



Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri

Rizqi Oktaviani

Universitas Pancasakti Tegal
oktaviani.rizqi97@gmail.com

Didi Permadi

Universitas Pancasakti Tegal

Diryo Suparto

Universitas Pancasakti Tegal

Alamat: Jl. Halmahera KM. 01, Mintaragen, Kota Tegal, Jawa Tengah 52121

Korespondensi penulis: oktaviani.rizqi97@gmail.com

Abstract

Instagram is one of the social media in Indonesia that is very popular and widely used by people from various circles. Instagram users in Indonesia by gender are dominated by women, which is 52.6%. While in terms of age, the age group of 18-24 years is the largest user group of 32 million users. Instagram has various advantages in terms of features and appearance that make users feel comfortable and at home for a long time playing Instagram. As a photo and video-based social media, it allows Instagram users, especially women, to compare themselves with others who seem superior to them on Instagram. If this is done continuously, it allows Instagram users to experience mental health disorders such as loss of confidence. This study discusses the effect of the intensity of Instagram social media use on the level of self-confidence among FISIP students of Pancasakti Tegal University using quantitative methods. The research approach in this study is a quantitative approach with survey methods. The population in this study was all FISIP female students who used Instagram, while the number of research samples was 74 female students. Data acquisition is obtained through the distribution of questionnaires. Questionnaire questions refer to research indicators and uses and effect theory. The results obtained in this study are that the working hypothesis (H1) is accepted and the null hypothesis (H0) is rejected, because there is an influence of the intensity of Instagram social media use on the level of self-confidence among FISIP students of Pancasakti Tegal University. The resulting effect was 23.6% with a degree of relationship between moderately correlated variables.

Keywords: *Intensity, Instagram, Self-confidence level*

Abstrak

Instagram merupakan salah satu media sosial di Indonesia yang sangat populer dan banyak digunakan oleh masyarakat dari berbagai kalangan. Pengguna Instagram di Indonesia menurut jenis kelamin didominasi oleh wanita yaitu sebanyak 52,6%. Sementara dari segi usia, kelompok usia 18-24 tahun menjadi kelompok pengguna terbesar yaitu 32 juta pengguna. Instagram memiliki berbagai keunggulan dalam hal fitur maupun tampilan yang membuat penggunaannya merasa nyaman dan betah berlama-lama bermain Instagram. Sebagai media sosial yang berbasis foto dan video memungkinkan pengguna Instagram terutama wanita membandingkan diri dengan orang lain yang nampak lebih unggul darinya di Instagram. Jika hal tersebut dilakukan secara terus menerus maka memungkinkan pengguna Instagram mengalami gangguan kesehatan mental seperti kehilangan rasa percaya diri. Penelitian ini membahas tentang pengaruh intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap tingkat kepercayaan diri di kalangan mahasiswa FISIP Universitas Pancasakti Tegal dengan menggunakan metode kuantitatif. Pendekatan penelitian dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode survey. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa FISIP pengguna Instagram, sementara jumlah sampel penelitian yaitu sebanyak 74 mahasiswa. Perolehan data didapat melalui penyebaran kuesioner. Pertanyaan kuesioner mengacu pada indikator penelitian dan teori uses and effect. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah hipotesis kerja (H1) diterima dan hipotesis nihil (H0) ditolak, karena terdapat pengaruh intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap tingkat kepercayaan diri di kalangan mahasiswa FISIP Universitas Pancasakti Tegal. Pengaruh yang dihasilkan adalah 23,6% dengan derajat hubungan antar variabel berkorelasi sedang.

