling*, dimana seluruh individu dalam sebuah populasi mendapat peluang yang sama untuk menjadi sampel penelitian.

B. Landasan teori

1. Penggunaan Instagram

Definisi

Media sosial berbasis gambar yang memberikan layanan berbagi foto atau video secara online. Pada aplikasi Instagram, memungkinkan pengguna untuk mengunggah foto dan video ke dalam feed yang dapat diedit dengan berbagai filter dan diatur dengan tag dan informasi lokasi. Unggahan dapat dibagikan secara langsung. Orang-orang dapat mengeksplorasi postingan dari orang atau kreator-kektor melalui tagar dan juga melihat hal yang sedang marak dijadikan bahan konten. Orang-orang juga bisa memposting ulang konten dan mengikuti kreator-kektor agar hal apa yang kreator yang mereka ikuti akan langsung muncul pada bagian halaman utama mereka. Orang-orang yang

¹¹ Migel, A. H., Enggar, D. L., Maryam. K., Nafida. H. M. (2022). *Pengaruh Ketergantungan Media Sosial Instagram Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa*. JKOMDIS: Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial.

mengakses Instagram dapat mengunggah konten dan membagikan untuk orang lain melalui pesan pribadi. Setelah diluncurkan tahun 2010, Instagram dengan cepat mendapatkan popularitas, dengan satu juta pengguna terdaftar dalam dua bulan, lebih dari 40 miliar foto telah diunggah ke layanan.

Beberapa layanan yang ada di aplikasi Instagram yaitu:

1. Post feed

Layanan ini berupa mengunggah gambar atau video secara online, serta post ini dapat diunggah pada Instagram Story.

2. Instagram Story

Walaupun sama-sama layanan yang mengunggah gambar dan video seperti Post feed, Instagram Story memiliki durasi 24 jam dan setelah melewati itu Story akan dihapus secara otomatis.

3. Reels

Layanan yang dapat digunakan untuk mengunggah video dalam aplikasi Instagram, namun Reels tidak dapat mengunggah gambar didalamnya.

4. Home

Home atau lebih sering dikenal dengan beranda merupakan layanan yang berisi mulai dari postingan teman, orang atau content creator yang diikuti, serta

beberapa post yang menyesuaikan dengan pencarian atau akun yang sering dikunjungi.

5. Search

Layanan dari aplikasi Instagram yang dimana penggunanya dapat mencari hal yang sedang dicarinya, baik berupa akun, konten terkait, tagar, audio, serta tempat yang menyerupai dari hal yang dicari oleh pengguna.

Indikator

Indikator yang digunakan dalam penelitian ini ada 3, yaitu Persepsi Kegunaan; yaitu persepsi tentang benefit atau keuntungan dalam menggunakan sesuatu yang berbentuk barang atau sistem dalam hal pengetahuan, Persepsi kemudahan; yaitu persepsi tentang menggunakan sesuatu yang tidak memerlukan usaha yang besar, dan Persepsi Sikap; yaitu persepsi seseorang bagaimana keadaan suatu objek, persepsi sikap disini dapat berbentuk hal positif, netral, atau bahkan negatif tergantung bagaimana hal tersebut mempengaruhi yang menggunakannya. Adapun pernyataan-pernyataan dalam Persepsi Kegunaan ialah percepatan literasi, penggunaan informasi yang cepat dan terbuka, dan pemilihan informasi sesuai dengan kegunaannya. Untuk pernyataan-pernyataan dalam Persepsi kemudahan ialah instruksi yang mudah dimengerti, dapat digunakan kapan saja

dan dimana saja, serta bersifat *user-friendly*. Dan untuk pernyataan-pernyataan dalam Persepsi Sikap adalah tindakan yang bijak, pengguna menyukai layanan yang terdapat di dalamnya, dan kepercayaan terhadap konten yang ditampilkan.¹²

Faktor yang Mempengaruhi

Faktor-faktor yang mempengaruhi penggunaan Instagram adalah:

- 1) kemudahan dalam mengaksesnya, yaitu bagaimana seseorang mengakses Instagram, apakah memerlukan usaha lebih atau dapat mengaksesnya hanya dengan usaha yang sederhana.
- 2) mudah dimengerti, yaitu program yang terdapat dalam Instagram dapat diketahui dan dimengerti dengan mudah tanpa perlu menghubungi *customer service* dari aplikasi Instagram itu sendiri.
- 3) bersifat *user-friendly*, yaitu penggunaan Instagram terasa nyaman bagi para penggunanya. Selain itu, *user-friendly* juga berarti pengguna merasa puas atas layanan yang terdapat dalam aplikasi Instagram tanpa harus menghubungi *customer service* setiap kali ingin melakukan sesuatu yang belum diketahui oleh

¹² Widyar, V. R., Ainulyaqin, M. H., Ahmad, Y., & Edy, S. (2024). Analisis Penggunaan Instagram dan Fintech Crowdfunding Terhadap Minat Membayar Zakat dengan Transparansi Badan Amil Zakat Sebagai Variabel Intervening. *Economic Reviews Journal*, 3(1), 330-348.

penggunanya.

2. Kesehatan Mental

Definisi

Kesehatan mental atau jiwa merupakan kondisi dimana seseorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat meminimalisir hambatan, bisa memaksimalkan potensi diri,serta dapat membantu untuk hal-hal dalam ruang lingkup sekitarnya.

Paragraf sebelumnya menggambarkan bahwa kesehatan mental ini memiliki kecenderungan pada kondisi tubuh bahkan dapat menyebabkan distraksi dalam memaksimalkan potensi diri.¹³

Selain itu, gangguan pada mental juga dapat membuat seseorang mempengaruhi orang-orang yang berada disekitarnya. Sebagai contoh, ODGJ (orang dengan gangguan jiwa) akan membuat masyarakat yang berada di sekitarnya merasa tidak nyaman dan aman karena kehadirannya, entah dia berbuat onar ataupun tidak ia tetap akan di jauhi bahkan bisa-bisa masyarakat sekitar mengusirnya dari wilayah tempat mereka tinggal.

Pada dasarnya semua gangguan kesehatan mental diawali oleh perasaan cemas (*anxiety*). Mengenali tanda-tanda dan gejala gangguan

¹³ Malfasari, E., Febtrina, R., Herniyanti, R., Timur, L. B., Sekaki, P., Tim, L. B., ... & Pekanbaru, K. (2020). Kondisi mental emosional pada remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 241-246.

kesehatan mental adalah langkah pertama untuk mendapatkan bantuan yang diperlukan. Beberapa tanda dalam gejala ini ialah tanda-tanda emosional, tanda-tanda fisik, tanda-tanda perilaku, dan tanda-tanda kognitif.¹⁴

Adapun 2 contoh variabel kesehatan mental yang adalah sebagai berikut:

Tingkat Stress

Ciri-ciri:

- frekuensi perasaan cemas, khawatir, atau tegang; yaitu perasaan tidak nyaman yang dirasakan oleh seseorang karena adanya faktor baik internal maupun eksternal yang dapat mengganggu kinerja tubuh seseorang.
- gangguan tidur, orang yang memiliki gangguan kesehatan mental berupa stress dapat mengalami gangguan tidur, baik itu berupa tidak dapat tidur dengan nyenyak, rusaknya jam tidur, bahkan tidak dapat tidur sama sekali.
- perubahan nafsu makan, orang yang mengalami gangguan kesehatan mental seringkali mengalami perubahan pola makan, yang biasanya makan 3 kali sehari bisa menjadi 1

¹⁴ Salakory, H. S., Matulessy, F. S., & Tauran, R. I. (2024). Upaya Promotif Dalam Mengatasi Masalah Kesehatan Mental Pada Siswa SMA Negeri 26 Maluku Tengah. *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(6), 487-496.

kali sehari, yang biasanya makan dalam porsi banyak bisa menjadi makan sedikit yang dimana menurut sebagian orang makan sedikit tidak dapat membuat perut kenyang bahkan dapat menimbulkan penyakit yang dinamakan asam lambung jika tidak makan pada jadwal dimana seharusnya ia makan.

- mudah marah, mudah meledaknya emosi seseorang merupakan salah satu tanda gangguan kesehatan mental. Biasanya orang yang mudah marah akan selalu marah apabila ada sesuatu yang membuatnya merasa terganggu sehingga hal ini dapat berdampak pada dirinya yang dianggap pemarah dan pada lingkungannya yang membuat ia dijauhi karena sering marah akan hal kecil.
- sakit kepala atau nyeri otot, indikator gangguan kesehatan mental juga dapat berupa sakit kepala atau nyeri otot, hal ini dapat terjadi karena banyak hal, seperti karena stress seseorang tidak banyak bergerak, sering diam tanpa melakukan apa-apa, bahkan ada yang hanya tidur dalam waktu yang lama tanpa melakukan aktivitas sehari-harinya.

Persepsi Dukungan Sosial

Ciri-ciri:

- Perasaan diterima atau dicintai oleh orang lain, orang yang mengalami gangguan kesehatan mental biasanya akan mudah pesimis bahwa masih ada orang yang dapat menerimanya dengan sungguh-sungguh dan tanpa adanya sesuatu dibalik perasaan tersebut.
- Adanya orang yang dapat diandalkan dalam situasi sulit, orang yang mengalami gangguan kesehatan mental akan selalu merasa tidak ada orang yang dapat ia minta bantuannya disaat ia sedang mengalami sebuah situasi yang sulit, oleh karena itu ia akan selalu merasa sendiri dan menyimpan masalah yang ia hadapi seorang diri.
- Perasaan bahwa orang lain peduli dengan kesejahteraan kita, terkadang orang yang mengalami gangguan kesehatan mental mendapatkan sesuatu yang menyenangkan akan merasa bahwa orang di sekitarnya tidak akan peduli dengannya, atau bahkan merasa iri yang dapat mencelakakan orang lain baik secara fisik maupun verbal.
- Kepercayaan pada orang lain, orang yang memiliki gangguan kesehatan mental tidak akan mudah percaya kepada orang lain karena ia merasa bahwa orang lain tidak akan peduli dengan apa yang terjadi dengannya.

