

**DAMPAK SOCIAL MEDIA FATIGUE PADA MAHASISWA
DI MASA PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

Natasha Athalia Lorenza Irwanto

18.E1.0114



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

SEMARANG

2022

**DAMPAK SOCIAL MEDIA FATIGUE PADA MAHASISWA
DI MASA PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi
Sebagian dari Syarat-syarat Guna memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Natasha Athalia Lorenza Irwanto

18.E1.0114



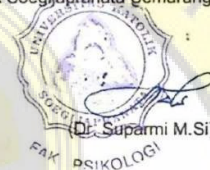
PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2022

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima
untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi


Pada Tanggal
5 Juli 2022

Mengesahkan
Ketua Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



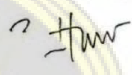
(Dr. Suparmi M.Si)

Dosen Pembimbing

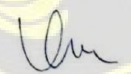


(Erna Agustina Yudiati, S.Psi, M.Si)

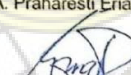
Dewan Penguji



(Dr., Dra. Lucia Hernawati, M. S.)



(Dra. RA. Praharesti Eriany, M.Si.)



(Erna Agustina Yudiati, S.Psi, M.Si)

PERNYATAAN

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.

Semarang, 18 Juli 2022

Yang menyatakan,


10000
METERAI
TEMPEL
6A15DAJX541856449

Natasha Athalia LUCIANA KATUN

18.E1.0114

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Natasha Athalia Lorenza Irwanto

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

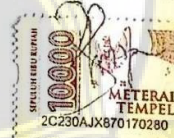
Jenis Karya : Skripsi

Tidak menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Non Eksklusif atas karya ilmiah yang berjudul "Dampak *Social Media Fatigue* pada Mahasiswa di masa Pandemi Covid-19" beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti non eksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 18 Juli 2022

Yang menyatakan,



Natasha Athalia Lorenza Irwanto

18.E1.0114

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan kepada Tuhan Yesus Kristus yang selalu menyertai, menolong dan memberkati saya. Saya juga mempersembahkan karya ini bagi keluarga, sahabat, serta teman-teman yang selalu percaya dan memberikan dukungan kepada saya.



MOTTO

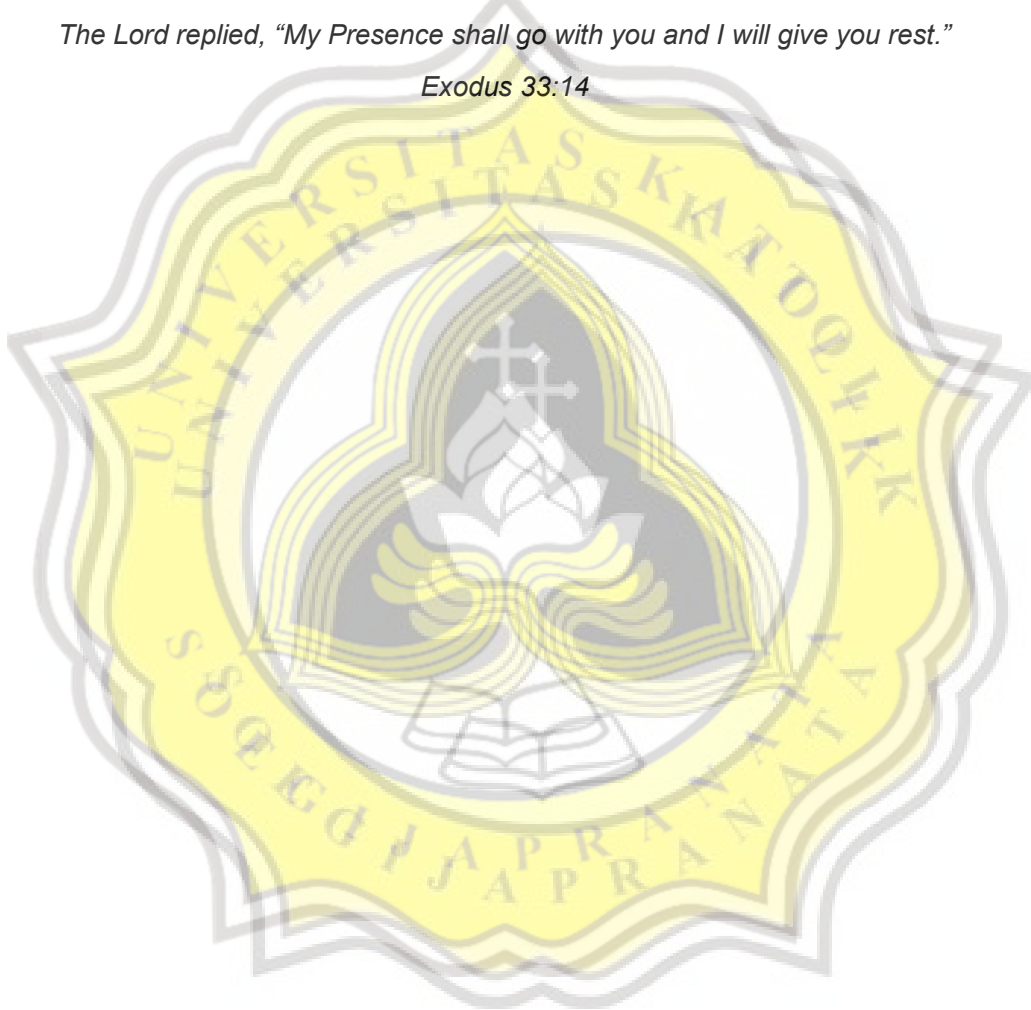
“Let your faith be bigger than your fear.” – John Wesley.

