

**GAMBARAN TINGKAT *SOCIAL MEDIA FATIGUE*
PADA MAHASISWA DI KOTA MAKASSAR**



DIAJUKAN OLEH:
AYU ADRIANTI AZHARI
NIM: 4517091075

SKRIPSI

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BOSOWA
MAKASSAR

2022



**GAMBARAN TINGKAT *SOCIAL MEDIA FATIGUE*
PADA MAHASISWA DI KOTA MAKASSAR**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar
Sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi (S.Psi)**

OLEH:

AYU ADRIANTI AZHARI

NIM: 4517091075

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BOSOWA
MAKASSAR**

2022

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**GAMBARAN TINGKAT *SOCIAL MEDIA FATIGUE*
PADA MAHASISWA DI KOTA MAKASSAR**

Disusun dan diajukan oleh:

**AYU ADRIANTI AZHARI
NIM: 4517091075**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi
Pada 31 Oktober 2022

Menyetujui:

Pembimbing I

Titin Florentina P, S.Psi., M.Psi., Psikolog.
NIDN: 0931107702

Pembimbing II

A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si.
NIDN: 0908119001

Mengetahui:

**Dekan
Fakultas Psikologi**

Patrawaty Lubis, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.
NIDN: 0921018302

**Ketua Program Studi
Fakultas Psikologi**

A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si.
NIDN: 0908119001

HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN

GAMBARAN TINGKAT *SOCIAL MEDIA FATIGUE*

PADA MAHASISWA DI KOTA MAKASSAR

Disusun dan diajukan oleh:

AYU ADRIANTI AZHARI

4517091075

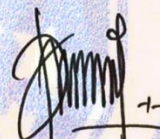
Telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan dihadapan tim Penguji Ujian Hasil Penelitian Pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar Pada 31 Oktober tahun 2022

Pembimbing I



Titin Florentina P, S.Psi., M.Psi., Psikolog.
NIDN: 0931107702

Pembimbing II

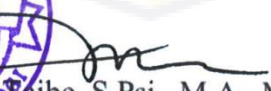


A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si.
NIDN: 0908119001

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar




Patungwa Paibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.
NIDN: 0921018302

HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI HASIL PENELITIAN

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan tim Penguji Ujian Hasil Penelitian Pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar untuk dilaksanakan seminar ujian Hasil Penelitian sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi program strata satu (S1) Psikologi terhadap atas nama:

Nama : Ayu Adrianti Azhari
NIM : 4517091075
Program Studi : Psikologi
Judul : Gambaran Tingkat *Social Media Fatigue*
Pada Mahasiswa Di Kota Makassar

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Titin Florentina P, S.Psi., M.Psi., Psikolog. (.....)
2. A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si. (.....)
3. Musawwir, S.Psi., M.Pd. (.....)
4. Arie Gunawan HZ, S.Psi., M.Psi., Psikolog. (.....)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar



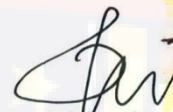
Patnawan Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.
NIDN: 0921018302

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa seluruh bagian dalam skripsi ini merupakan karya saya sendiri tanpa plagiasi baik sebagian maupun keseluruhan. Literatur-literatur yang digunakan dalam skripsi ini, saya rujuk sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Jika dikemudian hari terbukti saya melakukan pelanggaran yakni plagiasi sebagian atau keseluruhan, saya bersedia mendapatkan sanksi baik secara moril maupun non moril dari Fakultas Psikologi Universitas Bosowa.

Makassar, 31 Oktober 2022

Mahasiswa ybs,



Ayu Adhianti Azhari

Nim: 4517091075



Karya ini kupersembahkan untuk mereka:

Kedua orang tuaku,

Saudara-saudaraku,

Keluarga Besar Ali Majid Dg. Bani

Keluarga Besar Pana Patandi

Sahabatku,

Dosen-dosen Fakultas Psikologi yang saya hormati

MOTTO

*"It always seems impossible
until it's done"*

Nelson Mandela

*"Hidup bisa membawaku kemana pun,
tetapi aku akan tetap kerja keras untuk itu"*

Yoon Jeonghan Seventeen

*"Nothing is impossible
if you always try and keep praying"*

Anonim

ABSTRAK

GAMBARAN TINGKAT *SOCIAL MEDIA FATIGUE* PADA MAHASISWA DI KOTA MAKASSAR

Ayu Adrianti Azhari

NIM: 4517091075

Fakultas Psikologi Universitas Bosowa

ayu.adrianti.azhari@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat *social media fatigue* pada mahasiswa di Kota Makassar. Partisipan dalam penelitian ini adalah 400 mahasiswa dengan kriteria yaitu berusia 18-25 tahun dan menghabiskan waktu di media sosial minimal 6 jam perhari. Penelitian ini menggunakan desain penelitian analisis deskriptif dan menggunakan instrumen penelitian yaitu *social media fatigue scale* yang diadaptasi agar sesuai dengan subjek dan konteks peneliti dan memiliki nilai reliabilitas sebesar 0.816 dari total item valid sebanyak 14 item. Berdasarkan hasil analisis maka diperoleh bahwa *social media fatigue* pada mahasiswa di Kota Makassar berada pada tingkat kategorisasi sedang dengan persentase 63.5%.

Kata kunci: *social media fatigue*, media sosial, mahasiswa.

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala karunia nikmat serta hidayahnya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, para sahabatnya, hingga kepada umatnya.

Judul dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “Gambaran Tingkat *Social Media Fatigue* pada Mahasiswa di Kota Makassar”. Semoga skripsi ini dapat membawa manfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan. Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Selain itu, tentunya peneliti tidak dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini tanpa bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu dalam lembaran ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT atas segala nikmat yang telah diberikan kepada peneliti berupa kesehatan, kelancaran, dan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi.
2. Kepada kedua orang yang peneliti cintai yaitu Ayahanda Muhammad Anton Alwaris, S.Pd. dan Ibunda Sumiati Dg. Ngai, S.Pd. yang sangat berjasa dalam hidup peneliti yang senantiasa memberikan doa yang tiada henti-hentinya, sudah selalu sabar menghadapi peneliti yang banyak maunya, dan selalu mendukung peneliti dalam hal apapun sampai peneliti bisa menyelesaikan perkuliahan.
3. Saudara yang peneliti sayangi yaitu kak Ardhina Nur Aflaha, S.Pdi., M.E. dan kak Muhammad Bismar, S.Pd. yang selalu memberikan dukungan kepada peneliti dikala masa-masa sulit dalam melakukan penelitian dan

penyusunan skripsi. Serta tak lupa kedua kakak ipar peneliti yaitu kak Rahmayanti, S.Pd., Gr. dan kak Aldi, S.Kep., yang selalu memberikan semangat kepada peneliti dan mendorong peneliti untuk terus mengerjakan skripsi.

4. Kakak sepupu yang peneliti sayangi yaitu Apt. Dwi Yulianti Alifah, S.Farm., M.Si beserta seluruh keluarganya yang telah banyak memberikan banyak dukungan kepada peneliti selama mengerjakan skripsi.
5. Keluarga besar Ali Majid Dg. Bani dan keluarga besar Pana Patandi yang sudah membantu peneliti dan selalu memberikan banyak dukungan.
6. Ibu Titin Florentina P, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Penasehat Akademik dan pembimbing I. Terima kasih untuk kemurahan hatinya atas ilmu, waktu, dukungan serta bimbingannya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi. Serta tak lupa juga peneliti mengucapkan terimakasih atas nasihat dan juga dorongan yang tiada hentinya saat peneliti berada pada titik terendah dalam menyelesaikan skripsi ini
7. Ibu Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si. selaku pembimbing II, terima kasih atas bimbingan dan arahan kepada peneliti selama proses pengerjaan skripsi. Terima kasih karena telah memberikan dukungan, arahan, dan saran terkait topik dalam penelitian ini.
8. Bapak Musawwir, S.Psi., M.Pd dan Bapak Arie Gunawan HZ, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dewan penguji yang telah memberikan masukan, saran, serta komentar terkait penelitian ini.

9. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Bosowa yang telah memberikan ilmu serta pembelajaran yang tentunya sangat berharga selama peneliti menjadi mahasiswa Psikologi.
10. Seluruh staf tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Bosowa yang telah membantu pengurusan administrasi peneliti selama peneliti menjadi mahasiswi Psikologi.
11. Sahabatku tersayang Andi Besse Khaerunnisa, S.Si yang sudah seperti saudara sendiri, terima kasih sudah sangat bersabar selama 11 tahun terakhir ini direpotkan dan mendengar segala keluh kesah peneliti, terima kasih sudah menjadi sahabat yang saling mendukung agar tidak menjadi malas-malas dalam menyelesaikan perkuliahan, semoga kedepannya kita bisa menjadi orang yang sukses dan dapat bermanfaat bagi orang lain.
12. Teman SMA yang sudah seperti keluarga sendiri yaitu Hikayana, S.Ak dan Annisa Sekar Kinasih, terima kasih selalu memberikan semangat kepada peneliti dan selalu mendorong peneliti untuk menyelesaikan perkuliahan, semoga kita bisa sukses sama-sama.
13. Stephani Inaray, S.Psi., terima kasih telah meluangkan banyak waktunya untuk membantu peneliti serta tak lupa juga selalu memberikan semangat kepada peneliti saat masa-masa sulit. Semoga kita bisa menjadi orang sukses
14. Kepada teman-teman angkatan 2017 “Calon Orang Sukses Bede”, terima kasih atas suka duka, perjuangan, dan kerjasamanya selama peneliti

menjadi mahasiswi. Semoga kalian menempuh kesuksesan masing-masing dan senantiasa dipermudah urusannya oleh Allah SWT.

15. Kak Abdul Razak, S.Psi dan Dwi Yuliastri, S.Psi, terima kasih telah meluangkan waktunya untuk membantu peneliti dalam menganalisis data penelitian.

16. Kepada responden penelitian, terima kasih telah bersedia meluangkan waktu untuk mengisi skala penelitian. Semoga kebaikan selalu menyertai kalian.

Sekali lagi terima kasih terhadap semua pihak, yang terlibat segala bentuk, saran dan masukan selama proses perkuliahan dan sampai pada proses akhir pengerjaan skripsi ini, saya ucapkan terima kasih sebesar-besarnya. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat disetiap pembelajaran dan metode baru dalam menyelesaikan masalah-masalah bagi para pembaca.

Makassar, Oktober 2022

Penulis,

Ayu Adrianti Azhari

Nim: 4517091075

DAFTAR ISI

SAMPUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI HASIL PENELITIAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	10
1.3 Tujuan Penelitian.....	10
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
1. Manfaat Teoritis.....	10
2. Manfaat Praktis.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1 <i>Social Media Fatigue</i>	12
2.1.1 Definisi <i>Social Media Fatigue</i>	12
2.1.2 Aspek-aspek <i>Social Media Fatigue</i>	13
2.1.3 Faktor-faktor <i>Social Media Fatigue</i>	16
2.1.4 Dampak-dampak <i>Social Media Fatigue</i>	19
2.1.5 Pengukuran <i>Social Media Fatigue</i>	25
2.2 Mahasiswa.....	27
2.2.1 Definisi Mahasiswa.....	27
2.2.2 Tugas dan Kewajiban Mahasiswa.....	28
2.2.3 Mahasiswa dalam Teori Perkembangan.....	29
2.3 Kerangka Berpikir.....	31
BAB III METODE PENELITIAN	34
3.1 Pendekatan Penelitian.....	34
3.2 Variabel Penelitian.....	34
3.3 Definisi Variabel.....	35
3.3.1 Definisi Konseptual.....	35
3.3.2 Definisi operasional.....	35
3.4 Populasi Sampel.....	35
3.4.1 Populasi.....	35
3.4.2 Sampel.....	36
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	37

3.6 Uji Instrumen	38
3.6.1 Adaptasi Skala	38
3.6.2 Uji Validitas	40
3.6.3 Uji Reliabilitas	43
3.7 Teknik Analisis Data.....	44
3.8 Jadwal Penelitian	45
BAB IV HASIL PENELITIAN	46
4.1 Hasil Analisis.....	46
4.1.1 Deskripsi Subjek Berdasarkan Demografi	46
4.1.2 Deskripsi Variabel Berdasarkan Tingkat Skor.....	52
4.1.3 Deskriptif Variabel Berdasarkan Aspek.....	54
4.1.4 Deskripsi Variabel Berdasarkan Demografi	59
4.2 Pembahasan	72
4.2.1 Gambaran Umum <i>Social Media Fatigue</i> pada Mahasiswa di Kota Makassar.....	72
4.2.2 Limitasi Penelitian	78
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	79
5.1 Kesimpulan.....	79
5.2 Saran	80
5.2.1 Bagi Mahasiswa.....	80
5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	80
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN-LAMPIRAN	119

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue Print</i> Skala <i>Social Media Fatigue</i>	37
Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Kosntruk.....	42
Tabel 3.3 <i>Blue Print Social Media Fatigue</i> setelah Uji Coba.....	43
Tabel 3.4 Reliabilitas Skala <i>Social Media Fatigue</i>	44
Tabel 3.5 Jadwal Penelitian.....	45
Tabel 4.1 Kategori Skor	52
Tabel 4.2 Hasil Analisis <i>Social Media Fatigue</i>	52
Tabel 4.3 Kategorisasi <i>Social Media Fatigue</i>	53
Tabel 4.4 Distribusi Skor Aspek Kognitif.....	54
Tabel 4.5 Kategorisasi Aspek Kognitif.....	54
Tabel 4.6 Distribusi Skor Aspek Perilaku.....	55
Tabel 4.7 Kategorisasi Aspek Perilaku	56
Tabel 4.8 Distribusi Skor Aspek Emosional.....	57
Tabel 4.9 Kategorisasi Aspek Emosional	58



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	33
Gambar 4.1 Diagram Demografi berdasarkan Usia	46
Gambar 4.2 Diagram Demografi berdasarkan Jenis Kelamin	47
Gambar 4.3 Diagram Demografi berdasarkan Universitas	48
Gambar 4.4 Diagram Demografi berdasarkan Fakultas.....	49
Gambar 4.5 Diagram Demografi berdasarkan Durasi Menggunakan Media sosial.....	50
Gambar 4.6 Diagram Tingkat <i>Social Media Fatigue</i>	53
Gambar 4.7 Diagram Deskriptif Aspek Kognitif	55
Gambar 4.8 Diagram Deskriptif Aspek Perilaku	57
Gambar 4.9 Diagram Deskriptif Aspek Emosional	58
Gambar 4.10 Diagram Skor <i>Social Media Fatigue</i> berdasarkan Usia.....	59
Gambar 4.11 Diagram Skor Tingkat <i>Social Media Fatigue</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	60
Gambar 4.12 Diagram Tingkat Skor <i>Social Media Fatigue</i> Berdasarkan Universitas.....	62
Gambar 4.13 Diagram Tingkat Skor <i>Social Media Fatigue</i> Berdasarkan Fakultas	66
Gambar 4.14 Diagram Tingkat Skor <i>Social Media Fatigue</i> Berdasarkan Durasi Menggunakan Media Sosial	69

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian	119
Lampiran 2 Hasil Uji Validitas Konstruk	123
Lampiran 3 Hasil Uji Reliabilitas	126
Lampiran 4 Hasil Analisis Variabel Berdasarkan Demografi.....	128
Lampiran 5 Hasil Analisis Variabel Berdasarkan Aspek.....	131
Lampiran 6 Hasil Analisis Variabel Berdasarkan Tingkat Skor.....	133
Lampiran 7 Hasil Analisis Gambaran <i>Social Media Fatigue</i> Pada Mahasiswa di Kota Makassar.....	138



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Internet merupakan singkatan dari *interconnected network* yang dimana memiliki fungsi menghubungkan jaringan satu ke jaringan lainnya (Yuhefizar, 2008). Dari fungsi inilah, internet dapat berkembang dan memiliki manfaat bagi perkembangan dunia. Adapun manfaat dari penggunaan internet yaitu memperoleh informasi, sebagai media komunikasi, hiburan, dan mempermudah pengiriman data dan pesan. Sehingga perkembangan teknologi dan komunikasi di era global ini mampu mengkondisikan hampir setiap orang dengan mudah mengakses internet. Hal ini didukung dengan banyaknya pengguna *smartphone* dan paket internet yang berlomba-lomba menawarkan layanan memadai dengan kapasitas akses yang cepat serta harga terjangkau.

Pengguna internet adalah individu yang sedang melakukan akses internet baik dari komputer pribadi, perangkat *mobile* pribadi, atau dari fasilitas lainnya (Kominfo, 2017). Indonesia memiliki pengguna internet sebanyak 202,6 jiwa, dalam hal ini jumlah tersebut meningkat sebanyak 27 juta atau 16% dibandingkan tahun sebelumnya, khususnya penggunaan internet di Sulawesi Selatan semakin meningkat setiap tahunnya. Pengguna internet pada tahun 2018 yaitu 30,35% dan terus meningkat pada tahun 2019 mencapai 43,91% (Badan Pusat Statistik, 2019).

Pengguna internet pun semakin meningkat dengan munculnya pandemi covid-19 yang pertama kali muncul pada tahun 2019 yang diakibatkan adanya

penyebaran virus corona (2019-Cov) di Wuhan, Cina. Pada tahun 2021 menurut data dari Kementerian dan Komunikasi dan Informatika (Kominfo) menyatakan bahwa adanya kenaikan jumlah pengguna internet sebesar 11 persen dari tahun sebelumnya, yakni 175,4 juta menjadi 202,6 juta pengguna. Menurut persentase pengakses internet dari Badan Pusat Statistik di Indonesia pada tahun 2018-2020 ditemukan jika rentang usia yang paling tinggi persentase adalah individu yang berusia 19 - 25 tahun.

Hal ini disebabkan karena adanya pembatasan sosial dan fisik yang memaksa banyak orang untuk beralih menggunakan media sosial dan media berbasis internet untuk tetap saling berkomunikasi dengan orang lain, pekerjaan, sehingga mencari hiburan sehingga kebutuhan penggunaan media sosial terus meningkat selama masa pandemi covid-19. Adanya pembatasan sosial dan fisik ini juga berdampak pada mahasiswa yang mengharuskan mereka untuk perkuliahan jarak jauh. Hal ini sesuai dengan Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran covid-19.

Cahyono (2016) mengemukakan bahwa media sosial adalah sebuah media yang disediakan secara *online*, dimana para penggunanya dapat dengan mudah berpartisipasi, berbagi informasi, menciptakan isi meliputi blog, jejaring sosial, wiki, forum, dan dunia virtual. Contoh media sosial yang populer yang digunakan belakangan ini yaitu *Facebook*, *Twitter*, *Instagram*, *Tiktok*, *WhatsApp*, dan sebagainya.

Manfaat menggunakan media sosial dapat dilihat dari dua sisi, yaitu dapat mendatangkan manfaat positif jika digunakan secara benar dan dapat mendatangkan masalah jika digunakan secara keliru. Salah satu contoh yaitu, ketika media sosial tidak hanya dimanfaatkan oleh para pengguna untuk berinteraksi dengan teman (komunikasi-interpersonal), tetapi ada juga dimanfaatkan sebagai media untuk menyampaikan informasi, memperoleh hiburan, mempromosikan produk, menyampaikan aktivitas sehari-hari dengan mengupload gambar atau video, bahkan hanya sekedar untuk mencurahkan isi hati pengguna di akun media sosial.

Saat ini rata-rata masyarakat Indonesia banyak menghabiskan waktunya di media sosial yaitu 8 jam 52 menit. Berdasarkan laporan *We Are Social* (2021), rata-rata pengguna internet menghabiskan waktu selama berjam-jam dalam sehari untuk *online* dan mengakses media sosial menghabiskan waktu antara 60 menit hingga 180 menit lebih dalam sehari menggunakan media sosial. Laporan ini menunjukkan bahwa semakin bertambah usia pengguna media sosial maka semakin lama durasi menggunakan media sosial. Dari semua kelompok usia, pengguna media sosial dengan durasi terlama yaitu kelompok usia 16-24 tahun. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hafiza (2022) menyebutkan bahwa seseorang yang menggunakan media sosial selama lebih dari 6 jam perhari maka akan menimbulkan kelelahan pada pengguna media sosial.

Nisa Khairuni (2016) menyampaikan bahwa media sosial memiliki dampak positif dan negatif. Contoh dampak positif yaitu setiap orang bisa

bersosialisasi kepada banyak orang dengan waktu yang efektif, sarana yang efektif untuk memberitahukan sebuah informasi, atau dapat menjadi sarana pendidikan. Adapun dampak negatif media sosial salah satunya bisa memicu kriminalitas, menghabiskan waktu produktif untuk aktivitas sehari-hari misalnya update status bagi pelajar atau mahasiswa sehingga dapat mengganggu proses belajar.

