

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGGUNAKAN *SOCIAL MEDIA*
INSTAGRAM DENGAN KEMATANGAN EMOSI PADA REMAJA**



Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I
pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi

Oleh :

ARISTYO RAHADIYAN

F 100 100 154

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2018

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGGUNAKAN *SOCIAL MEDIA*
INSTAGRAM DENGAN KEMATANGAN EMOSI PADA REMAJA**

Diajukan Oleh :

ARISTYO RAHADIYAN

F 100 100 154

Telah disetujui untuk dipertahankan

Di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh
Pembimbing



Dra. Partini, M.Si, Psikolog

Surakarta, 12 Januari 2018

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGGUNAKAN *SOCIAL MEDIA*
INSTAGRAM DENGAN KEMATANGAN EMOSI PADA REMAJA**

Yang diajukan oleh
ARISTYO RAHADIYAN
F 100 100 154

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 12 Januari 2018
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji Utama

Dra. Partini, M.Si, Psikolog



Penguji pendamping I

Siti Nurina Hakim, S.Psi., M.Si, Psikolog



Penguji pendamping II

Permata Ashfi Raihana, S.Psi, MA



Surakarta, Januari 2018
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi

Dekan,



(Dr. Moordiningsih, M.Si, Psi)

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

apabila kelak terbukti ada ketidak benaran dalam pernyataan saya diatas, maka saya akan pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 12 Januari 2018

Yang membuat pernyataan



ARISTYO RAHADIYAN

F 100 100 154

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGGUNAKAN *SOCIAL MEDIA* INSTAGRAM DENGAN KEMATANGAN EMOSI PADA REMAJA

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan yakni untuk mengetahui hubungan antara intensitas menggunakan instagram dengan kematangan emosi, sehingga penulis mengajukan hipotesis "Ada hubungan negatif antara intensitas menggunakan instagram dengan kematangan emosi". Subjek dalam penelitian ini adalah 80 mahasiswa psikologi UMS angkatan 2017. Teknik pengambilan sampel yang digunakan *quota random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan cara menetapkan jumlah tertentu sebagai target yang harus dipenuhi dalam pengambilan sampel dari populasi (khususnya yang tidak terhingga atau tidak jelas), kemudian dengan patokan jumlah tersebut peneliti mengambil sampel secara sembarang asal memenuhi persyaratan sebagai sampel dari populasi tersebut. Alat ukur yang digunakan untuk mengungkap variabel-variabel penelitian ada 2 macam alat ukur, yaitu : (1) skala intensitas menggunakan instagram , dan (2) skala kematangan emosi, Analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil analisis maka diperoleh korelasi antara intensitas menggunakan instagram dengan kematangan emosi (r) sebesar -0,484 dengan $p = 0,000$ dimana $p < 0,01$, hal ini berarti ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara intensitas menggunakan instagram dengan kematangan emosi. Rerata empirik variabel intensitas menggunakan instagram sebesar lebih rendah dibanding rerata hipotetik, yang menggambarkan bahwa pada umumnya remaja psikologi UMS angkatan 2017 mempunyai intensitas menggunakan instagram yang sedang. Selanjutnya rerata empirik variabel kematangan emosi lebih besar dari rerata hipotetik yang berarti pada umumnya subyek mempunyai kematangan emosi yang tinggi. Peranan intensitas menggunakan instagram terhadap kematangan emosi (SE) sebesar 23,4%, artinya masih terdapat 76,6% faktor lain.

Kata kunci : Intensitas menggunakan instagram, Kematangan emosi, Remaja.

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between intensity using instagram with emotional maturity, so the authors propose a hypothesis "There is a negative relationship between the intensity of using instagram with emotional maturity". Subjects in this study were 80 students of psychology UMS force 2017. Sampling technique used *quota random sampling*, the technique of sampling by setting a certain number as a target that must be met in the sampling of the population (especially the infinite or unclear), then with the benchmark the number of researchers taking samples arbitrarily as long as meet the requirements as a sample of the population. Measuring tool used to reveal the research variables there are 2 kinds of measuring instruments, namely: (1) intensity scale using instagram, and (2) emotional maturity scale, data analysis in this study using *product moment correlation*. Based on the results of the analysis then obtained a correlation between the intensity of using instagram with emotional maturity (r) of -0.484 with $p = 0.000$ where $p < 0.01$, this means there is a significant negative relationship between the intensity of using instagram with emotional maturity. The empirical average of the intensity variable using instagram is lower than the hypothetical average, which illustrates that in general the juvenile psychology of UMS force of 2017 has intensity using moderate instagram. Furthermore, the empirical average of emotional maturity is

greater than the mean hypothetical mean in general the subject has high emotional maturity. The role of intensity using instagram on emotional maturity (SE) is 23,4%, meaning there are still 76,6% other factor.

