

## ABSTRAK

**DWIKI KRISTIANTO, NIM 12306193118.** “Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial *Instagram* dengan *Quarter Life Crisis* pada Masa Dewasa Awal di Kalangan Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung”. Skripsi, Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, Program Sarjana Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Pembimbing DZinnun Hadi, S.Sos.I., M.Pd.

**Kata Kunci:** Media Sosial, *Instagram*, *Quarter Life Crisis*, Dewasa Awal.

Media sosial di Indonesia berkembang begitu pesat. Salah satu media sosial yang paling banyak digunakan di Indonesia adalah *Instagram*. Namun di balik keseruan *Instagram*, ternyata terdapat bahaya yang mengintai apabila digunakan secara berlebihan. Para pengguna tidak menyadari bahwa *platform* ini secara tidak langsung dapat berpengaruh terhadap kesehatan mental. Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan intensitas penggunaan media sosial *Instagram* dengan *Quarter Life Crisis* pada masa dewasa awal di kalangan Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Bimbingan Konseling Islam yang berjumlah 535 mahasiswa yang terdiri dari angkatan 2019 – 2022. Jumlah sampel yang diambil adalah 80 mahasiswa dengan menggunakan teknik sampling *Non Probability Sampling* dengan jenis *Purposive Sampling*. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan angket dengan skala *Likert* sebagai skala pengukurannya. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pearson Correlation* dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 21 *for windows*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat intensitas penggunaan media sosial *Instagram* pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung berada pada tingkat “Sedang”. Dan *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa BKI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung juga berada pada tingkat “Sedang”. Hasil uji hipotesis nilai  $r$  sebesar 0,417 dengan nilai signifikan  $0,000 < 0,05$  yang dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dengan tingkatan “Sedang” pada intensitas Penggunaan Media Sosial *Instagram* dengan *Quarter Life Crisis* pada masa dewasa awal di kalangan mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

## ABSTRACT

**DWIKI KRISTIANTO, NIM 12306193118.** "The Relationship between the Intensity of Instagram Social Media Usage and Quarter Life Crisis in Emerging Adulthood among Islamic Guidance and Counseling Students at Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung State Islamic University." Thesis, Islamic Guidance and Counseling, Faculty of Ushuluddin, Adab, and Da'wah, Undergraduate Program, Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung State Islamic University. Advisor: Dzinnun Hadi, S.Sos.I., M.Pd.

**Keywords:** Social Media, Instagram, Quarter Life Crisis, Emerging Adulthood

Social Media is developing rapidly in Indonesia and Instagram is the broadest of it. However, behind the excitement of Instagram, there are invisible dangers that lurk when it is used excessively. Users often don't realize that this platform indirectly affects their mental health. The objective of this research is to determine the relationship between the intensity of Instagram social media usage and the Quarter Life Crisis among early adulthood students in the Islamic Guidance and Counseling program at Sayyid Ali Rahmatullah State Islamic University in Tulungagung. This research employs a quantitative approach with a correlational research design. The population of this study consists of 535 students in the Islamic Guidance and Counseling program from the academic years 2019-2022. A sample size of 80 students was selected using the Non-Probability Sampling technique, specifically Purposive Sampling. The data collection method employed in this research is a questionnaire using a Likert scale as the measurement scale. The data analysis technique used is Pearson Correlation with the assistance of SPSS 21 for Windows. The research results indicate that the level of intensity of Instagram social media usage among Islamic Guidance and Counseling students at Sayyid Ali Rahmatullah State Islamic University in Tulungagung is at a "Moderate" level. Additionally, the Quarter Life Crisis among Islamic Guidance and Counseling students at Sayyid Ali Rahmatullah State Islamic University in Tulungagung is also at a "Moderate" level. The hypothesis test results show a correlation coefficient ( $r$ ) of 0.417 with a significance value of  $0.000 < 0.05$ , indicating a positive relationship at the "Moderate" level between the intensity of Instagram social media usage and Quarter Life Crisis among emerging adulthood students in the Islamic Guidance and Counseling program at Sayyid Ali Rahmatullah State Islamic University in Tulungagung.

## الملخص

دويكي كريستيانتو، الرقم الجامعي 12306193118. "علاقة كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي انستغرام مع أزمة الحياة الربعية في مرحلة الكبار الأول بين طلبة الإرشاد الإسلامي في جامعة سيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية تولونج أجونج". البحث الجامعي، الإرشاد الإسلامي، كلية أصول الدين والأدب والدعوة، برنامج البكالوريوس في جامعة سيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية تولونج أجونج. المشرف ظن هادي الماجستير.

**الكلمات المفتاحية:** وسائل التواصل الاجتماعي، انستغرام، أزمة الحياة الربعية، الكبار الأول.

تنمو وسائل التواصل الاجتماعي في إندونيسيا بسرعة كبيرة. من أكثر وسائل التواصل الاجتماعي استخدامًا في إندونيسيا يعني انستغرام. لكن خلف مرشح انستغرام، اتضح كان خطرًا كاملاً عند الاستخدام المفرط. المستخدمون لا يدركون هذا المنصة يمكن أن يؤثر بغير مباشر على الصحة العقلية. الهدف المراد تحقيقه في هذا البحث هو تحديد العلاقة بين كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي انستغرام مع أزمة الحياة الربعية في بداية مرحلة الكبار الأول بين طلبة الإرشاد الإسلامي جامعة سيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية تولونج أجونج. يستخدم هذا البحث نهجًا كميًا لنوع البحث الارتباطي. كان مجتمع هذا البحث من طلبة الإرشاد الإسلامي الذي بلغ عددهم 535 طالبًا في دفعة 2019 - 2022. وبلغ عدد العينات المأخوذة 80 طالبًا باستخدام تقنية أخذ العينات غير الاحتمالية مع النوع أخذ العينات المهادف. كانت طريقة جمع البيانات في هذا البحث هي استخدام استبيان بمقياس ليكرت كمقياس قياس. وطريقة التحليل المستخدمة في هذا البحث هي بيرسون علاقة باستخدام مساعدة تطبيق الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية 21 للنوافذ. أظهرت نتائج البحث أن مستوى كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي انستغرام حصل عليها طلبة جامعة سيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية تولونج أجونج في قسم الإرشاد الإسلامي على المستوى "المتوسط". وأزمة الحياة الربعية طلبة جامعة سيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية تولونج أجونج هم في المستوى "المتوسط" أيضًا. نتائج اختبار الفرضية هي قيمة  $r = 0,417$  بقيمة معنوية  $0.05 > 0.000$  والتي كان الاستنتاج توجد علاقة إيجابية مع المستوى "المتوسط" على كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي انستغرام مع أزمة الحياة الربعية في بداية مرحلة الكبار الأول بين طلبة الإرشاد الإسلامي في جامعة سيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية تولونج أجونج.