

**PRESENTASI DIRI *ONLINE* DAN INTENSITAS
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM PADA
KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF MAHASISWA**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam Bidang
Psikologi



Oleh

ELIYANI RAMBE

41183507220022

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ISLAM 45
BEKASI
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Presentasi Diri *Online* dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram
pada Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa

Penyusun : Eliyani Rambe

NPM : 41183507220022

Bekasi, 30 Juni 2026

Menyetujui:

Pembimbing



Dr. Agustina Ekasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Mengetahui:

Ketua Program Studi,



The block contains the official stamp of FISIP Universitas Islam, which is a blue pentagonal seal with a building illustration and the text 'FISIP UNIVERSITAS ISLAM' and '45'. To the right of the stamp is a handwritten signature in blue ink.

Novita Diah Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

HALAMAN PENGESAHAN

Presentasi Diri *Online* dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram pada Kesejahteraan
Subjektif Mahasiswa

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Eliyani Rambe

41183507220022



Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji
pada tanggal: 30 Juni 2026
dan telah dinyatakan Lulus/disahkan
di Universitas Islam 45
pada tanggal: 30 Juni 2026

Dewan Penguji :

Ketua : Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

()

Sekretaris : Ratna Duhita Pramintari, S.K.M., M.Si.

()

Anggota : 1. Dr. Agustina Ekasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

()

2. Alfiana Indah Muslimah, S.Psi., M.Psi., Psikolog

()

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Eliyani Rambe

NPM : 41183507220022

Judul Skripsi : Presentasi Diri *Online* dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram
Pada Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa



Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor), baik di Universitas Islam 45 maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis ini terbebas dari:
 - a. *Fabrikasi*, yaitu tindakan membuat data dari yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat dan atau mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian;
 - b. *Falsifikasi*, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian;
 - c. *Plagiarisme*, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses, objek dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), usulan rencana penelitian, dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam 45.

Bekasi, 30 Juni 2026

Yang bertanda tangan di bawah ini,



Eliyani Rambe

41183507220022

PRESENTASI DIRI *ONLINE* DAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM PADA KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF MAHASISWA

rambeeliyani@gmail.com¹, agustina.ekasari@gmail.com²

Universitas Islam 45

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationships and effects of online self-presentation and Instagram use intensity on subjective well-being among students of Universitas Islam 45 Bekasi. This study employed a quantitative approach with a correlational design. A total of 235 students were selected using purposive sampling. Data were collected using the Satisfaction with Life Scale (SWLS), Scale of Positive and Negative Experience (SPANE), Presentation of Online Self Scale for Adults (POSSA), and an Instagram use intensity scale developed by the researcher. Data were analyzed using Spearman Rank correlation and multiple linear regression. The results revealed a significant positive relationship between online self-presentation and subjective well-being ($r = 0.468$, $p = 0.000$), as well as a significant negative relationship between Instagram use intensity and subjective well-being ($r = -0.159$, $p = 0.015$). Multiple regression analysis showed that both variables simultaneously had a significant effect on subjective well-being ($F = 35.029$, $p = 0.000$), accounting for 23.2% of the variance ($R^2 = 0.232$). These findings indicate that online self-presentation and Instagram use intensity contribute to explaining students' subjective well-being.

Keywords: *subjective well-being, online self-presentation, Instagram use intensity, university students*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dan pengaruh presentasi diri online dan intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap kesejahteraan subjektif pada mahasiswa Universitas Islam 45 Bekasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian berjumlah 235 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan Satisfaction with Life Scale (SWLS), Scale of Positive and Negative Experience (SPANE), Presentation of Online Self Scale for Adults (POSSA), serta skala intensitas penggunaan media sosial Instagram yang disusun oleh peneliti. Data dianalisis menggunakan uji korelasi Rank Spearman dan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara presentasi diri online dengan kesejahteraan subjektif ($r = 0,468$; $p = 0,000$), serta hubungan negatif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial Instagram dengan kesejahteraan subjektif ($r = -0,159$; $p = 0,015$). Hasil regresi menunjukkan bahwa kedua variabel secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan subjektif ($F = 35,029$; $p = 0,000$) dengan kontribusi sebesar 23,2% ($R^2 = 0,232$). Dengan demikian, presentasi diri online dan intensitas penggunaan media sosial Instagram berpengaruh secara simultan terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa.