Keywords: Intense use instagram, Emotional maturity, Adolescent.

1. PENDAHULUAN

Salah satu aspek psikologis yang penting agar remaja menjadi remaja yang berkualitas adalah aspek emosi, dimana individu diharapkan dapat menjadi generasi yang berkepribadian baik, salah satunya yakni mempunyai kematangan emosi yang baik, karena dengan emosi matang, individu akan mampu merasakan emosi secara tepat yang disesuaikan dengan situasi kondisi.

Hamrick (2013) menyatakan emosi adalah kemampuan untuk mengidentifikasi emosi seseorang secara berbeda dan tepat atau itu adalah memberikan diri individu kebebasan untuk merasakan emosi apa pun sesuai untuk situasi tertentu. Kematangan emosi berarti, individu mengendalikan emosi daripada membiarkan emosinya untuk mengendalikan diri individu. Itu tidak berarti seseorang harus menyembunyikan atau menekan emosinya, meskipun individu dapat menggunakan relaksasi otot, yoga, dipandu pencitraan, dan alat-alat relaksasi lain untuk mengurangi intensitas emosi.

Kematangan emosional merupakan penyeimbangan perkembangan internal pikiran dan kecerdasan dengan realitas eksternal. Jika seseorang benar-benar matang secara emosi, maka seseorang itu memiliki dan bertindak dengan integritas. Jika seseorang memiliki integritas, maka sikap dan perilakunya matang secara emosi. Kematangan emosi merupakan kemampuan untuk memahami kenyataan dan fakta-fakta dan kualitas menanggapi situasi dengan memisahkan dari tarikan dan tekanan bagi perasaan menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan (Dangwal, 2016).

Young (1985), ada beberapa faktor yang mempengaruhi kematangan emosi contohnya salah satunya adalah faktor lingkungan, yaitu tempat individu berada, termasuk lingkungan keluarga dan lingkungan sosial masyarakat yang turut membentuk keseimbangan dan kematangan emosi pada individu. Hal ini bahwa manusia pada hakekatnya merupakan makhluk sosial, karena hampir setiap hari individu meluangkan waktu dalam kebersamaan dengan orang lain baik di sekolah, di rumah, maupun di tempat kerja.

Hanya saja pola interaksi sosial di jaman milenium ini sudah bergeser ke interaksi lewat teknologi yakni dengan adanya internet yang kemudian lebih dikenal

dengan nama media sosial. Internet telah mempermudah setiap individu untuk bisa mengakses informasi apapun yang ingin dicari. Pada masa sekarang ini, internet sudah menciptakan sebuah ruang kultural baru sebagai sebuah ruang digital. Oleh karenanya, keberadaan internet memberikan banyak kemudahan kepada penggunanya, yakni pengguna akan mudah meng-akses segala informasi dan hiburan dari berbagai penjuru dunia. Keberadaan internet menghasilkan sebuah generasi yang baru atau generasi next secara tidak langsung. Generasi next ini dipandang menjadi sebuah generasi masa depan yang berwatak menyendiri (desosialisasi), dibesarkan dalam lingkungan budaya baru media digital yang interaktif (Ibrahim, 2011). Kemudian untuk media sosial baru yang lebih spesifik penggunaannya, salah satunya yakni instagram. Menurut Lim (2017) instagram Sebagai aplikasi fotografi sosial tanpa memerlukan biaya dan dirancang untuk digunakan pada *hp smartphone*, instagram memberikan penggunanya dapat mengirim gambar *visual sharing*. Diluncurkan pada tahun 2010, aplikasi gratis ini pertama kali keluar sebagai salah satu platform sosial media yang paling banyak dipakai oleh penggunanya tahun 2015, menurut Hoing & MacDowall (2016). Pertumbuhan Instagram sangat cepat hal ini menunjukkan bahwa instagram mempunyai foto *selfie* atau potret sehingga menarik pengguna sosial media biasa. Aplikasi gratis ini terinspirasi seperti *genre seni rupa biasa* bahkan tanpa pendidikan seni rupa formal (Zappavigna, 2016).

Munculnya instagram tersebut pada akhirnya berimbas pada makin banyaknya penghobi foto yang mendadak meledak. Terlebih karena kemajuan teknologi dan menjadikan mudahnya seseorang dalam membuat sebuah foto, hanya menggunakan telepon genggam sekarang sudah menghasilkan foto dengan kualitas yang baik. Dari hasil foto tersebut pengguna instagram saling berinteraksi berupa memberikan tanda love, komentar.

