

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN  
MEDIA SOSIAL TERHADAP TINGKAT STRESS PADA  
MAHASISWA KEPERAWATAN DI UNIVERSITAS  
JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

**MARYAM SAFITRI**

182201074

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
2022**

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN  
MEDIA SOSIAL TERHADAP TINGKAT STRESS PADA  
MAHASISWA KEPERAWATAN DI UNIVERSITAS  
JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

**MARYAM SAFITRI**

182201074

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
2022**

**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN  
MEDIA SOSIAL TERHADAP TINGKAT STRESS PADA MAHASISWA  
KEPERAWATAN DI UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA**

Diajukan oleh:

**MARYAM SAFITRI**

182201074

Telah disetujui Sebagai Salah satu syarat memperoleh gelar sarjana  
keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani  
Yogyakarta

Tanggal : 10...Agustus 2022

Menyetujui :

Penguji,



Rahayu Iskandar, M.Kep  
NIDN : 04-0508-7501

Pembimbing,



Retno Sumiyarini, M.Med.Ed  
NIDN : 05-1708-8302

Ketua Prodi Keperawatan (S-1)



Dewi Utari, MNS  
NPP : 2010.13.0033

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Maryam Safitri

NPM : 182201074

Judul Skripsi : Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Tingkat Stress Pada Mahasiswa Keperawatan Di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini merupakan hasil penelitian, pemikiran dan penjabaran saya sendiri. Saya tidak mencantumkan tanpa pengakuan hasil karya yang ditulis oleh orang lain, atau sebagai bahan yang pernah diajukan untuk gelar atau ijazah pada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta atau perguruan tinggi lainnya.

Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat :

Yogyakarta 8 juli 2022

Yang membuat pernyataan



(Maryam Safitri)

## PRAKATA

Alhamdulillahirabbil'alamin Segala Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat beserta karunia-NYA. Shalawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan Nabi kita Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini yang berjudul **“Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Tingkat Stress Pada Mahasiswa Keperawatan Di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta”**

Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik atas bimbingan, arahan, bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa dituliskan satu per satu. Penulis berharap agar penelitian ini dapat berguna sebagai bahan pengembangan ilmu kesehatan khususnya keperawatan. Dalam kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ida Nursanti, S.Kep.,Nes.,MPH selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
2. Dewi Utari, MNS selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
3. Retno Sumiyarini, M.Med.Ed selaku pembimbing yang tulus ikhlas meluangkan waktu untuk memberikan arahan, masukan dan bimbingan dalam penyusunan laporan skripsi.
4. Rahayu Iskandar, M.Kep selaku dosen penguji yang bersedia meluangkan waktu untuk menguji, mengoreksi dan memberikan saran serta masukan terhadap penyusunan laporan skripsi.
5. Kepada kedua orangtuaku yang selama ini selalu memberikan dukungan dan semangat serta doa yang tak henti-hentinya mengalir demi kelancaran dan kesuksesan penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
6. Teman-temanku tercinta Dewi indah yati, Yohana A Tungka, Arum Diah Permatasari, Khalimatusa'diah, Dinda Delia Permatasari, Ani Albisah selaku teman seperjuangan, yang bertempur siang dan malam tanpa kenal lelah serta support dalam penyusunan skripsi ini.

7. Teman-teman PSIK angkatan 2018 selaku rekan seperjuangan selama 4 tahun menempuh pendidikan Program Studi Ilmu Keperawatan (S-1) Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
8. Selaku responden yang telah berkenan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini
9. Seluruh pihak yang turut membantu dalam penyusunan usulan penelitian yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu.

Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan mudahan dan kebaikan kepada semuanya, sebagai imbalan atas amal kebaikan dan bantuannya. Besar harapan peneliti agar penelitian ini dapat memberikan manfaat dan berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan khususnya keperawatan.