Faktor yang Mempengaruhi

Faktor-faktor yang mempengaruhi dibagi menjadi 2, yaitu faktor eksternal dan faktor internal.

Adapun faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi kesehatan mental adalah sebagai berikut:

- 1) faktor lingkungan, faktor lingkungan disini adalah lingkungan yang ditempati oleh seseorang. Faktor lingkungan dapat berupa lingkungan rumah, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat.
- 2) faktor tekanan dari orang lain, orang dapat mengalami gangguan kesehatan mental karena adanya faktor tekanan dari orang lain. Tekanan ini bisa berupa paksaan dari atasan, tekanan dari harapan orang tua atau orang yang dihormati, atau bahkan paksaan yang bersifat intimidasi yang dapat membuat seseorang mengalami gangguan mental.

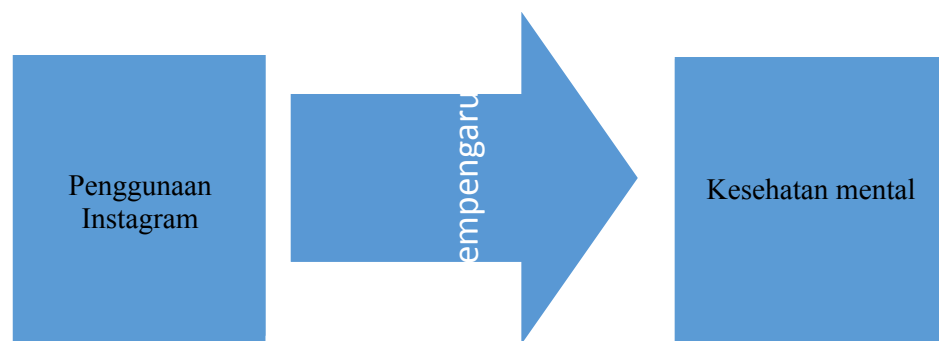
Sedangkan untuk faktor-faktor internal yang mempengaruhi kesehatan mental adalah sebagai berikut:

- 1) faktor depresi, orang yang mengalami depresi akan dengan mudah mengalami rasa sedih akan sesuatu dan akan menjadi sangat jarang merasa senang. Karena depresi dapat

mempengaruhi seseorang baik secara emosional yang menjadi labil serta perubahan perilaku yang menjurus ke hal negatif.

- 2) trauma, trauma dapat mengganggu kesehatan mental seseorang yang bisa mempengaruhi aktivitas kesehariannya. Trauma yang didapat oleh seseorang akan berdampak negatif pada hal yang membuatnya memiliki trauma tersebut sehingga ia bisa mengalami emosional yang tiba-tiba meledak karena ia merasa ada sesuatu yang mirip dengan apa yang membuatnya trauma.
- 3) Stress, orang yang mengalami stress dapat memiliki emosi yang tidak stabil karena stress dapat mempengaruhi aktivitas dan kinerja seseorang yang bahkan orang tersebut dapat mempengaruhi orang-orang di sekitarnya dengan keadaan emosionalnya yang tidak stabil itu.

C. Kerangka Pikir



Sub bab ini merupakan satu bab yang begitu krusial pada penelitian, guna menentukan batasan-batasan penelitian serta fokus dalam membahas permasalahan tertentu yang ada dalam penelitian.

Kerangka berpikir yang baik akan menjelaskan secara teoritis pengaruh antara variabel yang diteliti.

Menurut Sugiyono, kerangka berpikir merupakan model konseptual yang menghubungkan antara teori dengan berbagai aspek yang telah didefinisikan sebagai masalah. Sedangkan Suriasumantri menjelaskan kerangka berpikir merupakan penjelasan sementara terhadap gejala-gejala yang menjadi objek permasalahan. Berdasarkan pembahasan tersebut dapat disimpulkan bahwa kerangka berpikir adalah penjelasan sementara secara konseptual tentang keterkaitan hubungan atau pengaruh pada setiap obyek permasalahan berdasarkan teori¹⁵.

Berdasarkan landasan teori pada sub bab sebelumnya, mahasiswa yang masih termasuk dalam rentang umur remaja masih memiliki tingkat kesehatan mental yang kurang stabil. Oleh karena itu, diperlukan adanya penelitian mengenai kesehatan mental mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021.

D. Hipotesis Penelitian

Bagian ini adalah bagian dimana ekspektasi serta praduga temporal yang berkaitan dengan tes uji apakah dapat diterima atau tidaknya sesuatu yang sedang diteliti. ekspektasi ini memiliki keterkaitan pada dugaan pada penelitian supaya penelitian ini berjalan lancar dan mendapat hasil yang konkrit.

¹⁵ Malissa dan Elma Ingg, “*Pengaruh Kompetensi Dan Budaya Organisasi Terhadap Prestasi Kerja Karyawan Pt Industri Telekomunikasi Indonesia (Persero)*”. Skripsi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis UNPAS Bandung (2017). Hal. 61

Penulis mengajukan hipotesis penelitian yang diprediksi akan ada pengaruh positif media sosial terhadap minat belajar dan kesehatan mental mahasiswa-mahasiswa pada Prodi PAI di Universitas Islam Indonesia.

Adapun rumusan hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini adalah:

Ha:

1. Adanya pengaruh Instagram terhadap kesehatan mental mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021.
2. Tingkat penggunaan Instagram yang tinggi oleh mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021.

Ho:

1. Tidak adanya pengaruh Instagram terhadap kesehatan mental mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021.
2. Tingkat penggunaan Instagram yang rendah oleh mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian dan Pendekatan

Melalui latar belakang, rumusan masalah, dan tujuan penelitian, jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah penelitian inferensial. Penelitian inferensial adalah penelitian yang menguji suatu hipotesis, dan mengaitkan antara satu variabel dengan variabel yang lainnya. Oleh karena itu, dalam penelitian inferensial, peneliti selalu merumuskan suatu hipotesis terlebih dahulu.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif yaitu data penelitian meliputi angka-angka dan analisis regresi linier sederhana menggunakan statistik. Penelitian kuantitatif¹⁶ merupakan penelitian yang berlandaskan filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Melalui pendekatan kuantitatif inferensial yang menggambarkan secara sistematis dan akurat terhadap suatu populasi atau sampel, penelitian ini bertujuan mengetahui secara mendalam tentang pengaruh Instagram terhadap kesehatan mental mahasiswa aktif angkatan 2021 Prodi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam

¹⁶ Djollong, A. F. (2014). Teknik pelaksanaan penelitian kuantitatif. *Istiqra: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 2(1).

Indonesia.

B. Tempat dan Lokasi Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di Program Studi Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia.

2. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di gedung K. H. A. Wahid Hasyim di kawasan kampus UII, Jalan Kaliurang KM 14,5 Sleman Yogyakarta.

Mahasiswa PAI memiliki karakteristik tersendiri, yaitu selalu memakai pakaian sopan di dalam maupun di luar kampus, memiliki sikap yang ramah kepada dosen maupun kepada sesama mahasiswa, memiliki pemikiran yang kritis jika mencakup hal yang berhubungan dengan kependidikan.

Adapun sarana dan prasana yang ada di prodi PAI ialah laboratorium Microteaching, ruang rapat prodi PAI, ruang praktik, ruang dosen prodi PAI, lab PAI, *one way mirror*, kamera perekam, *audio system*, ruang observer, ruang operator, ruang tunggu, dan akses WiFi

C. Subjek dan Objek Penelitian

Dalam sebuah penelitian terdapat istilah subjek dan objek.

Hakikat dari subjek penelitian adalah suatu hal yang dijadikan sebagai kesimpulan dalam sebuah penelitian. Subjek penelitian sering disebut dengan informan atau responden. Berlandaskan pada penelitian ini, maka responden yang akan diteliti adalah remaja atau mahasiswa pada Prodi PAI di UII 2021.

D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel adalah suatu atribut atau sifat atau nilai suatu apapun (orang, obyek, benda, atau kegiatan) yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian dengan melibatkan variabel, yaitu pengaruh Instagram dan kesehatan mental.

a. Variabel Independen

Variabel Independen (variabel bebas) adalah variabel yang mempengaruhi. Sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Sebuah variabel yang mempengaruhi variabel lain dan dilambangkan dengan huruf (X). Adapun variabel bebas dalam penelitian ini adalah Penggunaan Instagram.

b. Variabel Dependen

Variable dependen (variabel terikat) adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas dan biasa dilambangkan dengan huruf (Y). Adapun variabel terikat dalam penelitian ini ialah kesehatan mental.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah sebagai penjelasan tambahan. Adapun definisi operasional dalam pembahasan adalah sebagai berikut:

b. Penggunaan Instagram

Secara sederhana media sosial dijelaskan sebagai alat komunikasi sebagaimana definisi yang selama ini diketahui. Namun semua definisi yang ada memiliki kecenderungan yang sama ketika menyebutkan kata media, yang muncul bersama dengan itu adalah sarana disertai dengan teknologi.

Skala yang dapat diukur yaitu:

- 1) Efisiensi Pemakaian
- 2) Pengaturan Waktu
- 3) Tanggung Jawab

c. Kesehatan Mental

Mental memiliki arti yang berhubungan dengan watak dan batin manusia. Mental juga bermakna bagaimana seorang individu menanggapi dan menyikapi sesuatu kejadian secara spontan. Adapun skala yang dapat diukur yaitu:

- 1) Pengaruh Eksternal

- 2) Perubahan Sikap
- 3) Tanggapan Spontan

E. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi pada penelitian ini yaitu Mahasiswa Aktif Program Studi Pendidikan Agama Islam angkatan 2021 yang berjumlah 112 orang.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi, dalam pengertian lainnya sampel merupakan bagian dari populasi yang ingin diteliti. Maka dalam pengambilan sampel harus bersifat representative (mewakili). Jika subjeknya kurang dari 100 orang sebaiknya diambil semuanya, jika subjeknya besar lebih dari 100 orang maka dapat diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih. Pada penelitian ini subjek yang diambil berjumlah 30 orang dari total populasi yang ada.