Soelarko (2015) semakin banyaknya penikmat dan penggila foto maka mengubah penggunaan foto itu sendiri, yang dahulu sebagai pelengkap sebuah tulisan atau artikel, saat ini foto menjadi bagian utama dan tulisan hanya sebagai caption atau penjelasan dari foto tersebut.

Interaksi sosial di dunia maya instagram tersebut dapat cukup mempengaruhi emosi seseorang, khususnya remaja, karena pada dasarnya emosi pada masa remaja masih berkembang untuk menjadi matang, namun karena pengaruh adanya komentar atau tanda love maka itu akan membuat remaja sedikit terguncang emosinya, ketika ada teman dunia maya memberikan komentar negatif tentang foto atau videonya, atau hanya sedikit yang memberi tanda love. Dengan demikian diasumsikan bahwa lingkungan sosial

internet dapat mempengaruhi kematangan emosi remaja. Hal tersebut seperti dikatakan oleh Dangwal (2016) bahwa pengguna internet khususnya pengguna media sosial di kalangan anak muda akan mempengaruhi kematangan emosinya, dan dari hasil penelitiannya ditemukan bahwa remaja pengguna internet, khususnya social media cenderung kurang matang emosinya, terutama instagram.

Hal tersebut juga didukung oleh studi yang dilakukan Royal Society for Public Health Inggris (RSPH), bahwa aplikasi berbagi foto dan video singkat yang sekarang sudah memiliki 700 juta pengguna di seluruh dunia ini, Instagram dianggap sebagai platform medsos yang sering membuat anak muda depresi, cemas, dan kesepian dibandingkan dengan medsos lainnya. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan tersebut dengan 1.500 responden berusia 14-24 tahun, ditemukan bahwa Instagram membuat anak muda merasa harga dirinya rendah, kondisi tubuh yang buruk, dan kurang tidur.

Menurut CEO RSPH Shirley Cramer (dalam Liputan 6.com) mengatakan temuannya bahwa Instagram dan Snapchat memberi dampak buruk terhadap kesejahteraan mental, dan kesejahteraan mental yang buruk tersebut pada akhirnya akan mengganggu proses kematangan emosinya. Emosi remaja sulit matang karena citra diri menjadi buruk apabila mendapat komentar buruk pada foto dan video yang diunggahnya. Hal tersebut terjadi karena apabila ada komentar yang buruk atau tanda love yang sedikit maka hal itu membuat harga diri rendah dan cemas, sehingga kecemasan tersebut membuat remaja melampiaskan emosinya secara sembarangan yang pada akhirnya emosi remaja sulit untuk menjadi matang.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh *American Psychological Association* (APA) juga menunjukkan bahwa teknologi dan media sosial telah banyak membuat remaja stres yang pada akhirnya mempengaruhi pula keseluruhan kesehatan mentalnya. Kemudian salah satu kesehatan mental yang terganggu adalah kematangan emosinya, remaja jadi mudah tersinggung dan sulit mengatur emosinya.

Berdasarkan paparan di atas maka muncul permasalahan, “apakah ada hubungan antara intensitas menggunakan social media instagram dengan kematangan emosi pada remaja?” Sehingga dari permasalahan tersebut peneliti tertarik mengadakan penelitian dengan judul, ” Hubungan Antara Intensitas Menggunakan Instagram Dengan Kematangan Emosi Pada Remaja”.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (a). hubungan antara intensitas menggunakan instagram dengan kematangan emosi pada remaja; (b). peranan intensitas menggunakan instagram terhadap kematangan emosi pada remaja; (c). tingkat

intensitas menggunakan instagram pada remaja ; (d). tingkat kematangan emosi pada remaja.

Kematangan emosi Menurut Patty (1982) emosi adalah perasaan terkejut, takut, sedih, marah, gembira yang bersifat bukan saja rohani tetapi juga jasmani. Kemudian emosi menurut Hume (dalam Schmidt, 2010) adalah perasaan yang kuat yang ditujukan pada seseorang atau sesuatu. Menurut batasan dari Ham (2013) kematangan emosional adalah kemampuan untuk mengidentifikasi emosi seseorang secara berbeda dan tepat atau itu adalah memberikan diri individu kebebasan untuk merasakan emosi apa pun sesuai untuk situasi tertentu. Kematangan emosi berarti, individu mengendalikan emosi daripada membiarkan emosinya untuk mengendalikan diri individu. Murray (2004) memberikan ciri dari individu yang matang emosinya berikut ini:

Mudah mengalirkan cinta & kasih sayang, Orang-orang yang secara emosional matang ini terbuka untuk cinta dan kasih sayang. Mereka memiliki kemampuan untuk mempercayai orang dan percaya diri untuk menerima dan memberikan cinta. Mereka tidak memiliki penghalang dalam kepribadian mereka, tidak memiliki rintangan untuk kemampuan mereka untuk percaya pada kebaikan hidup. Orang matang dapat menunjukkan kerentanannya dengan menyatakan kasih dan menerima ungkapan cinta dari orang-orang yang mencintainya.