Kata kunci: Intensitas, Instagram, Tingkat kepercayaan diri

LATAR BELAKANG

Dewasa ini perkembangan Teknologi Informasi dan Komunikasi mengalami kemajuan yang sangat pesat. Kuatnya era globalisasi, di mana internet menjadi fasilitas yang mendominasi berbagai aktivitas kehidupan, membuat segala kegiatan seperti pendidikan, perkantoran, komersial dan industri memerlukan ketersediaan internet. Bahkan saat ini di dalam dunia pendidikan, khususnya di kalangan perguruan tinggi, internet mulai menggeser eksistensi buku cetak pelajaran. Banyak mahasiswa yang lebih memilih mencari informasi atau bahan ajar melalui internet dan mengunduh e-book ketimbang membaca buku cetak. Hal ini dikarenakan mengakses internet dinilai lebih murah dari pada membeli buku cetak. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Internet adalah jaringan komunikasi elektronik yang menghubungkan jaringan komputer dan fasilitas komputer yang terorganisasi di seluruh dunia melalui telepon atau satelit. Komunikasi di internet disebut Computer Mediated Communication (CMC). Kehadiran CMC menimbulkan pergeseran pola komunikasi yang biasa dilakukan di masyarakat. Jika dahulu pola komunikasi dilakukan secara langsung atau tatap muka, dengan adanya CMC kini komunikasi dapat dilakukan melalui media jejaring sosial. Contoh sederhana dari penggunaan CMC adalah berkiriman pesan melalui chat, berbalas pesan di forum online atau berteman di media sosial.

Indonesia merupakan salah satu negara yang memiliki jumlah pengguna Instagram terbanyak di dunia. Data terakhir yang dilaporkan oleh Hotsuit dan We Are Social, pada tahun 2019 Indonesia menempati urutan ke empat sebagai pengguna Instagram terbanyak setelah Amerika Serikat, India dan Brasil dengan jumlah pengguna mencapai 62 juta pengguna. Maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh intensitas penggunaan media sosial instagram terhadap tingkat kepercayaan diri di kalangan mahasiswi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Pancasakti Tegal.

Manfaat Teoritis, penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian pustaka sebagai bahan referensi pembaca atau yang ingin mengetahui mengenai pengaruh penggunaan media sosial instagram terhadap tingkat kepercayaan diri di kalangan mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal. Manfaat Praktis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah pembelajaran dan pemahaman tentang penggunaan media sosial Instagram, serta dapat dijadikan sebagai sarana masukan dan motivasi dalam proses perbaikan diri bagi semua pihak. Instagram adalah sebuah platform berbagi foto dan video yang memungkinkan

penggunanya membidik, mengedit, memposting foto atau video ke halaman utama Instagram dan jejaring sosial lainnya.

Secara istilah, kata Instagram diambil dari kata “Insta” yang berasal dari kata “Instan”. Kata tersebut terinspirasi dari kamera polaroid yang merupakan kamera instan yang dapat menampilkan hasil fotonya seketika. Sementara kata “Gram” berasal dari kata “Telegram”, dimana kelebihan telegram adalah mampu mengirim pesan atau informasi secepat mungkin. Dalam hal ini, dua kata tersebut dipilih sesuai dengan tujuan Instagram sendiri yang mampu mengirim foto atau video secara instan dan cepat melalui jaringan internet. Menjadi media sosial yang banyak diminati oleh masyarakat, Instagram menempati urutan ke tiga sebagai media sosial paling populer menurut data statistik dari Hotsuit and We Are Social dengan presentase 63,6%. Manfaat dari penggunaan Instagram adalah, pengguna dapat dengan mudah menemukan berbagai macam informasi seperti berita terkini, promosi produk, kegiatan sehari-hari pengguna lain, hingga hiburan. Media sosial ini juga dapat menjadi wadah bagi penggunanya untuk mendapatkan eksistensi.