“So do not fear, for I am with you; do not be dismayed, for I am your God. I will strengthen you and help you; I will uphold you with my righteous right hand.”

Isaiah 41:10

The Lord replied, “My Presence shall go with you and I will give you rest.”

Exodus 33:14



UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas kasih setia, anugerah dan rahmatNya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Social Media Fatigue pada Mahasiswa di masa Pandemi Covid-19”. Adanya usaha dan doa yang penulis lakukan untuk menghasilkan karya ini tidak luput dari bantuan serta dukungan yang tak henti-hentinya diberikan dari pihak-pihak di bawah ini kepada penulis. Maka dari itu, penulis hendak mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Dr. Suparmi, M.Si selaku Ketua Program Studi S1 Fakultas Psikologi Universitas Katolik Semarang.
3. Erna Agustina Yudiati, S.Psi, M.Si selaku Dosen Pembimbing peneliti yang sudah menyediakan waktu, pikiran, dan tenaga dalam membantu dan mendampingi peneliti selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Esthi Rahayu, S.Psi., M.Si selaku Dosen Penguji sidang proposal yang turut memberikan bantuan berupa masukan dan saran bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen dan Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah membantu dan memberikan ilmu kepada peneliti selama perkuliahan.
6. Keluarga terkasih, Papa saya Eddi Irwanto, Mama saya Ribka Juliana Sembel, dan Ooh saya Koresy Aristachus Lorenzo Irwanto yang telah mendoakan dan mendukung saya hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Sahabat-sahabat terkasih sejak kuliah Angela, Paulicya Nabhitta, Gabriella Annira, Angela Yovita, Amara Cintia, dan Pauline Cindy yang selalu membantu, menghibur, mendukung, dan menemani peneliti dari pertama kuliah hingga sekarang,
8. Subjek-subjek yang telah bersedia meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dan juga memberikan informasi yang membantu dan bermanfaat bagi penelitian ini. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu dan juga telah memberikan bantuan pada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih.

9. *Most importantly, I would like to give thanks to God for always letting me know that I am complete in Him.*