Mampu menghadapi realitas, Orang-orang yang secara emosional matang tidak membuang waktu dan sumber daya hidupnya yang disangkal oleh orang yang tidak matang emosinya. Mereka melihat situasi dalam hidup untuk apa mereka ada dan tidak merangkai sendiri realitas kebenaran. Orang-orang yang secara emosional matang selalu bersemangat menghadapi kenyataan hidup dan tidak takut untuk menghadapi situasi sulit. Mereka tidak memiliki cangkang seperti individu yang tidak matang emosinya yang selalu bersembunyi di dalam cangkangnya, sementara orang lain di sekitar individu yang tidak matang emosinya justru yang membereskan kekacauan mereka, dan cenderung menghindar dalam menghadapi kenyataan. Tagihan terlambat, secara interpersonal bermasalah, bahkan berbagai kesulitan yang menuntut karakter dan integritas dihindari dan bahkan ditolak oleh individu yang tidak matang emosinya.

Menyambut pengalaman hidup, Individu yang matang secara emosio mendapatkan pengalaman dengan mudah dan belajar dari pengalaman hidup itu. Hal tersebut datang dari kemampuan mereka untuk melihat segala sesuatu dalam cahaya yang positif dan menerima realitas kehidupan. Sedangkan individu yang tidak matang

emosinya tidak belajar apa-apa dari kehidupan; ia selalu menahan situasi kehidupan dalam penyimpangan/distorsi dan tidak pernah dalam kenyataannya.

Menerima kritik secara positif, Individu yang matang memandang pengalaman hidup sebagai hal yang positif dan menikmatinya serta bersukaria dalam hidup. Ketika mereka negatif dia menerima tanggung jawab pribadi dan yakin dia dapat belajar dari pengalaman negatif untuk memperbaiki hidupnya. Individu yang tidak matang mengutuk hujan sementara individu yang matang menjual payung. Menjadi matang secara emosional berarti bahwa individu tahu kekuatan dan kelemahan mereka.

Penuh harapan, Individu yang matang secara emosional penuh harapan dalam hidup, selalu berharap untuk yang terbaik. Mereka melihat kebaikan dalam segala sesuatu dan tidak pernah terpaksa untuk cenderung pesimis. Hal ini membuat mereka menjadi individu yang percaya diri, selalu siap untuk menghadapi kehidupan dengan kepercayaan dan keyakinan diri.

Tertarik untuk memberi sebagaimana menerima, Individu yang matang emosinya adalah seorang pemberi yang baik. Individu dapat bertahan dalam kekalahan dan kekecewaan tanpa merengek atau mengeluh. Pribadi yang matang rasa keamanan pribadinya memungkinkan dia untuk mempertimbangkan kebutuhan orang lain dan memberi dari sumber pribadinya, apakah itu uang, waktu, atau usaha, untuk meningkatkan kualitas hidup dari yang dia kasihi. Mereka juga memungkinkan orang lain untuk memberikan kepada mereka. Keseimbangan dan kematangan berjalan beriringan.

Kemampuan untuk belajar dari pengalaman, Kemampuan untuk menghadapi kenyataan dan berhubungan secara positif dengan pengalaman hidup berasal dari kemampuan untuk belajar dari pengalaman. Dia senang secara jujur melihat orang lain menikmati keberhasilan dan keberuntungan.

Kemampuan untuk menangani permusuhan secara konstruktif, Ketika frustrasi, individu imatur (tidak matang) akan mencari seseorang untuk disalahkan. Namun individu yang matang akan mencari solusi. Individu imatur akan menyerang orang; tapi individu matang akan menyerang masalah. Individu matang akan menggunakan kemarahannya sebagai sumber energi dan, ketika frustrasi, usahanya digandakan untuk mencari solusi terhadap masalahnya.

Berpikiran terbuka, Individu matang tidak perlu khawatir tentang hal-hal yang tidak bisa dibantunya. Individu matang merupakan individu yang berpikiran terbuka, jadi cukup untuk serius mendengarkan pendapat orang lain. Ia merencanakan hal-hal di masa

mendatang daripada hanya sekedar percaya pada inspirasi tertentu. Ia bukanlah seorang “penemu kesalahan kronis.