Kepercayaan diri merupakan sebuah sikap yang harus dimiliki oleh setiap manusia. Dalam menjalani kehidupan, sikap percaya diri yang dimiliki oleh seseorang akan sangat berpengaruh terhadap keberhasilannya mencapai tujuan hidup. Menurut Anthony (dalam Ghufon, 2017:34), Kepercayaan diri adalah sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berfikir positif, memiliki kemandirian, mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan. Sementara menurut Lauster (dalam Ghufon, 2017:34) kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan individu akan kemampuan dan kelebihan yang dimilikinya, yang digunakan untuk melakukan sesuatu yang diinginkan. Sikap percaya diri membuat seseorang dapat berpikir positif akan dirinya sendiri, sehingga dalam melakukan tindakan ia tidak merasa khawatir atau takut untuk mencoba. Serta dapat bersosialisasi dengan baik di lingkungannya. Ghufon dan Rini (2017:37) dalam buku Teori-Teori Psikologi menyatakan faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri adalah, konsep diri, harga diri, pengalaman, dan Pendidikan.

Sementara menurut Thursan Hakim (2005:12) mengemukakan beberapa faktor yang memengaruhi kepercayaan diri seseorang adalah, bentuk fisik, bentuk wajah, status ekonomi,

pendidikan dan kemampuan, penyesuaian diri, kebiasaan gugup dan gagap, keluarga. Ada pula aspek-aspek yang berhubungan dengan kepercayaan diri menurut Lauster (dalam Ghufron, 2017:35-36) adalah, keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis. Ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri menurut Hakim (2002:5) yaitu, selalu bersikap tenang ketika mengerjakan sesuatu, memiliki potensi dan kemampuan yang memadai, mampu mengatasi atau menetralkan ketegangan yang muncul dalam berbagai situasi, mampu menyesuaikan diri dan dapat berkomunikasi dalam berbagai situasi, memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilan. Sedangkan ciri-ciri individu yang tidak memiliki rasa percaya diri menurut Hakim (2002:8) yaitu, mudah merasa cemas ketika menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu, memiliki kelemahan dan kekurangan dalam segi fisik, mental, sosial, maupun ekonomi, sulit mengendalikan ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi, gugup dan gagap dalam berbicara, memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang kurang baik.

KAJIAN TEORITIS

1. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan sebuah sikap yang harus dimiliki oleh setiap manusia. Dalam menjalani kehidupan, sikap percaya diri yang dimiliki oleh seseorang akan sangat berpengaruh terhadap keberhasilannya mencapai tujuan hidup.

Menurut Anthony (dalam Ghufron, 2017:34), Kepercayaan diri adalah sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berfikir positif, memiliki kemandirian, mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan. Sementara menurut Lauster (dalam Ghufron, 2017:34) kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab.

Pendapat lain dikemukakan oleh Elly Risman (2003:151) yang mengatakan bahwa, percaya diri (*Self Confidence*) adalah meyakinkan pada kemampuan dan penilaian (*Judgement*) diri sendiri dalam melakukan tugas dan memilih pendekatan yang efektif. Hal ini termasuk kepercayaan atas kemampuannya menghadapi lingkungan yang semakin menantang dan kepercayaan atas keputusan atau pendapatnya. Orang yang tidak percaya diri akan merasa terus menerus jatuh, takut untuk mencoba, merasa ada yang salah dan khawatir.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan individu akan kemampuan dan kelebihan yang dimilikinya, yang digunakan untuk melakukan sesuatu yang diinginkan. Sikap percaya diri membuat seseorang dapat berpikir positif akan dirinya sendiri, sehingga dalam melakukan tindakan ia tidak merasa khawatir atau takut untuk mencoba. Serta dapat bersosialisasi dengan baik di lingkungannya.

2. Teori Uses dan Effect

Teori Use and Effect merupakan sebuah teori yang menjelaskan hubungan antara komunikasi massa pada media massa yang menimbulkan sebuah efek bagi pengguna media massa tersebut. Pemikiran ini merupakan sintesis dari teori sebelumnya, yaitu antara *use and gratification theory* dan teori tradisional mengenai efek media. Dalam pemikiran teori ini, konsep *use* (penggunaan) merupakan bagian yang sangat penting dan pokok. Pengetahuan mengenai penggunaan media akan memberikan pemahaman dan perkiraan tentang hasil dari suatu proses komunikasi massa. Asumsi dasar teori ini adalah bagaimana penggunaan media dan konten mempengaruhi individu. Hasil dari proses komunikasi massa dan hubungannya dengan penggunaan media dan isi disebut efek.

