

DISERTASI

**MODEL KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
REMAJA GENERASI Z PENGGUNA MEDIA SOSIAL
DI KOTA MATARAM**



ERA MUTIARA PERTIWI

NIM. 111617127318

**PROGRAM STUDI DOKTOR PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2022**

DISERTASI

**MODEL KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA GENERASI Z
PENGUNA MEDIA SOSIAL DI KOTA MATARAM**

**ERA MUTIARA PERTIWI
NIM 111617127318**

**PROGRAM STUDI DOKTOR PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2022**

PRASYARAT GELAR

**MODEL KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA GENERASI Z
PENGUNA MEDIA SOSIAL DI KOTA MATARAM**

DISERTASI

**Untuk memperoleh Gelar Doktor
Dalam Program Studi Doktor Psikologi
Pada Fakultas Psikologi Universitas Airlangga
Telah dipertahankan di hadapan Panitia Ujian Doktor Terbuka
Pada hari: Rabu
Tanggal: 04 Januari 2023
Pukul: 10.00-12.00 WIB**

Oleh

**ERA MUTIARA PERTIWI
NIM. 111617127318**

PENGESAHAN

Disertasi dipertahankan di depan Tim Penguji Ujian Disertasi Tahap II (Terbuka)
Program Studi Doktor Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Airlangga
dan diterima untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Doktor (Dr.)
Pada Tanggal 04 Januari 2023

Mengesahkan:
Universitas Airlangga
Fakultas Psikologi

a.n Dekan,
Wakil Dekan I



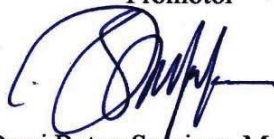
Dr.Nur Ainay Fardana N, M.Si., Psikolog
NIP: 197202271998022001

PERSETUJUAN

DISERTASI INI TELAH DISETUJUI
PADA TANGGAL 30 NOVEMBER 2022

Oleh:

Promotor



Dr. Dewi Retno Suminar, M.Si., Psikolog
NIP. 196703131991032002

Ko-Promotor



Dr. Rahkman Ardi, M.Psych
NIP. 198203192006041001

Mengetahui

Koordinator Program Studi Doktor Psikologi



Dr. Fitri Andriani, S.Psi., M.Si., Psikolog
NIP. 197111191998022001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah disertasi ini tidak terdapat karya

yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis maupun diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis

diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, Desember 2022



Era Mutiara Pertiwi

Disertasi ini Telah Diuji pada Ujian Doktor Tahap I (Tertutup)

Tanggal 11 Oktober 2022

Ketua : Dr. Dewi Retno Suminar, M.Si., Psikolog

Anggota 1. Dr. Rahkman Ardi, M.Psych

2. Prof. Dr. Suryanto, M.Si., Psikolog

3. Prof. Dr. Fattah Hanurawan, M.Si., M.Ed

4. Dr. Duta Nurdibyanandaru, MS., Psikolog

5. Dr. Nur Ainy Fardana N, M.Si., Psikolog

6. Dr. Fitri Andriani, S.Psi., M.Si., Psikolog

PANITIA PENGUJI DISERTASI

Disertasi ini Telah Diuji pada Ujian Doktor Tahap II (Terbuka)
Tanggal 04 Januari 2023

Ketua Sidang : Endang Retno Surjaningrum, M.AppPsych., PhD., Psikolog

Anggota

1. Dr. Dewi Retno Suminar, M.Si., Psikolog
2. Dr. Rahkman Ardi, M.Psych
3. Prof. Dr. Nurul Hartini, S.Psi., M.Kes., Psikolog
4. Prof. Dr. Fattah Hanurawan, M.Si., M.Ed
5. Dr. Duta Nurdibyanandaru, MS., Psikolog
6. Dr. Nur Ainy Fardana N, M.Si., Psikolog
7. Dr. Fitri Andriani, S.Psi., M.Si., Psikolog
8. Prof. Dr. HM. Taufik, M.Ag

Ditetapkan dengan Surat Keputusan
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Airlangga
Nomor: 4507/UN3.1.9/PK/2022
Tanggal: 27 Desember 2022

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah atas segala karunia, rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan naskah disertasi ini yang berjudul “Model Kesejahteraan Psikologis Remaja Generasi Z Penggunaan Media Sosial di Kota Mataram”. Penelitian disertasi ini bertujuan untuk lebih memahami faktor-faktor apa saja yang berdampak secara langsung maupun tidak langsung terhadap kesejahteraan psikologis remaja Generasi Z, khususnya terkait penggunaan media sosial.