Pada penelitian ini peneliti mendapati jumlah populasi yang melebihi dari 100 orang, oleh karena itu peneliti akan mengambil sampel kurang lebih 25% - 30% dari total populasi yang ada.

F. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen

Instrumen Instrumen adalah suatu alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan informasi kuantitatif tentang variasi karakteristik variabel secara objektif. Pada penelitian ini instrument yang digunakan adalah angket (kuesioner) yang dibuat melalui *google form* lalu kuesioner tersebut akan disebarakan kepada mahasiswa aktif program studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021.

Pengembangan instrument ini didasarkan pada teori yang telah disusun pada BAB 2, selanjutnya dikembangkan dalam bentuk

indikator-indikator yang nantinya akan menjadi acuan dalam pembuatan butir-butir pertanyaan. Sedangkan penyusunan pertanyaan dalam angket didasarkan pada skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena alam. Skala Likert yang digunakan pada penelitian ini tertera pada tabel berikut:

penilaian	keterangan	Skor
SS	Sangat sesuai	4
S	Sesuai	3
TS	Tidak sesuai	2
STS	Sangat tidak sesuai	1

No.	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
1	Instagram memberi pelayanan berbagi foto atau video secara online				
2	Pengguna Instagram dapat mengatur feed sesuai dengan kemauannya sendiri				
3	Pengguna Instagram dapat menemukan konten yang sedang tren				
4	Instagram mempunyai akses informasi yang cepat dan terbuka				50
5	Instagram mempunyai standar literasi yang				

	bagus				
6	Pengguna menyukai layanan yang terdapat di dalam Instagram				
7	Pengguna mudah dalam mengakses Instagram				
8	Pengguna mudah dalam menggunakan tools dalam Instagram				
9	Instagram bersifat user-friendly				
10	Kesehatan mental merupakan kondisi dimana individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial.				
11	Gangguan kesehatan mental dapat mengganggu produktivitas seseorang				
12	Kesehatan mental sangat penting untuk menunjang produktivitas dan kualitas kesehatan fisik.				
13	Semua gangguan mental diawali oleh perasaan cemas				
14	Mengenali tanda-tanda dan gejala gangguan kesehatan mental adalah langkah pertama untuk mendapat bantuan yang diperlukan				
15	Salah satu tanda dalam gejala gangguan				

	kesehatan mental adalah emosional yang naik				
16	Kesehatan mental dipengaruhi oleh lingkungan				
17	Kesehatan mental dipengaruhi oleh tekanan dari orang lain				
18	Kesehatan mental dipengaruhi oleh faktor depresi, trauma, dan stress				
19	Pengguna merasakan stress ketika mengakses Instagram				
20	Munculnya perubahan sikap yang signifikan pasca menggunakan Instagram				
21	Pengguna merasakan dicintai oleh orang lain				
22	Mempunyai perasaan bahwa orang lain peduli dan percaya kepada kita				

Angket ini bersifat tertutup, sehingga responden cukup memilih jawaban yang telah disediakan dan diharapkan responden memilih jawaban sesuai dengan keadaan sebenarnya.

Berikut kuesioner-kuesioner dalam angket ini:

2. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data yang dibutuhkan dalam penelitian ini digunakan beberapa cara yaitu:

Data primer¹⁷ yang menyangkut kesehatan mental remaja, yang akan dialami adalah bagaimana Instagram memberi pengaruh dalam kehidupan remaja. Data ini akan diperoleh melalui:

Data sekunder¹⁸ yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah gambaran tentang pengaruh penggunaan Instagram remaja pada Prodi PAI di UII. Data ini akan diperoleh dari Populasi dan Sampel.

Populasi disini adalah mahasiswa aktif Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia yang aktif dalam penggunaan Instagram.

Penarikan sampel yang digunakan ialah dengan teknik *Probability Sampling*,¹⁹ yaitu teknik penarikan sampel yang dimana setiap individu yang berada dalam suatu populasi memiliki hak yang sama untuk menjadi sampel dalam sebuah penelitian. Teknik penarikan sampel ini yang akan diterapkan pada mahasiswa aktif Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam

¹⁷ Segoro, W., & Pratiwi, W. K. (2021). Pengaruh Lingkungan Kerja, Disiplin Kerja Dan Motivasi Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan CV. Gema Teknikatama Cibitung. *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 2(2), 880-888.

¹⁸ Nartin, N., & Musin, Y. (2022). Peran Pemerintah Daerah Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Masyarakat Dimasa Pandemi Covid-19 (Studi Pada Kantor Camat Tinanggea Kabupaten Konawe Selatan). *Sibatik Journal: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya, Teknologi, Dan Pendidikan*, 1(3), 163-172.

¹⁹ Asrulla, R., Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320-26332.

Indonesia angkatan 2021 yang aktif dalam penggunaan Instagram.

Pengumpulan data bertujuan untuk mengungkap fakta mengenai variabel yang telah dibuat dan ditentukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Terdapat beberapa metode pengumpulan data yang umum digunakan, antara lain: kuesioner, wawancara, angket, tes tertulis atau ujian, dan dokumentasi. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan cara menyebar angket ke beberapa mahasiswa Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021 secara online. Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan yang tertulis kepada responden untuk dijawabnya.

G. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Uji Validitas

Validitas dalam penelitian ini merupakan karakteristik utama yang harus dimiliki oleh setiap tolak ukur. Validitas berasal dari kata *validity* yang artinya sejauh mana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya, dengan tujuan mengetahui apakah skala tersebut dapat menghasilkan sebuah data yang akurat sesuai dengan tujuan ukurnya. Sehingga uji validitas ini sangat diperlukan dalam sebuah penelitian ilmiah guna memastikan bahwa instrument yang dibuat benar-benar layak

digunakan dalam sebuah penelitian.

Validitas yang dilakukan pada penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi adalah validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap kelayakan atau relevansi isi tes melalui analisis rasional oleh *expert judgement*. *Expert Judgement* dalam hal ini adalah dosen pembimbing, validitas isi melihat sejauh mana hal tersebut relevan dan mampu merepresentasikan serta mendukung konstruk teoritik yang sesuai dengan tujuan pengukuran. Keputusan mengenai relevansi *item* tidak dapat didasarkan hanya pada penilaian peneliti sendiri melainkan membutuhkan penilaian dari *expert judgement*.

Adapun rumus yang digunakan untuk menguji validitas instrumen adalah rumus product moment yang ditemukan oleh Karl Pearson²⁰. Rumusnya sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(N\sum x^2 - (\sum x)^2)(N\sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

Keterangan:

r_{xy} = koefisien validitas

N = jumlah subjek atau responden

²⁰ Amalia, R. (2020). Hubungan Konformitas dengan Motivasi Belajar (Studianalisis Santri Puteri di Pondok Pesantren Nurul Islam Karang Cempaka Bluto Sumenep). *Al Iman: Jurnal Keislaman dan Kemasyarakatan*, 4(1), 154-174.

$\sum X$ = jumlah skor butir pertanyaan

$\sum Y$ = jumlah skor butir pertanyaan

$\sum XY$ = jumlah perkalian skor butir dengan skor total

$\sum X^2$ = total kuadrat skor butir pertanyaan

$\sum Y^2$ = total kuadrat skor butir pertanyaan

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik. Pengujian terhadap reliabilitas skala minat belajar dan skala kesehatan mental ini menggunakan uji keandalan Alpha Cronbach dengan menggunakan bantuan software SPSS 26 for Windows.

Adapun uji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan rumus Alpha Cronbach²¹, yaitu:

$$(\alpha) = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{St^2} \right]$$

²¹ Utami, Y. (2023). Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Instrument Penilaian Kinerja Dosen. *Jurnal Sains Dan Teknologi*, 4(2), 21-24.

Keterangan:

α = koefisien reliabilitas

K = jumlah butir-butir pertanyaan

St² = varians dari skor total

$\sum Si^2$ = jumlah varians dari butir-butir pertanyaan

H. Uji Asumsi (Uji Normalitas, Uji Linieritas, dan Uji Homogenitas)

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui sebaran data didalam sebuah populasi terdistribusi secara normal atau tidak menggunakan Kolmogorof- Smirnov²² Test dengan SPSS (Statistical Products Service Solution) versi 26.0 for windows. ketentuan normalitas dipenuhi jika nilai signifikansinya $> 0,05$ maka data tersebut berdistribusi normal dan sebaliknya jika nilai signifikansinya $< 0,05$.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas adalah suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui status linier atau tidaknya suatu distribusi data penelitian. Dalam penelitian ini uji lineritas dilakukan dengan menggunakan *Test of Linierity* menggunakan SPSS (Statistical Products Service Solution) versi 26.0 for windows. Kedua variabel

²² Nabila, N., Harjono, A., & Ermiana, I. (2021). Pengaruh Keterampilan Proses IPA Kelas IV dengan Model Student Facilitator and Explaining (SFE). *BIOCHEPHY: Journal of Science Education*, 1(1), 24-30.

dapat dikatakan mempunyai hubungan yang linier apabila nilai F linearity dengan koefisien signifikansi yaitu $p < 0,05$ dan F deviation linearity dengan koefisien signifikansi yaitu $p > 0,05$.

3. Uji Homogenitas

Penghitungan homogenitas harus dilakukan pada awal-awal analisis data. Hal ini dilakukan untuk memastikan apakah asumsi homogenitas sudah terpenuhi atau belum. Apabila homogenitas terbukti, maka penelitian ini dapat melaksanakan tahap analisis data selanjutnya.

Uji homogenitas untuk mengetahui apakah varian skor yang diukur pada kedua sampel memiliki varians yang sama atau tidak. Populasi-populasi dengan varian yang sama besar dinamakan populasi dengan varian yang homogen, sedangkan populasi-populasi dengan varian yang tidak sama besar dinamakan populasi dengan varians yang heterogen.