Kata kunci: *presentasi diri online, intensitas penggunaan media sosial Instagram, kesejahteraan subjektif, mahasiswa*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat, kasih sayang, pertolongan, serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Presentasi Diri *Online* dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram terhadap Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa” dengan baik. Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dukungan, doa, serta perhatian dari berbagai pihak yang senantiasa hadir dan memberikan kekuatan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat, tulus, dan rasa syukur, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Agustina Ekasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, serta kesabaran dalam membimbing penulis. Terima kasih atas setiap arahan, masukan, kritik, dan saran yang diberikan selama proses penyusunan skripsi.
2. Bapak dan Ibu Dosen Penguji yang telah memberikan kritik, saran, masukan, serta evaluasi yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini.
3. Ibu Novita Dian Iva P. S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi yang telah memberikan perhatian, arahan, serta dukungan yang telah diberikan selama penulis menempuh pendidikan di Program Studi Psikologi.
4. Ibu Dr. Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan, perhatian, dan dukungan selama penulis menjalani studi di Program Studi Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi.
5. Bapak Drs. Yanto Supriyatno, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Islam 45 Bekasi.
6. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, wawasan, serta nilai-nilai kehidupan yang sangat berharga selama masa perkuliahan.
7. Universitas Islam 45 Bekasi yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan penelitian ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan partisipasinya dalam penelitian ini.

8. Hendra Rambe dan Norma Jelita Harahap selaku ayah dan ibu tercinta. Terima kasih atas doa yang tidak pernah putus, serta pengorbanan yang tidak pernah terhitung. Tidak ada kata yang cukup untuk menggambarkan rasa syukur penulis karena telah memiliki orang tua yang selalu percaya dan mendukung setiap langkah yang diambil. Semoga skripsi ini menjadi salah satu bentuk kecil dari usaha penulis untuk membanggakan Ayah dan Ibu.
9. Afdol Maragama Rambe, Dafinah Ramadhani Rambe, Tongku Saputra Rambe dan Fajar Rambe selaku adik-adik tercinta yang selalu memberikan dukungan, dan keceriaan di tengah proses yang panjang ini.
10. Adinda Saputri selaku rekan sepayungan sekaligus sahabat yang telah menemani penulis sejak masa SMA hingga perkuliahan. Dalam setiap proses yang tidak mudah, termasuk selama penyusunan skripsi ini, terima kasih karena selalu hadir. Segala kenangan, perjuangan, dan perjalanan yang telah dilewati bersama akan selalu menjadi bagian yang berharga dalam hidup penulis.
11. Boygroup ENHYPEN yang melalui karya, musik, dan berbagai konten telah menjadi salah satu sumber hiburan, motivasi, dan penyemangat bagi penulis selama menjalani proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi.
12. Naura Rahma, Marsya Meliana, dan Salma Auestina yang telah menjadi teman berbagi pengalaman menyenangkan selama masa perkuliahan. Terima kasih atas energi positif yang selalu diberikan.
13. Reski Afina, Rahma Allya, dan Aulya Chinta yang telah menjadi sahabat dalam waktu yang panjang. Terima kasih atas dukungan serta kebersamaan yang terus terjaga hingga saat ini.
14. Teman-teman seperbimbingan dalam penyusunan skripsi. Terima kasih atas bantuan, dukungan, serta kerja sama yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi.
15. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan, doa, dukungan, motivasi, maupun kontribusi dalam bentuk apa pun.

