

**HUBUNGAN INTENSITAS PERILAKU PENGGUNAAN
MEDIA SOSIAL DENGAN RESILIENSI AKADEMIK PADA
MAHASISWA**



OLEH:

ATHALLAH ARIQ MURFID

1801621144

PSIKOLOGI

SKRIPSI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JULI

2025

**HUBUNGAN INTENSITAS PERILAKU PENGGUNAAN
MEDIA SOSIAL DENGAN RESILIENSI AKADEMIK PADA
MAHASISWA**



OLEH:
ATHALLAH ARIQ MURFID

1801621144

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi.

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JULI

2025

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA
SIDANG SKRIPSI**

**HUBUNGAN INTENSITAS PERILAKU PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
DENGAN RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA**

Nama Mahasiswa : Athallah Ariq Murfid
NIM : 1801621144
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 3 Juli 2025

Pembimbing 1

Pembimbing 2



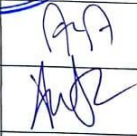
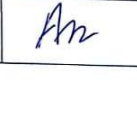
Dr. Phil. Zarina Akbar M.Psi.,
Psikolog

Nanda Putri Adhiningtyas, M.Psi.,
Psikolog.

NIP: 198304182008122006

NIP: 198905192024062001

Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumum Gumelar, F.R., M.Psi., M.Si. (Dekan/Penanggung Jawab)		28/7/2025
Mira Ariyani, Ph.D. (Wakil Dekan/Wakil Penanggung Jawab)		21/07/2025
Dr. Anna Armeini Rangkuti, M.Si. (Ketua Penguji)		24/07/2025
Vinna Ramadhany Sy, M.Psi., Psikolog. (Dosen Penguji 1)		28/7/2025
Ade Siti Maryam, M.Psi., Psikolog. (Dosen Penguji 2)		29/7/2025

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Athallah Ariq Murfid
NIM : 1801621144
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Hubungan Intensitas Perilaku Penggunaan Media Sosial dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan April sampai dengan bulan Juni 2025.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 23 Juli 2025



Athallah Ariq Murfid

LEMBAR MOTTO dan PERSEMBAHAN

MOTTO

“Dari terbentur, terbentur, terbentur, terbentur, kemudian terbentuk”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya yang telah diberikan; kepada umi dan adik tercinta yang selalu mendukung dan mendoakan saya dengan tulus dan penuh kasih sayang; kepada dosen pembimbing dan seluruh dosen yang telah memberikan banyak ilmu dan bimbingan selama menjalani masa perkuliahan; kepada teman-teman semua yang sudah menemani sejak awal masuk perkuliahan dan berjuang bersama sampai saat ini; dan kepada diri saya yang selalu berusaha untuk kuat dalam menghadapi tantangan apapun.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Athallah Ariq Murfid
NIM : 1801621144
Fakultas/Prodi : Fakultas Psikologi / Psikologi
Alamat email : athallahariqmkaderisasi@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Intensitas Perilaku Penggunaan Media Sosial dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 12 Agustus 2025

()
ATHALLAH ARIQ MURFID

ATHALLAH ARIQ MURFID

**HUBUNGAN INTENSITAS PERILAKU PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
DENGAN RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA**

SKRIPSI

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri

Jakarta

2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan intensitas perilaku penggunaan media sosial dengan resiliensi akademik pada mahasiswa. Metode penelitian yang digunakan secara kuantitatif dengan model analisis korelasi *spearman rank*. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen Skala *Academic Resilience Scale 30* yang di kontruk oleh Cassidy (2016) dan diadaptasi oleh Kumalasari (2020) dan instrumen *Social Network Time Use Scale* yang di konstruk oleh Olufadi (2016) dan diadaptasi oleh Maria (2019). Peneliti menggunakan teknik *non-probability purposive sampling* dengan menentukan kriteria mahasiswa aktif, dan menggunakan media sosial. Data penelitian diperoleh melalui kuesioner sebanyak 181 partisipan mahasiswa akhir yang tersebar di banyak perguruan tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi yang signifikan antara intensitas perilaku penggunaan media sosial dengan resiliensi akademik.

Kata Kunci: intensitas penggunaan media sosial, resiliensi akademik, mahasiswa.

ATHALLAH ARIQ MURFID

**THE RELATIONSHIP BETWEEN THE INTENSITY OF SOCIAL MEDIA
USAGE BEHAVIOR AND STUDENTS' ACADEMIC RESILIENCE**

SKRIPSI

Jakarta: Psychology Study Program, Faculty of Psychology, Jakarta State
University

2025

ABSTRAK

This study aims to examine the relationship between the intensity of social media use behavior and academic resilience among university students. The research employed a quantitative method with a Spearman rank correlation analysis model. Data were collected using the Academic Resilience Scale 30 (developed by Cassidy, 2016, and adapted by Kumalasari, 2020) and the Social Network Time Use Scale (developed by Olufadi, 2016, and adapted by Maria, 2019). The sampling technique used was non-probability purposive sampling, with inclusion criteria of being active university students who use social media. Data were obtained from 181 final-year university students across various higher education institutions through questionnaires. The results of the study indicate that there is no significant correlation between the intensity of social media use behavior and academic resilience.