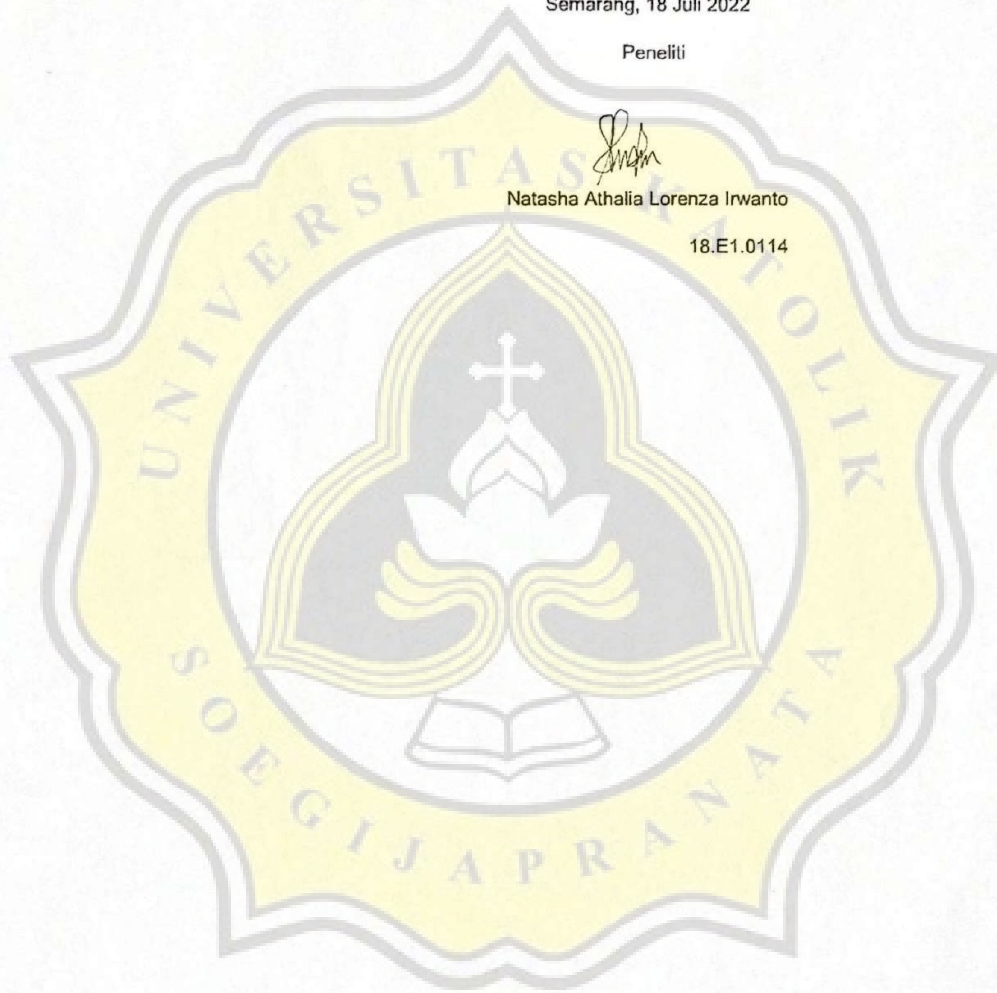
Semarang, 18 Juli 2022

Peneliti



Natasha Athalia Lorenza Irwanto

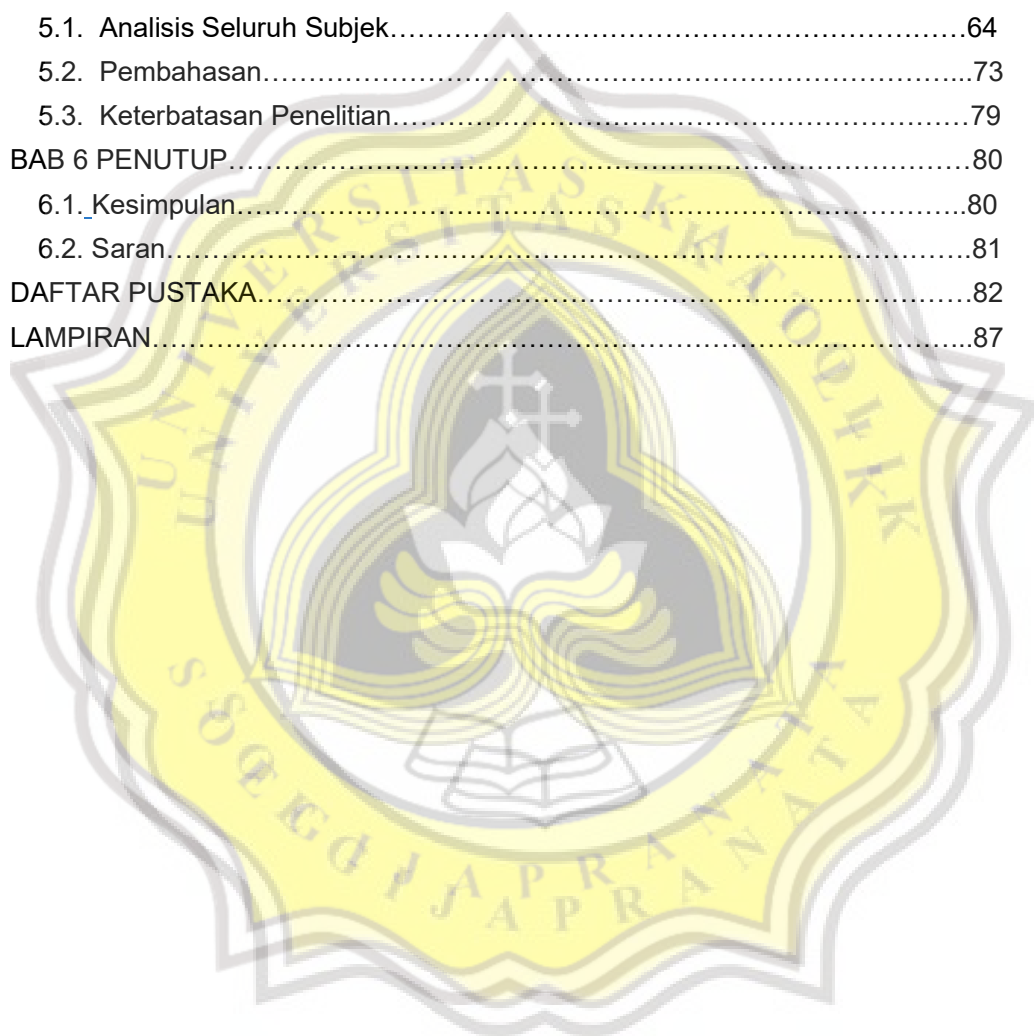
18.E1.0114



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	6
1.3. Tujuan Penelitian.....	6
1.4. Manfaat Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1. Social Media Fatigue pada Mahasiswa di masa Pandemi Covid-19.....	8
2.1.1. Social Media Fatigue.....	8
2.1.2. Pengertian Pandemi Covid-19.....	9
2.2. Ciri-ciri Social Media Fatigue.....	10
2.3. faktor yang mempengaruhi Social Media Fatigue.....	11
2.4. Dampak Social Media Fatigue.....	15
2.5. Dinamika Social Media Fatigue pada Mahasiswa di masa Pandemi Covid-19.....	17
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	21
3.1. Metode Penelitian.....	21
3.2. Tema yang akan diungkap.....	22
3.3. Subjek Penelitian.....	22
3.4. Pengumpulan Data.....	24
3.4.1. Wawancara.....	24
3.4.2. Observasi.....	26
3.5. Uji Keabsahan.....	27

3.6. Metode Analisis Data.....	28
BAB 4 LAPORAN PENELITIAN.....	30
4.1. Orientasi Kancah Penelitian.....	30
4.2. Persiapan Pengumpulan Data.....	31
4.3. Pelaksanaan Pengumpulan Data.....	32
4.4. Hasil Penelitian.....	33
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	64
5.1. Analisis Seluruh Subjek.....	64
5.2. Pembahasan.....	73
5.3. Keterbatasan Penelitian.....	79
BAB 6 PENUTUP.....	80
6.1. Kesimpulan.....	80
6.2. Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA.....	82
LAMPIRAN.....	87