Bekasi, 30 Juni 2026

Eliyani Rambe

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	
HALAMAN PENGESAHAN	
KATA PENGANTAR	lii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian	12
1. Manfaat Teoritis	12
2. Manfaat Praktis	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	15
A. Kajian Pustaka	15
1. Kesejahteraan Subjektif	15
a. Definisi Kesejahteraan Subjektif	15
b. Komponen Kesejahteraan Subjektif	16
c. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kesejahteraan Subjektif	18
d. Penelitian Sebelumnya Mengenai Kesejahteraan Subjektif	24
2. Presentasi Diri <i>Online</i>	25
a. Definisi Presentasi Diri <i>Online</i>	25
b. Aspek Presentasi Diri <i>Online</i>	27
c. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Presentasi Diri <i>Online</i>	28
d. Penelitian Sebelumnya Mengenai Presentasi Diri <i>Online</i>	30
3. Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	30
a. Definisi Intensitas	30
b. Definisi Media Sosial Instagram	32
c. Aspek Intensitas	33
d. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	36
e. Penelitian Sebelumnya Mengenai Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	38
4. Mahasiswa	38
a. Definisi Mahasiswa	38
b. Tugas Perkembangan Mahasiswa Sebagai Dewasa Awal	39
c. Penelitian Sebelumnya Mengenai Mahasiswa	40
B. Kerangka Berpikir	41
C. Hipotesis	45
D. Orisinalitas dan Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	47
BAB III METODE PENELITIAN	51
A. Desain Penelitian	51
B. Identifikasi dan Operasional Variabel	53
1. Identifikasi Variabel	53
2. Definisi Konseptual	54
3. Definisi Operasional	55
C. Subjek, Tempat & Waktu Penelitian	56
1. Subjek Penelitian	56

2. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	57
3. Tempat dan Waktu Penelitian	59
D. Teknik Pengumpulan Data	60
1. Wawancara	61
2. Skala Psikologi	62
a. Informasi Mengenai Skala Psikologi yang Digunakan	65
b. <i>Blue Print</i> Skala Psikologi	67
c. Kualitas Skala Psikologi	70
E. Teknik Analisis Data	87
1. Teknik Deskriptif	87
2. Teknik Pengujian Asumsi	89
a. Uji Normalitas	89
b. Uji Linearitas	90
3. Teknik Pengujian Hipotesis	92
a. Uji Korelasi	92
b. Uji Regresi Linear Berganda	94
F. Etika Penelitian	94
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI	97
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	97
B. Deskripsi Demografis Subjek Penelitian	98
1. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	98
2. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Rentang Usia	99
3. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Semester	101
4. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Fakultas	102
5. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Lama Penggunaan Akun Instagram	104
6. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Keaktifan Dalam Menggunakan Instagram Dalam 1 Hari	105
7. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Tujuan Menggunakan Instagram	106
8. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Konten yang Diunggah di Instagram	107
9. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jumlah Akun Instagram yang Dimiliki	108
C. Deskripsi Variabel Penelitian	109
1. Deskripsi Kategorisasi Variabel Kesejahteraan Subjektif (Y)	110
2. Deskripsi Kategorisasi Variabel Presentasi Diri <i>Online</i> (X1)	111
3. Deskripsi Kategorisasi Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram (X2)	111
D. Hasil Penelitian	111
1. Hasil Uji Korelasi <i>Rank Spearman</i> Presentasi Diri <i>Online</i> dengan Kesejahteraan Subjektif	111
2. Hasil Uji Korelasi <i>Rank Spearman</i> Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dengan Kesejahteraan Subjektif	112
3. Hasil Uji Regresi Linear Berganda Antara Presentasi Diri <i>Online</i> dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Kesejahteraan Subjektif	113
E. Diskusi	115
F. Keterbatasan Penelitian	133
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	135
A. Kesimpulan	135
B. Saran	136
DAFTAR PUSTAKA	137
LAMPIRAN	145

