

HUBUNGAN ADIKSI MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DENGAN PENERIMAAN DIRI SISWA SMAN 2 UNGARAN

Salsabila Putri Nadayu, Prasetyo Budi Widodo

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

salsabilap40@gmail.com

Abstrak

Penerimaan diri merupakan aspek penting dalam individu untuk dapat memahami diri dan menghadapi berbagai situasi kehidupan yang digambarkan sebagai sikap puas terhadap berbagai aspek dalam diri, baik dari segi kelebihan maupun pengakuan akan adanya kekurangan dalam diri. Pada masa saat ini media sosial sangat melekat dengan kehidupan sehari-hari, namun penggunaan media sosial dapat memberikan efek ketergantungan dan dapat berpotensi memberikan dampak pada bagaimana remaja menerima diri. Adiksi media sosial Instagram merupakan perilaku yang secara berlebihan sibuk pada media sosial, ditandai dengan adanya dorongan yang kuat untuk mengakses media sosial, serta menghabiskan banyak waktu dan upaya untuk mengakses media sosial sehingga berdampak pada berbagai aspek kehidupan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara adiksi media sosial Instagram dan penerimaan diri dengan hipotesis adanya hubungan negatif antara adiksi media sosial Instagram dan penerimaan diri. Populasi penelitian ini adalah 801 siswa kelas X dan XI SMAN 2 Ungaran. Sampel penelitian diambil dengan menggunakan teknik *stratified-cluster sampling* yang berjumlah 261 siswa (66% perempuan dan 44% laki-laki) dengan karakteristik rentang usia 15-18 tahun dan aktif menggunakan media sosial Instagram. Penggalan data dilakukan dengan menggunakan Skala Adaptasi Penerimaan Diri Berger (1952) (30 aitem valid; $\alpha = 0,91$) dan Skala Adiksi Media Sosial Instagram (44 aitem valid; $\alpha = 0,93$). Analisis data dilakukan dengan teknik analisis regresi sederhana dengan hasil koefisien korelasi $r_{xy} = -0,270$ dengan $p = 0,00$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan terdapat korelasi negatif antara adiksi media sosial Instagram dengan penerimaan diri sehingga hipotesis dapat diterima. Artinya, semakin tinggi tingkat adiksi media sosial Instagram semakin rendah penerimaan diri siswa, dapat berlaku juga sebaliknya. Adiksi media sosial Instagram memberikan sumbangan efektif sebesar 7,3% pada penerimaan diri siswa SMAN 2 Ungaran. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi agar remaja dapat menggunakan media sosial Instagram dengan lebih bijaksana dan dapat menumbuhkan penerimaan diri yang lebih baik. Penelitian terhadap topik terkait kedepannya dapat dilakukan pada populasi yang lebih luas untuk mengkaji kontribusi adiksi media sosial maupun untuk mengetahui anteseden lainnya dalam penerimaan diri. Penelitian selanjutnya juga perlu memperhatikan keterbaruan yang ada khususnya pada riset mengenai media sosial.

Kata kunci: penerimaan diri; adiksi media sosial Instagram; siswa SMAN 2 Ungaran

THE RELATIONSHIP BETWEEN INSTAGRAM ADDICTION AND SELF-ACCEPTANCE AMONG SMAN 2 UNGARAN STUDENTS

Salsabila Putri Nadayu, Prasetyo Budi Widodo

Faculty of Psychology, Diponegoro University
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

salsabilap40@gmail.com

Abstract

Self-acceptance is an important aspect for individuals to be able to understand themselves and cope with various life situations. Self-acceptance is described as being satisfied with various aspects of the individual self, both in terms of strengths or acknowledgment of weaknesses in themselves. In this current era, social media is very attached to everyday life, but the use of social media can bring addictive effects and potentially have an impact on how adolescents accept themselves. Social media addiction is described as excessive behaviour on social media access, characterized by a strong urge to access social media, and spending much time and effort to access social media and cause an effect on various aspects of life. This research aims to determine the relationship between Instagram addiction and self-acceptance. The hypothesis brought in this research there is a negative relationship between Instagram addiction and self-acceptance. The population of this study was 801 students of first grade and second grade of SMAN 2 Ungaran. The research sample was taken using stratified-cluster sampling technique, totaling 261 students (66% female and 44% male) with characteristics ranging from 15-18 years old and active Instagram users. Data in this research is collected using Berger's Self-Acceptance (1952) Adaptation Scale (30 valid items; $\alpha = .91$) and Instagram Addiction Scale (44 valid items; $\alpha = .93$). The data were analyzed using simple regression analysis technique with results of the correlation coefficient $r_{xy} = -.270$ with $p = .00$ ($p < .05$). This research found a negative correlation between Instagram addiction and self-acceptance, thus the hypothesis is accepted. Therefore the higher the level of Instagram addiction consequences in the lower the student's self-acceptance and possibly implied the other way around. Instagram addiction gave a 7.3% effective contribution to SMAN 2 Ungaran students' self-acceptance. This research was expected to provide information for adolescents in order to use Instagram or other social media wisely and to foster better self-acceptance. Future research on related topics is suggested to be carried out on a wider population to examine the contribution of social media addiction likewise to find out other antecedents in self-acceptance. Additionally, further research needs to consider existing updates, especially in research on social media.

Keywords: self-acceptance; Instagram addiction; SMAN 2 Ungaran students