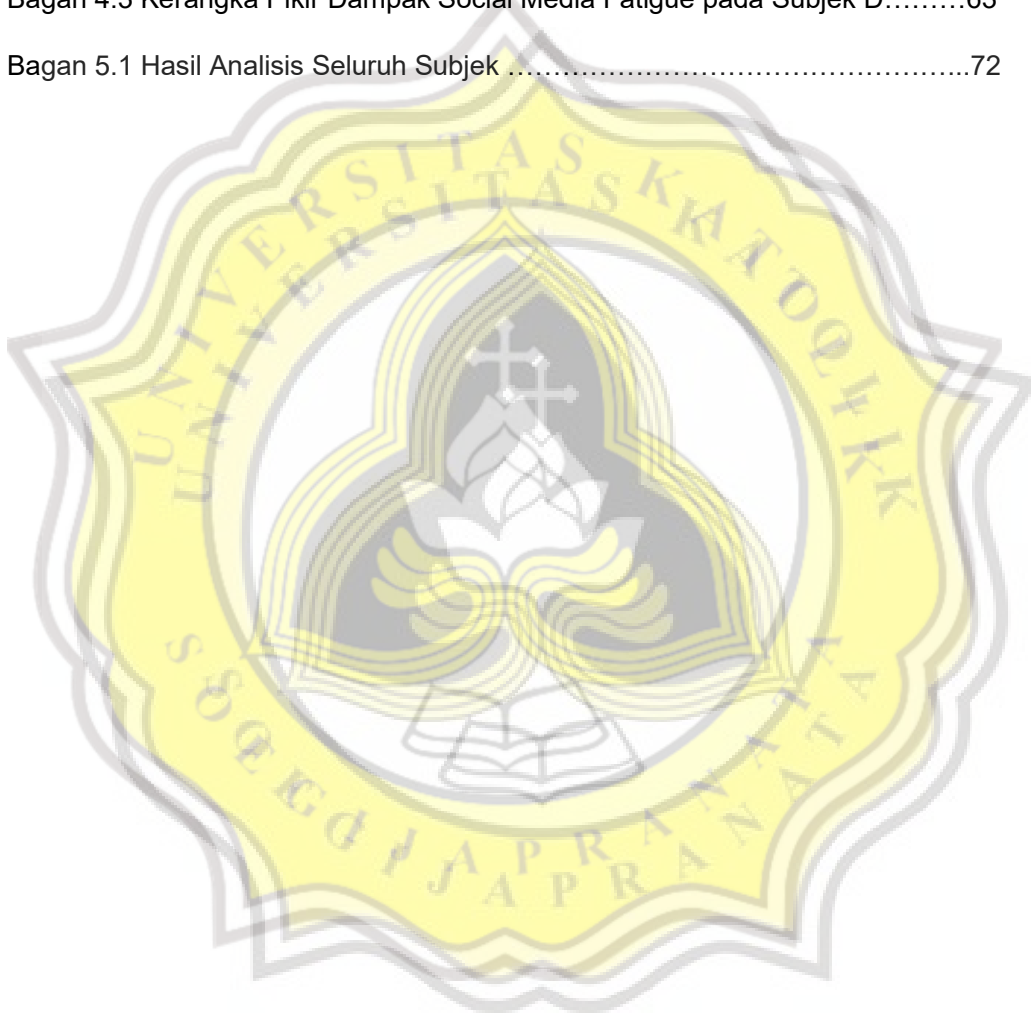
DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Norma Penilaian Skala <i>Social Media Fatigue</i>	23
Tabel 4.1 Profil Subjek Penelitian	32
Tabel 5.1 Perbedaan Dampak Dominan <i>Social Media Fatigue</i> tiap Subjek	79