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Orisinalitas dan Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya.....	47
Tabel 2. Tempat dan Waktu Penelitian	60
Tabel 3. Kategorisasi skor aitem kesejahteraan subjektif komponen kognitif.....	64
Tabel 4. Kategorisasi skor aitem kesejahteraan subjektif komponen afektif	64
Tabel 5. Kategorisasi skor aitem presentasi diri <i>online</i>	64
Tabel 6. Kategorisasi skor aitem intensitas penggunaan media sosial Instagram.....	65
Tabel 7. <i>Blue print</i> Skala Kesejahteraan Subjektif	68
Tabel 8. <i>Blue print</i> Skala Presentasi Diri <i>Online</i>	68
Tabel 9. <i>Blue print</i> Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	69
Tabel 10. <i>Expert Judgement</i>	73
Tabel 11. Kriteria interpretasi nilai <i>Discrimination Index</i> (DI)	74
Tabel 12. Indeks diskriminasi aitem skala kesejahteraan subjektif.....	74
Tabel 13. Indeks diskriminasi aitem skala presentasi diri <i>online</i>	75
Tabel 14. Indeks diskriminasi aitem skala intensitas penggunaan media sosial Instagram	76
Tabel 15. Hasil Validitas Konstruk Skala Kesejahteraan Subjektif	79
Tabel 16. Hasil Validitas Konstruk Skala Presentasi Diri <i>Online</i>	80
Tabel 17. Hasil Validitas Konstruk Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram.....	81
Tabel 18. Kategori Koefisien Reliabilitas <i>Cronbach Alpha</i>	85
Tabel 19. Hasil Uji Reliabilitas	87
Tabel 20. Kategorisasi Analisis Deskriptif.....	88
Tabel 21. Hasil Uji Teknik Deskriptif	88
Tabel 22. Hasil Uji Asumsi Normalitas	90
Tabel 23. Hasil Uji Asumsi Linearitas	91
Tabel 24. Interpretasi Koefisien Korelasi.....	93
Tabel 25. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	98
Tabel 26. Hasil Uji <i>Mann Whitney</i> Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	99
Tabel 27. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Rentang Usia	100
Tabel 28. Hasil Uji <i>Kruskall Wallis</i> Subjek Penelitian Berdasarkan Rentang Usia	100
Tabel 29. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Semester.....	101
Tabel 30. Hasil Uji <i>Kruskall Wallis</i> Subjek Penelitian Berdasarkan Semester.....	102
Tabel 31. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Fakultas	103
Tabel 32. Hasil Uji <i>Kruskall Wallis</i> Subjek Penelitian Berdasarkan Fakultas	103
Tabel 33. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Lama Penggunaan Akun Instagram	104
Tabel 34. Hasil Uji <i>Kruskall Wallis</i> Subjek Penelitian Berdasarkan Lama Penggunaan Akun Instagram	105
Tabel 35. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Keaktifan Dalam Menggunakan Instagram Dalam 1 Hari.....	106
Tabel 36. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Tujuan Menggunakan Instagram	107
Tabel 37. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Konten yang Diunggah di Instagram	108
Tabel 38. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jumlah Akun Instagram yang Dimiliki	108
Tabel 39. Hasil Uji <i>Kruskall Wallis</i> Subjek Penelitian Berdasarkan Jumlah Akun Instagram Yang Dimiliki	109
Tabel 40. Deskripsi Variabel Penelitian	110
Tabel 41. Hasil Uji Korelasi <i>Rank Spearman</i> Presentasi Diri <i>Online</i> dengan Kesejahteraan Subjektif	112
Tabel 42. Hasil Uji Korelasi <i>Rank Spearman</i> intensitas penggunaan media sosial instagram dengan Kesejahteraan Subjektif	113
Tabel 43. Hasil Uji Regresi Berganda Presentasi Diri <i>Online</i> dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesejahteraan Subjektif	115

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Gambar Kerangka Berpikir	45
Gambar 2. Rumus <i>Aiken. V</i>	72

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Cek Plagiarisme Turnitin	145
Lampiran 2. Surat-Surat Penelitian.....	147
Lampiran 3. Hasil Analisis <i>Expert Judgement</i>	153
Lampiran 4. Hasil Analisis Statistik Deskriptif dengan SPSS	157
Lampiran 5. Hasil Analisis Statistika Pengujian Asumsi dengan SPSS	159
Lampiran 6. Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian dengan SPSS.....	161
Lampiran 7. Hasil Analisis Statistika Pengujian Hipotesis dengan SPSS	165
Lampiran 8. Panduan Wawancara <i>Preliminary Study</i>	167
Lampiran 9. Hasil <i>Preliminary Study</i>	169

SKRIPSI BAB I-V__sc_mr7wzihz_u9vz

ORIGINALITY REPORT

14%

SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	ejournal.unklab.ac.id Internet	336 words — 1%
2	journal.upgris.ac.id Internet	259 words — 1%
3	dspace.uui.ac.id Internet	237 words — 1%
4	journal.appisi.or.id Internet	210 words — 1%
5	etheses.uin-malang.ac.id Internet	205 words — 1%
6	repository.uin-suska.ac.id Internet	190 words — 1%
7	docplayer.info Internet	163 words — < 1%
8	repository.unissula.ac.id Internet	143 words — < 1%
9	eprints.walisongo.ac.id Internet	140 words — < 1%
10	ejournal.unesa.ac.id Internet	133 words — < 1%