Dampak negatif lain dari penggunaan media sosial yaitu munculnya rasa lelah terhadap penggunaan media sosial. Hal ini didukung oleh artikel yang diterbitkan oleh Technopedia (2017) menyebutkan bahwa terdapat hasil survei yang dilakukan oleh Gartner (2011) dimana didapatkan responden sebanyak 6.295 dengan usia mulai dari 13 sampai 74 tahun dari berbagai negara. Pada survei tersebut responden diberikan pertanyaan mengenai penggunaan media sosial mereka dalam kehidupan sehari-hari. Survei ini dilakukan untuk mengetahui seberapa antusias responden terhadap penggunaan media sosial secara umum dari berbagai wilayah. Dari hasil survei dapat diketahui bahwa beberapa remaja dan orang dewasa mengalami kelelahan menggunakan media sosial yang diakibatkan banyak menghabiskan waktu di media sosial. Fenomena rasa lelah dari menggunakan media sosial ini disebut *social media fatigue*.

Zhang, et al (2021) mengemukakan bahwa *social media fatigue* adalah perilaku individu yang menarik diri dari media sosial yang diakibatkan karena munculnya rasa lelah yang berkaitan dengan kehidupan sosial dan kesejahteraan individu. Fenomena ini terjadi karena adanya interaksi antara

faktor sosial dan teknologi. Terdapat tiga aspek dalam *social media fatigue* yaitu pertama, aspek kognitif yaitu aspek yang berfokus pada proses penerimaan informasi. Kedua, aspek emosional yaitu dimana aspek yang dipengaruhi oleh emosi negatif seperti frustrasi dan kecemasan. Terakhir, yaitu aspek perilaku adalah perilaku yang dimunculkan dari akibat *social media fatigue* seperti lupa atau kurang fokus.

Dhir, et al (2018) menyebutkan seseorang yang mengalami *social media fatigue*, terdapat beberapa perubahan kebiasaan saat menggunakan media sosial. Perubahan tersebut yaitu mengganti platform media sosial yang biasa digunakan, berhenti sementara menggunakan media sosial, interaksi tidak kurang aktif pada aktivitas media sosial, bahkan berhenti secara permanen menggunakan media sosial.

Social media fatigue menjadi penyebab individu kehilangan konsentrasi dan fokus terhadap pekerjaan yang harus dilakukan (Zhang, et al, 2016). Dalam hal ini memicu penurunan performa belajar mahasiswa. Mahasiswa yang sedang belajar secara daring tidak mampu menampilkan kinerja yang maksimal dan penurunan prestasi. Adapun beberapa dampak yang muncul yang diakibatkan *social media fatigue* yaitu kondisi emosi yang tidak stabil, kegagalan mencapai *well-being*, dan penurunan prestasi akademik.

Salah satu penelitian yang dilakukan oleh Dhir, et al (2018) mengungkapkan bahwa pemicu *social media fatigue* adalah penggunaan media sosial secara kompulsif dan berlebihan. Sehingga hal tidak dapat dipungkiri dimana saat ini banyak individu yang menjadi tergantung dengan

menggunakan berbagai jenis media sosial. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh *We Are Social* (2021) terdapat beberapa alasan utama mereka menghabiskan waktu di media sosial yaitu untuk mendapatkan informasi, mencari konten hiburan, mengisi waktu luang, berkomunikasi dengan teman, dan sebagainya.

Zheng dan Ling (2021) mengemukakan bahwa ketika seseorang dihadapkan dengan sejumlah besar informasi yang datang dari media sosial, kemudian berusaha mencerna satu persatu informasi. Hal ini akan membuat seseorang menjadi kewalahan, sehingga hal ini tidak mengherankan ketika seseorang akan mengalami kelelahan emosional seperti mengurangi menggunakan media sosial, marah dan dendam, kurang berkonsentrasi, dan lain-lain.

Adapun penelitian yang dilakukan oleh Rahardjo, dkk (2021) mengenai *social media fatigue* pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19: peran neurotisisme, kelebihan informasi, *invasion of life*, kecemasan dan jenis kelamin. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa secara bertahap masing-masing variabel seperti neurotisisme, kelebihan informasi, *invasion of life*, kecemasan dan jenis kelamin memiliki sumbangan terhadap *social media fatigue* pada mahasiswa. Terdapat juga dari hasil penelitian ini yang menunjukkan besarnya sumbangan kelebihan informasi terhadap *social media fatigue* dan rentannya kelompok mahasiswa pria mengalami *social media fatigue* pada saat belajar di rumah selama masa pandemi covid-19. Meskipun demikian, pada tahap terakhir kecemasan memiliki sumbangan terhadap *social*

media fatigue dibandingkan neurotisme yang tidak memiliki sumbangan terhadap *social media fatigue*. Besarnya beban kognitif dan kurangnya kemampuan individu dalam memproses informasi menjadi penyebab terjadinya *social media fatigue*.

Hafnidar, dkk (2021) melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara pemaafan dan resiliensi pada mahasiswa yang mengalami *social media fatigue* di masa pandemi covid-19. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang melakukan pemaafan pada diri sendiri, pihak lain dan pada situasi yang terjadi saat ini, maka akan semakin besar pula kemungkinan dapat bertahan dalam berhasil melakukan pembelajaran dalam situasi pandemi covid-19. Dalam hal ini mahasiswa mampu bangkit dari *social media fatigue* di masa pandemi covid-19 dikarenakan adanya faktor-faktor resiliensi dalam dirinya.

Adapun peneliti melakukan wawancara awal kepada 8 mahasiswa yang berasal dari beberapa Universitas di Kota Makassar dan menghabiskan waktu di media sosial rata-rata 6-8 jam perhari. Dari hasil wawancara yang didapatkan terdapat empat orang yang mengalami *Social media fatigue*. Aplikasi media sosial yang dipakai oleh rata-rata responden yaitu *Whatsapp*, *Instagram*, *Facebook*, *Twitter*, *TikTok*, dan *Youtube*.

Salah satu dari delapan responden menceritakan pengalamannya selama menggunakan media sosial, awalnya dia melihat banyak informasi yang didapatkan sosial media dimana informasi dibagikan cenderung berulang atau dilebih-lebihkan seperti informasi perkembangan covid-19, kehidupan

selebritas, dan beberapa informasi hoaks yang terus bertebaran di media sosial. Pada proses ini terjadi tahap aspek kognitif, dimana responden banyak menerima informasi sekaligus sehingga membebani pikiran responden. Hal ini membuat responden menjadi cemas dan memiliki emosi yang berlebihan sehingga berdampak pada aspek perilakunya dalam kehidupan sehari-harinya, seperti marah dan berkata kasar kepada orang-orang terdekat. Penelitian yang dilakukan oleh Dhir, et al (2018) menunjukkan bahwa penggunaan media kompulsif secara signifikan memicu munculnya *social media fatigue*, yang dimana hal ini memicu munculnya kecemasan dan depresi tingkat tinggi.

Terdapat juga responden mengatakan bahwa beberapa postingan yang dia dapatkan dari media sosial membuat dirinya khawatir dan berpikir secara berlebihan. Sehingga hal ini dapat dilihat dari aspek kognitif dimana ketika menerima informasi secara berlebihan akan berpengaruh pada emosi dan perilakunya. Adapun beberapa postingan yang berdampak terhadap responden mengenai informasi covid-19 dan postingan yang berkaitan dengan agama. Responden menyatakan bahwa dari postingan agama yang dibacanya, membuat cemas dan khawatir dengan apa yang telah dilakukannya selama waktu hidupnya. Sehingga dari proses berpikir tersebut membuatnya menjadi kurang fokus dan merasa ingin berhenti menggunakan media sosial.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hwang, et al (2020) mengemukakan bahwa kelebihan informasi akan menyebabkan individu tersebut mengalami beban kognitif, jika beban kognitif berlangsung dalam

jangka waktu yang lama dimana baik secara biologis dan emosional akan membuat individu tersebut merasa kelelahan dan terganggu kesehatan mental.

Salah satu responden dari delapan responden juga menceritakan ketika awal mengalami *social media fatigue* sampai membuatnya ingin berhenti menggunakan media sosial. Responden mengatakan bahwa ia merasa terganggu, merasa panik dan berpikir berlebihan jika menggunakan internet dalam jangka waktu lama dan hal ini juga bisa disebabkan karena mendapat informasi sama secara berulang. Hal ini diperkuat dengan studi yang dilakukan oleh Guo, et al (2020) yang menghasilkan bahwa durasi individu terpapar informasi yang berlebihan akan memperparah munculnya *social media fatigue*.

Al-Jallad dan Radwan (2021) melakukan penelitian mengenai *social media fatigue* pada kalangan remaja di Uni Emirat Arab, pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara anteseden yaitu tiga faktor teknologi yaitu, informasi yang berlebihan, kelebihan fitur sistem dan masalah privasi, faktor psikososial antara lain FoMO, pengungkapan diri, dan perbandingan sosial, serta konsekuensi *social media fatigue* pada kalangan dewasa muda di Uni Emirat Arab. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh antara teknologi dan psikososial secara signifikan berhubungan positif dengan *social media fatigue*. Terdapat pula individu yang mengalami *social media fatigue* memiliki perilaku penggunaan yang berbeda yaitu penghentian penggunaan media sosial, memiliki keinginan untuk mencari hal baru dan memanfaatkan mekanisme koping ketika individu tersebut mengalami *social media fatigue*.

Adapun lima dari delapan responden yang tidak mengalami *social media fatigue*, yang dimana salah satu responden mengatakan bahwa meskipun banyak menerima banyak informasi dari media sosial tetapi dia merasa hal tersebut membuatnya tidak khawatir atau cemas karena dia menganggap tersebut sebagai hiburan. Salah satu responden juga mengemukakan bahwa informasi-informasi yang didapatkan di sosial media biasanya memberikan kesan menakuti pembaca, meskipun begitu responden mengatakan hal tersebut biasa. Serta adapun responden mengatakan informasi-informasi yang ada di sosial media, tidak memiliki efek atau dampak kepadanya secara mental.

Dari hasil penelitian dan data awal yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti menyimpulkan bahwa *social media fatigue* menyebabkan kehidupan individu menjadi terganggu seperti kurang fokus, emosi tidak stabil, berhenti atau mengurangi waktu menggunakan media sosial dan sebagainya. Sehingga peneliti tertarik ingin meneliti *social media fatigue* khususnya pada mahasiswa yang sedang menimba ilmu di Kota Makassar. Adapun alasan peneliti memilih kota Makassar yaitu *social media fatigue* masih menjadi hal yang tabu di kalangan masyarakat Makassar, sehingga hal ini menjadi ketertarikan tersendiri bagi sang peneliti untuk meneliti *social media fatigue* di Kota Makassar

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang ingin diteliti yaitu bagaimana gambaran tingkat *social media fatigue* pada mahasiswa di Kota Makassar?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang akan dilakukan adalah untuk mengetahui Gambaran Tingkat *Social Media Fatigue* pada Mahasiswa di Kota Makassar.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memperkaya keilmuan psikologi, serta masukan dan manfaat terhadap ilmu psikologi khususnya psikologi kesehatan dan psikologi sosial agar mendapat ilmu yang lebih luas lagi mengenai *social media fatigue* pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan gambaran mengenai *social media fatigue* pada mahasiswa di Kota Makassar.
- b. Peneliti, penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber untuk memperluas pengetahuan dan memberi pemahaman mengenai *social media fatigue* pada mahasiswa di Kota Makassar.
- c. Masyarakat, diharapkan penelitian ini mampu menjadi sumber informasi pada masyarakat mengenai *social media fatigue* dan mampu menanggulangi pemicu yang terjadi jika mengalami hal tersebut.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Social Media Fatigue*

2.1.1 *Definisi Social Media Fatigue*

Zhang, et al (2021) mengemukakan bahwa *social media fatigue* adalah perilaku individu yang menarik diri dari media sosial yang diakibatkan karena munculnya rasa lelah yang berkaitan dengan kehidupan sosial dan kesejahteraan individu.

Bright, et al (2015) mengatakan bahwa *social media fatigue* adalah perasaan subjektif pengguna media sosial yang memiliki lelah, jengkel, marah, kecewa, kehilangan minat, atau berkurangnya motivasi berkaitan interaksi di berbagai aspek penggunaan media sosial karena banyaknya konten yang ditemui dalam media sosial.

Dhir, et al (2018) mengemukakan bahwa *social media fatigue* adalah situasi dimana pengguna media sosial menderita kelelahan setelah mengalami berbagai teknologi informasi dan kelebihan komunikatif melalui partisipasi dan interaksi mereka di berbagai platform media sosial online. *Social media fatigue* mengakibatkan kemunduran mental dan fisiologis dimana pengguna cenderung mengembangkan perilaku tidak sehat pada pengguna sosial media.

Zheng dan Ling (2021) mengatakan bahwa *social media fatigue* adalah serangkaian emosional negatif terhadap aktivitas di platform media sosial seperti kelelahan, frustrasi, munculnya ketidaktertarikan

dalam berkomunikasi orang lain. Karena memiliki sifat subjektif, maka intensitas kelelahan bervariasi dari satu ke yang lain.

Zhang, et al, (2021) menyatakan bahwa *Limited Capacity Model* (LCM) telah digunakan untuk menggambarkan *social media fatigue* dan menjelaskan bagaimana *social media fatigue* terjadi. *Limited Capacity Model* mengasumsikan bahwa individu adalah pengolah informasi dan mereka membutuhkan sumber daya pemrosesan untuk mengkodekan, menyimpan dan akhirnya mengambil informasi yang mereka terima. Tetapi, sumber daya proses informasi terbatas. Saat individu menghadapi banyak informasi, otak manusia akan menjadi kelebihan beban dan membuat sumber pemrosesan.

Dari beberapa definisi yang telah dipaparkan diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa *social media fatigue* adalah perasaan subjektif yang dirasakan oleh pengguna media sosial, dimana mengalami rasa lelah, kecewa, dan kehilangan motivasi yang diakibatkan dengan banyaknya konten yang didapatkan dari media sosial.

2.1.2 Aspek-aspek *Social Media Fatigue*

Zhang, et al (2021) mengemukakan bahwa terdapat tiga aspek *social media fatigue* menurut *limited capacity model*, antara lain:

1) Aspek kognitif

Menurut *Limited Capacity Model* (LCM) mengemukakan bahwa paparan informasi yang diterima dalam jangka waktu panjang akan membuat individu dengan *social media fatigue*

merasakan kelebihan beban dan pada akhirnya cenderung mengurangi penggunaan media sosial. Adapun Individu ini akan cenderung merasakan cemas akan privasinya di media sosial.

Rahardjo, dkk (2021) telah melakukan penelitian mengenai kelebihan informasi pada *social media fatigue* yang menunjukkan bahwa kelebihan informasi memiliki sumbangan terbesar pada *social media fatigue*. Hal ini dikarenakan individu membutuhkan energi ekstra dalam memproses banyaknya informasi yang dilihat dari media sosial sehingga pada proses ini seseorang rentan mengalami kelelahan (*fatigue*).

Hwang, et al (2013) mengemukakan bahwa kelebihan informasi akan menyebabkan individu mengalami beban kognitif. Jika beban kognitif berlangsung dalam durasi yang lama, secara psikologi dan emosional akan membuat individu merasa kelelahan (*fatigue*) dan terganggu kesehatan mental. Hal ini juga didukung pada penelitian yang dilakukan oleh Guo, et al (2020) menyatakan bahwa durasi individu menggunakan media sosial secara berlebihan dapat mempercepat terjadinya *social media fatigue*.

Dimana hasil penelitian yang dilakukan oleh Hafizah, dkk (2022) menyebutkan bahwa individu yang menggunakan media sosial lebih dari 6 jam maka lebih rentan mengalami *social*

media fatigue. Hal ini dikaitkan dengan adanya fenomena negatif yang muncul akibat dari penggunaan media sosial yang berlebihan sehingga ada peningkatan kapasitas dalam diri untuk mampu memproses suatu informasi yang diterimanya. Lang (2000) mengemukakan bahwa Kapasitas diri ini mengacu pada model keterbatasan kapasitas (*Limited-capacity model*) seseorang, yaitu satu, pengguna media sosial sebagai pengolah informasi dan kedua, pengguna media sosial memiliki keterbatasan akan kapasitas kognitif serta mental.

2) Aspek Emosional

Individu yang rentan menderita emosi negatif seperti frustrasi dan kecemasan ketika dihadapkan dengan informasi berlebih sehingga menimbulkan *social media fatigue*. Hal ini disebabkan karena adanya informasi yang berlebihan atau informasi yang kurang lengkap, informasi yang kurang terorganisir atau disajikan, kurangnya pemahaman mengenai lingkungan informasi didapatkan, dan sebagainya. Sehingga individu yang mengalami hal ini ketidakmampuan mencari informasi, perasaan yang tidak stabil, dan merasa ketakutan.

Ravindran, et al (2014) mengemukakan bahwa *social media fatigue* sebagai respon emosional negatif terhadap kegiatan media sosial. Seperti kelelahan, kebosanan, kelesuan, ketidakpedulian, dan motivasi yang rendah. Pengaruh emosi ini

mengakibatkan ketidakstabilan emosi. Hal ini disebabkan karena munculnya rasa cemas dan ketakutan dengan penerimaan informasi dalam jumlah yang banyak.

3) Aspek perilaku

Perilaku yang muncul seperti pelupa dan kurang fokus saat mengalami *social media fatigue*. Hal ini ditekankan karena informasi yang berlebihan dapat mempengaruhi memori dan beberapa penelitian juga menunjukkan individu merasa kesulitan dalam berkonsentrasi mengerjakan tugas. Sehingga hal ini berakibat pada perilaku individu terhadap kehidupan sehari-harinya, misalnya menurunnya performa dan prestasi akademik.

2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Social Media Fatigue*

Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi *social media fatigue*, yaitu:

1) Neurotisme

Roos dan Kazemi (2018) mengemukakan bahwa neurotisme adalah trait kepribadian yang mencerminkan kecenderungan individu untuk mengalami keterpurukan emosi, ketegangan saraf, dan stres. Neurotisme dapat menyebabkan penurunan kestabilan emosi, padahal emosi yang stabil sangat penting dalam membantu individu menghadapi tekanan. Neurotisme dapat menambahkan persepsi *technostress* pada

individu bahwa penggunaan teknologi pada suatu titik dapat dipersepsikan sebagai ancaman.

Orang neurotik cenderung merasa tidak aman dan ketika keterlibatannya dalam media sosial terlalu tinggi maka individu tersebut merasa kehilangan anonimitas dan mengganggu privasi daringnya. Ketika dalam keadaan tersebut maka akan menyebabkan dirinya tidak mampu mengendalikan media sosial karena berbagai persoalan kontekstual yang sedang terjadi maka kecemasan akan meningkat tajam.

Penelitian sebelumnya mengenai hubungan antara *neuroticism* dan pengguna media sosial, terdapat hasil yang beragam. Tuten dan Bosnjak (2001) yang telah melakukan penelitian sebelumnya menghasilkan bahwa neurotisme berhubungan negatif dengan pengguna internet, hal ini dikarenakan individu yang memiliki neurotisme yang tinggi sangat peduli terhadap privasi dan keamanannya pada saat menggunakan media sosial. Dalam hal ini, ketika mencari dan mengumpulkan informasi membutuhkan kesabaran sehingga hal ini tidak sesuai dengan individu dengan neurotisme yang cenderung gelisah dan kurang sabar.

Adapun penelitian terbaru yang dilakukan oleh Mark dan Ganzach (2014) dimana penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara *neuroticism* dan pengguna

media sosial. Hal ini mengacu pada individu dengan *neuroticism* yang tinggi cenderung kesepian dan pemalu, sehingga mereka menggunakan media sosial untuk mengekspresikan identitas mereka dan memuaskan kebutuhannya. Dari beberapa penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa hubungan antara *neuroticism* dan pengguna internet kemungkinan besar tergantung pada jenis aktivitas apa yang dilakukan di media sosial.

2) Kelebihan informasi

Eppler dan Mengis (2004) mengatakan bahwa kelebihan informasi adalah situasi dimana individu mendapatkan banyak informasi di media sosial yang melebihi kapasitas yang dapat mereka proses. Kelebihan informasi yang ditemui dalam media sosial membuat individu dipersulit dalam memproses informasi sehingga mengakibatkan dirinya mengalami *social media fatigue*. Dalam hal ini semakin intens informasi yang dipersepsikan menjadi sumber stres maka akan semakin sulit individu mengendalikan beban psikisnya sehingga mengalami *social media fatigue*.