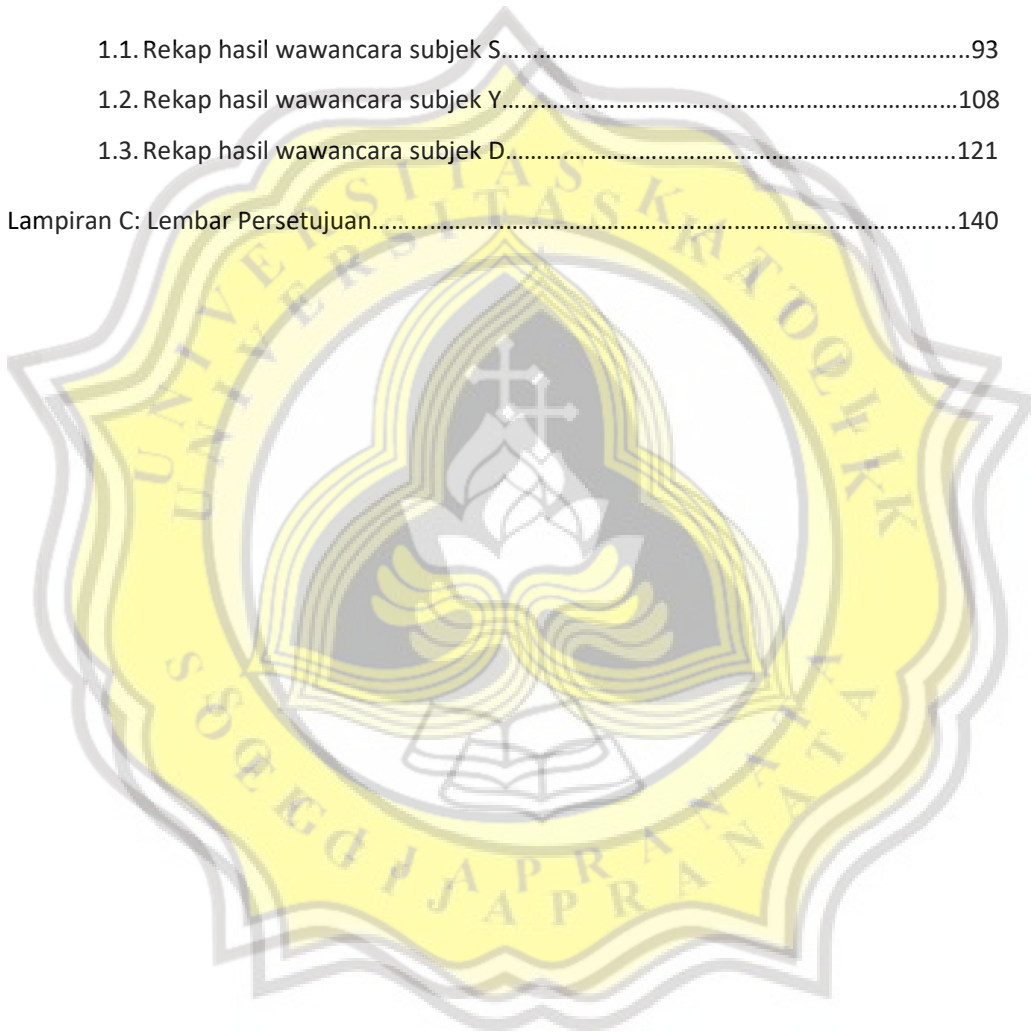
DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Dinamika Dampak Social Media Fatigue pada Mahasiswa di masa Pandemi Covid-19.....	20
Bagan 4.1 Kerangka Pikir Dampak Social Media Fatigue pada Subjek S.....	43
Bagan 4.2 Kerangka Pikir Dampak Social Media Fatigue pada Subjek Y.....	52
Bagan 4.3 Kerangka Pikir Dampak Social Media Fatigue pada Subjek D.....	63
Bagan 5.1 Hasil Analisis Seluruh Subjek	72



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Panduan Wawancara dan Skala <i>Social Media Fatigue</i>	87
Panduan wawancara.....	88
Skala <i>social media fatigue</i>	90
Lampiran B: Rekap hasil wawancara.....	92
1.1. Rekap hasil wawancara subjek S.....	93
1.2. Rekap hasil wawancara subjek Y.....	108
1.3. Rekap hasil wawancara subjek D.....	121
Lampiran C: Lembar Persetujuan.....	140



ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami dampak Social Media Fatigue pada Mahasiswa di masa Pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi yang dilakukan dengan wawancara. Social Media fatigue pada mahasiswa terjadi akibat adanya faktor Neurotisme, Kelebihan Informasi, *Invasion of Life*, dan Kecemasan. Subjek pada penelitian ini berjumlah tiga orang yang merupakan mahasiswa aktif dan telah melakukan kuliah *online* selama kurang lebih 1 tahun, aktif menggunakan media sosial, dan memiliki tingkat Social Media Fatigue sedang ke tinggi berdasarkan skala Zhang dkk. (2021). Hasil yang diperoleh pada penelitian ini adalah, Social Media Fatigue memberikan dampak berupa dampak pada kognitif, emosional, fisik, kepuasan kerja, motivasi belajar, interaksi, kepercayaan diri, penyesuaian diri, produktivitas, dan performa kuliah yang berbeda pada masing-masing subjek yang disebabkan karena adanya perbedaan kegiatan yang dilakukan sehari-hari.

Kata Kunci: Social Media Fatigue, Mahasiswa, Pandemi Covid-19



ABSTRACT

This research aims to determine and understand the impact of social media fatigue on university students during the Covid-19 Pandemic. This research uses a phenomenology qualitative approach conducted by interview. Social media fatigue in university students occurs due to neuroticism, information overload, invasion of life, and anxiety. The amounts of subjects used in this research are three students who have been doing the online lectures for approximately 1 year, active users of social media, and have a medium to high level of social media fatigue based on the Zhang et al. (2021). The results obtained in this study is, social media fatigue has an impact on cognitive, emotional, physical, job satisfaction, learning motivation, self-confidence, social media reduction, interaction, productivity, and study performance. Social media fatigue gives a different impact on each subject due to the differences in daily activities.

Keyword: Social Media Fatigue, University Student, Covid-19 Pandemic

