

**PERAN DURASI PENGGUNAAN *SOCIAL NETWORK SITE*
DAN *BODY DISSATISFACTION*
TERHADAP KECENDERUNGAN DEPRESI PADA MAHASISWI**

Sarah Kamelia¹, Sutarimah Ampuni²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia

E-mail: ^{*1}sarahkamelia@mail.ugm.ac.id, ²s.ampuni@ugm.ac.id.

Abstrak

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan *Social Network Site* (SNS) yang berlebihan dengan buruknya kesehatan mental. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat peran durasi penggunaan SNS terhadap kecenderungan depresi melalui mediasi *body dissatisfaction* pada mahasiswi. Hipotesis dari penelitian ini adalah durasi penggunaan SNS berperan positif terhadap kecenderungan depresi mahasiswi dengan dimediasi oleh tingkat *body dissatisfaction*. Partisipan penelitian seluruhnya berjenis kelamin perempuan dengan rentang usia 18-24 tahun dan sedang menempuh pendidikan Diploma atau Sarjana (S1) ($N= 162$). Pengambilan data dilakukan dengan metode survei yang dilaksanakan secara daring. Tiga skala digunakan untuk mengukur masing-masing variabel, yaitu *Social Networking Time Use Scale* (SONTUS) untuk mengukur durasi penggunaan SNS, *Patient Health Questionnaire 9* (PHQ-9) untuk mengukur tingkat depresi, dan *Body Shape Questionnaire 34* (BSQ-34) untuk mengukur tingkat *body dissatisfaction*. Analisis data menunjukkan bahwa tingkat *body dissatisfaction* mempengaruhi tingkat depresi dengan arah positif, namun tidak dengan durasi penggunaan SNS.

Abstract

Previous research findings indicate a relationship between excessive SNS usage and poor mental health. This study aims to empirically examine the role of SNS usage duration on depression tendencies with body dissatisfaction (BD) as the mediator, on female college students. It was hypothesized that SNS usage duration would negatively affect depression tendencies, and this effect is mediated by level of body dissatisfaction. Participants of this study were female college students ($N= 162$). This quantitative study collected data by using an online questionnaire administered through Google Form. The questionnaire included three scales which were the *Social Networking Time Use Scale* (SONTUS) to measure SNS usage duration, *Patient Health Questionnaire 9* (PHQ-9) to measure depression tendency, and *Body Shape Questionnaire 34* (BSQ-34) to tap body dissatisfaction level. Result showed that body dissatisfaction significantly affected depression negatively as expected, but there was no significant correlation between SNS usage duration and the other two variables.

Kata Kunci: body dissatisfaction (BD), depresi, social network site (SNS)