Nawaz, et al (2018) mengemukakan bahwa informasi berlebihan ini terjadi ketika pengguna mendapatkan beberapa informasi dan berita dengan durasi yang cepat dan tidak beraturan. Media sosial menawarkan kesempatan kepada

masyarakat untuk membuat ribuan konten atau berita yang berfungsi sebagai media berbagai informasi berupa iklan yang tidak relevan, palsu, dan berulang. Informasi yang mengandung hal yang tidak relevan, palsu, dan terus berulang akan menjadi masalah bagi pengguna media sosial. Hal ini dikarenakan mereka dipaksa untuk memproses informasi dalam jumlah yang berlebihan dimana melampaui kemampuan pemroses informasi yang mereka dapat.

3) *Invasion of Life*

Gaudiso, et al (2017) mengemukakan bahwa *invasion of life* adalah persepsi individu dimana kehidupan pribadinya telah terusik dengan penggunaan media sosial, dimana digunakan sebagai media bantu menyelesaikan pekerjaan. Dengan kata lain, ini mengacu pada persepsi negatif bahwa media sosial menginvasi kehidupan sehari-hari. Hal ini dikarenakan adanya berbagai keuntungan media sosial yang didapatkan, seperti digunakan sebagai media komunikasi. Sehingga banyak organisasi mengarahkan karyawannya menggunakan media sosial dengan tujuan sebagai media mengkomunikasikan masalah terkait pekerjaan di kantor, menciptakan situasi dimana ada ketidakjelasan antara pekerjaan dan pribadi.

Zoonen, et al (2017) mengatakan bahwa *invasion of life* menciptakan perasaan terikat secara terus-menerus dengan

organisasi selama jam pribadi dan menghasilkan tekanan tinggi bagi individu. Contohnya, ketika rekan bisnis dapat mengirim pesan terkait pekerjaan dengan kapan dan dimana saja, bahkan di luar jam kerja kantor. Sehingga, individu harus menangani masalah kerja bahkan pada akhir pekan atau hari libur. *Invasion of life* menciptakan perasaan terikat secara terus-menerus dengan organisasi selama jam pribadi dan meningkatkan tekanan yang tinggi bagi individu.

2.1.4 Dampak *Social Media Fatigue*

Dhir, et al, (2019) mengemukakan bahwa terdapat beberapa dampak yang muncul dari *social media fatigue*, yaitu:

1) Penurunan prestasi akademik

Social media fatigue menyebabkan individu kehilangan konsentrasi dan fokus terhadap apa yang harus dikerjakan sehingga mempengaruhi performa belajar. Pada penelitian sebelumnya juga ditemukan bahwa *social media fatigue* menjadi faktor penurunan prestasi akademik pada mahasiswa.

Beberapa penelitian dilakukan untuk mengetahui terdapat implikasi buruk dari teknologi di tempat kerja dan pengaruhnya terhadap pembelajaran dan dalam konteks sosial. Jackson, et al (2011) mengemukakan bahwa terdapat bukti kuat dari korelasi negatif antara penggunaan teknologi yang berlebihan dan

kelelahan dengan performa kerja manusia misalnya dalam bermain *game* dan ponsel.

Cao, et al (2018) mengatakan bahwa teknologi yang ditujukan untuk memenuhi kebutuhan rasa senang, misalnya platform media sosial, memiliki atribut penyerap kognitif yang sangat tinggi dimana biasanya meningkatkan keterlibatan dan ketergantungan pengguna. Ayyagar, et al (2011) menyebutkan bahwa menghabiskan waktu secara berlebihan akan menyebabkan kurangnya waktu untuk fokus belajar.

2) Kegagalan pencapaian *psychological well-being*

Ryff (1989) mengemukakan bahwa *psychological well-being* adalah kondisi ketika individu mampu menerima kelebihan serta kekurangan yang dimiliki, mempunyai tujuan atau arah hidup yang jelas dan menjadi pribadi yang mampu mandiri sehingga tidak terlalu bergantung pada orang lain dalam melakukan pekerjaannya, mampu membangun relasi yang positif dengan orang lain, dan memiliki kemampuan untuk mengendalikan lingkungannya serta mampu terus berkembang secara persona ke arah yang lebih baik.

Russell dan Daniels (2018) mengatakan bahwa kesejahteraan subjektif terdiri atas dua komponen yaitu kesejahteraan afektif untuk mengevaluasi suatu perasaan individu dan kesejahteraan kognitif sebagai pengukur kepuasan hidup individu. Di Martino,

et al (2018) mengatakan bahwa kesejahteraan afektif merupakan perasaan menyenangkan (seperti sukacita, kebahagiaan, dan kegembiraan) atau perasaan tidak menyenangkan (seperti rasa bersalah, kesedihan dan stres), sedangkan kesejahteraan kognitif adalah persepsi seseorang terhadap kepuasan yang dirasakan mengenai kehidupannya.

Perkembangan fitur media sosial dan berbagai layanan yang menarik perhatian dan membuat meningkatnya pengguna media sosial. Tetapi secara bersamaan banyaknya ditemukan banyak pengguna yang menyimpang baik sementara maupun permanen. Pada pengguna media sosial kompulsif secara signifikan memicu kelelahan media sosial yang kemudian memunculkan rasa cemas dan depresi yang meningkat serta munculnya rasa takut untuk tidak ketinggalan (*Fear missing out*).

3) Depresi

Sapolsky (2004) mengemukakan bahwa depresi adalah keadaan emosional dimana perasaan menyenangkan berkurang atau hilang. Keadaan depresi melibatkan dua emosi ekstrim yaitu emosi positif yang rendah dan emosi negatif yang tinggi. Para ahli menghubungkan keadaan depresi dengan gejala psikologi lainnya seperti kesusahan, suasana hati dan kesedihan, serta mengatakan bahwa depresi memiliki efek yang berpengaruh pada mental dan fisik.

Studi terbaru telah mengaitkan depresi dengan gangguan dalam kegiatan sehari-hari, seperti tidur, makan dan bergerak, kehilangan konsentrasi dan motivasi, kelelahan dan bahkan menunda kegiatan yang berhubungan dengan fisik. Dalam hal ini individu yang mengalami depresi berat dapat menimbulkan masalah psikologis dan masalah kesehatan. Sehingga akibatnya individu yang mengalami depresi rentan kesulitan secara psikologis dan fisiologis.

Adapun penelitian dilakukan oleh Karapanos et al., (2016) menunjukkan bahwa terdapat keterlibatan intensif penggunaan media sosial mampu menimbulkan depresi. Dalam hal ini keterlibatan secara aktif di media sosial menghasilkan kelelahan menggunakan media sosial. Akibatnya individu yang mengalami kelelahan akan cenderung memiliki gejala depresi dan akan terus berkembang seiring waktu.

4) Kecemasan

Stein dan Sareen (2015) mengatakan bahwa kecemasan adalah suatu pikiran yang meresap secara mendalam sehingga muncul rasa khawatir terhadap situasi atau ancaman yang mungkin bisa saja terjadi. Individu yang cemas cenderung menderita berbagai gangguan persepsi dan evaluatif seperti interpretasi yang salah tentang bahaya dan ancaman serta ketidakmampuan dalam mengambil suatu keputusan. Freeman dan Di Tomasso (2002)

mengemukakan bahwa orang yang cemas cenderung melihat keadaan cemas mereka sebagai masalah, kronis dan tidak dapat dihindarkan.

American Psychiatric Association (2000) menyebutkan bahwa individu selama mengalami kecemasan cenderung mengeluh kelelahan dan sakit fisik. Beberapa penelitian terbaru juga menyebutkan bahwa terdapat beberapa penyebab munculnya kecemasan antara lain penyakit kejiwaan dan fisiologis, penyalahgunaan zat, malfungsi emosional, kelelahan, kesusahan, dan bahkan ingin melakukan bunuh diri.

Adapun penelitian yang telah dilakukan mengenai terdapatnya kecemasan pada pengguna media sosial. Penggunaan media sosial yang berlebihan selalu dikaitkan dengan gangguan dan pengurangan penderitaan psikologis, kelelahan mental dan kurang perhatian. Lepp, et al (2013) mengemukakan bahwa pengguna perangkat seluler yang kompulsif lebih merasakan menderita kecemasan dibandingkan dengan pengguna non kompulsif. Primack, et al (2017) juga mengemukakan bahwa pengguna yang mengalami kecemasan lebih cenderung menggunakan platform media sosial yang berbeda dengan tujuan untuk mengurangi emosi negatif. Sehingga dengan kata lain pengguna yang menderita kecemasan cenderung berinvestasi dalam strategi koping yang berbeda seperti banyak waktu yang dihabiskan dalam

menggunakan media sosial. Vannucci, et al (2017) juga menyebutkan bahwa pengguna media sosial cenderung lebih terlibat dalam media sosial untuk menghilangkan kecemasan mereka seperti mencari perhatian, dukungan sosial, dan sebagainya.

2.1.5 Pengukuran *Social Media Fatigue*

a. *Social Media Fatigue Scale*

Social media fatigue scale ini diadaptasi oleh Bright, et al (2015) dari survei yang telah dilakukan oleh Gartner (2010). Skala likert ini terdiri dari 5 item. Contoh item dari skala ini adalah “*Saya merasa menerima terlalu banyak informasi saat sedang mencari sesuatu di media sosial*”. Skala ini memiliki kategori respons mulai dari Sangat Tidak Sesuai hingga Sangat Sesuai dengan rentang skor 1-7.

Adapun beberapa contoh pernyataan item yaitu “*Saya sering merasa kewalahan dengan banyaknya informasi yang tersedia di situs media sosial*”, “*Banyaknya informasi yang tersedia di situs media sosial membuat saya merasa tegang dan kewalahan*”, dan “*Saat mencari informasi di situs media sosial saya sering menyerah begitu saja karena terlalu banyaknya informasi yang harus ditangani*”. Skala ini memiliki reliabilitas yaitu 0.91. Skala ini pernah diadaptasi dan digunakan oleh Rahardjo, dkk (2021) dan Hafnidar, dkk (2021).

b. Social Media Fatigue Scale

Skala *social media fatigue* dikonstruksi oleh Dhir, et al (2018) dengan jumlah 5 item menggunakan Skala Likert 1-4 (1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = setuju, dan 4 =sangat setuju). Skala SMF ini kemudian diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia dan dilakukan uji coba kepada 30 responden sehingga memiliki reliabilitas 0,892 dan salah satu itemnya berbunyi “*Saya merasa lelah lantaran penggunaan media sosial*”.

Skala ini di konstruksikan berdasarkan model SSO (*Stressor-Strain-Outcome*) yang digunakan untuk memahami hubungan antara kesejahteraan psikososial dan *social media fatigue*. Hal yang menjadi utama penggunaan model ini yaitu untuk meneliti faktor-faktor yang memicu *social media fatigue* serta konsekuensi apa saja yang akan terjadi. Kerangka SSO terdiri atas tiga komponen yaitu simulator (penekanan stress), keadaan stress emosional (regangan), dan hasil psikologis atau fisik (hasil).

c. Social media fatigue scale

Skala *social media fatigue* disusun oleh Zhang, et al (2021) berdasarkan aspek kognitif, emosional, dan perilaku. Skala ini pada awalnya terdiri dari 24 item. Skala ini memiliki 7 skor poin (1=sangat tidak setuju, 7 = sangat setuju). Setelah dilakukan uji coba, terdapat 9 item yang gugur. Sehingga skala ini terdiri dari 15 item dengan reliabilitas yaitu 0,83.

Awalnya banyak peneliti hanya berfokus pada pemahaman *social media fatigue* dan mengeksplorasi pada faktor pendukung dan pengaruhnya. Sehingga skala ini kemudian dikembangkan dengan konsep multidimensi yaitu meliputi aspek kognitif, aspek emosional dan aspek perilaku. Struktur ini sangat cocok digunakan pada pengembangan skala *social media fatigue*.

2.2 Mahasiswa

2.2.1 Definisi Mahasiswa

Menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi bahwa mahasiswa adalah peserta didik yang menempuh jenjang pendidikan tinggi. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah individu yang sedang belajar di perguruan tinggi.

Hartaji (2012) mengatakan bahwa mahasiswa adalah seseorang yang sedang menimba ilmu atau belajar dan terdaftar dalam menjalani pendidikan pada salah satu jenis perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, sekolah tinggi, politeknik, universitas, dan institut.

Papilaya dan Huliselan (2016) mengemukakan bahwa mahasiswa adalah individu yang sedang belajar menuntut ilmu pada tingkat perguruan tinggi, baik dari perguruan tinggi negeri atau lembaga yang memiliki tingkat intelektual yang tinggi. Mahasiswa digambarkan memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam melakukan sesuatu.

Dari beberapa definisi mengenai mahasiswa, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah individu yang sedang menjalani proses belajar atau menimbah ilmu di perguruan tinggi.

2.2.2 Tugas dan Kewajiban Mahasiswa

Siallagan (2011) mengemukakan bahwa mahasiswa sebagai masyarakat kampus mempunyai tugas utama yaitu belajar seperti membuat tugas, membaca buku, buat makalah, presentasi, diskusi, hadir ke seminar, dan kegiatan-kegiatan lainnya yang bercorak kekampusan. Selain itu, ada pun tugas yang lebih berat dan lebih memiliki makna terhadap mahasiswa tersebut yaitu menjadi agen perubahan dan pengontrol masyarakat. Dari tugas inilah yang mendapat menjadikan seorang mahasiswa sebagai harapan bangsa, yaitu menjadi orang yang mampu mencari solusi bagi masalah-masalah yang sedang mereka alami.

Selain memiliki tugas yang harus dilaksanakan, mahasiswa juga memiliki kewajiban yang harus dijalankan, antara lain:

- a. Belajar dengan tekun dan bersungguh-sungguh agar memperoleh prestasi yang diinginkan.
- b. Bertaqwa dan berakhlak mulia.
- c. Menaati aturan dan ketentuan baik pada tingkat universitas, fakultas maupun jurusan.
- d. Ikut menjaga dan memelihara sarana prasarana serta kebersihan, ketertiban, dan keamanan di lingkungan universitas.

- e. Menghargai ilmu pengetahuan, teknologi, dan kesenian.
- f. Mampu terlibat dan bertanggungjawabkan biaya penyelenggaraan pendidikan kecuali bagi mahasiswa yang dibebaskan dari kewajiban tersebut sesuai dengan peraturan yang berlaku.
- g. Memakai pakaian rapi, sopan, dan patut.
- h. Menunjang tinggi adat istiadat, sopan santu serta etika yang berlaku.

2.2.3 Mahasiswa dalam Teori Perkembangan

1. Perkembangan Fisik Mahasiswa

Santrock (2012) mengemukakan bahwa pada masa dewasa awal, individu akan mengalami puncak performa fisik pada usia 19 hingga 26 tahun. Secara fisik individu akan memiliki daya tahan dan taraf kesehatan yang bagus sehingga mampu melakukan berbagai aktivitas dengan penuh inisiatif, kreatif, cepat, proaktif, dan energik.

2. Perkembangan Kognitif Mahasiswa

Piaget (dalam Santrock, 2012) mengatakan bahwa orang dewasa mempunyai pengetahuan yang lebih banyak dibandingkan pada masa remaja. Hal ini terjadinya penambahan pengetahuan secara khusus pada bidang-bidang yang diminatinya. Beberapa peneliti perkembangan menyatakan bahwa ketika memasuki masa dewasa, terdapat banyak individu mengalami pemikiran operasional

formalnya. Dalam hal ini individu tersebut akan menjadi lebih sistematis dan terampil.

3. Perkembangan Emosional Mahasiswa

Caspi (dalam Santrock, 2012) menyatakan bahwa sebagian besar individu pada masa dewasa awal akan menunjukkan sedikit perubahan suasana hati, cenderung lebih bertanggung jawab dan jarang mengambil tindakan yang memiliki resiko terhadap dirinya sendiri. Pada tahap perkembangan emosional ini, individu akan cenderung menyampaikan perasaan dan pendapatnya kepada orang di lingkungan sekitarnya.

4. Perkembangan Sosial Mahasiswa

Santrock (2012) mengemukakan bahwa individu pada masa dewasa awal akan mengalami beberapa hal dalam hidupnya. Dalam hal ini, individu tersebut akan menjadi tidak stabil dalam hal pekerjaan, relasi dan pendidikan, ini dikarenakan ketidakmampuan beradaptasi pada masa dewasa awal.

2.3 Kerangka Berpikir

Dampak penggunaan media sosial terdapat dampak positif dan dampak negatif. Salah satu dampak penggunaan media sosial yaitu memunculkan rasa lelah pada pengguna media sosial. Hal ini didasari pada hasil survei yang dilakukan oleh Gartner (2011), dimana hasil survei tersebut menyebutkan bahwa beberapa remaja dan individu yang berusia dua

puluhan secara signifikan mengalami kelelahan menggunakan media sosial (*social media fatigue*).

Hal ini menjadi tidak selaras dengan tujuan utama penggunaan media sosial secara semestinya. Dimana tujuan utama penggunaan media sosial yaitu sebagai media hiburan dan sebagai sumber informasi. Tetapi seiringnya waktu, bagi beberapa individu menganggap bahwa media sosial menjadi salah satu faktor munculnya rasa lelah kepada mereka.

Rasa lelah ini muncul diakibatkan oleh penggunaan media sosial secara berlebihan, dimana rata-rata menghabiskan waktu sekitar 6-8 jam perhari. Hal ini sesuai dengan dari hasil survei yang dilakukan *we are social* (2021) menyebutkan bahwa masyarakat Indonesia menghabiskan waktu di media sosial dengan durasi rata-rata 8 jam 52 menit.

Dari semua kelompok usia, pengguna media sosial dengan durasi terlama yaitu kelompok usia 16-24 tahun. Sehingga ini mengakibatkan munculnya fenomena *social media fatigue* pada kalangan usia 16-24 tahun. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Hafiza, dkk (2022) menyebutkan bahwa individu dalam rentang usia dewasa awal akan lebih rentan memunculkan *social media fatigue*, hal tersebut disebabkan karena adanya kesejahteraan subjektif *online* yang rendah dan masalah privasi yang tinggi.

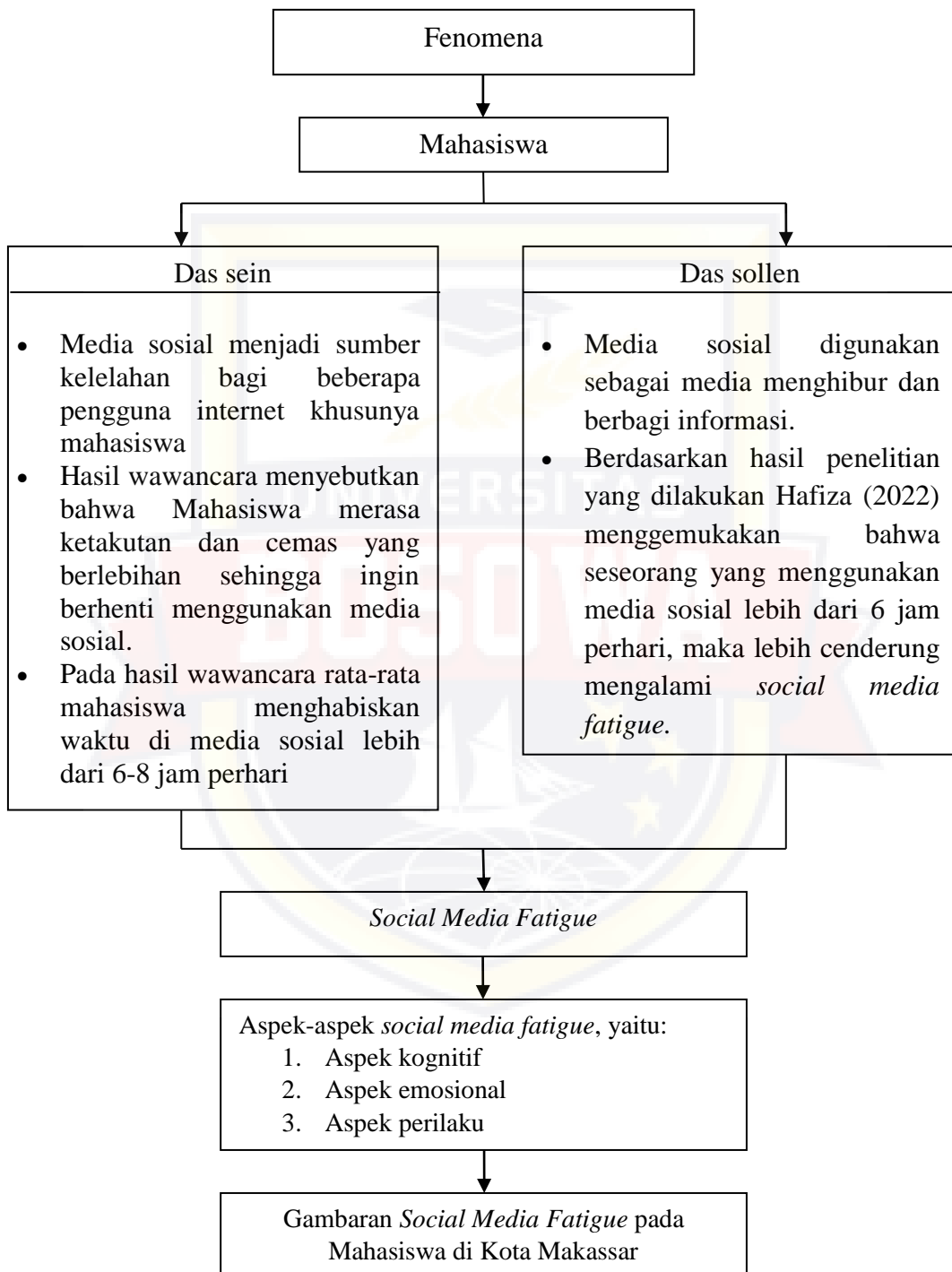
Social media fatigue adalah perasaan yang memunculkan lelah pada pengguna media sosial, yang mengakibatkan terganggunya proses perkuliahan pada mahasiswa. Terdapat tiga aspek *social media fatigue* yaitu

aspek kognitif, aspek emosional, dan aspek perilaku. Beberapa dampak tersebut yaitu turunnya prestasi akademik, munculnya rasa cemas, depresi, dan gagal mencapai *psychological well-being*. Akibat hal tersebut, membuat beberapa mahasiswa lebih memilih untuk berhenti menggunakan media sosial.