Pada tahap ini uji homogenitas akan dilakukan pada 2 variabel, yaitu penggunaan Instagram sebagai variabel X dan kesehatan mental sebagai variabel Y pada subjek mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Angkatan 2021.

Uji homogenitas menggunakan SPSS (Statistical Product Service Solution) versi 26.0 for windows. Dapat dikatakan bahwa data memiliki varians yang sama atau homogen jika memenuhi

standar koefisien signifikansi yaitu $p > 0.05$.

I. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun data secara sistematis yang diperoleh dari hasil angket, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga dapat dipahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Melalui data kuantitatif dapat dijelaskan bahwa pengaruh penggunaan Instagram terhadap kesehatan mental mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021 yang akan diukur menggunakan data-data yang berbentuk angka, sehingga menggunakan teknik analisis data.

Peneliti menggunakan teknik analisis statistik inferensial. Statistik inferensial adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data sampel dan hasilnya diberlakukan untuk populasi.

Dengan menggunakan teknik *Probability Sampling* dalam menentukan sampel, setiap mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021 memiliki peluang yang sama untuk dijadikan sampel dalam penelitian ini dikarenakan seluruh mahasiswa yang terdapat dalam populasi mempunyai dan menggunakan Instagram dalam gadget masing-masing.

Analisis data menggunakan analisis regresi linier sederhana dengan SPSS (Statistical Products Service Solution) versi 26.0 for windows dan akan disajikan dalam bentuk tabel serta akan dijelaskan secara jelas dan detail berdasarkan pada hasil data yang telah didapat dari analisis regresi linier sederhana.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Objek Penelitian

Inti dari penulisan adalah untuk mengetahui dampak dari Penggunaan Instagram pada Kesehatan Mental remaja pada Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam pada UII dimana para mahasiswa aktif yang masuk mulai tahun 2021, dan untuk pengambilan data penelitian ini beracuan pada 30% pada total 112 orang sekitar 33 orang sebagai responden penelitian.

Program studi pendidikan agama islam adalah salah satu dari sekian banyak program studi yang terdapat pada UII, Program studi ini bertujuan untuk mendidik para mahasiswanya agar menjadi pribadi yang dapat dipercaya, memiliki kecakapan, kepercayaan diri yang tinggi, komunikatif, serta dapat menjadi panutan dalam hal kependidikan islami.

1. Visi dan Misi Program Studi PAI

a. Visi

Mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam dapat menjadi orang yang inspiratif dalam hal kependidikan dalam bidang keislaman.

b. Misi

Ada 3 Misi dari Prodi Pendidikan Agama Islam, yaitu:

1. Menyiapkan pendidik dan konsultan profesional dalam bidang Pendidikan Agama Islam yang memiliki integritas dan komitmen dalam menginovasi dan mampu bersaing dalam

bidangnya.

2. Mendidik para mahasiswanya agar menjadi pribadi yang dapat dipercaya, memiliki kecakapan, kepercayaan diri yang tinggi, komunikatif, serta dapat menjadi panutan dalam hal kependidikan islami.
3. Meningkatkan pengetahuan bidang pendidikan dengan cara mengajar, meneliti, dan mengabdikan di masyarakat.

2. Sarana dan Prasarana PAI UII

1. Laboratorium Microteaching
2. Ruang Rapat Prodi PAI
3. Ruang Praktik
4. Ruang Dosen PAI
5. Laboratorium PAI
6. *One Way Mirror*
7. Kamera perekam
8. *Audio System*
9. Ruang Observer
10. Ruang Operator
11. Ruang Tunggu
12. Akses *WiFi*

B. Deskripsi Responden Penelitian

Pada kuesioner yang disebar, didapatkan hasil dari subjek penelitian sebagai berikut:

1. Jenis Responden

Kategori dari jenis responden ada 2, yaitu responden Laki-laki dan perempuan.

Jenis Kelamin	Jumlah	Persen (%)
Laki-laki	28	84,85%
Perempuan	5	15,15%
Total	33	100%

Dari tabel diatas menunjukkan responden laki-laki lebih banyak 69,7% dari responden perempuan dengan jumlah responden laki-laki berjumlah 28 orang dan perempuan berjumlah 5 orang.

C. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Sebelum dilakukan Pengujian Regresi Linier Sederhana ada *Oneway Anova* menggunakan SPSS, ada aturan yang harus diikuti yaitu pengujian validitas dan reliabilitas instrumen penelitian. Setelah diuji validitas dan reliabilitas instrumen kemudian dilakukan pengujian normalitas, linieritas, dan homogenitas data.

1. Regresi Linier Sederhana

a. Uji Validitas dan Reliabilitas

Pengujian validitas dan reliabilitas instrumen dilakukan kepada sampel penelitian yang berjumlah 20 orang. Penelitian ini memiliki 2 variabel yaitu variabel X dan variabel Y.

Penelitian ini menggunakan *Pearson Correlation* dengan signifikansi 5% dimana jika $r \text{ hitung} > r \text{ tabel}$ maka dinyatakan valid dan jika $r \text{ hitung} < r \text{ tabel}$ maka dinyatakan tidak valid. Diperoleh nilai $r \text{ tabel}$ pada N (jumlah responden) = 20 dengan signifikansi 5% sebesar 0,423.

Sedangkan jika untuk uji reliabilitas data peneliti menggunakan *cronbach's alpha* jika nilai *cronbach's alpha* $> 0,6$ maka variabel tersebut reliabel dan jika nilai *cronbach's alpha* $< 0,6$ maka variabel tersebut tidak reliabel.

1) Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel X

No. Item	r hitung	r tabel (5%)	Kriteria	
1	0,496	0,423	Valid	Reliabel
2	0,465	0,423	Valid	Reliabel
3	0,559	0,423	Valid	Reliabel
4	0,664	0,423	Valid	Reliabel
5	0,511	0,423	Valid	Reliabel
6	0,208	0,423	Tidak Valid	Reliabel
7	0,227	0,423	Tidak Valid	Reliabel
8	0,698	0,423	Valid	Reliabel
9	0,539	0,423	Valid	Reliabel
10	0,403	0,423	Tidak Valid	Reliabel

Dari tabel diatas, rata-rata nilai r hitung $> r$ tabel, namun ada 3 variabel X yang dinyatakan tidak valid dan harus diganti serta diuji coba ulang atau dihapus, sedangkan untuk Reliabilitas nilai *cronbach's alpha* $0,877 > 0,6$ maka semua variabel X Reliabel.

Setelah melakukan konsultasi kepada Dosen Pembimbing, akhirnya keputusan yang disepakati adalah menghapus poin yang tidak valid.

No. Item	r hitung	r tabel (5%)	Kriteria	
1	0,545	0,423	Valid	Reliabel
2	0,446	0,423	Valid	Reliabel
3	0,572	0,423	Valid	Reliabel
4	0,757	0,423	Valid	Reliabel
5	0,552	0,423	Valid	Reliabel
6	0,708	0,423	Valid	Reliabel
7	0,519	0,423	Valid	Reliabel

Tabel Uji Validitas X

		Correlations							
		P1	P2	P3	P4	P5	P8	P9	Total
P1	Pearson Correlation	1	.417	.207	.323	.531*	.207	.323	.545**
	Sig. (2-tailed)		.054	.356	.142	.011	.356	.142	.009
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P2	Pearson Correlation	.417	1	.486*	.300	.477*	.318	.080	.446*
	Sig. (2-tailed)	.054		.022	.175	.025	.150	.724	.038
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P3	Pearson Correlation	.207	.486*	1	.410	.531*	.174	.312	.572**
	Sig. (2-tailed)	.356	.022		.058	.011	.439	.158	.005
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P4	Pearson Correlation	.323	.300	.410	1	.226	.704**	.233	.757**
	Sig. (2-tailed)	.142	.175	.058		.312	.000	.298	.000
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P5	Pearson Correlation	.531*	.477*	.531*	.226	1	.199	.118	.552**
	Sig. (2-tailed)	.011	.025	.011	.312		.374	.601	.008
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P8	Pearson Correlation	.207	.318	.174	.704**	.199	1	.116	.708**
	Sig. (2-tailed)	.356	.150	.439	.000	.374		.608	.000
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P9	Pearson Correlation	.323	.080	.312	.233	.118	.116	1	.519*
	Sig. (2-tailed)	.142	.724	.158	.298	.601	.608		.013
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
Total	Pearson Correlation	.545**	.446*	.572**	.757**	.552**	.708**	.519*	1
	Sig. (2-tailed)	.009	.038	.005	.000	.008	.000	.013	
	N	22	22	22	22	22	22	22	22

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

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

Dari tabel diatas, rata-rata nilai r hitung $>$ r tabel, maka dengan ini semua variabel X valid, sedangkan untuk Reliabilitas nilai *cronbach's alpha* $0,894 > 0,6$ maka semua variabel X Reliabel.

2) Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Y

No. Item	r hitung	r tabel (5%)	Kriteria	
1	0,585	0,423	Valid	Reliabel
2	0,334	0,423	Tidak Valid	Reliabel
3	0,710	0,423	Valid	Reliabel
4	0,669	0,423	Valid	Reliabel

5	0,419	0,423	Tidak Valid	Reliabel
6	0,571	0,423	Valid	Reliabel
7	0,780	0,423	Valid	Reliabel
8	0,838	0,423	Valid	Reliabel
9	0,376	0,423	Tidak Valid	Reliabel
10	0,880	0,423	Valid	Reliabel

Dari tabel diatas, rata-rata nilai r hitung $>$ r tabel, namun ada 3 variabel Y yang dinyatakan tidak valid dan harus diganti serta diuji coba ulang atau dihapus, sedangkan untuk Reliabilitas nilai *cronbach's alpha* $0,877 > 0,6$ maka semua variabel Y Reliabel.

Setelah melakukan konsultasi kepada Dosen Pembimbing, akhirnya keputusan yang disepakati adalah menghapus poin yang tidak valid.