Penelitian ini menggunakan teori *use and effect* untuk mengetahui sejauh mana media sosial instagram memberikan efek terhadap kepercayaan diri penggunanya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan atau metodologi kuantitatif. Metode kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivism, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif / statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2005:14). Penelitian kuantitatif umumnya digunakan ketika peneliti ingin mengetahui hal-hal yang memengaruhi terjadinya suatu fenomena. Peneliti ingin mengetahui hubungan antar dua variabel atau lebih yang menjadi objek penelitian. Oleh sebab itu, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif karena peneliti ingin mengetahui dengan pasti pengaruh intensitas mengakses media sosial Instagram terhadap tingkat kepercayaan diri di kalangan mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tipe penelitian survei. survey digunakan untuk mengumpulkan informasi dari responden menggunakan kuesioner atau angket. Menurut Nazir

(1988:65) penelitian survey adalah penyelidikan yang dilakukan untuk mendapatkan fakta-fakta dari gejala yang ada dan mencari keterangan-keterangan secara faktual baik tentang institusi sosial, ekonomi atau politik dari suatu kelompok atau individu. Sampel dari penelitian ini adalah bagian dari jumlah populasi mahasiswi pengguna aktif Instagram di FISIP Universitas Pancasakti Tegal yaitu 74 mahasiswi. Sedangkan besarnya sampel diperoleh dengan menggunakan rumus slovin.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner tertutup. Setiap pertanyaan memiliki skala interval tertentu. Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala linkert. Skala linkert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2017:93). Dalam skala linkert, variabel yang diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Setelah itu indikator dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pertanyaan/pernyataan. Jawaban dari setiap item instrumen memiliki gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif. Penelitian ini menggunakan analisis data dengan statistik deskriptif dan statistik inferensial. Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Sementara statistik inferensial adalah teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis data sampel dan hasilnya diberlakukan untuk populasi (Sugiyono, 2017:147-148).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada dasarnya kepercayaan diri merupakan aspek psikologi yang memiliki pengaruh cukup kuat dalam kehidupan seseorang, tak terkecuali mahasiswi. Memiliki rasa percaya diri sangatlah penting untuk dimiliki, karena tingkat kepercayaan diri dapat berpengaruh terhadap cara mahasiswi dalam bersosialisasi, mengekspresikan diri dan membangun citra diri yang baik di lingkungannya. Sejak kehadiran media sosial terutama Instagram, kini bersosialisasi dapat dilakukan kapanpun dan di manapun tanpa batas jarak dan waktu. Fitur-fitur menarik yang ada di Instagram pun seringkali dimanfaatkan mahasiswi untuk mengekspresikan diri serta menunjukkan bakat dan kemampuan diri. Namun ada pula beberapa mahasiswi yang justru merasa kurang percaya diri setelah melihat konten-konten yang ada di Instagram. sehingga mereka tidak dapat memanfaatkan penggunaan Instagram dengan maksimal.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teori Uses and Effect karena peneliti ingin mengetahui sejauh mana media sosial Instagram memberikan efek terhadap kepercayaan diri penggunanya. Asumsi dasar teori Uses and Effect adalah bagaimana penggunaan media dan konten mempengaruhi individu. Hasil dari proses komunikasi massa dan hubungannya dengan penggunaan media dan isi disebut efek. Dalam penelitian ini penggunaan media yang dimaksud adalah penggunaan media sosial Instagram, sedangkan efek yang dimaksud adalah tingkat kepercayaan diri mahasiswi.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif karena peneliti ingin mengetahui secara pasti seberapa besar pengaruh intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap tingkat kepercayaan diri di kalangan mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal. Berdasarkan data yang diperoleh jumlah mahasiswi di FISIP Universitas Pancasakti Tegal yaitu 282 mahasiswi yang terdiri dari 156 mahasiswi jurusan Ilmu Pemerintahan dan 126 mahasiswi jurusan Ilmu Komunikasi. Dari jumlah mahasiswi tersebut peneliti melakukan pra riset untuk mencari populasi yaitu mahasiswi yang menggunakan media sosial Instagram. Hasil pra riset peneliti menunjukkan bahwa semua mahasiswi menggunakan media sosial Instagram. Sehingga dalam penelitian ini jumlah populasinya adalah 282 mahasiswi.