Penulisan naskah ini dapat terselesaikan atas bantuan, arahan, dan bimbingan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung, dan dalam kesempatan ini dengan kerendahan hati penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Rektor Universitas Airlangga, Prof. Dr. Mohammad Nasih, SE., MT., Ak beserta jajarannya, atas kesempatan yang diberikan untuk mengikuti pendidikan dan mengembangkan keilmuan penulis di Universitas Airlangga.
2. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga periode 2015 – 2020, Prof. Dr. Nurul Hartini, M.Kes., Psikolog; dan periode 2020 – 2025, Prof. Dr. Suryanto, M.Si., Psikolog, beserta para Wakil Dekan. Terima kasih atas bantuan, perhatian, dan dukungan yang diberikan kepada penulis selama menjalani studi.
3. Koordinator Program Studi Pendidikan Doktor Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Periode 2015 - 2020, Dr. Wiwin Hendriani, M.Si; dan periode 2020 – 2025, Dr. Fitri Andriani, S.Psi., M.Si., Psikolog, beserta

jajarannya. Terima kasih atas kesempatan, dukungan, perhatian dan motivasi yang senantiasa diberikan kepada penulis selama menempuh studi.

4. Rektor UIN Mataram, terima kasih atas izin dan kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk melanjutkan studi pada Program Doktor Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya.
5. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan beserta jajarannya, terima kasih atas izin, dukungan, dan motivasi yang diberikan kepada penulis selama menempuh studi doktoral ini.
6. Promotor, Dr. Dewi Retno Suminar, M.Si., Psikolog. Terima kasih atas semua masukan, arahan, dan bimbingan yang telah diberikan sejak mulai penulisan proposal hingga saat ini, juga suntikan motivasi agar penulis tetap semangat dalam menyelesaikan proses penelitian maupun penulisan naskah ini.
7. Ko-Promotor, Dr. Rahkman Ardi, M.Psych. Terima kasih yang terdalem karena telah bersedia meluangkan waktu disela-sela jadwal yang padat, untuk membimbing, memberi masukan, arahan, dan berbagi ilmu yang sangat bermanfaat dan membantu dalam menyelesaikan serta menyempurnakan naskah ini.
8. Bapak/Ibu dosen penguji sejak ujian kualifikasi hingga saat ini, Prof. Dr. Suryanto, M.Si., Psikolog; Prof. Dr. Fattah Hanurawan, M.Si., M.Ed; Dr. Nur Ainy Fardana Nawangsari, M.Si., Psikolog; Dr. Duta Nurdibyanandaru, MS., Psikolog; Dr. Wiwin Hendriani, M.Si; Dr. Hamidah, M.Si., Psikolog (Alm); Dr. Fajrianthi, M.Psi., Psikolog; Dr. Fitri Andriani, S.Psi., M.Si., Psikolog. Terima

kasih atas semua masukan dan saran yang diberikan untuk lebih menyempurnakan naskah ini.

9. Bapak/Ibu dosen pengajar di Program Studi Doktor Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang telah berbagi ilmu yang luar biasa selama penulis menempuh studi.
10. Ketua Jurusan dan teman-teman dosen di Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, terima kasih atas semua dukungannya.
11. Para staf administrasi dan tenaga kependidikan di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Terima kasih atas semua bantuan dan layanan yang profesional dan sangat membantu kelancaran studi penulis.
12. Narasumber *expert reviewer*, Dr. Hj. Diah Karmiyati, M.Si (Universitas Muhammadiyah Malang); Dr. Duta Nurdibyanandaru, MS., Psikolog (Universitas Airlangga); Dr. Iswinarti, M.Si (Universitas Muhammadiyah Malang); Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi., M.Si (Universitas Muhammadiyah Jember); Istiqomah, S.Psi., M.Si., Psikolog (Universitas Muhammadiyah Jember); Harijanto Tjahjono, S.Psi., M.Ed., Ph.D (Universitas Surabaya); Dr. Christine Wibowo, M.Si (Unika Soegijapranata Semarang); Pujiarrohman, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Universitas Mataram).
13. Seluruh responden penelitian siswa/siswi SMP dan SMA di Mataram, serta mahasiswa UIN Mataram yang telah turut berpartisipasi dalam proses penelitian ini. Terima kasih juga kepada Bapak/Ibu Kepala Sekolah dan Bapak/Ibu guru di SMPN 6 Mataram, SMPN 7 Mataram, SMPN 9 Mataram, SMAN 2 Mataram, SMAN 3 Mataram, SMAN 5 Mataram, yang telah memberi

izin untuk melaksanakan penelitian serta membantu proses pengambilan data di sekolah masing-masing.