No. Item	r hitung	r tabel (5%)	Kriteria	
1	0,556	0,423	Valid	Reliabel
2	0,729	0,423	Valid	Reliabel
3	0,651	0,423	Valid	Reliabel
4	0,564	0,423	Valid	Reliabel
5	0,794	0,423	Valid	Reliabel
6	0,847	0,423	Valid	Reliabel
7	0,885	0,423	Valid	Reliabel

Tabel Uji Validitas Y

		Correlations							
		P11	P13	P14	P16	P17	P18	P20	Total
P11	Pearson Correlation	1	.280	.000	.527*	.295	.528*	.565**	.556**
	Sig. (2-tailed)		.207	1.000	.012	.182	.012	.006	.007
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P13	Pearson Correlation	.280	1	.534*	.304	.405	.706**	.637**	.729**
	Sig. (2-tailed)	.207		.010	.168	.062	.000	.001	.000
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P14	Pearson Correlation	.000	.534*	1	.418*	.508*	.316	.530*	.651**
	Sig. (2-tailed)	1.000	.010		.053	.016	.152	.011	.001
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P16	Pearson Correlation	.527*	.304	.418*	1	.463*	.333	.498*	.564**
	Sig. (2-tailed)	.012	.168	.053		.030	.130	.018	.006
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P17	Pearson Correlation	.295	.405	.508*	.463*	1	.612**	.673**	.794**
	Sig. (2-tailed)	.182	.062	.016	.030		.002	.001	.000
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P18	Pearson Correlation	.528*	.706**	.316	.333	.612**	1	.721**	.847**
	Sig. (2-tailed)	.012	.000	.152	.130	.002		.000	.000
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P20	Pearson Correlation	.565**	.637**	.530*	.498*	.673**	.721**	1	.885**
	Sig. (2-tailed)	.006	.001	.011	.018	.001	.000		.000
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
Total	Pearson Correlation	.556**	.729**	.651**	.564**	.794**	.847**	.885**	1
	Sig. (2-tailed)	.007	.000	.001	.006	.000	.000	.000	
	N	22	22	22	22	22	22	22	22

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

Dari tabel diatas, rata-rata nilai r hitung $> r$ tabel, maka dengan ini semua variabel Y valid, sedangkan untuk Reliabilitas nilai *cronbach's alpha* $0,894 > 0,6$ maka semua variabel Y Reliabel.

b. Uji Asumsi (Normalitas, Linearitas, Homogenitas)

1) Uji Normalitas

Pada pengujian normalitas ini menggunakan Normalitas

Kolmogorov-Smirnov, dengan dasar pengambilan keputusan 73

sebagai berikut:

- a) Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data penelitian berdistribusi normal.
- b) Dan jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka data penelitian berdistribusi tidak normal.

Tests of Normality^{b,c,d,e,f,g}

		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
Pengunaan Instagram		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kesehatan Mental	60	.260	2	.			
	71	.299	3	.	.915	3	.433

a. Lilliefors Significance Correction

b. Kesehatan Mental is constant when Pengunaan Instagram = 63. It has been omitted.

c. Kesehatan Mental is constant when Pengunaan Instagram = 66. It has been omitted.

d. Kesehatan Mental is constant when Pengunaan Instagram = 67. It has been omitted.

e. Kesehatan Mental is constant when Pengunaan Instagram = 69. It has been omitted.

f. Kesehatan Mental is constant when Pengunaan Instagram = 70. It has been omitted.

g. Kesehatan Mental is constant when Pengunaan Instagram = 74. It has been omitted.

Berdasarkan *output* SPSS diatas, diketahui bahwa nilai Sig. *Kolmogorov-Smirnov* sebesar $0,433 > 0,05$. Dengan dasar keputusan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

2) Uji Linearitas

Uji Linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan yang linier secara signifikan antar variabel, dengan dasar pengambilan keputusan sebagai berikut:

- a) Jika nilai *deviation from linearity* sig. $> 0,05$ maka ada hubungan yang linear secara signifikan antar variabel

independen dengan variabel dependen.

- b) Jika nilai *deviation from linearity* sig. < 0,05 maka tidak ada hubungan yang linear secara signifikan antar variabel independen dengan variabel dependen.

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kesehatan Mental * Penggunaan Instagram	Between Groups	(Combined)	370.227	7	52.890	1.001	.553
		Linearity	35.782	1	35.782	.677	.471
		Deviation from Linearity	334.445	6	55.741	1.055	.525
	Within Groups		158.500	3	52.833		
	Total		528.727	10			

Berdasarkan *output* SPSS diatas, diketahui bahwa nilai *deviation of linearity* sebesar $0,525 > 0,5$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear yang signifikan antara Penggunaan Instagram (variabel X) dengan Kesehatan Mental (variabel Y).

3) Uji Homogenitas

Pengujian homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah *varians* dari 2 atau lebih kelompok dinyatakan sama atau tidak, dasar pengambilan keputusan dalam uji homogenitas adalah sebagai berikut:

- a) Jika nilai sig. > 0,05 maka *varians* adalah *homogen*.
b) Jika nilai sig. < 0,05 maka *varians* tidak *homogen*.

ANOVA

Kesehatan Mental

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	370.227	7	52.890	1.001	.553
Within Groups	158.500	3	52.833		
Total	528.727	10			

Berdasarkan *output* SPSS diatas, nilai sig. sebesar $0,553 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa *varians* data adalah *homogen*.

c. Uji Regresi Linier Sederhana

Analisis regresi linear sederhana digunakan untuk menguji pengaruh satu variabel terhadap variabel lainnya. Dengan dasar pengambilan keputusan sebagai berikut:

- 1) Jika nilai sig. $< 0,05$ maka dapat disimpulkan adanya pengaruh terhadap variabel Y.
- 2) Jika nilai sig. $> 0,05$ maka dapat disimpulkan tidak adanya pengaruh terhadap variabel Y.

Coefficients ^a					
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.
		B	Std. Error	Beta	
1	(Constant)	-26.245	38.149		.517
	Penggunaan Instagram	1.198	.357	.808	.015

a. Dependent Variable: Kesehatan Mental

Berdasarkan nilai Sig. Dari tabel *coefficients* diperoleh nilai sebesar $0,015 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel

Penggunaan Instagram (X) berpengaruh terhadap variabel Kesehatan Mental (Y).

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.808 ^a	.653	.595	6.649

a. Predictors: (Constant), Penggunaan Instagram

Tabel diatas menjelaskan besarnya nilai korelasi atau hubungan (R) yaitu sebesar 0,808 dan diperoleh R *Square* sebesar 0,653 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh Penggunaan Instagram (variabel bebas) terhadap Kesehatan Mental (variabel terikat) sebesar 65,3%.

d. Uji Hipotesis

Coefficients ^a					
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.
		B	Std. Error	Beta	
1	(Constant)	-26.245	38.149		.517
	Penggunaan Instagram	1.198	.357	.808	.015

a. Dependent Variable: Kesehatan Mental

Nilai t hitung dapat dilihat pada tabel diatas, yakni sebesar 3,358. Adapun nilai t tabel dapat dicari menggunakan rumus berikut:

$$T_{\text{tabel}} = (\alpha/2; n-k-1)$$

dengan keterangan:

$$\alpha = 0,05$$

$n = \text{jumlah sampel} = 33$

$k = \text{jumlah variabel (x)} = 1$

setelah mengetahui rumus tersebut, kemudian dilakukan proses menghitung dengan cara memasukkan angka yang didapatkan ke dalam rumus diatas.

$T \text{ tabel} = (\alpha/2; n-k-1)$

$T \text{ tabel} = (0,05/2; 33-1-1)$

$T \text{ tabel} = (0,025; 31)$

$T \text{ tabel} = 2,039$

Berdasarkan hasil dari rumus diatas, didapatkan hasil yaitu nilai $T \text{ hitung} = 3,358$ dan $T \text{ tabel} = 2,039$. Dikarenakan nilai $T \text{ hitung} > T \text{ tabel}$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh Penggunaan Instagram (variabel X) terhadap Kesehatan Mental (variabel Y).

D. Pembahasan Hasil Penelitian

Penggunaan Instagram telah menjadi hal yang wajar dalam kehidupan seorang mahasiswa dari berbagai bidang seperti Ilmu Pengetahuan, Sarana Perbelanjaan secara Daring, Hiburan dan hal-hal lainnya. Pada penelitian yang berjudul “Pengaruh Penggunaan Instagram Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Program Studi Pendidikan

Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Angkatan 2021” mempunyai 2 rumusan masalah yang dibahas sebagai berikut:

Pertama, Apakah terdapat pengaruh Penggunaan Instagram Terhadap Kesehatan Mental pada mahasiswa Prodi PAI pada UII di angkatan 2021.

Menurut penelitian yang didapat oleh peneliti, adanya dampak atau pengaruh penggunaan Instagram pada kesehatan remaja mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021. Dapat dilihat pada nilai koefisien yang signifikansinya pada angka $0,015 < 0,05$. Serta didapat hasil dari T_{hitung} senilai $3,358 > T_{tabel}$ sebesar 2,039. Sehingga dapat disimpulkan bahwa Penggunaan Instagram memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021. Dengan begitu menerima H_a dan menolak H_0 yang berarti Penggunaan Instagram (variabel X) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Kesehatan Mental (variabel Y). Menurut Siswandari, Gayatri dan rachmawati dalam jurnalnya yang berjudul “Hubungan Penggunaan Platform Instagram dengan Masalah Kesehatan Mental Remaja” remaja yang telah melewati masa kanak-kanak sampai pada usia matang merupakan mayoritas yang mengakses aplikasi Instagram di negara Indonesia yang mencapai hampir 60% dari total kependudukan di Indonesia.²³

²³ Siswandari, N. I., Gayatri, R. W., & Rachmawati, W. C. (2021). Hubungan

Dari sumber lain juga menyebutkan, bahwa mental yang sedang sehat berpotensi mempengaruhi aspek-aspek yang ada di lingkungan sekitar orang tersebut karena ini dapat membuat seseorang bijak dalam menentukan sesuatu, menjalin relasi, serta membangun kehidupan di lingkungannya.²⁴

Pendapat dari 2 sumber sejalan dengan apa yang peneliti lakukan bahwa kesehatan mental remaja mayoritas terkontaminasi oleh konten-konten dalam aplikasi Instagram. Sebagai contoh, konten-konten yang diposting oleh akun @halimahalaydrus yang berisi *quotes* tentang pengingat akhirat.