Dalam penelitian ini analisis data dilakukan menggunakan bantuan program SPSS versi 26.0 for windows. Teknik analisis data dilakukan dengan lima metode pengujian, yaitu Uji Validitas Instrumen, Uji Reliabilitas, Uji Normalitas, Uji Koefisien Determinasi (R Square), dan Uji Pearson Product Moment.

Pada Uji Validitas Instrumen, sebanyak 28 pertanyaan kuesioner dinyatakan valid karena nilai r -hitung lebih besar dari r -tabel. Sementara pada Uji Reliabilitas masing-masing item variabel mempunyai nilai cronbach's alpha sebesar (0,872) untuk variabel X dan (0,771) untuk variabel Y. Dari nilai tersebut maka variabel dalam penelitian ini dinyatakan reliabel karena sesuai dengan pendapat Sugiyono (2015;183) bahwa variabel kuesioner dikatakan reliabel jika nilai cronbach's alpha lebih dari 0,6. Sedangkan untuk hasil Uji Normalitas diperoleh nilai signifikansi 0,200. Pada Uji Normalitas untuk mengetahui apakah nilai berdistribusi normal maka nilai signifikansi harus lebih besar dari 0,05. Sehingga dari nilai signifikansi yang diperoleh dapat dinyatakan bahwa data residual tersebut berdistribusi normal atau subjek variabel dalam penelitian ini dianggap dapat mewakili populasi.

Analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa hipotesis dapat diterima dan telah terbukti setelah dihitung menggunakan uji Pearson Product Moment atau analisis koefisien korelasi. Hasil pengujian Pearson Product Moment menunjukkan bahwa terdapat adanya hubungan yang positif antara pengaruh intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap tingkat kepercayaan diri mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal dengan derajat hubungan korelasi sedang. Sementara itu, pada hasil uji koefisien determinasi atau R Square dalam penelitian ini menunjukkan hasil sebesar 0,236 atau 23,6%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan media sosial Instagram (variabel X) memiliki pengaruh sebesar 23,6% terhadap tingkat kepercayaan diri mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal (variabel Y).

Dari hasil uji penelitian yang telah dilakukan maka diketahui hipotesis nihil (H_0) ditolak dan hipotesis kerja (H_1) diterima. Sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap tingkat kepercayaan diri di kalangan mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal. Hal ini selaras dengan teori uses and effect, hasil dari analisis data sesuai dengan hipotesis penelitian, dimana teori tersebut mengatakan bahwa penggunaan media dan isi dari media itu sendiri akan menghasilkan efek bagi penggunanya. Sampai disini hasil hipotesis sesuai dengan analisis data dimana H_1 yaitu terdapat pengaruh intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap tingkat kepercayaan diri di kalangan mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal.

Universitas Pancasakti Tegal merupakan salah satu perguruan tinggi swasta yang ada di Jawa Tengah, tepatnya di Kota Tegal. Sebelum dikenal dengan nama Universitas Pancasakti, perguruan tinggi swasta ini memiliki nama Universitas Pancasila Tegal. Namun, berdasarkan surat edaran Mendikbud RI Nomor 07/MPK/1984 tentang tidak diperbolehkannya ada dua nama Perguruan Tinggi yang sama, maka pada tanggal 1 Oktober 1984 Yayasan Pendidikan Pancasila Tegal mengubah nama menjadi Yayasan Pendidikan Pancasakti Tegal dan Universitas Pancasakti Tegal atau disingkat UPS Tegal. Nama Pancasakti memiliki makna Pancasila Sakti.