14. Teman-teman seperjuangan di Program Studi Doktor Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Airlangga angkatan 2016 yang selalu saling support, saling membantu, saling memotivasi. Terima kasih atas kebersamaan yang indah selama ini.
15. Teman-teman lintas angkatan yang seringkali bertemu dan berdiskusi di ruang belajar, terima kasih atas kesempatan bertemu dan mengenal kalian semua.
16. Suami, Anwar Muhaimin, ST., M.Pd, serta anak-anak tercinta: Ananda Adkhilny Siddika, Nasywaa Khairaani Qathrunnadaa, dan Muhammad Tsaqif Thoriq Arsakha. Terima kasih atas izin, do'a, dukungan, pengertian, dan kesabaran kalian dalam memahami dan melalui semua proses perjalanan ini.
17. Ibunda Dra. Hj. Siti Rochniyah M, SH dan Ayahanda Ir. H. Machmud (Alm) tercinta. Terima kasih yang tak berhingga atas semua do'a, bimbingan, dukungan, cinta dan kasih sayang yang tak terbatas hingga saat ini.
18. Kakak-kakak dan adik tersayang, terima kasih atas semua dukungan semangat serta doa agar penulis segera menyelesaikan studi.
19. Seluruh keluarga di Jogja dan Bogor, Ibu Hj. Su'ilah dan Bapak H. Fachruddin Elyasi (Alm), kakak, adik, ponakan, dan cucu. Terima kasih untuk semua dukungan dan doanya kepada penulis.
20. Semua pihak yang turut membantu penulis selama proses perkuliahan dan penyelesaian studi, yang mungkin tanpa sengaja belum disebutkan dalam tulisan ini.

21. Tak lupa, terima kasih terbesar penulis sampaikan pada “diri pribadi” yang selama ini telah begitu banyak berkorban fisik, waktu, pikiran, yang sepenuhnya merasakan lelah, bosan, sedih disaat kehabisan ide dalam menulis, namun juga selalu tetap menyisakan semangat untuk terus berjalan, meski dengan tertatih-tatih. Semoga perjuangan dan pengorbanan yang dijalani selama studi ini bernilai ibadah dan diberi keberkahan oleh Allah SWT.

Semoga semua kebaikan dan ketulusan yang diberikan mendapatkan balasan yang terbaik dari Allah SWT. Terima kasih atas segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis.

Surabaya, 04 Januari 2023

Penulis

RINGKASAN

**MODEL KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA GENERASI Z
PENGGUNA MEDIA SOSIAL DI KOTA MATARAM**

Media sosial telah mendominasi kehidupan sosial remaja saat ini yang dikenal sebagai Generasi Z. Sebagai generasi yang tumbuh dan menjalani sebagian besar waktunya dengan mengakses Internet dan media sosial, Generasi Z saat ini memiliki kehadiran *online* yang lebih besar dibandingkan generasi remaja di masa lalu. Laporan survei dari *Pew Internet* dan *American Project* di tahun 2018 menunjukkan jumlah remaja Generasi Z yang *online* hampir terus menerus meningkat dua kali lipat yaitu sekitar 45%, dibandingkan survei sebelumnya di tahun 2015 yaitu sebesar 24% (Anderson & Jiang, 2018). Penelitian Rideout dan Robb (2018) menemukan bahwa lebih dari 92% Generasi Z menggunakan *platform* media sosial, dimana 70% menggunakannya lebih dari sekali sehari, 38% menggunakannya beberapa kali dalam satu jam, dan 16% menggunakannya hampir terus menerus. Sementara hasil survei *We Are Social* yang dilakukan di Singapura pada 2017 menunjukkan bahwa aktivitas tertinggi pengguna media sosial di Indonesia dilakukan oleh para *digital native*, yaitu Generasi Y dan Generasi Z, dengan persentase 62% menggunakan *smartphone*, 16% menggunakan komputer, dan 6% menggunakan tab (Triastuti dkk, 2017).

Penggunaan media sosial di kalangan remaja bagaikan dua mata pisau. Disatu sisi, media sosial memberi beberapa implikasi positif bagi remaja. Media sosial memungkinkan remaja untuk mengembangkan koneksi *online* dengan orang-orang dalam kelompok pertemanan langsung mereka, dan juga membentuk koneksi dengan orang-orang yang lebih tersebar secara geografis (Glazzard & Stone, 2019). Selain itu media sosial juga memberi tempat bagi remaja untuk berekspresi. O'Keeffe dan Clarke-Pearson (2011) menyatakan bahwa keterlibatan dalam berbagai bentuk media sosial telah terbukti bermanfaat bagi anak-anak dan remaja dengan meningkatkan komunikasi, koneksi sosial, dan bahkan keterampilan teknis. Penggunaan media sosial dengan demikian dapat memiliki efek positif pada kesehatan mental, keterampilan sosial, dan keterampilan belajar.