Kunwar (2014) mengemukakan faktor-faktor yang dapat membentuk kematangan emosi individu, yakni: 1). Hubungan orang tua –anak, 2). Jenis kelamin, 3). Ukuran keluarga, 4). Urutan kelahiran, 5). Status sosio ekonomi, 6). Sekolah, 7). Teman sebaya, 8). Masyarakat.

Walgito (2003) menyatakan aspek kematangan emosi adalah: Menerima keadaan diri dan orang lain. Kematangan emosi mengandung aspek dapat menerima baik keadaan dirinya maupun orang lain seperti apa adanya secara obyektif, Tidak bersifat impulsive, yaitu individu akan merespon stimulus dengan cara mengatur pikirannya secara baik untuk memberikan tanggapan terhadap stimulus yang mengenainya, orang yang bersifat impulsive yang segera bertindak suatu pertanda bahwa emosinya belum matang, Kontrol emosi. Kematangan emosi mengandung aspek dapat dapat mengontrol emosinya atau dapat mengontrol ekspresi emosinya secara baik, walaupun seseorang dalam keadaan marah tetapi marah itu tidak ditampakkan keluar, karena dia dapat mengatur kapan kemarahan itu perlu dimanifestasikan, Sabar dan toleransi. Bersifat sabar, pengertian, dan umumnya cukup mempunyai toleransi yang baik, Tanggung jawab. Kematangan emosi mengandung aspek mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat berdiri sendiri tidak mudah mengalami frustrasi dan akan menghadapi masalah dengan penuh pertimbangan.

Purwanto (2007) berpendapat bahwa intensitas yang berkaitan dengan kegiatan dibedakan atas intensitas kuat dan lemah. Intensitas yang kuat pada diri individu berarti individu melakukan kegiatan sesering mungkin, kegiatan yang disukai dilaksanakan hampir setiap hari sehingga menyita waktu kegiatan lainnya. Berbeda dengan tingkat intensitas yang lemah, individu melakukan kegiatan yang disukai secara rutin tiap hari tetapi tidak menyita waktu lainnya.

Menurut Kandari (2013) instagram merupakan aplikasi jaringan sosial yang populer yang memungkinkan individu untuk berbagi foto dan menerapkan filter foto yang berbeda untuk menyesuaikan hasil foto yang dikehendaki. Instagram juga merupakan layanan berbagi foto HP dan aplikasi jaringan sosial yang menyediakan penggunaanya dengan cara seketika untuk menangkap dan berbagi saat-saat kehidupan mereka dengan teman-teman melalui serangkaian gambar dan video, dimana filter digital diterapkan, dan dibagikan ke berbagai layanan jejaring sosial, termasuk milik sendiri. Sejak peluncuran pada bulan Oktober 2010, itu telah menarik lebih dari 150 juta pengguna aktif, dengan

rata-rata 55 juta foto diunggah oleh pengguna per hari, dan lebih dari 16 miliar foto dibagikan.

Intensitas menggunakan *social media* instagram Killis (Rizki, 2017) berpendapat bahwa intensitas dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni: faktor dari dalam diri sendiri, faktor motif sosial dan faktor emosional. Ketiga tersebut yang akhirnya mendorong timbulnya minat pada individu untuk melakukan kegiatan yang disenangi secara berulang-ulang. Adapun uraiannya sebagai berikut:

Faktor kebutuhan dalam diri sendiri, kebutuhan diri sendiri dapat berupa kebutuhan yang berhubungan dengan kejiwaan dan jasmani.

Faktor motif sosial, timbulnya minat dalam diri seseorang dapat didorong oleh motif sosial yaitu kebutuhan untuk mendapatkan pengakuan, penghargaan dari lingkungan dimana individu berada.

Faktor emosional, faktor yang merupakan ukuran intensitas seseorang dalam menaruh perhatian terhadap suatu kegiatan atau objek tertentu.

Menurut Del Bario (Yanica, 2014) aspek-aspek intensitas adalah attention (perhatian), comprehension (penghayatan), duration (durasi), dan frequency (frekuensi).

Berdasarkan uraian diatas, penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut: “Ada hubungan negatif antara intensitas menggunakan instagram dengan kematangan emosi pada remaja. Semakin tinggi intensitas menggunakan instagram, maka semakin rendah kematangan emosi, Sebaliknya, semakin rendah intensitas menggunakan instagram, maka semakin tinggi kematangan emosi pada remaja”.