Remaja cenderung mengamati dan mencontoh seseorang atau sesuatu yang mereka kagumi dalam aplikasi Instagram, atau biasa disebut juga sebagai *role model*. Instagram sendiri memiliki jutaan *content creator* dari berbagai macam bidang seperti *fashion*, *sport*, *motivation*, bahkan *tips and trick*. Masing-masing *content creator* memiliki kekhasannya tersendiri yang membuat mereka memiliki daya tarik dan *follower* yang tidak sedikit.

Tentu saja segala sesuatu memiliki sisi positif dan sisi negatif, begitu juga dengan Instagram. Penggunaan Instagram dapat membantu menambah luas wawasan yang dimiliki oleh pengguna dalam segala

penggunaan platform instagram dengan masalah kesehatan mental remaja. *Sport Science and Health*, 3(11), hal. 872-883.

²⁴ Sari, I. M. M., Daka, R., & Sari, N., (2021). Penggunaan Instagram dan Kesehatan Mental Remaja di Kota Bandar Lampung, Tahun 2021. *In Prosiding Forum Ilmiah tahunan (FIT) IAKMI*.

macam hal serta Instagram juga dapat membuat ruang maya yang dapat mendekatkan penggunanya untuk berinteraksi dengan lebih cepat tanpa kendala waktu dan tempat. Namun, Penggunaan Instagram juga dapat menimbulkan efek negatif seperti kontak fisik di dunia nyata yang mulai berkurang, banyaknya konten yang berisi berita palsu atau *hoax* bahkan dapat membuat seseorang memaksakan dirinya untuk mengikuti trend yang ada dikarenakan takut ketinggalan trend tersebut, atau marak disebut dengan FOMO (*fear of missing out*).

Pada penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh penggunaan Instagram terhadap kesehatan mental mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia angkatan 2021 yang dimana pengaruh tersebut memiliki poin positif. Dengan mudahnya penggunaan Instagram dari berbagai macam *tools* yang disediakan didalamnya, mahasiswa dapat melakukan *upgrade* pada dirinya baik dari sisi fisik maupun *habit*. Namun tak dipungkiri juga bahwa Konten Instagram yang ambigu dapat menimbulkan salah paham dan hal ini bisa jadi mendarah daging dalam pemikiran mahasiswa yang kemudian menjadi tutur kata dan perlakuan yang spontan dilakukan.

Kedua, Seberapa besar tingkat Pengaruh Penggunaan Instagram terhadap Kesehatan Mental mahasiswa Prodi PAI di UII pada angkatan 2021. Dari penelitian yang peneliti lakukan, ditemukan bahwa nilai *R square* sebesar 0,653 yang dapat disimpulkan bahwa pengaruh Penggunaan Instagram (sebagai variabel X) terhadap Kesehatan mental

(sebagai variabel Y) sebesar 65,3%. Dengan pengaruh 65,3% menunjukkan bahwa pengaruh penggunaan Instagram terhadap kesehatan mental remaja yang menjadi responden pada penelitian ini terbilang cukup tinggi. Namun, masih ada faktor lain yang mempengaruhi kesehatan mental seseorang. Berikut hal-hal eksternal yang berdampak pada kesehatan mental sebagai berikut:

- 1) Pola asuh, pola asuh orang tua yang terlalu otoriter dapat membuat merasa bahwa dirinya hanya menjadi boneka hidup yang kesehariannya harus diatur oleh orang tuanya. Sebaliknya, pola orang tua yang permisif atau yang suka mengizinkan dapat menyebabkan berbagai hal negatif, seperti kerusakan moral karena tidak adanya batasan yang jelas antara hal yang benar dan hal yang salah, dapat menyebabkan tindakan kriminalitas, perasaan ketidakadilan karena orang yang melakukan kesalahan tidak mendapat hukuman yang setimpal, serta pola asuh permisif dapat menyebabkan hilangnya rasa hormat kepada aturan dan norma-norma yang ada.
- 2) Pengaruh lingkungan teman sebaya, lingkungan punya dampak yang signifikan dalam membentuk karakter seseorang. Lingkungan yang baik akan menciptakan pribadi yang baik, sebaliknya lingkungan yang buruk akan menciptakan pribadi yang kurang baik. Lingkungan dapat

memaksa seseorang dengan kepribadian baik menjadi kurang baik, bahkan jika pribadi itu tetap kukuh pada pendiriannya, dia akan dikucilkan bahkan disakiti yang dimana hal ini dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental pada diri seseorang yang diperlakukan seperti itu.

- 3) Kurangnya rasa bersyukur, rasa bersyukur yang kurang dapat menyebabkan rasa iri dan dengki, yang dimana perasaan ini dapat menyakiti dirinya sendiri maupun orang lain. Rasa iri dan dengki menyakiti diri dengan cara membuat hati merasa tidak nyaman apabila ada seseorang yang memiliki kelebihan yang tidak dimiliki dirinya, yang kemudian hati tersebut melupakan apa yang seharusnya menjadi kewajibannya dan membuat pemiliknya menjadi lebih emosional, adapun rasa kurang bersyukur ini dapat mencelakakan orang lain yaitu dengan cara mendoakan yang buruk menimpa orang lain itu atau bahkan menyakiti orang tersebut secara fisik. Hal ini juga mempengaruhi fungsi positif dalam diri seseorang yang seharusnya digunakan untuk melakukan hal-hal baik kepada sekitar menjadi melakukan hal-hal buruk yang dapat mencelakai orang-orang di sekitarnya.
- 4) Perempuan cenderung memiliki resiko masalah kesehatan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, hal ini dikarenakan perempuan cenderung memakai perasaan

daripada logika, sehingga mereka akan bertindak sesuai dengan kata hati mereka tanpa pikir panjang dan menilai apapun sesuai dengan kata hati mereka juga.²⁵

- 5) Proses belajar daring, proses pembelajaran secara daring yang bermula pada masa pandemi covid-19 membuat para pelajar yang merasa tertekan. Hal ini disebabkan oleh banyaknya faktor baru yang hanya mereka alami pada saat pembelajaran secara daring, diantaranya ialah banyaknya materi pembelajaran yang diharuskan untuk dipelajari secara mandiri karena waktu kelas daring terbatas dan hanya memungkinkan bertanya diluar forum walaupun kadang jawaban dari pengajar belum bisa memuaskan bagi muridnya, adanya masalah pribadi mahasiswa yang terkadang membuatnya tidak dapat mengikuti pembelajaran daring yang berdampak membuat mahasiswa tersebut tidak paham akan materi yang telah disampaikan oleh dosennya pada pertemuan sebelumnya, dan tenaga pengajar atau dosen sering mengubah waktu kuliah yang mungkin dimana salah satu atau beberapa mahasiswa tidak dapat mengikutinya karena bertabrakan dengan jam pada mata kuliah lain atau ada urusan pada saat yang bersamaan dengan jam pengganti tersebut. Hal-hal tersebut juga dapat membuat kesehatan

²⁵ Fetty, R., Ribka, P. S., Berthiana, T., Barto, M., (2022) *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja*. Jurnal Surya Medika vol. 8 no. 3, hal.279-280.

mental seorang remaja terganggu.

- 6) Pola makan, selama belajar secara daring, mahasiswa cenderung mengalami pengurangan aktivitas fisik, peningkatan waktu didepan layar gadget bahkan berubahnya pola makan. Perubahan pola makan dapat membuat seorang pelajar atau mahasiswa mengalami kekurangan asupan gizi dan nutrisi yang membuat mahasiswa menjadi lebih cepat lemas dan perubahan pola makan ini juga dapat meningkatkan kadar stress karena berada ditempat yang sama selama beberapa jam tanpa adanya aktivitas fisik yang mencukupi.
- 7) Isolasi sosial, efek psikologis dari covid-19 secara tidak langsung mempengaruhi kesehatan mental dan fisik seorang pelajar atau mahasiswa. Kebiasaan-kebiasaan seorang pelajar atau mahasiswa yang biasanya beraktivitas keluar rumah untuk mengikuti pembelajaran tergantikan oleh beradanya seorang mahasiswa tersebut didepan laptop atau hp nya dalam kurun waktu yang lama, hal ini dapat merusak mental yang biasanya mereka bertegur sapa dengan orang yang lewat menjadi hanya berada di rumah dan memandangi layar selama perkuliahan, serta dapat merusak jaringan otot seorang pelajar atau mahasiswa yang mulai jarang bergerak karena mengikuti pembelajaran secara daring.²⁶

²⁶ Melina, S. A., Herbawani, C. K. (2022). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi kesehatan mental Remaja selama Pandemi Covid-19: Tinjauan Literatur*. MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA. Hal. 289-291.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian yang sudah dipaparkan pada bab sebelumnya dapat kita ambil kesimpulan sebagai berikut:

Pertama, adanya pengaruh positif penggunaan Instagram terhadap kesehatan mental remaja pada Prodi PAI di UII angkatan 2021 dengan ditemukannya nilai pada nilai koefisien yang signifikansinya pada angka $0,015 < 0,05$. Serta didapat hasil dari T_{hitung} senilai $3,358 > T_{tabel}$ sebesar 2,039, dari sini dapat diambil keputusan bahwa hipotesisnya menerima H_a dan menolak H_0 .