Kerangka berpikir

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Syahrum dan Salim (2014) mengemukakan bahwa penelitian kuantitatif adalah penelitian empiris dimana datanya dalam bentuk angka-angka. Dalam penelitian ini, terdapat langkah-langkah memproses pengetahuan ilmiah dengan menghubungkan cara berpikir rasional dan empirik dengan jalan membangun penghubung yang berupa pengajuan hipotesis. Pada penelitian ini diwajibkan dalam menggunakan angka, yang dimulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data, serta tampilan hasil data (Arikunto, dalam Anshori dan Iswati 2009).

3.2 Variabel Penelitian`

Jonathan (2006) mengatakan bahwa variabel adalah sesuatu yang berbeda atau bervariasi, penekanan kata sesuatu diperjelas dalam definisi kedua yaitu simbol atau konsep yang diasumsikan sebagai seperangkat nilai-nilai. Variabel yang akan digunakan akan diidentifikasi, ditetapkan, dan klasifikasikan. Jumlah variabel yang akan digunakan tergantung pada jenis penelitian yang akan dilakukan (Arikunto, dalam Anshori dan Iswati 2009). Adapun variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu *social media fatigue*.

3.3 Definisi Variabel

3.3.1 Definisi Konseptual

Social media fatigue adalah perilaku individu yang menarik diri dari media sosial yang diakibatkan karena munculnya rasa lelah yang berkaitan dengan kehidupan sosial dan kesejahteraan individu (Zhang et al, 2021).

3.3.2 Definisi Operasional

Social media fatigue adalah kondisi pengguna media sosial, dimana mengalami rasa lelah, cemas, kurang fokus dan kehilangan motivasi yang diakibatkan penggunaan media sosial secara berlebihan, dimana diukur dengan skala adaptasi dari skala *social media fatigue* yang disusun oleh Zhang, et al (2021) dimana terdiri dari 3 aspek yaitu aspek kognitif, aspek perilaku, dan aspek emosional.

3.4 Populasi Sampel

3.3.1 Populasi

Nazier (dalam Anshori dan Iswati, 2009) mengemukakan bahwa populasi adalah sekumpulan daripada beberapa individu dengan kualitas serta ciri-ciri yang telah diatur. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang telah diatur oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian disusun untuk menghasilkan kesimpulan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang berada di Kota

Makassar. Total jumlah populasi dalam penelitian ini belum diketahui oleh peneliti secara akurat.

3.4.2 Sampel

Syahrum dan Salim (2014) mengatakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Dalam menetapkan sampel dari populasi terdapat aturan yang harus diikuti yaitu sampel itu harus mewakili populasinya. Adapun pengambilan sampel pada penelitian ini yang akan digunakan yaitu *non-probability* sampling.

Syahrum dan Salim (2012) mengemukakan bahwa *non-probability* sampling adalah teknik sampling yang tidak memberikan peluang kepada setiap populasi untuk dijadikan sampling. Adapun salah satu teknik yang akan digunakan yaitu *purposive sampling*, dimana teknik ini menentukan sampel dari populasi didasarkan ciri-ciri tertentu yang dipandang memiliki sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Dengan kata lain, unit sampel yang dihubungi disesuaikan dengan kriteria-kriteria tertentu yang diterapkan berdasarkan tujuan peneliti.

Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan oleh populasi mahasiswa yang ada di Kota Makassar. Jumlah mahasiswa yang ada di Kota Makassar tidak diketahui secara pasti, sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini akan ditentukan berdasarkan tabel

kreci dengan taraf kesalahan 5%, sampel dalam penelitian sebanyak 400 sampel, adapun beberapa kriteria penelitian, yaitu:

- a. Mahasiswa/i usia 18-25 tahun yang menetap di Kota Makassar
- b. Menghabiskan waktu di media sosial minimal 6 jam perhari

3.5 Teknik Pengumpulan Data

3.5.1 Skala *Social Media Fatigue*

Instrumen penelitian yang digunakan untuk pengumpulan data adalah skala sikap model likert. Skala ini digunakan untuk melihat sikap pro dan kontra, negatif, positif, atau setuju atau tidak setuju terhadap suatu objek yang diteliti. Dalam pengukuran sikap individu, objek sosial yang dimaksud berlaku sebagai objek sikap.

Skala *social media fatigue* yang akan digunakan merupakan skala yang disusun oleh Zhang, et al (2021) yang terdiri atas 15 item yang dinyatakan valid untuk mengukur *social media fatigue*. Item-item pada skala ini terbagi dalam masing-masing aspek antara lain, aspek kognitif terdiri atas 5 item, aspek perilaku terdiri atas 5 item, dan aspek emosional terdiri atas 5 item.

Tabel 3.1 *Blue Print* Skala *Social Media Fatigue*

Aspek	Item	Jumlah Item
Kognitif	1, 2, 3, 4, 5	5
Perilaku	6, 7, 8, 9, 10	5
Emosional	11, 12, 13, 14, 15	5
Jumlah Item		15

Skala *social media fatigue* yang disusun oleh Zhang, et al (2021) memiliki nilai reliabilitas yaitu 0.83, yang memiliki arti bahwa skala ini dinyatakan reliabel. Skala ini disusun dalam bentuk likert dengan

beberapa jawaban yaitu, sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, dan sangat setuju.

3.6 Uji Instrumen

3.6.1 Adaptasi Skala

Adaptasi skala dilakukan sebelum dapat digunakan untuk pengambilan data penelitian. Adaptasi skala yang peneliti lakukan pada skala *social media fatigue*. Setelah dilakukannya proses adaptasi skala, kemudian dilanjutkan dengan uji validitas dan uji reliabilitas.

a. Proses Adaptasi Skala

Skala *social media fatigue* asli (*Social media fatigue scale*) memakai dua bahasa yaitu Bahasa Mandarin dan Bahasa Inggris, dalam hal ini peneliti akan memakai skala *social media fatigue* versi bahasa Inggris. Adapun beberapa proses yang dilakukan penerjemahan skala yang dilakukan, sebagai berikut:

- Skala asli berbahasa Inggris ke Bahasa Indonesia

Hal yang terpenting pada adaptasi skala adalah menjadikan skala yang berasal dari luar negeri untuk bisa dipakai di Indonesia. Peneliti meminta satu penerjemah untuk menerjemahkan skala *social media fatigue* asli berbahasa Inggris ke dalam Bahasa Indonesia. Kriteria penerjemah yang peneliti pakai yaitu orang yang memiliki bukti berupa sertifikat mengenai Bahasa Inggris, baik dalam bentuk ijazah sastra

Inggris, pengalaman magang, kerja, atau pernah atau sedang kuliah di luar negeri.

Skala asli *social media fatigue* terdiri dari 15 item berbahasa Inggris, yang kemudian diterjemahkan oleh Ester yang merupakan mantan pengajar di salah satu tempat les bahasa Inggris di kota Makassar.

- Bahasa Indonesia ke Bahasa Inggris atau *Back Translation*

Setelah melakukan proses translasi dari skala asli bahasa Inggris ke bahasa Indonesia, dilakukan kembali *back translation* dari Bahasa Indonesia ke Bahasa Inggris. Proses *back translation* ini melibatkan satu orang yaitu Nur Fitriana Kadir yang merupakan sarjana sastra Inggris dari salah satu universitas di kota Makassar.

- Perbandingan skala asli dengan hasil terjemahan

Setelah proses translasi *serta back translation* telah dilakukan, dilanjutkan dengan menelaah skala tersebut dengan cara membandingkan skala asli dengan skala hasil terjemahan, hal ini dilakukan agar meminimalisir adanya perbedaan makna yang nantinya dapat digunakan setelah proses uji validitas dan uji reliabilitas.

3.6.1 Uji Validitas

Uji validitas digunakan dengan tujuan mengetahui sejauh mana tes mampu mengukur atribut yang akan diukur. Pengujian validitas yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

a. Validitas isi

Azwar (2012) mengemukakan bahwa validitas isi adalah sejauh mana bagian-bagian dalam suatu instrumen ukur benar-benar saling berkaitan dan merupakan hasil dari konstruk yang sesuai dengan tujuan pengukuran. Adapun uji validitas pada penelitian ini telah diuji oleh peneliti sebelumnya dengan memperoleh skor validitas terendah yaitu 0.43 dan skor validitas tertinggi yaitu 0.73.

Uji Validitas terbagi atas dua, antara lain:

1) Validitas logis

Validitas logis adalah validitas yang menunjukkan sejauh mana item yang merupakan bagian keadaan yang mewakili karakteristik yang ingin diukur. Validitas logis tinggi bisa didapatkan jika suatu alat ukur dirancang sebaik mungkin dimana itemnya berkaitan dengan keseluruhan isi tes.

Adapun ahli atau *subject matter expert* pada penelitian ini terdiri atas tiga dosen Fakultas Psikologi yang ahli mengenai skala yang hendak direview yaitu Ibu Titin Florentina P, S.Psi., M.Psi, Psikolog., Ibu A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si. dan Bapak Musawwir, S.Psi., M.Pd. Penelitian dalam hal ini juga

memintas ahli atau expert untuk memberikan review secara keseluruhan terhadap skala penelitian yang diberikan

2) Validitas Tampang

Validitas tampang adalah hasil validitas yang penting meskipun memiliki signifikansi yang rendah, hal ini didasarkan pada penilaian terhadap tampilan atau format penampilan tes dan kesesuaiannya dengan konteks item serta tujuan ukur tes. Tes yang memiliki validitas tampang tinggi akan mampu meningkatkan motivasi individu dalam mengerjakan tes tersebut dengan baik.

Peneliti meminta lima mahasiswa mewakili dari beberapa kampus untuk menjadi reviewer dalam melakukan uji validitas tampang pada skala *social media fatigue*. Format pada penelitian untuk validitas tampang yaitu kata pengantar skala, font yang digunakan, instruksi pengisian skala, dan lain-lain. Hasil dari validitas tampang ini menunjukkan bahwa item-item dalam skala yang akan digunakan sangat jelas, mudah dipahami, dan tampilan skala cukup menarik.

3) Validitas Konstruk

Jamie De Coster dan Altermatt (dalam Azwar, 2012) mengemukakan bahwa validitas konstruk adalah uji validitas yang menunjukkan sejauh mana tes menunjukkan konstruk teoritik hendak diukur. Peneliti melakukan uji *Confirmatory*

Factor Analysis (CFA) dengan bantuan lisrel 8.80 dalam melakukan validitas konstruk. Peneliti melakukan beberapa kali penulisan *syntax* agar bisa mendapatkan *p-value* > 0.05 dan nilai RMSEA < 0.05. Dalam melakukan uji validitas konstruk menyatakan item pernyataan skala *social media fatigue* valid apabila mendapatkan *t-value* > 1.96 dan nilai *factor loading* positif.

Berdasarkan skala yang digunakan dalam penelitian ini dan telah diuji CFA, yang menunjukkan hasil bahwa 14 item dinyatakan valid dimana melebihi nilai *factor loading*. Dengan nilai validitas tertinggi yaitu 0.84 dan adapun item yang dinyatakan tidak valid atau item dinyatakan gugur dimana memiliki nilai terendah yaitu -0.03.

Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Kosntruk

Aspek	Nomor Item	<i>Factor Loading</i>	<i>Error</i>	<i>t-value</i>	Ket
Kognitif	X1	0.52	0.73	9.55	Valid
	X2	0.54	0.70	9.97	Valid
	X3	-0.03	1.00	-0.40	Tidak Valid
	X4	0.55	0.70	10.35	Valid
	X5	0.58	0.67	10.83	Valid
	X6	0.44	0.49	10.53	Valid
Perilaku	X7	0.52	0.44	12.65	Valid
	X8	0.64	0.24	17.22	Valid
	X9	0.61	0.16	18.40	Valid
	X10	0.36	0.35	10.37	Valid
Emosional	X11	0.46	0.79	8.92	Valid
	X12	0.46	0.79	8.91	Valid
	X13	0.71	0.50	14.97	Valid
	X14	0.84	0.29	18.66	Valid
	X15	0.77	0.40	16.78	Valid

Berdasarkan tabel 3.2 diketahui bahwa 15 item dalam skala *social media fatigue* pada mahasiswa. Satu dari 15 item memiliki nilai *t-value* kurang dari 1.96 aspek satu yaitu kognitif terdapat satu item yang tidak valid adalah item 3 dan item lainnya memiliki nilai *t-value* lebih besar dari 1.96. Dengan demikian, terdapat 14 dari 15 item dinyatakan valid dalam skala *social media fatigue*.

Tabel 3.3 *Blue Print Social Media Fatigue* setelah Uji Coba

Aspek	Item	Jumlah Item
Kognitif	1, 2, 4, 5	4
Perilaku	6, 7, 8, 9, 10	5
Emosional	11, 12, 13, 14, 15	5
Total		14

3.6.1 Uji Reliabilitas

Azwar (2012) mengemukakan bahwa uji reliabilitas adalah pengujian yang dilakukan dengan tujuan melihat sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat menghasilkan data yang bisa dipercaya. Data yang tidak reliabel tidak akan mampu memberikan informasi yang tidak akurat perihal variabel yang dianalisis dan hasil analisisnya pun tidak akan akurat, sehingga hal ini biasa dipengaruhi oleh sikap, persepsi, dan motivasi responden dalam memberikan jawaban. Adapun uji reliabilitas pada skala *social media fatigue* yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya yaitu 0.83.

Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan SPSS dan menggunakan rumus *alpha cronbach*. Untuk memperoleh reliabilitas

pada skala *social media fatigue* pada mahasiswa, peneliti menggunakan aplikasi SPSS 25 dengan menggunakan teknik *Cronbach Alpha* > 0.60 (Azwar, 2012). Adapun hasil reliabilitas skala *social media fatigue* pada mahasiswa, sebagai berikut:

Tabel 3.4 Reliabilitas Skala *Social Media Fatigue*

Cronbach's Alpha	N of Items
.816	14

Berdasarkan tabel analisis reliabilitas 3.4, dapat diketahui bahwa nilai reliabilitas pada skala *social media fatigue* menunjukkan skor sebesar 0.816 yang berarti alat ukur *social media fatigue* pada mahasiswa dapat dinyatakan reliabel.

3.7 Teknik Analisis Data

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran *social media fatigue* pada mahasiswa di Kota Makassar. Teknik analisis yang akan digunakan yaitu teknik analisis deskriptif yang dikerjakan untuk menjelaskan secara sistematis dan akurat fakta atau karakteristik dari populasi penelitian. Analisis deskriptif dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi *Microsoft Excel* 2016 dan SPSS 25.

3.8 Jadwal Penelitian

Tabel 3.6. Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	Bulan											
		Juni				Juli				Agustus			
		Minggu ke-				Minggu ke-				Minggu ke-			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Persiapan penelitian	■	■	■	■								
2	Pelaksanaan penelitian					■	■	■	■				
3	Analisis data									■	■	■	
4	Penyusunan laporan										■	■	■

BAB IV

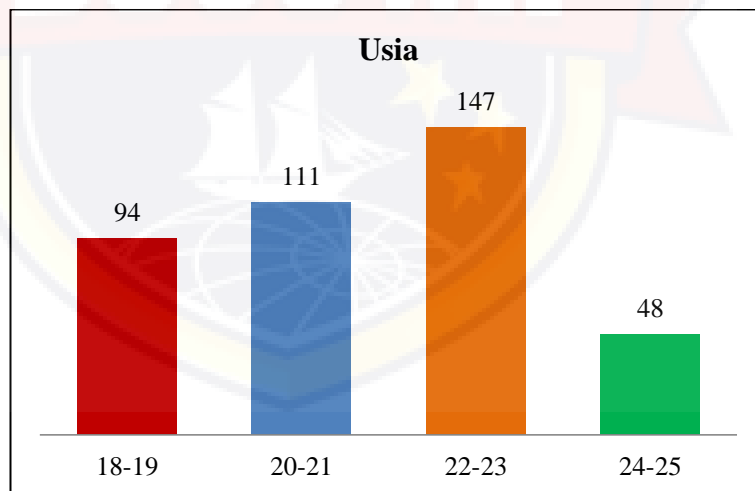
HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Analisis Deskriptif

Azwar (2017) mengemukakan bahwa analisis deskriptif adalah analisis yang bertujuan untuk menjelaskan secara sistematis dan akurat mengenai fakta atau karakteristik dari populasi suatu penelitian. Analisis deskriptif dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi *Microsoft Excel* dan SPSS 25.

4.1.1 Deskriptif Subjek Berdasarkan Demografi

a) Usia

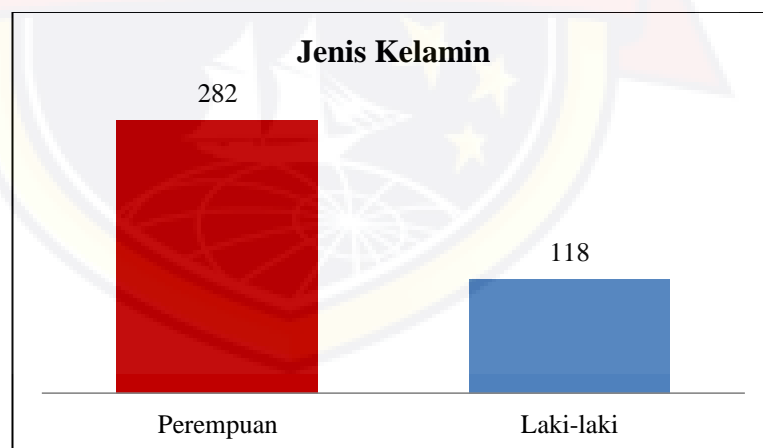


Gambar 4.1 Diagram Demografi berdasarkan Usia

Berdasarkan diagram 4.1 dapat diperoleh hasil data yang menunjukkan bahwa diantara 400 mahasiswa yang mengalami *social media fatigue* dari beberapa Universitas di Kota

Makassar. Mahasiswa yang berusia 22-23 tahun lebih besar dibandingkan dengan mahasiswa yang berusia 18-19, 20-21, dan 24-25 tahun. Mahasiswa berusia 18-19 tahun sebesar 23.4% dari seluruh mahasiswa yang berjumlah 94 responden. Pada mahasiswa yang berusia 20-21 tahun sebesar 27.7%, dengan jumlah seluruh mahasiswa yang didapatkan sebesar 111 responden. Mahasiswa yang berusia 22-23 tahun sebesar 36.7% dengan seluruh mahasiswa yang berjumlah 147 responden. Terakhir mahasiswa yang berusia 24-25 tahun sebesar 12.0% dengan jumlah keseluruhan mahasiswa yaitu 48 responden.

b) Jenis Kelamin

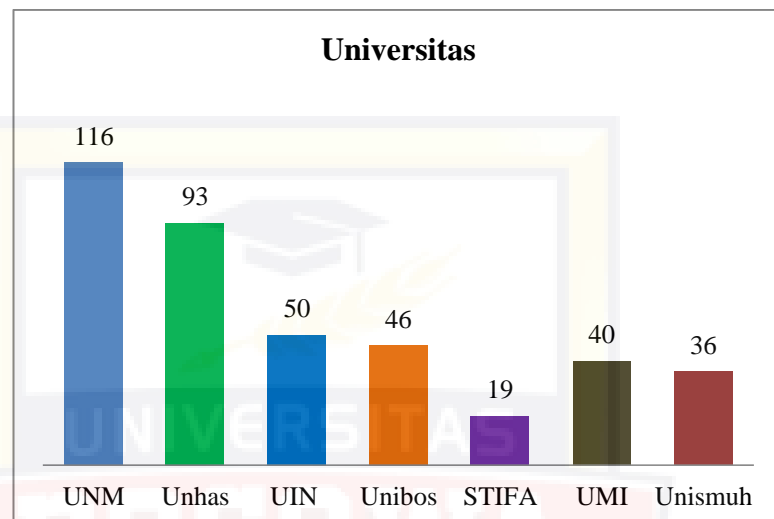


Gambar 4.2 Diagram Demografi berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan diagram 4.2, dapat diperoleh hasil data yang menunjukkan bahwa responden mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki sebesar 29.4%, dari seluruh jumlah mahasiswa yaitu 118. Responden mahasiswa yang berjenis

kelamin perempuan sebesar 70.3%, dari seluruh jumlah mahasiswa yaitu 282 responden.

c) Universitas



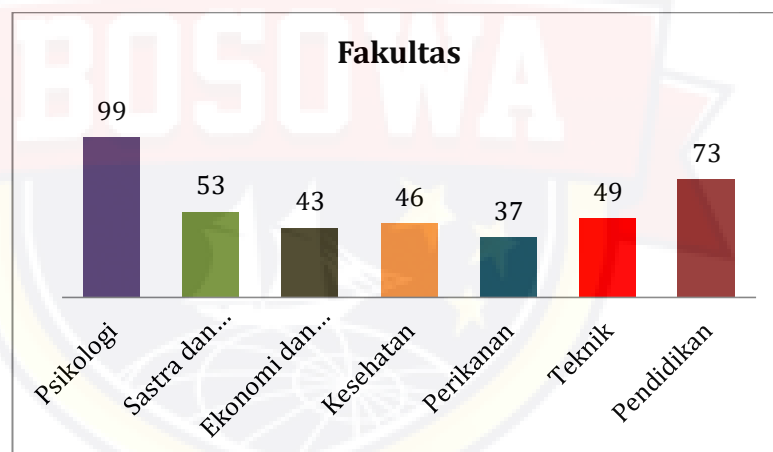
Gambar 4.3 Diagram Demografi berdasarkan Universitas

Berdasarkan diagram 4.3, dapat diperoleh hasil data bahwa mahasiswa dari Universitas Negeri Makassar lebih banyak dibandingkan dari mahasiswa yang berasal dari Universitas Hasanuddin, Universitas Islam Negeri Alauddin, Universitas Bosowa, STIFA, Universitas Muslim Indonesia, dan Universitas Muhammadiyah. Mahasiswa dari Universitas Negeri Makassar sebesar 28.9%, dengan jumlah mahasiswa yaitu 116 responden. Mahasiswa dari Universitas Hasanuddin sebesar 23.2% dengan jumlah mahasiswa yaitu 93 responden.

