

## “PERAN INTENSITAS PENGGUNAAN INSTAGRAM TERHADAP KECEMASAN SOSIAL PADA INDIVIDU DEWASA AWAL”

Meyza Kristifurtania<sup>1</sup>, Bhina Patria<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada

### Abstrak

Kecemasan sosial merupakan fenomena ketika individu takut akan situasi sosial. Individu mengantisipasi evaluasi negatif oleh orang lain atau merasa bahwa kehadiran mereka akan menyebabkan orang lain merasa tidak nyaman. Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara lebih lanjut peran intensitas penggunaan aplikasi Instagram terhadap kecemasan sosial individu dewasa awal. Hipotesis penelitian ini yaitu intensitas penggunaan Instagram berperan positif terhadap kecemasan sosial individu dewasa awal. Berdasarkan hasil penelitian, dapat ditarik kesimpulan bahwa intensitas penggunaan Instagram berperan positif terhadap tingkat kecemasan sosial pada individu dewasa awal. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa intensitas penggunaan Instagram berpengaruh secara signifikan terhadap kecemasan sosial,  $R^2 = 0,347$ ,  $F(1,203) = 107,9$ ,  $p = 0,000$ . Hasil dari penenilitan ini mengindikasikan variabel intensitas penggunaan Instagram berpengaruh positif terhadap variabel kecemasan sosial.

Kata kunci: *kecemasan sosial, intensitas penggunaan instagram, individu dewasa awal*

### Abstract

*Social anxiety is a phenomenon wherein individuals fear social situations, anticipating negative evaluations from others or believing that their presence may cause discomfort to others. This research aims to further understand the role of the intensity of Instagram usage in social anxiety among young adults. The hypothesis posits that the intensity of Instagram usage has a positive correlation with social anxiety in young adults. Based on the research findings, it can be concluded that the intensity of Instagram usage positively influences the level of social anxiety in young adults. The results of a simple linear regression analysis indicate that the intensity of Instagram usage significantly affects social anxiety,  $F(1,203) = 107.9$ ,  $p = 0.000$ , explaining 34.7% of the variance ( $R^2 = 0.347$ ). The result of this study indicates that variable of Instagram usage intensity has a positive influence on the variable of social anxiety.*

*Keywords: social anxiety, intensity of Instagram use, early adult individuals*