Keywords: intensity of social media use, academic resilience, university students.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang senantiasa memberikan limpahan berkah, rahmat dan karunia-Nya, sehingga pada hari ini penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian akhir Skripsi dengan hasil yang baik dan penuh kemudahan dan kelancaran pada setiap proses-prosesnya. Skripsi ini di susun oleh peneliti dengan judul “ Hubungan Intensitas Perilaku Penggunaan Media Sosial dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa” yang merupakan tugas akhir yang harus terpenuhi untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) dalam Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini tidak mungkin dapat diselesaikan dengan baik tanpa adanya bantuan, dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang mendukung saya selama menjalani pengerjaan skripsi ini, yaitu:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar FR, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D. selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Bapak Herdijan Maulana, Ph.D., selaku wakil dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Dr. Phil. Zarina Akbar, M.Psi., Psikolog. selaku Dosen Pembimbing 1. Saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Zarina Akbar atas apa yang sudah diberikan selama proses pengerjaan skripsi saya. Terima kasih atas bimbingan, ilmu, motivasi dan kesabaran yang Ibu berikan kepada saya selama proses pembuatan skripsi ini.

6. Ibu Nanda Putri Adhiningtyas, M.Psi., Psikolog. selaku Dosen Pembimbing 2. Saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Nanda atas apa yang sudah Ibu berikan selama proses pengerjaan skripsi saya. Terima kasih atas bimbingan, ilmu, motivasi dan kesabaran yang Ibu berikan kepada saya selama proses pembuatan skripsi ini.
7. Umi Leila, terima kasih kepada umi yang sudah sabar dalam membesarkan saya serta selalu mendukung saya secara penuh, terima kasih karena selalu berjuang serta berusaha menjadi ibu yang baik dari saya lahir sampai saya bisa menyelesaikan skripsi yang saya tulis ini. Terima kasih juga karena selalu mencontohkan dan memberikan pengetahuan langsung bagaimana manusia harus terus berjuang untuk hidupnya.
8. Adik Farras, terima kasih sudah menjadi adik yang baik, adik yang memiliki kesabaran tinggi, serta kemauan untuk terus berjuang dan tidak menyerah, walaupun lebih muda dari saya tapi saya sering mendapatkan pelajaran dan contoh yang baik dari adik, terima kasih Farras.
9. Mak Tuo Reni, terima kasih karena selalu membantu saya dalam segala hal termasuk turut membantu saya memperjuangkan pendidikan saya hingga bisa menyelesaikan skripsi ini.
10. Mak Tuo Aat, terima kasih karena selalu membantu saya dalam segala hal termasuk turut membantu saya memperjuangkan pendidikan saya hingga bisa menyelesaikan skripsi ini. Keluarga besar, terima kasih atas dukungan dan motivasinya yang sangat berkontribusi terhadap skripsi saya.
11. Pak Tuo Buyung, terima kasih karena selalu membantu saya dalam segala hal termasuk turut membantu saya memperjuangkan pendidikan saya hingga bisa menyelesaikan skripsi ini.
12. JANJI GA NT (Alip, Adit, Nando, Osse), terima kasih sudah menjadi teman seperjuangan di perkuliahan sejak awal masuk kuliah dalam keadaan suka maupun duka dan berjuang bersama dalam

mengerjakan skripsi. Dukungan mereka sangat berkontribusi terhadap skripsi saya.

13. Albar, Fia, Epan dan Ryan, Terima kasih karena telah menjadi teman seperjuangan saya dalam mengerjakan skripsi ini.
14. Muthia Aisyah Syahidah orang yang penulis cintai, terima kasih karena sudah selalu menyemangati penulis dan membantu dalam proses penulisan skripsi ini, terima kasih karena selalu ada di kondisi apapun.
15. HIMABEH dan Babeh Nungki serta Babeh Ucup, terima kasih sudah menjadi bagian dalam pertemanan saya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu selama masa perkuliahan dan dukungannya yang berkontribusi terhadap skripsi saya.
16. Teman satu bimbingan yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih sudah menjadi teman seperjuangan dalam pengerjaan skripsi ini dan sudah saling support untuk satu sama lain.
17. Kating Psikologi UNJ yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terima kasih atas motivasi dan pengalaman sebelumnya yang berkontribusi pada skripsi saya.
18. Teman-teman angkatan 2021, terima kasih semuanya atas pengalaman dan semua kenangan yang menyenangkan yang sudah dibuat selama masa perkuliahan ini sampai akhirnya saya bisa berada di titik saat ini.