Mahasiswa dari Universitas Islam Negeri Alauddin sebesar 12.5%, dengan jumlah mahasiswa yaitu 50 responden.

Mahasiswa dari Universitas Bosowa yaitu sebesar 11.5% dengan keseluruhan mahasiswa yaitu 46 responden. Mahasiswa dari Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Makassar (STIFA) sebesar 4,8% dengan keseluruhan mahasiswa yaitu 19 responden. Mahasiswa dari Universitas Muslim Indonesia sebesar 10.0%, dengan keseluruhan mahasiswa yaitu 40 responden. Mahasiswa dari Universitas Muhammadiyah sebesar 9.0% dengan keseluruhan mahasiswa yaitu 36 responden.

d) Fakultas

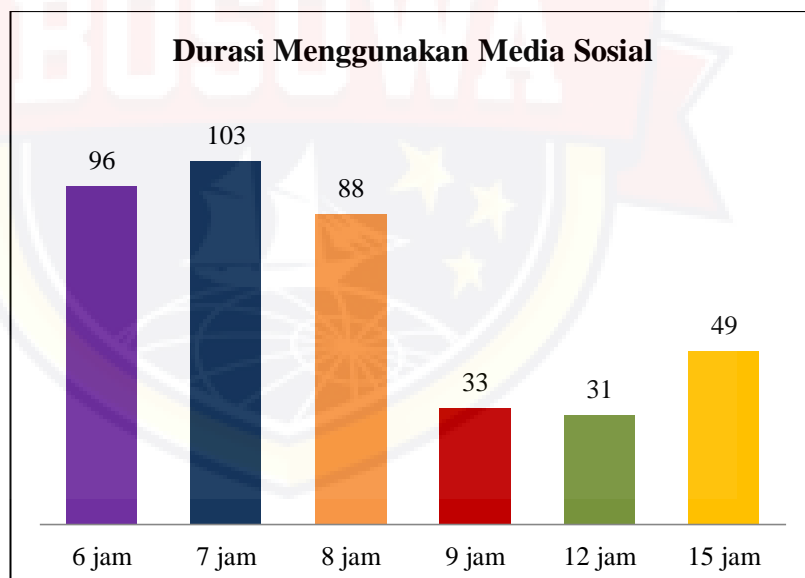


Gambar 4.4 Diagram Demografi berdasarkan Fakultas

Berdasarkan diagram 4.4, dapat diperoleh hasil data yang menunjukkan bahwa mahasiswa dari fakultas psikologi sebesar 24.7%, dengan keseluruhan mahasiswa yaitu 99 responden. Mahasiswa dari fakultas sastra dan bahasa sebesar 13.2%, dengan keseluruhan mahasiswa yaitu 53 responden. Mahasiswa dari fakultas ekonomi dan bisnis sebesar 10.7%

dengan keseluruhan mahasiswa yaitu 43 responden. Mahasiswa yang berasal dari fakultas kesehatan sebesar 11.5% dengan keseluruhan mahasiswa yaitu 46 responden. Mahasiswa yang berasal dari fakultas perikanan sebesar 9.3%, dengan keseluruhan mahasiswa yaitu 37 responden. Mahasiswa dari fakultas teknik sebesar 12.3% dengan keseluruhan mahasiswa yaitu 49 responden. Mahasiswa dari fakultas pendidikan yaitu sebesar 18.3% dengan jumlah keseluruhan mahasiswa yaitu 73 responden.

e) Durasi Menggunakan Media Sosial



Gambar 4.5 Diagram Demografi berdasarkan Durasi Menggunakan Media sosial

Berdasarkan gambar 4.5 diagram demografi, diperoleh bahwa mahasiswa yang bermain media sosial selama 7 jam/hari lebih tinggi dibandingkan dari durasi lainnya seperti 6 jam, 8 jam, dan sebagainya. Mahasiswa yang bermain media

sosial selama 6 jam/hari sebesar 23.9%, dengan jumlah keseluruhan mahasiswa yaitu 96 responden. Mahasiswa yang bermain media sosial selama 7 jam/hari sebesar 25.7%, dengan jumlah keseluruhan mahasiswa yaitu 103 responden.

Mahasiswa yang bermain media sosial selama 8 jam/hari sebesar 21.9% dengan jumlah keseluruhan mahasiswa yaitu 88 responden. Mahasiswa yang bermain media sosial selama 9 jam/hari sebesar 8.2%, dengan jumlah keseluruhan mahasiswa yaitu 33 responden. Mahasiswa yang bermain media sosial selama 12 jam/hari sebesar 7.7%, dengan keseluruhan mahasiswa yaitu 31 responden. Mahasiswa yang bermain media sosial selama 15 jam/hari sebesar 12.2%, dengan jumlah keseluruhan mahasiswa yaitu 49 responden.

4.1.3 Deskriptif Variabel Berdasarkan Tingkat Skor

Hasil olahan data analisis deskriptif dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS 25. Kategorisasi yang digunakan dalam menganalisis data pada penelitian ini yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

Tabel 4.1 Kategori Skor

Kategorisasi	Rumus kategorisasi
Tinggi	$X > \text{Mean} + \text{Sd}$
Sedang	$\text{Mean} + \text{Sd} < X < \text{Mean} - \text{Sd}$
Rendah	$X < \text{Mean} - \text{Sd}$

Deskriptif tingkat skor dalam penelitian ini disajikan dengan menggunakan tabel hasil analisis deskriptif gambaran *social media fatigue* menggunakan hasil pengolahan dari aplikasi SPSS, sebagai berikut:

Tabel 4.2 Hasil Analisis *Social Media Fatigue*

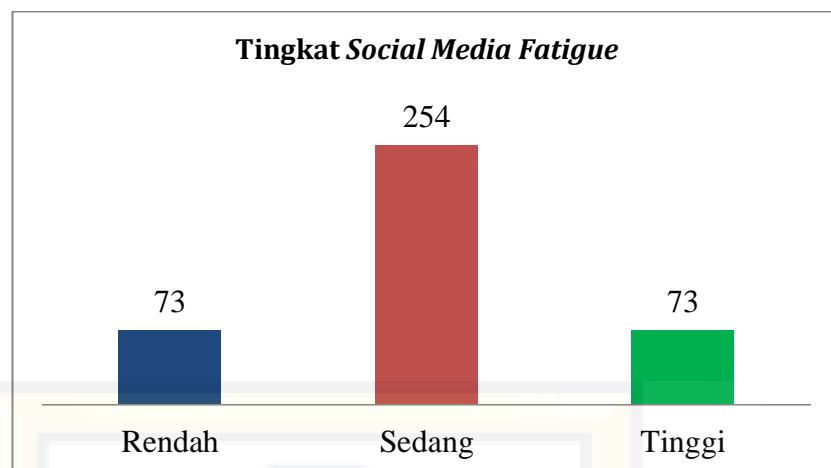
	N	Min	Max	Mean	Standar deviation
<i>Social Media Fatigue</i>	400	22	58	40.26	6.24

Berdasarkan tabel hasil statistik analisis deskriptif dapat diketahui bahwa dari jumlah data (N) adalah sebanyak 400 Responden didapatkan dengan nilai rata-rata (*mean*) yaitu 40.26 dengan *standar deviasi* yaitu 6.24 dan skor jumlah terkecilnya minimum yaitu 22 dan skor jumlah terbesar adalah 58.

Tabel 4.3 Kategorisasi *Social Media Fatigue*

Kategorisasi	Rumus Kategorisasi	Hasil Kategorisasi
Tinggi	$X > \text{Mean} + \text{Sd}$	$X > 46.51$
Sedang	$\text{Mean} + \text{Sd} < X < \text{Mean} - \text{Sd}$	$46.51 < X < 34.02$
Rendah	$X < \text{Mean} - \text{Sd}$	$X < 34.02$

Adapun distribusi kategorisasi tingkat skor *social media fatigue* adalah sebagai berikut:



Gambar 4.6 Diagram Tingkat *Social Media Fatigue*

Berdasarkan gambar diagram 4.6 diketahui bahwa dari 400 mahasiswa, tingkat skor mahasiswa berada pada rentang tinggi, sedang, dan rendah. Mahasiswa yang memiliki tingkat *social media fatigue* kategori rendah sebesar (18.2%) dengan jumlah 73 responden. Mahasiswa yang memiliki tingkat *social media fatigue* kategori sedang sebesar (63.5%) dengan jumlah mahasiswa yaitu 254 responden. Mahasiswa yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar (18.3%) dengan jumlah mahasiswa yaitu 73 responden.

1.1.1 Deskriptif *Social Media Fatigue* Berdasarkan Aspek

a) Aspek Kognitif

Tabel. 4.4 Distribusi Skor Aspek Kognitif

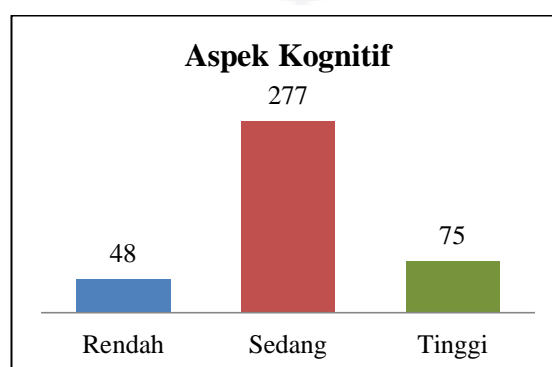
Distribusi Skor	N	Min	Max	Mean	Standar Deviasi
Kognitif	400	8	20	14.23	2.33

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui terdapat 400 responden dalam uji coba skala *social media fatigue*. Maka diperoleh rata-rata skor aspek kognitif pada mahasiswa adalah 14.23 dengan nilai standar deviasi yaitu 2.33. Skor aspek kognitif yang paling rendah yaitu 8 dan skor aspek kognitif yang paling tinggi yaitu 20. Dengan demikian skor aspek kognitif pada mahasiswa yang memiliki media sosial memiliki rentang skor dari 8 sampai dengan 20. Adapun kriteria dalam pembuatan norma kategorisasi tingkat skor dari aspek kognitif untuk mendapatkan kategori tingkat skor tinggi, sedang, dan rendah adalah sebagai berikut:

Tabel 4.5 Kategorisasi Aspek Kognitif

Kategorisasi Penormaan	Rumus Kategorisasi	Hasil Kategorisasi
Tinggi	$X > \text{Mean} + \text{Sd}$	$X > 16.56$
Sedang	$\text{Mean} + \text{Sd} < X < \text{Mean} - \text{Sd}$	$16.56 < X < 11.9$
Rendah	$X < \text{Mean} - \text{Sd}$	$X < 11.9$

Adapun distribusi kategorisasi tingkat skor aspek kognitif adalah sebagai berikut:



Gambar 4.7 Diagram Deskriptif Aspek Kognitif

Berdasarkan gambar 4.7 diketahui bahwa tingkat skor mahasiswa berada pada rentang tinggi, sedang, dan rendah. Mahasiswa yang memiliki tingkat aspek kognitif rendah sebesar 12.0% dengan jumlah responden yaitu 48 mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki tingkat aspek kognitif sedang sebesar 69.3% dengan jumlah responden yaitu 277 mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki tingkat aspek kognitif tinggi sebesar 18.8% dengan jumlah responden yaitu 75 mahasiswa.

b) Aspek Perilaku

Tabel. 4.6 Distribusi Skor Aspek Perilaku

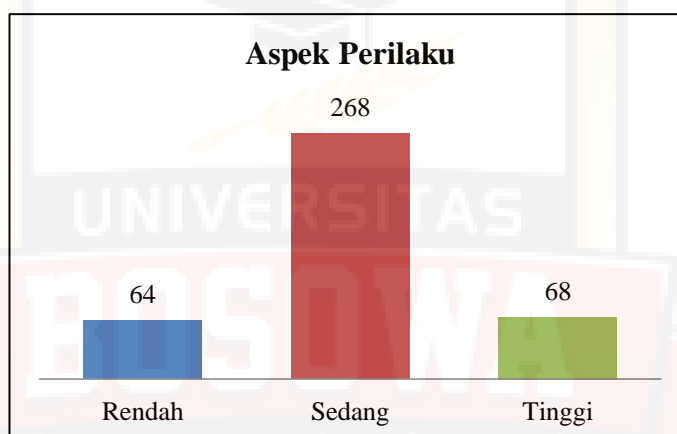
Distribusi Skor	N	Min	Max	Mean	Standar Deviasi
Kognitif	400	5	20	13.72	2.83

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui terdapat 400 responden dalam uji coba skala *social media fatigue*. Maka diperoleh rata-rata skor aspek perilaku pada mahasiswa adalah 13.72 dengan nilai standar deviasi yaitu 2.83. Skor aspek perilaku yang paling rendah yaitu 8 dan skor aspek perilaku yang paling tinggi yaitu 20. Dengan demikian skor aspek perilaku pada mahasiswa yang memiliki media sosial memiliki rentang skor dari 5 sampai dengan 20. Adapun kriteria dalam pembuatan norma kategorisasi tingkat skor dari aspek perilaku untuk mendapatkan kategori tingkat skor tinggi, sedang, dan rendah adalah sebagai berikut:

Tabel 4.7 Kategorisasi Aspek Perilaku

Kategorisasi Penormaan	Rumus Kategorisasi	Hasil Kategorisasi
Tinggi	$X > \text{Mean} + \text{Sd}$	$X > 16.55$
Sedang	$\text{Mean} + \text{Sd} < X < \text{Mean} - \text{Sd}$	$16.55 < X < 10.89$
Rendah	$X < \text{Mean} - \text{Sd}$	$X < 10.89$

Adapun distribusi kategorisasi tingkat skor aspek perilaku adalah sebagai berikut:



Gambar 4.8 Diagram Deskriptif Aspek Perilaku

Berdasarkan gambar 4.8 diketahui bahwa tingkat skor mahasiswa berada pada rentang tinggi, sedang, dan rendah. Mahasiswa yang memiliki tingkat aspek perilaku rendah sebesar 16.0% dengan jumlah responden yaitu 64 mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki tingkat aspek perilaku sedang sebesar 67.0% dengan jumlah responden yaitu 268 mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki tingkat aspek perilaku tinggi sebesar 17.0% dengan jumlah responden yaitu 68 mahasiswa.

c) Aspek Emosional

Tabel. 4.8 Distribusi Skor Aspek Emosional

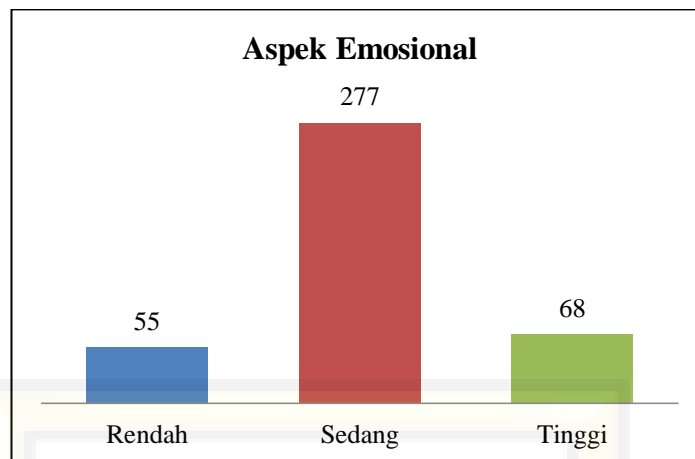
Distribusi Skor	N	Min	Max	Mean	Standar Deviasi
Kognitif	400	5	20	12.33	3.00

Berdasarkan tabel 4.8 diketahui terdapat 400 responden dalam uji coba skala *social media fatigue*. Maka diperoleh rata-rata skor aspek emosional pada mahasiswa adalah 12.33 dengan nilai standar deviasi yaitu 3.00. Skor aspek emosional yang paling rendah yaitu 5 dan skor aspek emosional yang paling tinggi yaitu 20. Dengan demikian skor aspek emosional pada mahasiswa yang memiliki media sosial memiliki rentang skor dari 8 sampai dengan 20. Adapun kriteria dalam pembuatan norma kategorisasi tingkat skor dari aspek emosional untuk mendapatkan kategori tingkat skor tinggi, sedang, dan rendah adalah sebagai berikut:

Tabel 4.5 Kategorisasi Aspek Emosional

Kategorisasi Penormaan	Rumus Kategorisasi	Hasil Kategorisasi
Tinggi	$X > \text{Mean} + \text{Sd}$	$X > 15.33$
Sedang	$\text{Mean} + \text{Sd} < X < \text{Mean} - \text{Sd}$	$15.33 < X < 9.33$
Rendah	$X < \text{Mean} - \text{Sd}$	$X < 9.33$

Adapun distribusi kategorisasi tingkat skor aspek emosional adalah sebagai berikut:

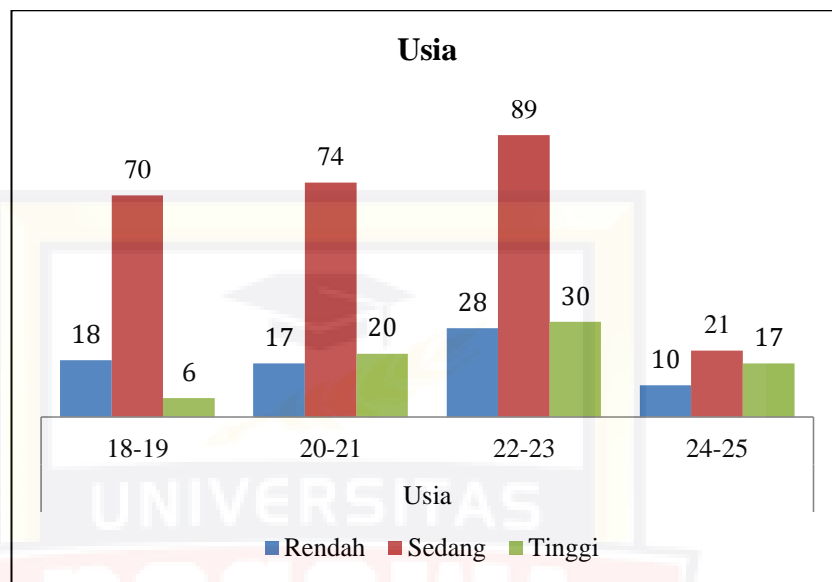


Gambar 4.9 Diagram Deskriptif Aspek Emosional

Berdasarkan gambar 4.9 diketahui bahwa tingkat skor mahasiswa berada pada rentang tinggi, sedang, dan rendah. Mahasiswa yang memiliki tingkat aspek emosional rendah sebesar 13.8% dengan jumlah responden yaitu 55 mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki tingkat aspek emosional sedang sebesar 69.3% dengan jumlah responden yaitu 277 mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki tingkat aspek emosional tinggi sebesar 17.0% dengan jumlah responden yaitu 68 mahasiswa.