Instagram merupakan media berbagi foto atau video yang memungkinkan penggunanya mengambil foto atau video dengan menerapkan filter digital serta dapat dibagikan ke berbagai layanan jejaring sosial, termasuk memiliki Instagram sendiri. Instagram merupakan jejaring sosial yang lahir dari perusahaan Burbn, Inc dan resmi dirilis pada 6 Oktober 2010. Perusahaan tersebut didirikan oleh Kevin Systrom dan Mike Krieger yang sekaligus merupakan pembuat

media sosial Instagram. Namun pada 9 April 2012 Instagram diakuisisi oleh Facebook. Mark Zuckerberg selaku pendiri Facebook menggelontorkan dana hingga 1 miliar dollar AS untuk membeli Instagram.

Nama Instagram sendiri merupakan perpaduan dari kata “Insta” dan “gram”. Kata “Insta” berasal dari kata “Instan” yang berarti menggambarkan Instagram seperti kamera polaroid yang dapat menampilkan foto-foto secara instan. Sementara kata “gram” berasal dari “telegram” yang menggambarkan cara kerja Instagram mengirimkan informasi kepada orang lain dengan cepat. Hal ini berarti media sosial Instagram dapat mengunggah foto atau video dengan menggunakan jaringan Internet, sehingga informasi yang ingin disampaikan dapat diterima dengan cepat. Media sosial Instagram memiliki tampilan sederhana dan memiliki banyak fitur-fitur menarik. Beberapa fitur yang ada di Instagram yaitu Instagram Feed, Instagram Story, Instagram Explore, Instagram Reels, Instagram Shopping, dan Direct Message. Selain itu terdapat pula fitur Suka, Komentar, Bagikan, dan Simpan.

Data dalam penelitian ini dihitung menggunakan SPSS versi 26.0 dengan diperoleh nilai cronbach alpha dengan ketentuan yaitu. Jika nilai cronbach alpha sama dengan atau lebih besar dari $> 0,6$ maka variabel kuesioner dikatakan reliabel. Jika nilai cronbach alpha lebih kecil dari $< 0,6$ maka variabel kuesioner dikatakan tidak reliabel. Dalam penelitian ini uji normalitas dilakukan agar mengetahui normal atau tidaknya distribusi penyebaran tanggapan subjek untuk suatu variabel yang dianalisis. Apabila pada uji normalitas distribusi penyebaran dinyatakan normal maka subjek variabel penelitian dianggap dapat mewakili populasi. Sebaliknya jika distribusi penyebaran dinyatakan tidak normal maka subjek variabel penelitian dianggap tidak dapat mewakili populasi.

Penelitian ini menggunakan uji normalitas kolmogrov smirnov yang diolah dengan bantuan SPSS versi 26.0 for windows. Konsep dari uji normalitas kolmogrov smirnov yaitu untuk mengetahui apakah nilai berdistribusi normal atau tidak normal dengan ketentuan. Jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka nilai berdistribusi normal. Jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka nilai tidak berdistribusi normal. Uji Koefisien Determinasi merupakan alat yang digunakan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel dependen. Nilai dari koefisien determinasi (R Square) adalah antara 0 – 1. Sementara apabila nilai R Square minus (-) maka dapat dikatakan bahwa tidak terdapat pengaruh antara variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y). Semakin kecil nilai R Square maka pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen semakin lemah. Sedangkan apabila nilai R

Square semakin mendekati angka 1, maka pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat semakin kuat. Dalam penelitian ini uji koefisien determinasi dilakukan menggunakan program SPSS versi 26.0 for windows melalui output model summary.

