

Peran Dukungan Sosial Online Terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Remaja yang Menggunakan Instagram

Cikal Gemintang Radene Rilistya¹, Idei Khurnia Swasti²

^{1,2}*Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada*

Email: cikalgemintang00@mail.ugm.ac.id, ideiswasti@ugm.ac.id

Abstrak. Kesejahteraan subjektif merupakan salah satu aspek penting yang dimiliki remaja untuk menentukan kualitas hidup yang dimiliki oleh remaja. Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mampu memengaruhi kesejahteraan subjektif pada remaja. Di masa sekarang, dukungan sosial mampu diperoleh melalui media sosial yaitu *Instagram*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran dukungan sosial secara *online* terhadap kesejahteraan subjektif pada remaja. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Dukungan Sosial *Online*, skala *Satisfaction with Life Scale* (SWLS), dan skala *Positive Affect and Negative Affect* (PANAS). Hipotesis diuji menggunakan analisis regresi linier sederhana pada 265 partisipan berusia 15 – 21 tahun menjadi partisipan pada penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan dukungan sosial *online* secara signifikan berperan positif terhadap kesejahteraan subjektif sebesar 14%. Peran tersebut dapat dimaknai dengan semakin tinggi tingkat dukungan sosial online, maka semakin tinggi kesejahteraan subjektif.

Kata kunci: dukungan sosial online, kesejahteraan subjektif, remaja, *Instagram*

Abstract. Subjective well-being is one of the important aspect that adolescence have to determine their quality of life. Social support is one of the factors that can affect subjective well-being in adolescents. Currently, social support is obtained through social media, namely *Instagram*. This study aims to examine the role of online social support on subjective well-being in adolescents. Instruments used in this study are the Online Social Support Scale, the Satisfaction with Life Scale (SWLS), and the Positive Affect and Negative Affect (PANAS) scale. The hypothesis is tested using simple linear regression analysis on 265 participants aged from 15 to 21. The results showed that social support had a significant positive role towards subjective well-being, amounting to 14%. This role can be interpreted as the higher level of online social support, the higher the subjective well-being.

Keywords: online social support, subjective well being, adolescent, *Instagram*