2. METODE PENELITIAN

Variabel dalam penelitian ini adalah intensitas menggunakan instagram sebagai variabel bebas dan variabel kematangan emosi sebagai variabel tergantung. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa psikologi UMS angkatan 2017, dengan rentang usia antara 16-21 tahun yang mana masih termasuk usia remaja. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala pengukuran psikologis. Ada dua skala yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu skala intensitas menggunakan instagram dan skala kematangan emosi. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah quota random sampling, yaitu teknik pengambilan sampel dengan cara menetapkan jumlah tertentu sebagai target yang harus dipenuhi dalam pengambilan sampel dari populasi (khususnya yang tidak terhingga atau tidak jelas), kemudian dengan patokan jumlah tersebut peneliti mengambil sampel secara sembarang asal memenuhi persyaratan sebagai sampel dari populasi tersebut.

Kedua alat ukur yakni berupa skala intensitas menggunakan instagram dan skala kematangan emosi dicari validitasnya dengan menggunakan validitas isi. Validitas isi ini terpenuhi dengan adanya *professional judgment* yakni validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional yang dilakukan oleh rater untuk diestimasi sejauhmana isi tes mencerminkan ciri atribut yang hendak diukur (Azwar, 2005).

Skala intensitas menggunakan instagram setelah dilakukan penghitungan Aiken maka diperoleh 30 aitem yang valid, sedangkan untuk skala kematangan emosi setelah penghitungan Aiken diperoleh 29 aitem yang valid. Pelaksanaan pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan *try out* terpakai yaitu antara uji coba dan penelitian dilaksanakan secara bersamaan yaitu satu kali pengambilan data namun digunakan untuk dua pengujian analisis sekaligus yaitu a) uji reliabilitas, dan b) uji hipotesis dengan korelasi *product moment* dengan menggunakan data yang valid saja. Beberapa pertimbangan penulis menggunakan *try out* terpakai adalah: a. Keadaan subyek yang disibukkan dengan aktivitas perkuliahan; b. Sulitnya menemui sampel penelitian, karena bersamaan dengan akan adanya libur natal dan tahun baru, sehingga banyak yang sudah pulang kampung.

Try out terpakai ini dilaksanakan pada tanggal 11 Desember 2017. Peneliti memberikan skala intensitas menggunakan instagram dengan skala kematangan emosi pada 80 mahasiswa yang memenuhi syarat yang telah ditetapkan. Dari 80 eksemplar skala yang dibagikan semuanya kembali dan memenuhi syarat untuk diskor dan dianalisis. Peneliti memberi skor pada setiap uji coba dan penelitian untuk diuji reabilitasnya serta analisis data untuk uji hipotesis.

Perhitungan reliabilitas skala intensitas menggunakan instagram dan kematangan emosi menggunakan bantuan komputer. Uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dan diperoleh nilai reliabilitas untuk skala intensitas menggunakan instagram yakni sebesar 0,884, dan untuk skala kematangan emosi sebesar 0,900. Teknik analisis yang digunakan untuk menghubungkan antara intensitas menggunakan instagram dengan kematangan emosi adalah SPSS dengan analisis *product moment*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasar hasil analisis data, uji hipotesis dapat diketahui bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara intensitas menggunakan instagram dengan kematangan emosi dengan koefisien korelasi $r(xy) = -0,484$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara intensitas menggunakan instagram

dengan kematangan emosi. Semakin tinggi intensitas menggunakan instagram maka semakin rendah kematangan emosi pada remaja, dan sebaliknya semakin rendah intensitas menggunakan instagram maka semakin tinggi kematangan emosi pada remaja.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Dangwal (2016) bahwa pengguna internet khususnya pengguna media sosial di kalangan anak muda akan mempengaruhi kematangan emosinya, dan dari hasil penelitiannya ditemukan bahwa remaja pengguna internet, khususnya social media salah satunya yakni instagram cenderung kurang matang emosinya.