Pada nilai Pearson Correlation diperoleh nilai sebesar 0,485 maka dapat dikategorikan sebagai korelasi sedang. Sementara untuk jenis hubungan antara variabel X dan variabel Y bersifat positif karena nilai Pearson Correlation sebesar 0,485. Sehingga dapat dikatakan bahwa Intensitas penggunaan media sosial Instagram berhubungan secara positif terhadap tingkat kepercayaan diri mahasiswi FISIP dengan derajat hubungan korelasi sedang. Dalam penelitian ini uji validitas instrumen dilakukan menggunakan SPSS versi 26.0 for windows dan metode yang digunakan yaitu metode korelasi pearson. Pada korelasi pearson, uji validitas dilakukan dengan cara mengkorelasikan skor instrumen item dengan skor totalnya. Skor total adalah penjumlahan seluruh instrumen item pada satu variabel. Pengujian signifikansi dilakukan dengan kriteria R tabel pada tingkat signifikansi (5%) 0,05 untuk uji 2 arah.

Analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa hipotesis dapat diterima dan telah terbukti setelah dihitung menggunakan uji Pearson Product Moment atau analisis koefisien korelasi.

Hasil pengujian Pearson Product Moment menunjukkan bahwa terdapat adanya hubungan yang positif antara pengaruh intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap tingkat kepercayaan diri mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal dengan derajat hubungan korelasi sedang.

Sementara itu, pada hasil uji koefisien determinasi atau R Square dalam penelitian ini menunjukkan hasil sebesar 0,236 atau 23,6%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan media sosial Instagram (variabel X) memiliki pengaruh sebesar 23,6% terhadap tingkat kepercayaan diri mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal (variabel Y).

Dari hasil uji penelitian yang telah dilakukan maka diketahui hipotesis nihil (H_0) ditolak dan hipotesis kerja (H_1) diterima. Sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap tingkat kepercayaan diri di kalangan mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal.

Hal ini selaras dengan teori uses and effect, hasil dari analisis data sesuai dengan hipotesis penelitian, dimana teori tersebut mengatakan bahwa penggunaan media dan isi dari media itu sendiri akan menghasilkan efek bagi penggunanya. Sampai disini hasil hipotesis sesuai dengan analisis data dimana H_1 yaitu terdapat pengaruh intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap tingkat kepercayaan diri di kalangan mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan mengenai “Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram terhadap Tingkat Kepercayaan Diri di Kalangan Mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal”, maka diperoleh beberapa kesimpulan yaitu, hasil analisis penelitian memperoleh hasil hipotesis kerja (H1) bekerja, yang artinya terdapat pengaruh antara intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap tingkat kepercayaan diri di kalangan mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal. Hasil dari uji koefisien determinasi atau R Square dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan media sosial Instagram memiliki pengaruh sebesar 0,236 (23,6%), sedangkan 76,4% dipengaruhi oleh variabel lain. Pada uji korelasi pearson product moment diketahui hasil dari nilai Pearson Correlation sebesar 0,485. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap tingkat kepercayaan diri di kalangan mahasiswi FISIP Universitas Pancasakti Tegal. Dari nilai Pearson Correlation tersebut maka derajat hubungan antar variabel berkorelasi sedang.

Bagi mahasiswi pengguna Instagram diharapkan dapat menggunakan media sosial Instagram dengan bijak dan sebaik mungkin. Berlama-lama bermain Instagram dapat menyebabkan pengguna membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Oleh karena itu mahasiswi sebaiknya dapat membangun pola pikir yang positif dan dapat mengenali kekurangan serta kelebihan pada dirinya agar rasa percaya diri yang dimiliki tidak terpengaruh oleh penggunaan Instagram. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini lebih luas. Selain itu peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat memperdalam topik penelitian baik mengenai penggunaan media sosial Instagram maupun mengenai kepercayaan diri.