Kedua, ditemukan pengaruh penggunaan Instagram sebesar 65,3% terhadap kesehatan mental remaja pada Prodi PAI di UII angkatan 2021. Data menunjukkan adanya 34,7% faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini yang mempengaruhi kesehatan mental seorang mahasiswa. Sebagai contoh yaitu pola asuh orang tua, faktor lingkungan, serta faktor kurangnya rasa bersyukur dalam diri seseorang.

B. Saran

Berdasarkan penelitian ini, peneliti mempunyai beberapa saran sebagai berikut:

1. Mahasiswa diharapkan dapat memilah dan memilih akun-akun

Instagram yang dapat memberi pengaruh positif pada 73

kehidupannya.

2. Kepada orang tua, diharapkan selalu memperhatikan kebiasaan dan tingkah laku anaknya dalam menggunakan media sosial serta memberikan edukasi bagaimana cara memilah informasi mana yang harus diambil sepenuhnya dan mana yang belum tentu kebenarannya.
3. Untuk lingkungan universitas ini secara umum, yaitu Universitas Islam Indonesia dapat membuat suatu perubahan yang dapat membuat kalangan mahasiswanya tidak terlalu menjadikan hal yang ada di media sosial khususnya Instagram menjadi acuan atau standar untuk menentukan apa yang akan dilakukan atau menentukan sesuatu berdasarkan kriteria yang dimana kriteria tersebut tidak masuk akal.
4. Kepada Prodi, peneliti berharap penelitian ini dapat menjadi sesuatu yang bermanfaat untuk membuat ruang lingkup Prodi menjadi lebih mempunyai nuansa pembelajaran yang lebih luas baik dalam hal keilmuan maupun dalam hal pengalaman secara langsung.
5. Diharapkan kepada Dosen agar memperhatikan dan mengawasi tingkah laku mahasiswanya. Serta memberikan edukasi tentang penggunaan media sosial terutama Instagram bagaimana cara menggunakan Instagram yang baik dan benar.
6. Demikian penelitian yang peneliti lakukan, semoga dengan

penelitian ini mampu dimanfaatkan oleh pihak Prodi ataupun Fakultas agar dapat dilakukan penelitian yang lebih mendalam tentang media sosial berupa Instagram serta kepribadian mahasiswanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, R., 2015. *Pengaruh Media Sosial Instagram terhadap Minat Fotografi pada Komunitas Fotografi Pekanbaru*. Pekanbaru:JomFISIP.
- Amalia, R. 2020. Hubungan Konformitas dengan Motivasi Belajar (Studianalisis Santri Puteri di Pondok Pesantren Nurul Islam KarangCempaka Bluto Sumenep). *Al Iman: Jurnal Keislaman dan Kemasyarakatan*, 4(1), 154-174.
- Asrulla, R., Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320-26332.
- Djollong, A. F. 2014. Tehnik pelaksanaan penelitian kuantitatif. *Istiqra: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 2(1).
- Efendi, M. S., & Fatgehipon, A. H. 2024. Media Sosial Instagram dalam Membangun Eksistensi Diri Remaja. *Jurnal Intelek Dan Cendikiawan Nusantara*, 1(2), 3061-3068.
- Fetty, R., Ribka, P. S., Berthiana, T.,Barto, M., 2022. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja*. *Jurnal Surya Medika* vol. 8 no. 3, hal.279-280.
- Mallisa dan Elma Ingga. 2017. “*Pengaruh Kompetensi Karyawan Dan Budaya Organisasi Terhadap Prestasi Kerja Karyawan Pt Industri Telekomunikasi Indonesia (Persero)*”. Skripsi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis UNPAS Bandung).
- Melina, S. A., Herbawani, C. K. 2022. *Faktor-faktor yang*

Mempengaruhi kesehatan mental Remaja selama Pandemi Covid-19: Tinjauan Literatur. MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA.

Migel, A. H., Enggar, D. L., Maryam. K., Nafida. H. M. 2022. *Pengaruh Ketergantungan Media Sosial Instagram Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa. JKOMDIS: Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial.*

Nabila, N., Harjono, A., & Ermiana, I. 2021. Pengaruh Keterampilan Proses IPA Kelas IV dengan Model Student Facilitator and Explaining (SFE). *BIOCHEPHY: Journal of Science Education, 1(1)*, 24-30.

Nartin, N., & Musin, Y. 2022. Peran Pemerintah Daerah Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Masyarakat Dimasa Pandemi Covid-19 (Studi Pada Kantor Camat Tinanggea Kabupaten Konawe Selatan). *Sibatik Journal: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya, Teknologi, Dan Pendidikan, 1(3)*, 163-172.

Putri., Nurwati., 2016. *Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja.* Prosiding dan Pengabdian kepada Masyarakat.

Segoro, W., & Pratiwi, W. K. 2021. Pengaruh Lingkungan Kerja, Disiplin Kerja Dan Motivasi Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan CV. Gema Teknikatama Cibitung. *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial, 2(2)*, 880-888.

Setiawan, R. F., Wirayana, W., & Adiaksa, M. D. R. 2025. Pengaruh Cyberbullying Pada Kesehatan Mental Mahasiswa Di Daerah

Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan* |
E-ISSN: 3063-1467, 1(4), 161-166.

Utami, Y. 2023. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Instrument
Penilaian Kinerja Dosen. *Jurnal Sains Dan Teknologi*, 4(2),
21-24.

Syaipudin, L., & Awwalin, I. 2022. Strategi Promosi Melalui
Pemanfaatan Media Sosial Instagram Dalam Meningkatkan
Penjualan pada Home Industry Baso Aci Mahira
Lamongan. *Sanskara Manajemen Dan Bisnis*, 1(01), 31–42.

Wiranata, M. A., Opah, O., Megantara, M. F., & Resantari, S. R. 2022.
Penggunaan media sosial Instagram secara berlebihan
dikalangan anak remaja. *Cebong Journal*, 1(2), 41-46.

LAMPIRAN

1. CV

CURRICULUM VITAE [CV]

Identitas

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap	Azrul Maulana Khadafi
2	Jenis Kelamin	Laki-laki
3	Tempat dan tanggal lahir	Pamekasan, 23 Juni 2001
4	Alamat lengkap	Dusun Sumber RT 002 /RW 001 Desa Panaguan Kecamatan Larangan Kabupaten Pamekasan
5	Nomor telephone	-
6	Email	maulanakhadafi01@gmail.com
8	Nomor Telepon / HP	087059895912
9	Alamat tinggal	pp Sunan Pandanaran komplek 4 - Sardonoarjo, Ngaglik, Sleman, DI Yogyakarta

Pendidikan

B. Riwayat Pendidikan

	SMP	SMA	S 1
Nama Sekolah/PT	SMP Tahfidz Al-Amien	MA Tahfidz Al-Amien	UII
Bidang Ilmu	-	-	PAI
Tahun Masuk – Lulus	2014-2017	2017-2020	2021-
Judul karya ilmiah/Skripsi	-	-	
Nama Pembimbing	-	-	

Kemampuan

C. Pengalaman Mendapat penghargaan atau prestasi dalam 5 Tahun Terakhir (di sekolah atau luar sekolah)

No	Tahun	Jenis /kategori	Penghargaan
----	-------	-----------------	-------------

			Sumber Sekolah atau non sekolah	Uang Jml (Juta Rp) Atau non uang (piala,sertifikat dll) sebutkan
1	2023	Edufest 2023/ karya terfavorit	Sekolah	Sertifikat + uang
2	2020	Wisudawan 30 Juz	Sekolah	Piagam + cinderamata
3	2020	-		
4	2019	-		
5	2018	-		

Pengalaman Organisasi

D. Pengalaman Berorganisasi

No	Tahun	Jenis Organisasi	Organisasi	
			Di sekolah	Luar sekolah
1	2022	Anggota Musyrif	Sekolah	
2	2021	-		
3	2020	-		
4	2019	-		
5	2018	Pengurus parade apel tahunan ke 66 Pengurus bagian bahasa Bagian bk di English week 2018 Muharrik lughah di usbu'ul Lughah 2018 Tim sukses kegiatan "baca" angkatan 24	sekolah	

2. Surat Keterangan Selesai Penelitian

3.



FAKULTAS
ILMU AGAMA ISLAM

Gedung K.H. Wahid Hasyim
Kampus Terpadu Universitas Islam Indonesia
Jl. Kaliurang km 14,5 Yogyakarta 55584
T. (0274) 898444 ext. 4511
F. (0274) 898463
E. fiaii@uii.ac.id
W. fis.uui.ac.id

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

No. 43/Kaprodi.PAI/10/PAI/III/2025

Assalamualaikum Wr. Wb.

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Mir'atun Nur Arifah, M.Pd.I

NIK : 174220101

Jabatan : Ketua Program Studi PAI

Jurusan Studi Islam (JSI) Fakultas Ilmu Agama Islam (FIAI)

Universitas Islam Indonesia (UII)

Menerangkan mahasiswa atas nama :

Nama : Azrul Maulana Khadafi

NIM : 21422078

Prodi : Ilmu Agama Islam Program Magister

Fakultas Ilmu Agama Islam (FIAI) Universitas Islam Indonesia (UII)

Menerangkan bahwa mahasiswa yang bersangkutan di atas benar telah selesai melaksanakan penelitian di Program Studi Pendidikan Agama Islam UII terhitung 13 November 2024 s/d Februari 2025 dalam rangka penyusunan tesis dengan judul :

“Pengaruh Penggunaan Instagram Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Angkatan 2021”

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat digunakan dengan semestinya.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 13 Maret 2025 M

13 Ramadhan 1446 H

Kaprodi PAI



Mir'atun Nur Arifah, M.Pd.I

4. Data Analisis

a. Angket Uji Coba Penelitian

**KUESIONER PENELITIAN TENTANG PENGARUH
PENGUNAAN INSTAGRAM TERHADAP KESEHATAN
MENTAL MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN
AGAMA ISLAM FAKULTAS ILMU AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA ANGKATAN 2021**

Kolom identitas responden:

Nama :

NIM :

Petunjuk pengisian instrumen:

1. Responden mengisi kolom identitas terlebih dahulu
2. Instrumen berisikan pernyataan dengan jawaban dalam bentuk jawaban sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju.
3. Responden memilih salah satu diantara 4 pernyataan diatas yang dianggap paling sesuai.