1.1.2 Deskriptif *Social Media Fatigue* Berdasarkan Demografi

a) Deskriptif *social media fatigue* berdasarkan usia



Gambar 4.10 Diagram Skor *Social Media Fatigue* berdasarkan Usia

Berdasarkan gambar diagram 4.10 dapat diperoleh hasil data bahwa tingkat *social media fatigue* mahasiswa dikelompokkan berdasarkan usia yaitu 18-19 tahun, 20-21 tahun, 22-23 tahun dan 24-25 tahun. Mahasiswa berusia 18-19 tahun memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 24.7% dengan jumlah mahasiswa yaitu 18 responden. Mahasiswa berusia 18-19 tahun memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 27.6% dengan jumlah mahasiswa yaitu 70 responden. Mahasiswa yang berusia 18-19 tahun yang memiliki tingkat *social media fatigue tinggi* sebesar 8.2% dengan jumlah mahasiswa yaitu 6 responden.

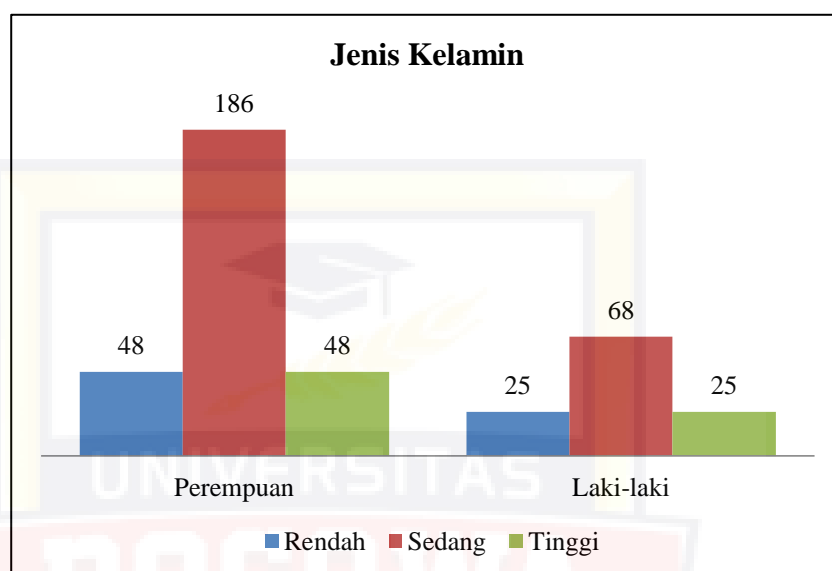
Mahasiswa yang berusia 20-21 tahun memiliki tingkat *social media fatigue* yang rendah sebesar 23.3% dengan jumlah mahasiswa berjumlah 17 responden. Mahasiswa yang berusia 20-21 tahun yang memiliki tingkat *social media fatigue* yang sedang sebesar 29.1% dengan jumlah mahasiswa yaitu 74 responden. Mahasiswa yang berusia 20-21 tahun memiliki tingkat *social media fatigue* yang tinggi sebesar 23.5% dengan jumlah mahasiswa yaitu 20 responden.

Mahasiswa yang berusia 22-23 tahun memiliki tingkat *social media fatigue* yang rendah sebesar 38.4% dengan jumlah mahasiswa berjumlah 28 responden. Mahasiswa yang berusia 22-23 tahun yang memiliki tingkat *social media fatigue* yang sedang sebesar 35.0% dengan jumlah mahasiswa yaitu 89 responden. Mahasiswa yang berusia 22-23 tahun memiliki tingkat *social media fatigue* yang tinggi sebesar 23.3% dengan jumlah mahasiswa yaitu 17 responden.

Mahasiswa yang berusia 24-25 tahun memiliki tingkat *social media fatigue* yang rendah sebesar 13.7% dengan jumlah mahasiswa berjumlah 10 responden. Mahasiswa yang berusia 24-25 tahun yang memiliki tingkat *social media fatigue* yang sedang sebesar 8.3% dengan jumlah mahasiswa yaitu 21 responden. Mahasiswa yang berusia 24-25 tahun memiliki

tingkat *social media fatigue* yang tinggi sebesar 23.3% dengan jumlah mahasiswa yaitu 17 responden.

b) Deskriptif *social media fatigue* berdasarkan jenis kelamin

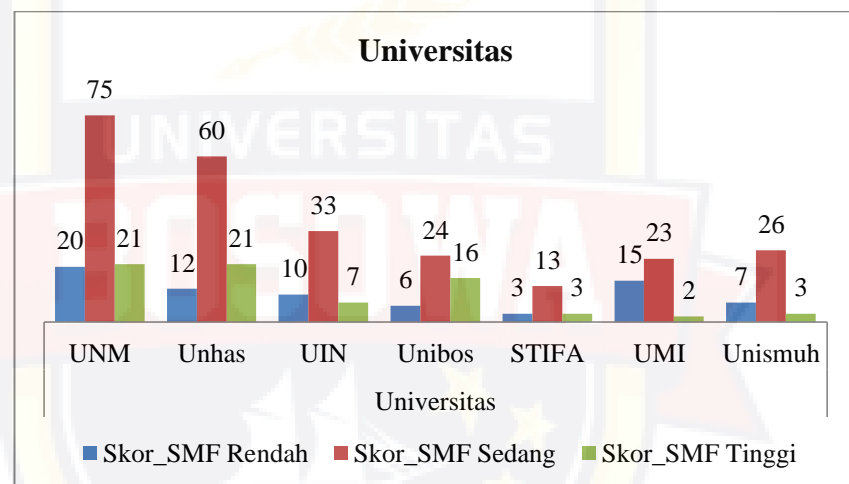


Gambar 4.11 Diagram Skor Tingkat *Social Media Fatigue* Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan gambar diagram 4.11 dapat diperoleh hasil data bahwa tingkat *social media fatigue* pada mahasiswa yang dikelompokkan berdasarkan jenis kelamin laki-laki (mahasiswa) dan perempuan (mahasiswi). Mahasiswi yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 65.8% dengan jumlah mahasiswa yaitu 48 responden. Mahasiswi yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 73.7% dengan jumlah mahasiswa yaitu 186 responden. Mahasiswi yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 65.8% dengan jumlah mahasiswa yaitu 48 responden.

Mahasiswa yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 34.2% dengan jumlah mahasiswa yaitu 25 responden. Mahasiswa yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 26.8% dengan jumlah mahasiswa yaitu 68 responden. Mahasiswa yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 34.2% dengan jumlah mahasiswa yaitu 73 responden.

c) Deskriptif *social media fatigue* berdasarkan universitas



Gambar 4.12 Diagram Tingkat Skor *Social Media Fatigue* Berdasarkan Universitas

Berdasarkan gambar diagram 4.12 menunjukkan bahwa tingkat *social media fatigue* berdasarkan Universitas Negeri Makassar, Universitas Hasanuddin, Universitas Islam Negeri, Universitas Bosowa, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi, Universitas Muslim Indonesia, dan Universitas Muhammadiyah. Mahasiswa dari Universitas Negeri Makassar yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 17.2% dengan jumlah mahasiswa

yaitu 20 responden. Mahasiswa dari Universitas Negeri Makassar yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 64.7% dengan jumlah mahasiswa yaitu 75 responden. Mahasiswa dari Universitas Negeri Makassar yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 18.1% dengan jumlah mahasiswa yaitu 21 responden.

Mahasiswa dari Universitas Hasanuddin yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 12.9% dengan jumlah mahasiswa yaitu 12 responden. Mahasiswa dari Universitas Hasanuddin yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 64.5% dengan jumlah mahasiswa yaitu 60 responden. Mahasiswa dari Universitas Hasanuddin yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 22.6% dengan jumlah mahasiswa yaitu 21 responden.

Mahasiswa dari Universitas Islam Negeri yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 13.0% dengan jumlah mahasiswa yaitu 10 responden. Mahasiswa dari Universitas Islam Negeri yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 66.0% dengan jumlah mahasiswa yaitu 33 responden. Mahasiswa dari Universitas Islam Negeri yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 14.0% dengan jumlah mahasiswa yaitu 7 responden.

Mahasiswa dari Universitas Bosowa yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 13.0% dengan jumlah mahasiswa yaitu 6 responden. Mahasiswa dari Universitas Bosowa yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 52.2% dengan jumlah mahasiswa yaitu 24 responden.

Mahasiswa dari Universitas Bosowa yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 34.8% dengan jumlah mahasiswa yaitu 16 responden.

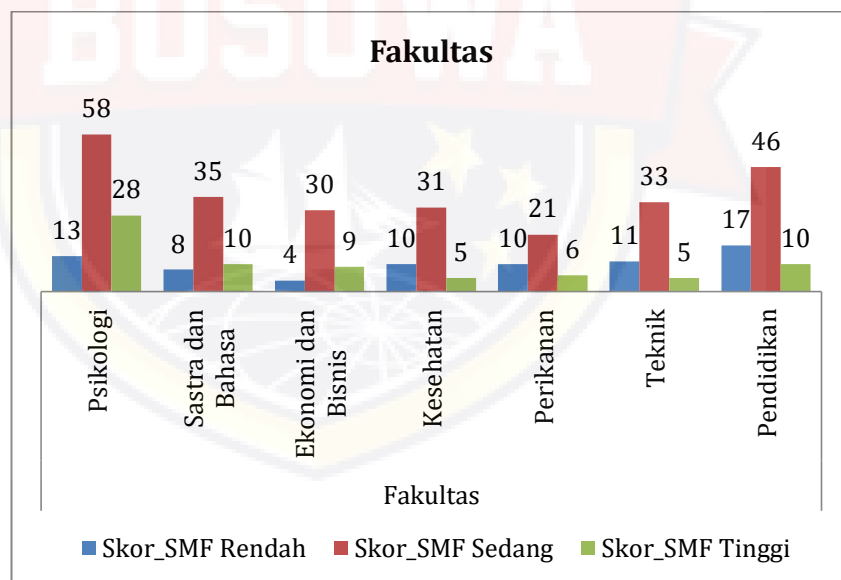
Mahasiswa dari Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 15.8% dengan jumlah mahasiswa yaitu 3 responden. Mahasiswa dari Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 68.4% dengan jumlah mahasiswa yaitu 13 responden. Mahasiswa dari Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 15.8% dengan jumlah mahasiswa yaitu 3 responden.

Mahasiswa dari Universitas Muslim Indonesia yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 37.5% dengan jumlah mahasiswa yaitu 15 responden. Mahasiswa dari Universitas Muslim Indonesia yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 57.5% dengan jumlah mahasiswa yaitu 23 responden. Mahasiswa dari Universitas Muslim

Indonesia yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 5,0% dengan jumlah mahasiswa yaitu 2 responden.

Mahasiswa dari Universitas Muhammadiyah yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 19,4% dengan jumlah mahasiswa yaitu 7 responden. Mahasiswa dari Universitas Muhammadiyah yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 72,2% dengan jumlah mahasiswa yaitu 26 responden. Mahasiswa dari Universitas Muhammadiyah memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 8,3% dengan jumlah mahasiswa yaitu 3 responden.

d) Deskriptif *social media fatigue* berdasarkan fakultas



Gambar 4.13 Diagram Tingkat Skor *Social Media Fatigue* Berdasarkan Fakultas

Berdasarkan gambar diagram 4.13 menunjukkan bahwa tingkat *social media fatigue* berdasarkan fakultas psikologi, fakultas sastra dan bahasa, fakultas ekonomi dan bisnis, fakultas

kesehatan, fakultas perikanan, fakultas teknik, dan fakultas pendidikan. Mahasiswa dari fakultas psikologi yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 13.1% dengan jumlah mahasiswa yaitu 13 responden. Mahasiswa dari fakultas psikologi yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 58.6% dengan jumlah mahasiswa yaitu 58 responden. Mahasiswa dari fakultas psikologi yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 28.3% dengan jumlah mahasiswa yaitu 28 responden.

Mahasiswa dari fakultas sastra dan bahasa yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 14.8% dengan jumlah mahasiswa yaitu 8 responden. Mahasiswa dari fakultas sastra dan bahasa yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 66.7% dengan jumlah mahasiswa yaitu 36 responden. Mahasiswa dari fakultas sastra dan bahasa yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 18.5% dengan jumlah mahasiswa yaitu 10 responden.

Mahasiswa dari fakultas ekonomi dan bisnis yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 9.3% dengan jumlah mahasiswa yaitu 4 responden. Mahasiswa dari fakultas ekonomi dan bisnis yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 69.8% dengan jumlah mahasiswa yaitu 30 responden. Mahasiswa dari fakultas ekonomi dan bisnis yang memiliki

tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 20.9% dengan jumlah mahasiswa yaitu 9 responden.

Mahasiswa dari fakultas kesehatan yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 21.7% dengan jumlah mahasiswa yaitu 10 responden. Mahasiswa dari fakultas kesehatan yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 67.4% dengan jumlah mahasiswa yaitu 31 responden. Mahasiswa dari fakultas kesehatan yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 10.9% dengan jumlah mahasiswa yaitu 5 responden.

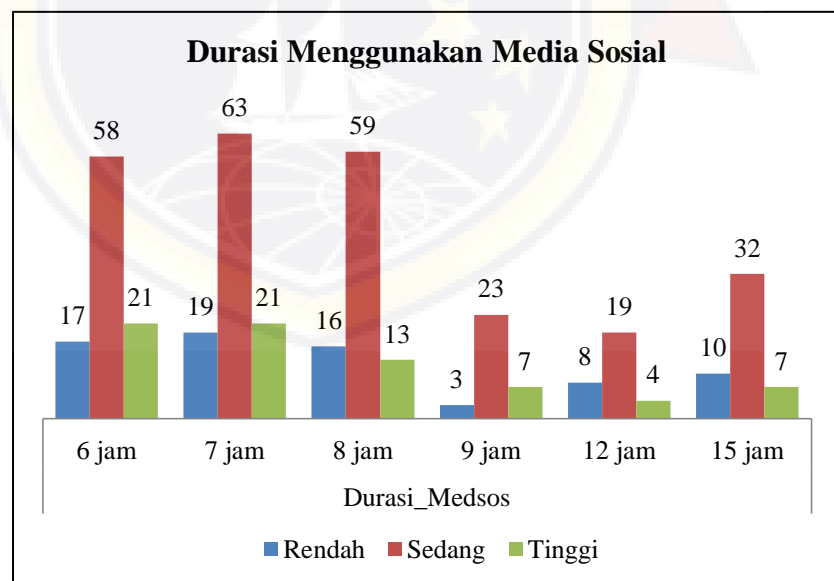
Mahasiswa dari fakultas perikanan yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 27.0% dengan jumlah mahasiswa yaitu 10 responden. Mahasiswa dari fakultas perikanan yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 56.8% dengan jumlah mahasiswa yaitu 21 responden. Mahasiswa dari fakultas perikanan yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 16.2% dengan jumlah mahasiswa yaitu 6 responden.

Mahasiswa dari fakultas teknik yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 22.4% dengan jumlah mahasiswa yaitu 11 responden. Mahasiswa dari fakultas teknik yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 67.3% dengan jumlah mahasiswa yaitu 33 responden. Mahasiswa dari

fakultas teknik yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 10.2% dengan jumlah mahasiswa yaitu 5 responden.

Mahasiswa dari fakultas ilmu pendidikan yang memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 23.3% dengan jumlah mahasiswa yaitu 17 responden. Mahasiswa dari fakultas ilmu pendidikan yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 63.0% dengan jumlah mahasiswa yaitu 46 responden. Mahasiswa dari fakultas ilmu pendidikan yang memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 13.7% dengan jumlah mahasiswa yaitu 10 responden.

- e) Deskriptif *social media fatigue* berdasarkan durasi menggunakan media sosial



Gambar 4.14 Diagram Tingkat Skor *Social Media Fatigue* Berdasarkan Durasi Menggunakan Media Sosial

Berdasarkan gambar diagram 4.14 menunjukkan bahwa tingkat *social media fatigue* berdasarkan 6 jam, 7 jam, 8 jam, 9 jam, 12 jam, dan 15 jam. Mahasiswa yang mempunyai 6 jam durasi menggunakan media sosial memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 17.7% dengan jumlah mahasiswa yaitu 17 responden. Mahasiswa yang mempunyai 6 jam durasi menggunakan media sosial yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 60.4% dengan jumlah mahasiswa yaitu 58 responden. Mahasiswa yang mempunyai 6 jam durasi menggunakan media sosial memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 21.9% dengan jumlah mahasiswa yaitu 21 responden.

Mahasiswa yang mempunyai 7 jam durasi menggunakan media sosial memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 18.4% dengan jumlah mahasiswa yaitu 19 responden. Mahasiswa yang mempunyai 7 jam durasi menggunakan media sosial yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 61.2% dengan jumlah mahasiswa yaitu 63 responden. Mahasiswa yang mempunyai 7 jam durasi menggunakan media sosial memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 20.4% dengan jumlah mahasiswa yaitu 21 responden.

Mahasiswa yang mempunyai 8 jam durasi menggunakan media sosial memiliki tingkat *social media fatigue* rendah

sebesar 18.2% dengan jumlah mahasiswa yaitu 16 responden. Mahasiswa yang mempunyai 8 jam durasi menggunakan media sosial yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 67.0% dengan jumlah mahasiswa yaitu 59 responden. Mahasiswa yang mempunyai 8 jam durasi menggunakan media sosial memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 14.8% dengan jumlah mahasiswa yaitu 13 responden.

Mahasiswa yang mempunyai 9 jam durasi menggunakan media sosial memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 17.7% dengan jumlah mahasiswa yaitu 17 responden. Mahasiswa yang mempunyai 9 jam durasi menggunakan media sosial yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 67.0% dengan jumlah mahasiswa yaitu 23 responden. Mahasiswa yang mempunyai 9 jam durasi menggunakan media sosial memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 21.2% dengan jumlah mahasiswa yaitu 7 responden.

Mahasiswa yang mempunyai 12 jam durasi menggunakan media sosial memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 25.8% dengan jumlah mahasiswa yaitu 8 responden. Mahasiswa yang mempunyai 12 jam durasi menggunakan media sosial yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 61.3% dengan jumlah mahasiswa yaitu 19 responden. Mahasiswa yang mempunyai 12 jam durasi menggunakan media

sosial memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 12.9% dengan jumlah mahasiswa yaitu 4 responden.

Mahasiswa yang mempunyai 15 jam durasi menggunakan media sosial memiliki tingkat *social media fatigue* rendah sebesar 20.4% dengan jumlah mahasiswa yaitu 10 responden.

Mahasiswa yang mempunyai 15 jam durasi menggunakan media sosial yang memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 65.3% dengan jumlah mahasiswa yaitu 32 responden.

Mahasiswa yang mempunyai 6 jam durasi menggunakan media sosial memiliki tingkat *social media fatigue* tinggi sebesar 14.3% dengan jumlah mahasiswa yaitu 7 responden.

1.2 Pembahasan

1.2.1 Gambaran Umum *Social Media Fatigue* pada Mahasiswa di Kota Makassar

Zhang, et al (2021) mengatakan bahwa *social media fatigue* adalah perilaku individu mengalami rasa yang diakibatkan penggunaan media sosial secara berlebihan. *Social media fatigue* terdiri atas tiga aspek yaitu aspek kognitif, aspek emosional, dan aspek perilaku. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, mendapatkan hasil mengenai gambaran *social media fatigue* pada 400 mahasiswa di kota Makassar sebagai responden dalam penelitian ini, memiliki hasil yang cukup bervariasi berdasarkan analisis deskriptif yang telah dilakukan. Penelitian ini

menggunakan skala *social media fatigue* yang terdiri atas 15 item, skala tersebut mempunyai rentang skor 1 sampai 3 untuk jawaban pada setiap item. Pada variabel *social media fatigue* diperoleh nilai *mean* sebesar 40.26 dan nilai *standar deviasi* sebesar 6.25.