DAFTAR REFERENSI

- Angelis, B. (2003). *Confidence (Percaya Diri)*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Chaplin, J. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada.
- Ghufron, M. d. (2017). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hakim, T. (2005). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Lauster, P. (2012). *Tes Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Lindenfield, G. (1997). *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Terjemahan oleh Ediati Kamil. Jepara: Silas Press.
- Prihatna, H. (2005). *Kiat Praktis Menjadi Web Master Professional*. Jakarta: PT.Elex Media Komputindo.

- Risman, E. (2003). *Ensexclopedia: Jawaban Tuntas Masalah Pubertas dan Seksualitas Remaja*. Jakarta: Studia Press.
- Sendjaja, S. (2004). *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Azizan, H. (2016). *Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Ketergantungan Media Sosial pada Siswa di SMK Negeri 1 Bantul Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Fauji, S. (2018). *Pengaruh Penggunaan Instagram terhadap Eksistensi Diri pada Siswa-siswi SMA Wachid Hayim 1 Surabaya*. Surabaya: Sekolah Tinggi Ilmu Komunikasi Almamater Wartawan Surabaya.
- Sarayati, H. (2019). *Pengaruh Penggunaan Media Sosial terhadap Harga Diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh*. Aceh: Universitas Muhammadiyah Aceh.
- Laila, Yanika Nur. (2014). *Korelasi Antara Kebutuhan Afiliasi dan Keterbukaan Diri dengan Intensitas Menggunakan Jejaring Sosial pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 15 Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Databoks.katadata.co.id. Jumlah Pengguna Internet di Indonesia Capai 196,7 Juta. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2020/11/11/jumlah-pengguna-internet-di-indonesia-capai-196,7-juta>
- Pakarkomunikasi.com. Perkembangan Media Sosial di Indonesia. **HYPERLINK** "<https://pakarkomunikasi.com/perkembangan-media-sosial-di-indonesia>"
<https://pakarkomunikasi.com/perkembangan-media-sosial-di-indonesia>
- www.popmama.com. Alasan remaja kecanduan media sosial. <https://www.popmama.com/big-kid/10-12-years-old/muhammad-fria-fachrama-sumitro/alasan-remaja-kecanduan-media-sosial/8>
- www.republika.co.id. Media Sosial Kikis Kepercayaan Diri Penggunanya. <https://www.republika.co.id/berita/pi63vg328/media-sosial-kikis-kepercayaan-diri-penggunanya>.
- datareportal.com. Digital 2021 Indonesia. <https://datareportal.com/reports/digital-2021-indonesia>.
- Napoleoncat.com. Instagram Users In Indonesia. <https://napoleoncat.com/stats/instagram-users-in-indonesia/2021/05>
- Lokadata.beritagar.id. Negara dengan pengguna Instagram terbanyak. <https://lokadata.beritagar.id/chart/preview/10-negara-dengan-pengguna-instagram-terbanyak-1555736663>
- Bodyandmedia.com. Compared to Facebook, Instagram use causes more appearance comparison and greater body dissatisfaction in college women. http://bodyandmedia.com/pdfs/2020_instavsfb.pdf.
- www.liputan6.com. Instagram adalah platform berbagi foto dan video, ini deretan fitur canggihnya. <https://www.liputan6.com/tekno/read/3906736/instagram-adalah-platform-berbagi-foto-dan-video-ini-deretan-fitur-canggihnya>.

www.rsph.org.uk. Social media and young people's mental health and wellbeing.
<https://www.rsph.org.uk/static/uploaded/d125b27c-0b62-41c5-a2c0155a8887cd01.pdf>

kbbi.web.id.internet. kbbi.web.id.internet.

kumparan.com. Aplikasi Populer dengan sejarah panjang. <https://kumparan.com/berita-update/ig-aplikasi-populer-dengan-sejarah-panjang-1u0CAXQsKFm/full>.

eprints.ums.ac.id. Kepercayaan diri dalam menyampaikan pendapat pada mahasiswa awal UMS. <http://eprints.ums.ac.id/44344/27/01.%20Naskah%20Publikasi.pdf>.