DAFTAR ISI

BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Pembatasan Masalah	5
1.4 Rumusan Masalah.....	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Penelitian	6
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.6.2 Manfaat Praktis	6
1.6.2.1 Bagi Mahasiswa	6
1.6.2.2 Bagi Universitas	6
BAB II.....	8
TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Resiliensi Akademik.....	8
2.1.1 Definisi Resiliensi Akademik.....	8
2.1.2 Aspek-aspek Resiliensi Akademik.....	9
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Akademik.....	11
2.1.4 Alat Ukur Resiliensi Akademik.....	14
2.2 Intensitas Penggunaan	14
2.2.1 Definisi Intensitas Penggunaan	14
2.2.2 Aspek-aspek Intensitas	15
2.2.3 Faktor-faktor yang Dapat Mempengaruhi Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	18
2.2.4 Alat Ukur Intensitas Penggunaan	19
2.3 Definisi Mahasiswa	19
2.4 Media sosial.....	20
2.5 Hubungan Intensitas Perilaku Penggunaan Media Sosial dengan Resiliensi	22
2.6 Kerangka Konseptual	23
2.7 Hipotesis	24
2.8 Hasil Penelitian yang Relevan	25

BAB III.....	29
METODE PENELITIAN.....	29
3.1 Tipe Penelitian.....	29
3.2 Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian.....	29
3.2.1 Definisi Konseptual	29
3.2.2. Definisi Operasional	30
3.3. Populasi dan Sampel.....	31
3.3.1. Populasi.....	31
3.3.2. Sampel	31
3.3.3. Teknik Sampling	31
3.4. Teknik Pengumpulan Data	31
3.4.1. Teknik Pengambilan Data	31
3.4.2. Instrumen Intensitas perilaku penggunaan media sosial	32
3.4.3. Instrumen Resiliensi Akademik	35
3.4.3.3. Proses Adaptasi Instrumen	38
3.5. Uji Coba Instrumen Penelitian	38
3.5.1 Uji Validitas.....	39
3.5.2 Uji Reliabilitas.....	41
3.6. Analisis Data.....	42
3.6.1. Uji Statistik.....	42
3.6.2 Uji Hipotesis	43
BAB IV	44
4.1 Gambaran Partisipan Penelitian	44
4.1.1 Gambaran Jenis Kelamin Responden	44
4.2 Prosedur Penelitian	46
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	46
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	48
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian	49
4.3.1 Hasil Data Outlier	49
4.3.2 Data Deskriptif Variabel.....	52
4.3.3 Uji Normalitas	53
4.3.4 Uji Linieritas.....	54

4.3.5 Uji Korelasi	54
4.6.7 Hasil Uji Tabulasi Silang.....	55
4.7 Pembahasan	57
4.8 Keterbatasan Penelitian.....	59
BAB V	60
KESIMPULAN.....	60
5.1 Kesimpulan.....	60
5.2 Implikasi.....	60
5.3 Saran	60
DAFTAR PUSTAKA.....	62
LAMPIRAN.....	65
Lampiran 1 Uji Normalitas Instrumen.....	65
Lampiran 2 Uji validitas reliabilitas Resiliensi akademik	66
Lampiran 3 Uji validitas reliabilitas Intensitas Perilaku Penggunaan Media Sosial	67
Lampiran 4 Uji Linieritas	68
Lampiran 5 Uji Hipotesis.....	68
Lampiran 5 Validasi Instrumen (Expert Judgement) Dosen 1.....	69
Lampiran 6 Validasi Instrumen (Expert Judgement) Dosen 2.....	70
Lampiran 7 Hasil Analisis gambaran responden	71
Lampiran 8 Alat Ukur	72

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skoring kategorisasi SONTUS komponen 1.....	33
Tabel 3.2 Tabel Skoring kategorisasi SONTUS komponen 2.....	33
Tabel 3.3 Tabel Skoring kategorisasi SONTUS komponen 3.....	34
Tabel 3.4 Tabel Skoring kategorisasi SONTUS komponen 4.....	34
Tabel 3.5 Tabel Skoring kategorisasi SONTUS komponen 5.....	34
Tabel 3.6 Kisi-Kisi Intrumen Sontus.....	35
Tabel 3.7 Kisi-kisi Intrumen ARS Indonesia.....	37
Tabel 3.8 Skala <i>Likert</i> ARS Indonesia.....	38
Tabel 3.9 Validasi alat ukur ARS Indonesia.....	39
Tabel 3.10 Validasi <i>item</i> SONTUS.....	40
Tabel 3.11 uji reliabilitas SONTUS.....	41
Tabel 3.12 uji reliabilitas ARS Indonesia.....	42
Tabel 4.3 data deskriptif resiliensi akademik.....	52
Tabel 4.4 data deskriptif intensitas penggunaan media sosial	53
Tabel 4.5 tabel normalitas.....	53
Tabel 4.6 uji linieritas.....	54
Tabel 4.7 Uji Hipotesis.....	54
Tabel 4.8 Kategorisasi resiliensi akademik berdasarkan jenis kelamin	55
Tabel 4.9 kategoriasasi sontus berdasarkan jumlah keseluruhan	56
Tabel 4.10 Kategorisasi intensitas penggunaan media sosial berdasarkan jenis kelamin.....	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Konseptual.....	24
Gambar 4.1 <i>Outlier</i> resiliensi akademik	49
Gambar 4.2 <i>Outlier</i> resiliensi akademik	49
Gambar 4.4 <i>Outlier Social networking time use scale</i>	51
Gambar 4.5 <i>Outlier Social networking time use scale</i>	51