Kolom Kuesioner

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Instagram memberi pelayanan berbagi foto atau video secara online				
2	Pengguna Instagram dapat mengatur feed sesuai dengan kemauannya sendiri				
3	Pengguna Instagram dapat				

	menemukan konten yang sedang tren				
4	Instagram mempunyai akses informasi yang cepat dan terbuka				
5	Instagram mempunyai standar literasi yang bagus				
6	Pengguna mudah dalam menggunakan <i>tools</i> dalam Instagram				
7	Instagram bersifat <i>user-friendly</i>				
8	Gangguan kesehatan mental dapat mengganggu produktivitas seseorang				
9	Mengenali tanda-tanda dan gejala gangguan kesehatan mental adalah langkah pertama untuk mendapat bantuan yang diperlukan				
10	Kesehatan mental dipengaruhi oleh lingkungan				
11	Kesehatan mental dipengaruhi oleh tekanan dari orang lain				
12	Kesehatan mental dipengaruhi oleh faktor depresi, trauma, dan stress				
13	Pengguna terkadang merasa stress ketika mengakses Instagram				
14	Munculnya perubahan sikap yang signifikan pasca menggunakan Instagram				
15	Setelah melihat konten <i>romance</i>				

	di Instagram, pengguna merasa dicintai oleh orang-orang sekitar				
16	Konten di Instagram dapat menumbuhkan perasaan bahwa orang lain peduli dan percaya kepada kita				

b. Angket Penelitian

**KUESIONER PENELITIAN TENTANG PENGARUH
PENGUNAAN INSTAGRAM TERHADAP KESEHATAN
MENTAL MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN
AGAMA ISLAM FAKULTAS ILMU AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA ANGKATAN 2021**

Kolom identitas responden:

Nama :

NIM :

Petunjuk pengisian instrumen:

1. Responden merupakan mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Angkatan 2021
2. Responden aktif dalam menggunakan Instagram selama masa kuliah
3. Responden mengisi kolom identitas terlebih dahulu
4. Instrumen berisikan pernyataan dengan jawaban dalam bentuk jawaban sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak

setuju.

5. Responden memilih salah satu diantara 4 pernyataan diatas yang dianggap paling sesuai.

Kolom Kuesioner

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Instagram memberi pelayanan berbagi foto atau video secara online				
2	Pengguna Instagram dapat mengatur feed sesuai dengan kemauannya sendiri				
3	Pengguna Instagram dapat menemukan konten yang sedang tren				
4	Instagram mempunyai akses informasi yang cepat dan terbuka				
5	Instagram mempunyai standar literasi yang bagus				
6	Pengguna mudah dalam menggunakan <i>tools</i> dalam Instagram				
7	Instagram bersifat <i>user-friendly</i>				
8	Gangguan kesehatan mental dapat mengganggu produktivitas seseorang				
9	Mengenali tanda-tanda dan gejala gangguan kesehatan mental adalah langkah pertama untuk mendapat bantuan yang				

	diperlukan				
10	Kesehatan mental dipengaruhi oleh lingkungan				
11	Kesehatan mental dipengaruhi oleh tekanan dari orang lain				
12	Kesehatan mental dipengaruhi oleh faktor depresi, trauma, dan stress				
13	Pengguna terkadang merasa stress ketika mengakses Instagram				
14	Munculnya perubahan sikap yang signifikan pasca menggunakan Instagram				
15	Setelah melihat konten <i>romance</i> di Instagram, pengguna merasa dicintai oleh orang-orang sekitar				
16	Konten di Instagram dapat menumbuhkan perasaan bahwa orang lain peduli dan percaya kepada kita				

5. Hasil Uji SPSS

a. Uji Validitas dan Reliabilitas

Tabel Uji Validitas X

Correlations									
		P1	P2	P3	P4	P5	P8	P9	Total
P1	Pearson Correlation	1	.417	.207	.323	.531*	.207	.323	.545**
	Sig. (2-tailed)		.054	.356	.142	.011	.356	.142	.009
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P2	Pearson Correlation	.417	1	.486*	.300	.477*	.318	.080	.446*
	Sig. (2-tailed)	.054		.022	.175	.025	.150	.724	.038
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P3	Pearson Correlation	.207	.486*	1	.410	.531*	.174	.312	.572**
	Sig. (2-tailed)	.356	.022		.058	.011	.439	.158	.005
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P4	Pearson Correlation	.323	.300	.410	1	.226	.704**	.233	.757**
	Sig. (2-tailed)	.142	.175	.058		.312	.000	.298	.000
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P5	Pearson Correlation	.531*	.477*	.531*	.226	1	.199	.118	.552**
	Sig. (2-tailed)	.011	.025	.011	.312		.374	.601	.008
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P8	Pearson Correlation	.207	.318	.174	.704**	.199	1	.116	.708**
	Sig. (2-tailed)	.356	.150	.439	.000	.374		.608	.000
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P9	Pearson Correlation	.323	.080	.312	.233	.118	.116	1	.519*
	Sig. (2-tailed)	.142	.724	.158	.298	.601	.608		.013
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
Total	Pearson Correlation	.545**	.446*	.572**	.757**	.552**	.708**	.519*	1
	Sig. (2-tailed)	.009	.038	.005	.000	.008	.000	.013	
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).									
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).									

Tabel Uji Validitas Y

		Correlations							
		P11	P13	P14	P16	P17	P18	P20	Total
P11	Pearson Correlation	1	.280	.000	.527*	.295	.528*	.565**	.556**
	Sig. (2-tailed)		.207	1.000	.012	.182	.012	.006	.007
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P13	Pearson Correlation	.280	1	.534*	.304	.405	.706**	.637**	.729**
	Sig. (2-tailed)	.207		.010	.168	.062	.000	.001	.000
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P14	Pearson Correlation	.000	.534*	1	.418	.508*	.316	.530*	.651**
	Sig. (2-tailed)	1.000	.010		.053	.016	.152	.011	.001
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P16	Pearson Correlation	.527*	.304	.418	1	.463*	.333	.498*	.564**
	Sig. (2-tailed)	.012	.168	.053		.030	.130	.018	.006
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P17	Pearson Correlation	.295	.405	.508*	.463*	1	.612**	.673**	.794**
	Sig. (2-tailed)	.182	.062	.016	.030		.002	.001	.000
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P18	Pearson Correlation	.528*	.706**	.316	.333	.612**	1	.721**	.847**
	Sig. (2-tailed)	.012	.000	.152	.130	.002		.000	.000
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
P20	Pearson Correlation	.565**	.637**	.530*	.498*	.673**	.721**	1	.885**
	Sig. (2-tailed)	.006	.001	.011	.018	.001	.000		.000
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
Total	Pearson Correlation	.556**	.729**	.651**	.564**	.794**	.847**	.885**	1
	Sig. (2-tailed)	.007	.000	.001	.006	.000	.000	.000	
	N	22	22	22	22	22	22	22	22

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

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

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	22	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	22	100.0

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

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.894	14

b. Uji Asumsi

Uji Normalitas

Tests of Normality^{b,c,d,e,f,g}

		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kesehatan Mental	60	.260	2	.			
	71	.299	3	.	.915	3	.433

a. Lilliefors Significance Correction

b. Kesehatan Mental is constant when Penggunaan Instagram = 63. It has been omitted.

c. Kesehatan Mental is constant when Penggunaan Instagram = 66. It has been omitted.

d. Kesehatan Mental is constant when Penggunaan Instagram = 67. It has been omitted.

e. Kesehatan Mental is constant when Penggunaan Instagram = 69. It has been omitted.

f. Kesehatan Mental is constant when Penggunaan Instagram = 70. It has been omitted.

g. Kesehatan Mental is constant when Penggunaan Instagram = 74. It has been omitted.

Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kesehatan Mental * Penggunaan Instagram	Between Groups	(Combined)	370.227	7	52.890	1.001	.553
		Linearity	35.782	1	35.782	.677	.471
		Deviation from Linearity	334.445	6	55.741	1.055	.525
	Within Groups		158.500	3	52.833		
	Total		528.727	10			

Uji Homogenitas

ANOVA

Kesehatan Mental

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	370.227	7	52.890	1.001	.553
Within Groups	158.500	3	52.833		
Total	528.727	10			

c. Uji Regresi Linear Sederhana

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Penggunaan Instagram ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: Kesehatan Mental

b. All requested variables entered.

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-26.245	38.149		-.688	.517
	Penggunaan Instagram	1.198	.357	.808	3.358	.015

a. Dependent Variable: Kesehatan Mental

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.808 ^a	.653	.595	6.649

a. Predictors: (Constant), Penggunaan Instagram

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	498.602	1	498.602	11.277	.015 ^b
	Residual	265.273	6	44.212		
	Total	763.875	7			

a. Dependent Variable: Kesehatan Mental

b. Predictors: (Constant), Penggunaan Instagram

d. Uji hipotesis

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-26.245	38.149		-.688	.517
	Penggunaan Instagram	1.198	.357	.808	3.358	.015

a. Dependent Variable: Kesehatan Mental

e. Data responden Angket

1	4	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	2
2	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	2	2	3	3
3	4	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	3	3	2	3	2
4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	2	4	3
5	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2
6	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	4	3	2
7	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2
10	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	2	3	3	3

11	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2
12	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3
13	4	4	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3
14	4	3	2	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
15	4	2	3	2	2	3	4	4	3	4	4	4	2	3	3	2
16	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3
17	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3
18	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	2	3	4
19	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	2	4	2	3
20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2
21	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2
22	3	4	3	2	3	3	2	3	4	4	3	4	3	3	3	3
23	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3
24	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3
25	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3
26	4	4	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	4	1	3
27	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3
28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	3
29	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	4	3	3	2	3
30	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	4	3	3	2	4
31	3	4	4	4	2	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4
32	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3

33	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3
----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---