

ABSTRAK

Depresi dapat terjadi karena banyak faktor, satu di antaranya karena intensitas penggunaan media sosial. Media sosial yang dipenuhi oleh banyak orang dapat membuat seseorang membandingkan dirinya dengan orang lain. Hal ini, lambat laun, dapat membuat seseorang mengalami depresi jika penggunaannya terlalu lama dan terlalu dalam, atau intensitas penggunaannya tinggi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi pada mahasiswa. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan yang positif antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi. Semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, maka semakin tinggi pula tingkat depresi mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah intensitas penggunaan media sosial, maka semakin rendah pula tingkat depresi mahasiswa. Subjek dalam penelitian ini adalah 152 mahasiswa aktif yang aktif menggunakan sosial media setiap hari. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan teknik purposive sampling sebagai teknik sampling. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala, yaitu *Social Networking Time Use Scale* (SONTUS) untuk mengukur intensitas penggunaan media sosial dan *Beck Depression Inventory-II* (BDI-II) untuk mengukur tingkat depresi. Data pada penelitian ini dianalisa menggunakan uji korelasi *Pearson*. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan tingkat depresi pada mahasiswa dengan koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0.231 dengan $p = 0.004$ ($p < 0.05$).

Kata kunci: depresi, mahasiswa, media sosial

Abstract

Depression can be happen because of many factors, one of the factor is intensity of social media use. The social media that is full of people can make someone compare themselves to others. Gradually, it can make someone has depression, if the intensity of social media use is too high. The purpose of this study is to determinethe relationship between intensity of social media use and level of depressionin college students. The hypothesis of this study is there is a positive relationship between intensity of social media use and level of depression in college students. The higher the intensitu of social media use, the higher level of depression in college students. Otherwise, the lower the intensity of social media use, the lower level of depression in college students. The subjects of this study is 152 college students and have active social media. This study used quantitative research methods that is use purposive sampling. Data retrieval is done using Social Networking Time Use Scale (SONTUS) for intensity of social media use, and Beck Depression Inventory-II (BDI-II) for level of depression. Data analysis is done using Pearson correlation test. The result of this study indicate the positive relationship between intensity of social media use and level of depression with correlation coefficient (r_{xy}) is 0.231, $p = 0.004$ ($p < 0.05$).

Key words : college students, depression, social media