Yogyakarta, 08 Juli 2022

Peneliti,

(Maryam Safitri)



## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN .....	iii
PRAKATA .....	iv
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
INTISARI .....	xii
ABSTRACT .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	10
A. Landasan Teoretis .....	10
<b>1. Media Sosial</b> .....	10
a. Definisi media sosial .....	10
b. Karakteristik media sosial .....	10
c. Jenis media sosial .....	12
d. Fungsi media sosial .....	16
e. Dampak penggunaan media sosial .....	16
f. Tipe pengguna media sosial .....	17
<b>2. Intensitas penggunaan media sosial</b> .....	18
a. Definisi intensitas penggunaan media sosial .....	18
b. Indikator intensitas .....	19
c. Alat ukur intensitas media sosial .....	20
<b>3. Konsep Stress</b> .....	21
a. Definisi stress .....	21
b. Penyebab stress .....	22
c. Tanda dan gejala stress .....	23
d. Jenis stress .....	23
e. Respon stress .....	24

f. Tingkat stress .....	25
g. Tahapan stress.....	26
h. Cara mengatasi stress.....	27
i. Stressor pada mahasiswa .....	28
j. Alat ukur tingkat stress .....	29
<b>4. Hubungan intensitas penggunaan media sosial terhadap tingkat stress .....</b>	<b>30</b>
B. Kerangka Teori.....	32
C. Kerangka Konsep .....	33
D. Hipotesis / Pertanyaan Penelitian.....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>34</b>
A. Desain Penelitian.....	34
B. Lokasi dan Waktu Kegiatan .....	34
C. Populasi dan Sampel .....	34
D. Variabel .....	37
E. Definisi Operasional.....	38
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data .....	38
G. Validitas dan Reliabilitas .....	44
H. Metode Pengolahan dan Analisis Data .....	45
I. Etika Penelitian .....	48
J. Pelaksanaan Penelitian .....	49
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>52</b>
A. Hasil Penelitian .....	52
1. Gambaran lokasi penelitian .....	52
2. Analisis univariat.....	55
3. Analisis Bivariat .....	59
B. Pembahasan.....	60
1. Karakteristik mahasiswa Keperawatan di UNJAYA .....	60
2. Karakteristik intensitas penggunaan media sosial .....	62
3. Gambaran tingkat stress pada mahasiswa keperawatan .....	64
4. Hubungan intensitas penggunaan media sosial terhadap tingkat stress .....	65
C. Keterbatasan Penelitian .....	68
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>69</b>
A. Kesimpulan.....	69



B. Saran .....	69
DAFTAR PUSTAKA .....	71
LAMPIRAN .....	77

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
PERPUSTAKAAN

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional .....	38
Tabel 3. 1 Kisi-kisi Instrumen <i>Social Network Time Use Scale</i> (SONTUS) .....	39
Tabel 3. 2 Penilaian 5 komponen Instrumen <i>Social Network Time Use Scale</i> (SONTUS) .....	40
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden .....	55
Tabel 4. 2 Karakteristik Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	56
Tabel 4. 3 Gambaran Skor Rata-Rata (Mean) Tertinggi Pada Item Kuisisioner Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	56
Tabel 4. 4 Gambaran Tingkat Stress .....	57
Tabel 4. 5 Gambaran Skor rata-rata (Mean) tertinggi pada item kuisisioner Tingkat Stress .....	58
Tabel 4. 6 Hasil Uji Korelasi Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Tingkat Stress .....	59

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
PERPUSTAKAAN

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	32
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep.....	33

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
PERPUSTAKAAN

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden .....	78
Lampiran 2 <i>Informed Consent</i> .....	79
Lampiran 3 Kuisisioner Penelitian .....	80
Lampiran 4 <i>Ethical Clearance</i> .....	88
Lampiran 5 Izin Penelitian Kampus II UNJAYA .....	89
Lampiran 6 Izin Penelitian Prodi Keperawatan .....	90
Lampiran 7 Hasil Cek Plagiasi.....	91
Lampiran 8 Alur Penelitian .....	94
Lampiran 9 Lembar Bimbingan Penyusunan Skripsi .....	95
Lampiran 10 Lampiran data Excel .....	97
Lampiran 11 Lampiran Olahdata SPSS .....	139
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian .....	142

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
PERPUSTAKAAN