Setelah dilakukan kategorisasi data diketahui bahwa 400 mahasiswa di kota Makassar yang termasuk ke dalam kategori *social media fatigue* tingkat tinggi terdapat 73 orang dengan persentase sebesar 18.3%. Mahasiswa yang memiliki tingkat *social media fatigue* tingkat sedang terdapat 254 orang dengan persentase sebesar 63.5%. Mahasiswa yang memiliki tingkat *social media fatigue* yang rendah terdapat 73 orang dengan persentase sebesar 18.3%.

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat dinyatakan bahwa sebagian besar mahasiswa yang mempunyai media sosial memiliki tingkat *social media fatigue* yang tergolong dalam kategori sedang. Hal ini dilihat dari persentase terbanyak dari jumlah keseluruhan responden yakni 254 mahasiswa dengan persentase sebesar 63.5%. Hal ini didukung dari hasil analisis variabel berdasarkan aspek, dimana aspek *social media fatigue* yang memiliki skor tinggi terdapat pada aspek kognitif dan aspek emosional. Pada aspek kognitif memiliki hasil analisis dalam tingkat sedang dimana sebesar 69.3% dengan jumlah responden yaitu 277 mahasiswa. pada aspek emosional menunjukkan hasil bahwa mahasiswa yang

mengalami *social media fatigue* pada tingkat sedang sebesar 69.3% dengan jumlah responden yaitu 277 mahasiswa.

Dengan adanya berbagai tingkat *social media fatigue* yang dimana tertinggi pada tingkat sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa individu yang mengalami *social media fatigue* sedang tidak berhenti menggunakan media sosial meskipun mereka mengalami kelelahan pada saat menggunakan media sosial. Hal ini disebabkan karena adanya karena individu tersebut tidak memiliki keinginan untuk berhenti menggunakan media sosial meskipun terdapat munculnya beberapa gejala *social media fatigue*.

Hasil tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Lee dan Mahoney (2020) mengungkapkan bahwa individu yang mengalami *social media fatigue* tingkat sedang menunjukkan beberapa individu tidak memiliki niat untuk berhenti menggunakan media sosial meskipun beberapa dari mereka mengalami gejala-gejala munculnya *social media fatigue*. Hal tersebut terjadi karena beberapa individu yang menggunakan media sosial memiliki kebutuhan akan menjalin komunikasi dengan orang lewat media sosial. Dengan demikian penelitian ini menunjukkan bahwa pengguna media sosial yang mengalami *social media fatigue* tingkat sedang, tidak akan berhenti dengan begitu saja pada saat menggunakan media sosial.

Adapun hasil analisis setiap aspek menunjukkan bahwa dari aspek kognitif terdapat 277 mahasiswa dengan persentase 69.3%. Dari hasil analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami *social media fatigue*, akan mengalami kondisi dimana ketika menerima informasi dalam jangka waktu panjang akan membuatnya merasakan kelebihan beban kognitif. Hal ini disebabkan karena individu perlu membutuhkan energi ekstra dalam memproses beberapa informasi yang diperoleh dari media sosial.

Hasil ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahardjo, dkk (2021) dimana menyebutkan bahwa seseorang menerima informasi secara berlebihan menunjukkan memiliki sumbangan terbesar munculnya *social media fatigue*. Adapun hasil penelitian yang dilakukan oleh Nawaz, et al (2018) mengemukakan bahwa individu yang menerima informasi secara berlebihan ketika menggunakan media sosial akan menyebabkan munculnya *social media fatigue*, yang dimana secara tidak sengaja mereka memaksakan dirinya untuk memproses informasi yang mereka dapatkan dari sosial media. Meskipun pada saat mahasiswa mengalami kondisi kelebihan beban kognitif, mereka lebih cenderung tidak berhenti atau menghindari penggunaan media sosial.

Adapun hasil analisis *social media fatigue* berdasarkan aspek emosional menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami *social media fatigue* berdasarkan aspek emosional dalam tingkat sedang sebesar 69.3% dengan jumlah responden yaitu 277 mahasiswa. Dari hasil analisis ini menunjukkan bahwa individu yang mengalami *social media fatigue* lebih cenderung mengalami frustrasi dan kecemasan ketika dihadapkan dengan informasi secara berlebihan. Dimana kondisi yang mereka alami lebih cenderung merasa kesal, cemas, dan gugup sehingga individu tersebut akan merasa terganggu dengan berbagai fitur di media sosial, serta akan merasa kesulitan ketika ingin memposting sesuatu di media sosial.

Hal ini disebabkan karena kurangnya mengenai lingkungan informasi didapatkan, adanya informasi hoax dan sebagainya. Sehingga individu yang mengalami hal ini ketidakmampuan mencari informasi, peranan yang kurang stabil, dan merasa ketakutan. Hasil ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zhang, et al (2021) menyebutkan bahwa individu yang rentan mengalami *social media fatigue*, disebabkan karena adanya penerimaan informasi secara berlebihan atau adanya juga informasi yang kurang lengkap, informasi yang kurang.

Hasil analisis *social media fatigue* berdasarkan aspek perilaku menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami *social media fatigue* berdasarkan aspek perilaku memiliki tingkat sedang sebesar

67.0% dengan jumlah responden yaitu 268 mahasiswa. Hasil analisis ini menunjukkan bahwa individu yang mengalami *social media fatigue* cenderung memunculkan perilaku kurang fokus atau sering merasa lupa ketika melakukan suatu kegiatan. Dimana individu akan sering merasa lupa dengan kegiatannya di media sosial seperti lupa konten yang ingin diposting di media sosial, serta sering merasa lupa ketika mencari sesuatu di media sosial.

Hal ini disebabkan karena informasi yang berlebihan dapat mempengaruhi memori dan beberapa penelitian juga menunjukkan individu merasa kesulitan dalam berkonsentrasi mengerjakan tugas. Sehingga hal ini berakibat pada perilaku individu terhadap kehidupan sehari-harinya, misalnya menurunnya performa dan prestasi akademik. Dimana hasil penelitian ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zhang, et al (2021) yang menyebutkan bahwa individu yang mengalami *social media fatigue* cenderung akan memiliki perilaku seperti pelupa dan kurang fokus saat mengalami *social media fatigue*.

Terdapat hasil analisis *social media fatigue* berdasarkan usia yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang berusia 22-23 tahun dalam hal ini usia dewasa awal memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar 35.0% dengan jumlah responden yaitu 89 responden. Dari hasil analisis ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang berusia 22-23 tahun lebih cenderung rentan mengalami *social*

media fatigue. Hal ini juga didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan Hafiza, dkk (2022) menyebutkan bahwa usia dewasa awal yang menggunakan media sosial lebih rentang mengalami *social media fatigue*, hal ini dikarenakan karena adanya pengaruh kesejahteraan subjektif *online* yang rendah dan masalah privasi tinggi sehingga memungkinkan munculnya *social media fatigue* bagi pengguna media sosial.

Adapun hasil analisis *social media fatigue* berdasarkan jenis kelamin, dimana hasil analisis menunjukkan bahwa perempuan memiliki tingkat *social media fatigue* yang sedang dimana sebesar 73.7% dengan jumlah responden yaitu 186 responden. Dari hasil analisis tersebut dapat diketahui bahwa perempuan yang menggunakan media sosial lebih cenderung rentan mengalami *social media fatigue*. Hal ini didukung dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Choi dan Mahoney (2020) menyebutkan bahwa perempuan lebih menunjukkan tingkat *social media fatigue* yang tinggi dibandingkan laki-laki, disebabkan karena perempuan lebih sering membandingkan dirinya dengan orang lain di sosial media baik secara penampilan, kegiatan yang dilakukan, dan sebagainya.

Hal tersebut juga didukung dari hasil penelitian dari Jin dan Noh (2015) menyatakan bahwa perempuan lebih rentan memunculkan perilaku *social media fatigue* yang bisa disebabkan karena perempuan tidak hanya mementingkan reaksi orang lain

terhadap postingan tetapi mereka juga mementingkan bagaimana reaksi mereka terhadap postingan teman atau kenalannya. Sehingga hal tersebut lebih memungkinkan perempuan lebih mengalami *social media fatigue* dibandingkan laki-laki.

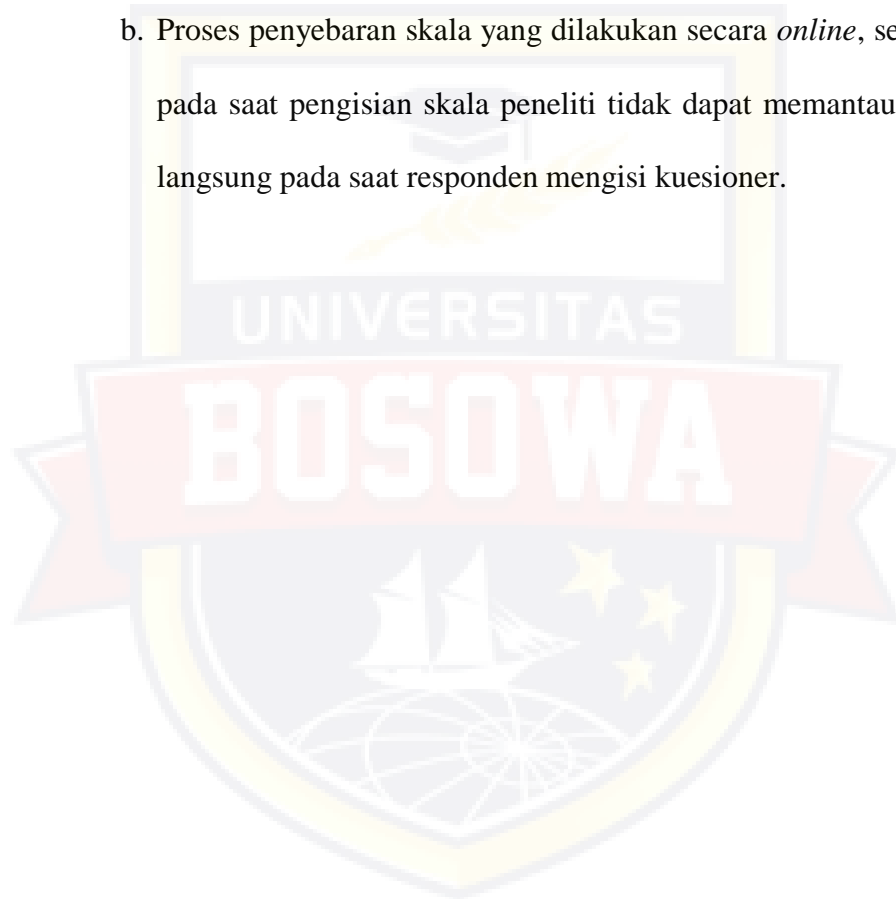
Adapun hasil analisis *social media fatigue* berdasarkan durasi menggunakan media sosial, dimana hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang menghabiskan banyak waktu di media sosial selama 7 jam memiliki tingkat *social media fatigue* sedang sebesar persentase 61.2% dengan jumlah responden yaitu 63 mahasiswa. Dalam hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang menghabiskan banyak waktu di media sosial selama 7 jam akan lebih cenderung rentan memunculkan perilaku *social media fatigue*.

Dimana hasil analisis ini didukung dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Hafizah, dkk (2022) menyatakan bahwa individu yang menghabiskan banyak waktu di media sosial lebih dari 6 jam maka lebih rentan mengalami *social media fatigue*, hal ini disebabkan karena kapasitas diri dalam diri individu dalam memproses suatu informasi dan komunikasi yang diterima. Hal ini juga didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Guo, et al (2020) menyatakan bahwa individu yang menggunakan media sosial secara berlebihan maka dapat mempercepat munculnya *social media fatigue*.

1.2.2 Limitasi Penelitian

Penelitian ini tidak lepas dari keterbatasan yang dialami peneliti. Adapun beberapa keterbatasan pada penelitian ini yaitu:

- a. Kurangnya pembahasan terkait *social media fatigue* menjadi salah satu keterbatasan dalam pengerjaan dalam penelitian ini,
- b. Proses penyebaran skala yang dilakukan secara *online*, sehingga pada saat pengisian skala peneliti tidak dapat memantau secara langsung pada saat responden mengisi kuesioner.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Social media fatigue adalah suatu kondisi dimana individu mengalami kelelahan penggunaan media sosial secara berlebihan. Adapun penelitian terkait variabel *social media fatigue* pada mahasiswa di Kota Makassar diperoleh *mean* sebesar 40.26 dengan besar nilai *standar deviasi* yaitu 6.25. Setelah dilakukan kategorisasi data dengan jumlah responden yang diperoleh sebanyak 400 mahasiswa, dari hasil analisis deskriptif diperoleh bahwa 73 mahasiswa yang mengalami *social media fatigue* tingkat rendah sebesar 18.3% , 254 mahasiswa yang mengalami *social media fatigue* tingkat sedang sebesar 63.5% dan mahasiswa yang mengalami *social media fatigue* tingkat tinggi sebesar 18.3% mahasiswa dengan jumlah responden yaitu 73 mahasiswa.

Gambaran *social media fatigue* pada mahasiswa di Kota Makassar berada pada tingkat sedang. Maka dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang mengalami *social media fatigue* di Kota Makassar dikatakan baik dengan persentase sebesar 63.5%. Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi hal tersebut yaitu faktor usia responden dalam penelitian ini yaitu 18 tahun sampai 25 tahun. Usia memiliki pengaruh terhadap cara berpikir dan pemahaman terkait situasi yang sedang dihadapi. Mahasiswa saat ini berada pada tahap transisi antara remaja dan dewasa awal. Dengan

demikian, mahasiswa cenderung mengalami stres dari berbagai tekanan dari lingkungan sekitar yang harus dilewati dengan baik. Sehingga mahasiswa tersebut dapat mampu mengembangkan pemahaman dalam pola pikir mengenai situasi yang sedang dihadapi.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Mahasiswa

Untuk mengurangi munculnya *social media fatigue* khususnya pada mahasiswa yang menggunakan media sosial maka dapat dilakukan dengan istirahat dari media sosial untuk meminimalisir dampak munculnya *social media fatigue*, membantu diri untuk kontrol menggunakan media sosial misalnya mematikan notifikasi sosial media selama saat waktu istirahat, dan melakukan hobi atau aktivitas lain selain bermain media sosial, seperti membaca buku, berolahraga, dan sebagainya.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Adapun beberapa saran untuk peneliti selanjutnya yaitu:

- Untuk peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengambil penelitian dengan variabel *social media fatigue* pada mahasiswa di kota Makassar, diharapkan agar lebih memperluas penelitian sehingga dapat menambah wawasan serta informasi yang lengkap mengenai variabel *social media fatigue*.

- Peneliti selanjutnya juga diharapkan membahas dengan topik yang serupa dengan memfokus salah satu aplikasi media sosial dan mengeksplorasi lebih ke aktivitas digital yang berpotensi munculnya *social media fatigue* pada mahasiswa, mengingat bahwa mahasiswa dituntut untuk akrab dan fasih dalam menggunakan teknologi di kehidupan sehari-hari.



DAFTAR PUSTAKA

- Al-Jallad, M, S, Y., & Radwan, A, F., (2021). Exploring Social Media Fatigue Among Youth in the United Arab Emirates. *Journal Print Media Technology Research*, 10, 163-178.
- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed)*. Washington, D.C: American Psychiatric Association Inc.
- Anshori, M., & Iswati, S. (2009). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Ayyagari, R., Grover, V. and Purvism R. (2011). Technostress: technological antecedents and implications. *MIS Quarterly*, 35 (4), 831-858.
- Azwar, S. (2008). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik. (2019). Proporsi Individu Yang Menggunakan Internet Menurut Provinsi (Persen), 2017-2019. *Online*. Diakses melalui <https://www.bps.go.id/indicator/27/1225/1/proporsi-individu-yang-menggunakan-internet-menurut-provinsi.html>, diakses pada 4 Maret 2022.
- Badan Pusat Statistik. (2021). Persentase Penduduk Usia 5 tahun keatas yang pernah mengakses internet dalam 3 bulan terakhir menurut kelompok usia (persen), 2018-2021. *Online*. Diakses melalui <https://www.bps.go.id/indicator/2/840/1/-persentase-penduduk-usia-5-tahun-ke-atas-yang-pernah-mengakses-internet-dalam-3-bulan-terakhir-menurut-kelompok-umur.html>, diakses pada 4 November 2022.
- Bridger, R. S., Brasher, K., & Bennet, A. (2013). Sustaining person-environment fit with a changing workforce. *Ergonomics*, 56(3), 565-577.
- Bright, L. F., Kleiser, S. B., & Grau, S. L. (2015). Too Much Facebook? An exploratory examination of social media fatigue. *Computers in Human Behavior*, 44, 148–155.
- Cahyono, A, S. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat Di Indonesia. *Publiciana*, 9, 140-157.
- Cao, X., Masood, A., Luqman, A., & Ali, A. (2018). Excessive use of mobile social networking sites and poor academic performance: antecedents and consequences from stressor-strain-outcome perspective. *Computers in Human Behavior*, 85, 163-174.

- Choi, C., & Mahoney, T. (2020). Social Networking Service Fatigue and Cessation: Focusing on Cultural and Gender Differences. *Korea Science*, 20, 547-559.
- Dahono, Y. (2021). Data: Ini Media Sosial Paling Populer di Indonesia 2020-2021. *Online*. <https://www.beritasatu.com/archive/733355/data-ini-media-sosial-paling-populer-di-indonesia-20202021>, diakses pada 5 Maret 2022.
- Dhir, A., Yossatorn, Y., Kaur, P., & Chen, S. (2019). Online social media fatigue and psychological wellbeing-A study of compulsive use, fear of missing out, fatigue, anxiety and depression. *International Journal of Information Management*, 40, 141-152.
- Dinev, T., & Hart, P. (2006). An extended privacy calculus model for e-commerce transactions. *Information System Research*, 17 (1), 61-80.
- Du Plessis, M. (2019). Coping with occupational stress in an open distance learning university in South Africa. *Journal of Psychology in Africa*, 29 (6), 570-575.
- Epler, M. J., & Mengis, J. (2004). The concept of information overload: A review of literature from organization science, accounting, marketing, MIS, and related disciplines. *The Information Society*, 20(5), 325-344.
- Freeman, A., & DiTomasso, R. A. (2002). *Cognitive therapy of anxiety*. In D. J. Stein, & Hollander (Eds). Textbook of anxiety disorders. Washington, D. C: American Psychiatric Publishing Inc.
- Gaudiso, F., Turel, O., & Galimberti, C. (2017). The mediating role of strain facets and coping strategies in translating techno-stressors into adverse job outcomes. *Computers in Human Behavior*, 69, 189-196.
- Gillet-Swan, J. (2017). The challenges of online learning: supporting and engaging the isolated learner. *Journal of Learning Design*, 10 (1), 20-30.
- Guo, Y., Lu., Z., Kuang, H., Wang, C. (2020). Information avoidance behavior on social network sites: Information irrelevance, overload, and the moderating of time pressure. *International Journal of Information Management*, 52, 102067.
- Hafnidar, H., Junita, N., & Zahara, C, I. (2021). Pemaafan (*Forgiveness*) dan Resiliensi (*Resilience*) pada Pelajar yang mengalami *Social Media Fatigue* di masa Pandemi Covid-19. *Journal of Psychological Perspective*, 3 (1), 47-51.
- Hafiza, A, H., Prabowo, A., & Silfiasari. (2022). Kesejahteraan Subjektif Online dan Masalah Privasi Terhadap Kelelahan Menggunakan Media Sosial. *Cognicia*, 10 (1), 58-63.

- Hartaji, D, A. (2012). *Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah dengan Jurusan Pilihan Orang tua*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Hwang, M, Y., Hong, J, C., Chen, H, Y., Peng, Y, C., & Wu, N, C., (2013). Gender differences in cognitive load and competition anxiety playing and intention to play a sequential or synchronous game. *Computers & Education*, 60 (1), 254-263.
- Jackson, L, A., Eye, A, V., Witt, E., & Zhao, Y. (2011). A longitudinal study of the effects of internet use and video game playing on academic performance and the roles of gender, race and income in these relationships. *Computers in Human Behavior*, 27(1), 228-239.
- Jin, B., & Noh, H, J. (2015). Self-disclosure Tendency, Facebook Activities, and Relational Usefulness: Sex Differences in Young Adults. *The Korea Contents Society*, 15, 449-459.
- Jonathan, Sarwono. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Karapanos, E., Teixeira, P., & Gouveia, R. (2016). Need fulfillment and experiences on social media: A case on Facebook and Whatsapp. *Computers in Human Behavior*, 55, 888-897.
- Khairuni, Nisa. (2016). Dampak positif dan negatif sosial media terhadap pendidikan akhlak anak. *Jurnal edukasi*, 2, 91-106.
- Lang, A. (2000). The Limited Capacity Model of Mediated Message Processing. *Journal of Communication*, 50, 46-70.
- Lepp, A., Barkley, J., Sanders, G, J., Rebold, M., & Gates, P. (2013). The relationship between cell phone use, physical and sedentary activity, and cardiorespiratory fitness in a sample of U.S. college students. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 79, 1-9.
- Mark, G., & Ganzach, Y. (2014). Personality and Internet usage: A Large-scale representative study of young adults. *Computers in Human Behavior*, 36, 274-281.
- Menkominfo.(2017). Penetrasi Internet 2017 naik, Pengguna Masih Dominan di Wilayah Urban. *Online*. Diakses melalui <https://kominfo.go.id/penetrasi-internet-2017-naik-pengguna-masih-dominan-di-wilayah-urban>, diakses pada 4 Maret 2022.
- Nawaz, M, A., Shah, Z., Nawaz, A., Asmi F., Hassan, Z., & Raza, J. (2018). Overload and exhaustion: Classifying SNS discontinuance intentions. *Cogent Psychology*, 5, 1-18.