Rerata empirik variabel kematangan emosi sebesar 81,44 dan rerata hipotetik sebesar 72,5. Jadi rerata empirik $>$ rerata hipotetik yang berarti pada umumnya mahasiswa psikologi UMS angkatan 2017 dengan rentang usia antara 16-21 tahun yang masih termasuk rentang usia remaja, mempunyai kematangan emosi yang tinggi. Adanya kematangan emosi yang tinggi pada mahasiswa psikologi UMS angkatan 2017, karena ditunjukkan dengan penggunaan instagram yang sedang mendekati rendah, sehingga kematangan emosi pada mahasiswa psikologi UMS angkatan 2017 dapat berkembang cukup baik. Selain itu juga ada faktor pengalaman, dalam artian bahwa di fakultas psikologi diajarkan tentang manusia dan jiwa manusia, sehingga kurang lebih ada ilmu yang terserap dalam perilaku maupun pola pikir serta kepribadian para mahasiswa psikologi untuk menjadi lebih matang emosinya, karena kelak saat bekerja harus bisa menjadi seorang psikolog yang baik dan memahami orang lain, bila meneruskan program S2 dan akan mendirikan biro konsultasi. Kalaupun tidak menempuh S2 dan mendirikan biro konsultasi, seorang sarjana psikologi dituntut untuk dapat menjadi orang yang sabar dan matang emosinya di dunia kerja di bidang apapun, misalnya menjadi guru BP akan harus sabar kepada para muridnya, misal menjadi HRD maka juga harus sabar dan matang emosinya menghadapi ribuan karyawan yang perilakunya bermacam-macam bila menjadi HRD di perusahaan besar/pabrik.

Rerata empirik variabel intensitas menggunakan instagram sebesar 67,38 dan rerata hipotetik sebesar 75. Jadi rerata empirik $<$ rerata hipotetik yang berarti pada umumnya subyek mempunyai intensitas menggunakan instagram yang sedang mendekati rendah. Intensitas menggunakan instagram yang sedang pada mahasiswa psikologi angkatan 2017 karena tugas-tugas untuk mahasiswa psikologi Tingkat I memang masih padat. Mahasiswa tingkat I banyak diberi tugas oleh dosen karena untuk menggembelng kemandirian serta untuk pendalaman ilmu yang didapat saat kuliah, sehingga mahasiswa tingkat I tidak mempunyai banyak waktu untuk bermain instagram, tetapi fokusnya lebih

ke pengerjaan tugas dan mendalami materi perkuliahan. Selain itu, pada umumnya mahasiswa psikologi angkatan 2017, merasa waktunya terbuang banyak apabila terlalu sering membuka instagram, dan juga merasa terlalu banyak memakan paket data, yang pada akhirnya uang saku juga banyak terkuras untuk membeli pulsa, sehingga ada rasa sayang bila harus boros karena sering membeli paket data.

Berdasarkan pembahasan di atas dapat diketahui bahwa intensitas menggunakan instagram berpengaruh terhadap kematangan emosi, dengan sumbangan efektifnya sebesar 23,4%, yang diperoleh dari cara mengkuadratkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,484, sehingga diperoleh (r^2) sebesar 0,234. Kemudian angka tersebut dikalikan 100% sehingga diketahui sumbangan efektif intensitas menggunakan instagram terhadap kematangan emosi adalah sebesar 23,4% yang artinya masih terdapat 76,6% faktor lain selain intensitas menggunakan instagram yang mempengaruhi kematangan emosi antara lain : hubungan keluarga, lingkungan sosial, jenis kelamin, pengalaman, teman sebaya, status sosio ekonomi.

Adapun kelemahan dalam penelitian ini adalah: 1) Penelitian ini bersifat non random, karena mengambil sampel berdasarkan kecocokan sebagai sumber data, padahal penelitian ini bisa dibuat random yang tidak hanya terbatas pada angkatan 2017 saja tapi bisa juga untuk angkatan 2016 maupun 2015 yang masih pada kategori remaja, 2). Karena populasi yang digeneralisasi kurang luas maka hasil penelitian ini kurang representatif untuk mahasiswa psikologi yang termasuk remaja.

Kutipan dan Acuan : Gagasan penelitian ilmiah ini yakni mengacu pada penelitian yang telah dilakukan oleh Judge dan Dangwal (2016) bahwa ada hubungan antara intensitas menggunakan instagram dengan kematangan emosi pada remaja.

4. PENUTUP

Adapun kesimpulan dan saran dari penelitian ini adalah: a. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara intensitas menggunakan instagram dengan kematangan emosi, artinya semakin tinggi intensitas menggunakan instagram individu maka semakin rendah kematangan emosi, dan sebaliknya semakin rendah intensitas menggunakan instagram individu maka semakin tinggi kematangan emosi pada remaja ; b. Berdasarkan hasil penelitian diketahui intensitas menggunakan instagram pada subyek penelitian tergolong tinggi; c. Berdasarkan hasil penelitian diketahui kematangan emosi pada subyek penelitian tergolong sedang; d. Sumbangan efektif intensitas menggunakan instagram terhadap kematangan emosi sebesar 23,4%. Hal ini berarti menunjukkan bahwa terdapat faktor- faktor lain sebesar 77,3% selain intensitas menggunakan instagram yang

mempengaruhi kematangan emosi yakni: a). motivasi kerja; b). persepsi dan kepemimpinan; c). Kondisi lingkungan kerja; d). kemampuan dan keahlian

Saran Bagi Dekan Psikologi. Diharapkan mampu mempertahankan atau bahkan meningkatkan kematangan emosi dengan cara lebih mengarahkan remaja sebagai mahasiswa untuk mempunyai kegiatan lain yang lebih bermanfaat dan lebih memupuk rasa simpati dan empati dan melatih kesabaran, misalnya dengan kegiatan role playing, sehingga sebagian besar waktu tidak akan tercurah pada penggunaan instagram.