- Papilaya, J. O., & Huliselan, N. (2016). Identifikasi Gaya Belajar Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip*, 15, 56-63.
- Primack, B. A., Shensa, A., Sidani, J. E., & Whaite, E. O. (2017). Social Media Use and Perceived Social Isolation Among Young Adults in the U.S. *American Journal of Preventive Medicine*, 53(1), 1-8.
- Przybylski, A. K., Muryama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, Emotional, and Behavioral Correlates of Fear of Missing Out. *Computers in Human Behavior*, 29, 1841-1848.
- Rahardjo, W., Qomariyah, N., Mulyani, I., & Andriani, I., (2021). Social media fatigue pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19: Peran neurotisme, kelebihan informasi, invasion of life, kecemasan, dan jenis kelamin. *Jurnal Psikologi Sosial*, 19 (2), 145-152.
- Ravindran, T., Chua, A, Y, K., & Goh, D. (2014). Antecedents and Effects of Social Network Fatigue. *Journal of the Association for Information Science and Technology*, 65 (11), 2306-2320.
- Roos, J. M., & Kazemi, A. (2018). Personality traits and internet usage across generation cohorts: Insights from a nationally representative study. *Current Psychology*, 40, 1287-1297.
- Russell, E., & Daniels, K. (2018). Measuring affective well-being at work using short-orm scales: Implications or affective structures and participant instructions. *Human Relations*, 71(11), 1-30.
- Ryff, C.D (1989). Happiness is Everything, or is it? Exploration on The Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychological*, 57, 1060-1081.
- Santrock, J. W. (2012). *Lifespan Development*. Edisi 13 jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Sapolsky, R. M. (2004). Stress and Cognition. In M. S. Gazzaniga, The cognitive neurosciences, 1031-1042.
- Siallagan, DF. (2011). "Fungsi dan Peranan Mahasiswa", *Online*. www.academia.edu, diakses pada 1 Juni 2022.
- Stein, M, B., & Sareen, J. (2015).Generalized Anxiety Disorder. *The New England Journal of Medicine*, 373 (21), 2059-2068.
- Syahrums., & Salim. (2012). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Citra Pustaka Media.
- Techopedia. (2017). Social Media Fatigue. *Online*. Diakses melalui <https://www.techopedia.com/definition/27372/social-media-fatigue>, diakses pada 5 Maret 2022.

- Tuten, T. L., & Bosnjak, M. (2001). Understanding differences in web usage: The role of need for cognition and the five factor model of personality. *Social Behavior and Personality*, 29(4), 391-398.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi. (2019). Jakarta: Lembaga Layanan Pendidikan Tinggi Wilayah VIII.
- Vannucci, A., Flannery, K. M., & Ohannessian, C. M. Social Media Use and Anxiety in Emerging Adults. *Journal of Affective Disorders*, 207, 163-166.
- We Are Social. (2021). Alasan Responden Menggunakan Media Sosial (2020). *Online*. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/02/19/ragam-alasan-orang-menggunakan-media-sosial>, diakses pada tanggal 6 Juli 2022.
- We Are Social. (2022). Berapa Lama Masyarakat Global Akses Medsos Setiap Hari?. *Online*. Diakses melalui <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/02/07/berapa-lama-masyarakat-global-akses-medsos-setiap>, diakses pada tanggal 5 Mei 2022.
- Xiao, L., & Mou, J. (2019). Social media fatigue-Technological antecedents and the moderating roles of the personality traits: The case of WeChat. *Computers in Human Behavior*, 101, 297-310.
- Yuhefizar. (2008). *10 jam mengenal internet teknologi dan aplikasi*. Penerbit PT Elex Media Komputindo: Jakarta.
- Zhang, S., Shen, Y., Xin T., Sun, H., Zhang, X., & Ren, S. (2021). The Development and validation of a social media fatigue scale: From a cognitive-behavioral-emotional perspective. *PLoS ONE*, 16 (1), 1-16.
- Zhang, S., Zhao, L., Lu, Y., & Yang, J. (2016). Do you get tired of socializing? An empirical explanation of discontinuous usage behavior in social network service. *Information & Management*, 53, 904-914.
- Zheng, H., & Ling, R. (2021). Drivers of social media fatigue: A systematic review. *Telematics and Informatics*, 64, 0736-5853.
- Zoonen, W. V., Verhoeven, J. W. M., & Vliegthart, R. (2017). Understanding the consequences of public social media use for work. *European Management Journal*, 30, 1-11.



LAMPIRAN-LAMPIRAN



LAMPIRAN 1
SKALA PENELITIAN

SKALA PENELITIAN

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Salam sejahtera bagi kita semua

Dengan Hormat,

Saya Ayu Adrianti Azhari, mahasiswa Fakultas Psikologi dari Universitas Bosowa. Dengan segala kerendahan hati, dalam rangka pengisian kuesioner Anda dimohon bantuannya untuk mengisi ini sesuai dengan pengalaman Anda. Jawaban yang Anda berikan dijamin kerahasiaannya dan tidak akan mempengaruhi nilai Anda, karena kuesioner ini semata-mata ditujukan untuk kepentingan memenuhi penelitian psikologi. Adapun kriteria responden yang peneliti butuhkan yaitu:

1. Mahasiswa berusia 18-25 tahun dan menetap di Kota Makassar
2. Menghabiskan waktu di media sosial minimal 6 jam perhari

Informasi yang sedianya Anda berikan sangat membantu kelancaran penelitian ini. Atas perhatian dan kesediaan saudara/i untuk mengisi kuesioner ini, saya ucapkan terima kasih.

Peneliti,

Ayu Adrianti Azhari
Nim: 4517091075

SKALA SOCIAL MEDIA FATIGUE

A. Petunjuk pengerjaan:

Sebelum mengisi angket ini, Anda dimohon untuk memperhatikan hal-hal sebagai berikut:

1. Berdasarkan atas pengalaman saudara/i, berilah tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang tersedia sesuai dengan kriteria Anda. Adapun keterangan pilihan jawaban yaitu:

STS : Sangat Tidak Setuju

TS : Tidak Setuju

S : Setuju

SS : Sangat Setuju

2. Mohon diisi tanpa ada pernyataan yang terlewatkan

B. Identitas responden

Nama/ inisial :
Usia :
Jenis kelamin :
Universitas :
Fakultas :
Durasi menggunakan media sosial :

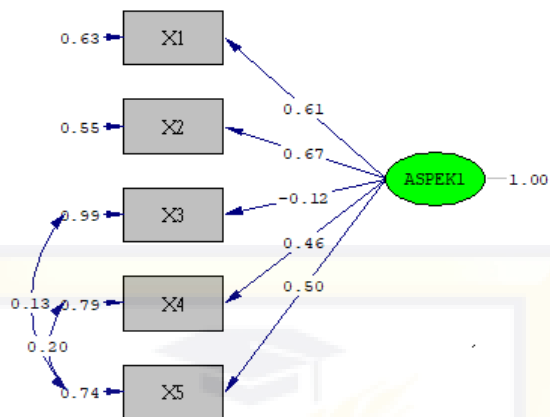
No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		STS	TS	S	SS
1	Saya sering merasa lelah dengan banyaknya informasi di media sosial				
2	Saya sering berhenti mencari informasi di media sosial karena banyaknya informasi yang didapatkan				
4	Saya akan menghindari banyak informasi ketika mencari di media sosial				
5	Saya menghindari penggunaan media sosial secara berlebihan karena terlalu banyak informasi yang tidak penting				
6	Saya merasa marah karena menyadari bahwa saya menghabiskan waktu mengakses media sosial				
7	Saya selalu kurang tahu dengan apa yang akan saya posting di media sosial				
8	Ketika saya mengakses media sosial, saya selalu lupa dengan apa yang saya butuhkan				
9	Saya sering kali lupa dengan konten yang ingin saya posting ulang di media sosial				
10	Ketika saya membuka media sosial, saya biasa lupa dengan yang ingin saya posting				
11	Saya merasa kesulitan saat mencari ide yang bagus untuk memperbarui status di media sosial				
12	Saya merasa kesal ketika menemukan banyak chat yang belum di baca di media sosial				
13	Saya merasa terganggu dengan berbagai fitur di media sosial seperti notifikasi yang masuk				
14	Saya merasa cemas ketika orang lain mention di media sosial saya				
15	Saya merasa gugup ketika menerima permintaan pertemanan di media sosial				

***Catatan: Skala ini boleh digunakan sesuai dengan ketentuan kode etik.**



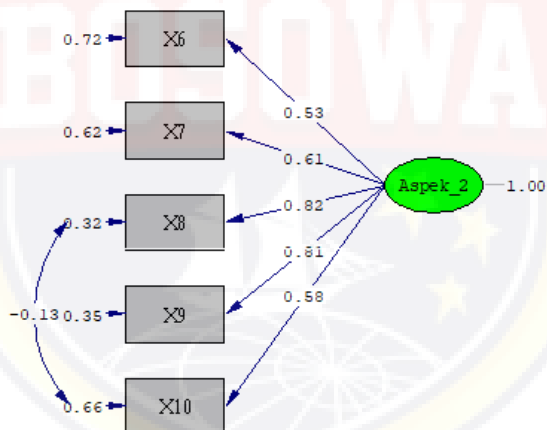
LAMPIRAN 2
UJI VALIDITAS KONSTRUK

1. Aspek Kognitif



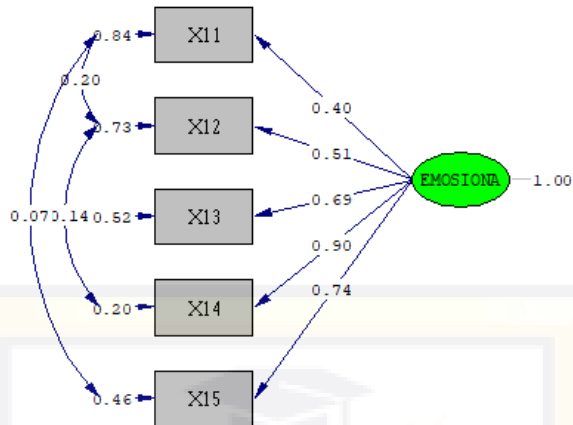
Chi-Square=5.28, df=3, P-value=0.15253, RMSEA=0.044

2. Aspek Perilaku



Chi-Square=6.23, df=4, P-value=0.18237, RMSEA=0.037

3. Aspek Emosional



Chi-Square=2.27, df=2, P-value=0.32222, RMSEA=0.018

Aspek	Nomor Item	Factor Loading	Error	t-value	Keterangan
Kognitif	X1	0.52	0.73	9.55	Valid
	X2	0.54	0.70	9.97	Valid
	X3	-0.03	1.00	-0.40	Tidak Valid
	X4	0.55	0.70	10.35	Valid
	X5	0.58	0.67	10.83	Valid
Perilaku	X6	0.44	0.49	10.53	Valid
	X7	0.52	0.44	12.65	Valid
	X8	0.64	0.24	17.22	Valid
	X9	0.61	0.16	18.40	Valid
	X10	0.36	0.35	10.37	Valid
Emosional	X11	0.46	0.79	8.92	Valid
	X12	0.46	0.79	8.91	Valid
	X13	0.71	0.50	14.97	Valid
	X14	0.84	0.29	18.66	Valid
	X15	0.77	0.40	16.78	Valid



LAMPIRAN 3
HASIL UJI RELIABILITAS

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	398	99.5
	Excluded ^a	2	.5
	Total	400	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.816	14

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	34.16	34.788	.376	.809
Item_2	34.42	34.551	.392	.808
Item_4	34.14	35.214	.342	.811
Item_5	34.11	34.263	.426	.806
Item_6	34.25	34.608	.371	.810
Item_7	34.05	34.448	.422	.806
Item_8	34.28	33.582	.518	.799
Item_9	34.22	33.014	.612	.792
Item_10	34.16	34.333	.441	.804
Item_11	34.38	34.207	.380	.809
Item_12	34.30	33.500	.472	.802
Item_13	34.49	33.581	.484	.801
Item_14	34.62	34.090	.472	.802
Item_15	34.57	33.561	.475	.802



LAMPIRAN 4
HASIL ANALISIS SUBJEK
BERDASARKAN DEMOGRAFI

1. Usia

Usia					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	18-19	94	23.5	23.5	23.5
	20-21	111	27.8	27.8	51.3
	22-23	147	36.8	36.8	88.0
	24-25	48	12.0	12.0	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

2. Jenis kelamin

Jenis_Kelamin					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Perempuan	282	70.5	70.5	70.5
	Laki-laki	118	29.5	29.5	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

3. Universitas

Universitas					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	UNM	116	29.0	29.0	29.0
	Unhas	93	23.3	23.3	52.3
	UIN	50	12.5	12.5	64.8
	Unibos	46	11.5	11.5	76.3
	STIFA	19	4.8	4.8	81.0
	UMI	40	10.0	10.0	91.0
	Unismuh	36	9.0	9.0	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

4. Fakultas

Fakultas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Psikologi	99	24.8	24.8	24.8
	Sastra dan Bahasa	53	13.3	13.3	38.0
	Ekonomi dan Bisnis	43	10.8	10.8	48.8
	Kesehatan	46	11.5	11.5	60.3
	Kelautan	37	9.3	9.3	69.5
	Teknik	49	12.3	12.3	81.8
	Pendidikan	73	18.3	18.3	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

5. Durasi menggunakan media sosial

Durasi_Medsos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6 jam	96	24.0	24.0	24.0
	7 jam	103	25.8	25.8	49.8
	8 jam	88	22.0	22.0	71.8
	9 jam	33	8.3	8.3	80.0
	12 jam	31	7.8	7.8	87.8
	15 jam	49	12.3	12.3	100.0
	Total	400	100.0	100.0	



LAMPIRAN 5
HASIL ANALISIS VARIABEL
BERDASARKAN ASPEK

1. Tingkat *Social Media Fatigue* Berdasarkan Aspek Kognitif

		Aspek_Kognitif			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	48	12.0	12.0	12.0
	Sedang	277	69.3	69.3	81.3
	Tinggi	75	18.8	18.8	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

2. Tingkat *Social Media Fatigue* Berdasarkan Aspek Perilaku

		Aspek_Perilaku			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	64	16.0	16.0	16.0
	Sedang	268	67.0	67.0	83.0
	Tinggi	68	17.0	17.0	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

3. Tingkat *Social Media Fatigue* Berdasarkan Aspek Emosional

		Aspek_Emosional			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	55	13.8	13.8	13.8
	Sedang	277	69.3	69.3	83.0
	Tinggi	68	17.0	17.0	100.0
	Total	400	100.0	100.0	



LAMPIRAN 6
HASIL ANALISIS
SOCIAL MEDIA FATIGUE
BERDASARKAN TINGKAT SKOR

4. Tingkat *Social Media Fatigue* Berdasarkan Usia

Usia * Skor_SMF Crosstabulation

			Skor_SMF			Total
			R	S	T	
Usia	18-19	Count	18	70	6	94
		% within Skor_SMF	24.7%	27.6%	8.2%	23.5%
	20-21	Count	17	74	20	111
		% within Skor_SMF	23.3%	29.1%	27.4%	27.8%
	22-23	Count	28	89	30	147
		% within Skor_SMF	38.4%	35.0%	41.1%	36.8%
	24-25	Count	10	21	17	48
		% within Skor_SMF	13.7%	8.3%	23.3%	12.0%
	Total	Count	73	254	73	400
		% within Skor_SMF	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

5. Tingkat *Social Media Fatigue* Berdasarkan Jenis Kelamin

Skor_SMF * Jenis_Kelamin Crosstabulation

			Jenis_Kelamin		Total
			Perempuan	Laki-laki	
Skor_SMF	Rendah	Count	48	25	73
		% within Skor_SMF	65.8%	34.2%	100.0%
	Sedang	Count	186	68	254
		% within Skor_SMF	73.2%	26.8%	100.0%
	Tinggi	Count	48	25	73
		% within Skor_SMF	65.8%	34.2%	100.0%
Total	Count	282	118	400	
	% within Skor_SMF	70.5%	29.5%	100.0%	

6. Tingkat *Social Media Fatigue* Berdasarkan Universitas

Universitas * Skor_SMF Crosstabulation

		Skor_SMF			Total	
		R	S	T		
Universitas	Universitas Negeri Makassar	Count	20	75	21	116
		% within Universitas	17.2%	64.7%	18.1%	100.0%
	Universitas Hasanuddin	Count	12	60	21	93
		% within Universitas	12.9%	64.5%	22.6%	100.0%
	Universitas Islam Negeri Alauddin	Count	10	33	7	50
		% within Universitas	20.0%	66.0%	14.0%	100.0%
	Universitas Bosowa	Count	6	24	16	46
		% within Universitas	13.0%	52.2%	34.8%	100.0%
	STIFA	Count	3	13	3	19
		% within Universitas	15.8%	68.4%	15.8%	100.0%
	UMI	Count	15	23	2	40
		% within Universitas	37.5%	57.5%	5.0%	100.0%
	Unismuh	Count	7	26	3	36
		% within Universitas	19.4%	72.2%	8.3%	100.0%
	Total	Count	73	254	73	400
		% within Universitas	18.3%	63.5%	18.3%	100.0%

7. Tingkat *Social Media Fatigue* Berdasarkan Fakultas

Fakultas * Skor_SMF Crosstabulation

		Skor_SMF			Total	
		R	S	T		
Fakultas	Psikologi	Count	13	58	28	99
		% within Fakultas	13.1%	58.6%	28.3%	100.0%
	Sastra dan Bahasa	Count	8	35	10	53
		% within Fakultas	15.1%	66.0%	18.9%	100.0%
	Ekonomi dan Bisnis	Count	4	30	9	43
		% within Fakultas	9.3%	69.8%	20.9%	100.0%
	Ilmu Kesehatan	Count	10	31	5	46
		% within Fakultas	21.7%	67.4%	10.9%	100.0%
	Ilmu Perikanan	Count	10	21	6	37
		% within Fakultas	27.0%	56.8%	16.2%	100.0%
	Teknik	Count	11	33	5	49
		% within Fakultas	22.4%	67.3%	10.2%	100.0%
	Ilmu Pendidikan	Count	17	46	10	73
		% within Fakultas	23.3%	63.0%	13.7%	100.0%
Total	Count	73	254	73	400	
	% within Fakultas	18.3%	63.5%	18.3%	100.0%	

8. Tingkat *Social Media Fatigue* Berdasarkan Durasi menggunakan media sosial

Durasi_Medsos * Skor_SMF Crosstabulation

			Skor_SMF			Total
			R	S	T	
Durasi_Medsos	6 jam	Count	17	58	21	96
		% within Skor_SMF	23.3%	22.8%	28.8%	24.0%
	7 jam	Count	19	63	21	103
		% within Skor_SMF	26.0%	24.8%	28.8%	25.8%
	8 jam	Count	16	59	13	88
		% within Skor_SMF	21.9%	23.2%	17.8%	22.0%
	9 jam	Count	3	23	7	33
		% within Skor_SMF	4.1%	9.1%	9.6%	8.3%
	12 jam	Count	8	19	4	31
		% within Skor_SMF	11.0%	7.5%	5.5%	7.8%
	15 jam	Count	10	32	7	49
		% within Skor_SMF	13.7%	12.6%	9.6%	12.3%
	Total	Count	73	254	73	400
		% within Skor_SMF	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%



LAMPIRAN 7

HASIL ANALISIS GAMBARAN

TINGKAT *SOCIAL MEDIA FATIGUE*

PADA MAHASISWA

DI KOTA MAKASSAR

Statistics

Social_Media_Fatigue

N	Valid	400
	Missing	0
	Mean	40.26
	Median	40.00
	Mode	39
	Std. Deviation	6.245
	Sum	16102

Kategorisasi_Tingkat_SMF

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	73	18.3	18.3	18.3
	Sedang	254	63.5	63.5	81.8
	Tinggi	73	18.3	18.3	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