Bagi mahasiswa. Bagi mahasiswa diharapkan selalu meningkatkan kematangan emosi agar kelak dapat menjadi sarjana psikologi yang handal dan mampu memecahkan permasalahan yang ada sebagai salah satu aspek dari ciri emosi yang matang.

Bagi peneliti selanjutnya. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema yang sama, diharapkan menambah variabel- variabel lain yang belum diungkap selain intensitas menggunakan instagram seperti faktor hubungan keluarga, lingkungan sosial, jenis kelamin, pengalaman, teman sebaya, status sosio ekonomi. Selain itu juga dapat memperluas populasi dan memperbanyak sampel, agar ruang lingkup dan generalisasi penelitian menjadi lebih luas.

PERSANTUNAN

Ucapan terimakasih penulis haturkan kepada pihak-pihak yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini yakni terutama kepada Bapak TU yang telah memberikan ijin penelitian di fakultas psikologi UMS dan seluruh mahasiswa dan ketua angkatan psikologi 2017 yang telah membantu mengisi angket yang disebar oleh penulis.

DAFTAR PUSTAKA

- APA (American Psychological Association). (2017). *Stress in America™ 2017: Technology and Social Media*. Part 2. Stresinamerica.org
- Dangwal, K.L., & Srivastava, S. (2016). Emotional Maturity of Internet Users. *Universal Journal of Educational Research* 4(1): 6-11
- Hamrick, B. (2014). Questions to help you steward all of your life for God's Glory. In *Counselling Reflection: Series of Lectures on Emotional Intelligence*.
- Hoing, C. & MacDowall, L. (2016). Audience constructed genre with Instagram. *Journal on the Internet*. 21 (8). Retrieved from <http://firstmonday.org/ojs/index.php/fm/article/view/6810/5600#author>
- Ibrahim, I. S. 2011. *Kritik Budaya Komunikasi*. Yogyakarta: Jalasutra
- Kandari. A.A. 2016. *The Influence of Culture on Instagram Use*. <https://www.researchgate.net/publication/292608058>

- Kunwar, A.A.K & Kumar, A (2014). Impact of different factors on Emotional Maturity of adolescents of Coed-School. *International Research Journal of Social Sciences*. Vol. 3(11).
- Lim, Y.J. 2017. Decision to use either Snapchat or Instagram for Most Powerful Celebrities. *Research Journal of the Institute for Public Relations* Vol. 3, No. 2
- Murray, J. (2004). Are you emotionally mature?: Characteristics of emotional maturity. <http://www.ijtel.org/v3n1/359-361CRP0301P22.pdf>.
- Patty.1982. Pengantar Psikologi Umum. Malang: Usaha Nasional Surabaya Indonesia.
- Purwanto, Edi dkk. 2008. Efek Musik Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi. Bagian Psikiatri RSUP Dr. Sardjito. Yogyakarta
- Rizki, A.I. 2017. Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Dengan Harga Diri. Skripsi. Surakarta: UMS.
- Soelarko. 2015. Foto yang Berkisah. Semarang : Dahara Publishing.
- Sulistio. (2017). *Penggunaan Internet Sehat dan Aman, Perlu Terus Disosialisasikan*. https://www.kompasiana.com/listyo/penggunaan-internet-sehat-dan-aman-perlu-terus-disosialisasikan_59d31511767e8c0dba1b1c03
- Walgito. (2003). Psikologi Sosial (Suatu Pengantar). Yogyakarta: Andi.
- Wardani. A.S. (2017). *Instagram Sering Bikin Anak Muda Depresi Ketimbang Medsos Lain*. <http://teknoliputan6.com/read/2957904/instagram-sering-bikin-anak-muda-depresi-ketimbang-medsos-lain>.
- Yanica Nur Latifa. (2014). Korelasi antara Kebutuhan Afiliasi dan Keterbukaan Diri dengan Intensitas Menggunakan Jejaring Sosial pada Siswa Kelas VII SMP N 15 Yogyakarta. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Zappavigna, M. (2016). Social media photography: construing subjectivity in Instagram images. *Visual Communication*, 15(3), 271-292.