Disisi lain penggunaan media sosial dan interaksi sosial *online* juga membawa beberapa resiko dan pengaruh negatif bagi Generasi Z dan berdampak pada perkembangan dan kesejahteraan psikologis mereka (Lenhart dkk, 2015; Michikyan & Suárez-Orozco, 2016). Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa penggunaan Internet dan media sosial terkait dengan gejala depresi (Kraut dkk, 1998; Moreno dkk, 2011; van den Eijnden dkk, 2008), stres (Egan & Moreno, 2011; Kraut dkk, 1998), kesepian dan isolasi sosial (Kraut dkk, 1998; Moody, 2001; Primack dkk, 2017; Turkle, 2011), dan kecemasan sosial (Harman dkk, 2005; Shaw dkk, 2015). Remaja yang menggunakan media sosial secara ekshesif, yaitu mereka yang menghabiskan lebih dari 2 jam per hari di media sosial, lebih mungkin untuk melaporkan kesehatan mental yang buruk, termasuk tekanan psikologis (Sampasa-Kanyinga & Lewis, 2015).

Hubungan antara penggunaan media berbasis teknologi Internet dan kesejahteraan psikologis pengguna telah menjadi fokus penelitian utama dibidang *cyberpsychology* yang populer selama beberapa dekade terakhir (Song dkk, 2014). Namun, meskipun telah lebih dari dua dekade penelitian, masih ada ketidaksepakatan substansial mengenai sifat dan nilai dampak Internet pada kehidupan psikologis individu. Beberapa peneliti berpendapat bahwa penggunaan Internet mengarah pada hubungan sosial yang lebih banyak, lebih luas dan lebih baik dengan membebaskan individu dari kendala geografi atau isolasi yang disebabkan oleh kesehatan, jarak atau waktu. Internet menyediakan konteks untuk interaksi sosial dan pengembangan interpersonal dan dengan demikian dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pengguna (Liu & Yu, 2013; Carpenter & Buday, 2007; Baker & Oswald, 2010; Doğan, 2016; Kim & Lee, 2011; Nabi dkk, 2013). Sebaliknya, beberapa peneliti lain berpendapat bahwa penggunaan Internet menyebabkan orang menjadi terisolasi secara sosial dan terputus dari hubungan sosial yang asli, karena mereka fokus sendirian dalam dunia mereka atau berkomunikasi dengan orang asing anonim melalui media yang miskin secara sosial (Turkle, 2011), sehingga merusak dan membahayakan kesejahteraan psikologis (Kraut dkk, 1998; Devine & Lloyd, 2012; Sampasa-Kanyinga & Lewis, 2015; Spraggins, 2009; Burke dkk, 2010).

Temuan dari berbagai hasil penelitian yang masih kontradiktif sebagaimana yang telah disampaikan diatas, menunjukkan bahwa hubungan antara penggunaan media berbasis teknologi Internet dan kesejahteraan psikologis sangat kompleks (Gordon dkk, 2007), dan hal ini menyoroti perlunya penelitian lebih lanjut untuk mengklarifikasi hubungan tersebut. Berbagai penelitian dilakukan untuk melihat dan mencari faktor-faktor apa saja yang dipandang berperan dalam mempengaruhi perilaku penggunaan media sosial oleh remaja yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka.

Berdasarkan telaah literatur pada penelitian-penelitian mengenai kesejahteraan psikologis dalam konteks penggunaan media sosial, penelitian ini berfokus pada faktor harga diri, ketergantungan media sosial, dan motif penggunaan media sosial sebagai faktor yang dipandang berperan dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis Generasi Z. Harga diri memainkan peran yang sangat penting untuk perkembangan remaja. Harga diri adalah komponen mendasar dari kesadaran diri dan menempati tempat utama dalam struktur individu remaja karena terkait dengan kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis remaja (Dunham dkk, 2007). Berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis, yang berarti semakin tinggi harga diri yang dimiliki remaja, maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis yang dirasakan (Nwankwo dkk, 2015; Paradise & Kernis, 2002). Sebaliknya harga diri rendah sangat berkorelasi dengan depresi (Beck dkk, 2001; Silverstone & Salsali, 2003). Remaja yang memiliki harga diri rendah mengalami kebahagiaan yang jauh lebih sedikit dan lebih banyak tekanan emosional, termasuk depresi dan kecemasan (Rosenberg & Owens, 2001).

Harga diri juga menjadi salah satu prediktor yang signifikan dalam perilaku penggunaan Internet/media sosial pada remaja. Remaja memiliki kebutuhan vital untuk mempertahankan dan/atau meningkatkan harga dirinya, dan hal ini dapat

diperoleh remaja melalui media sosial (Mehdizadeh, 2010). Berbagai hasil penelitian menjelaskan bahwa ada hubungan negatif antara harga diri dan penggunaan Internet/media sosial yang bermasalah (Armstrong dkk, 2000; Griffiths, 2006). Hasil yang diperoleh oleh De Cock dkk (2014) menunjukkan bahwa tingkat harga diri yang rendah terkait dengan kecanduan *Facebook*. Mereka yang memiliki harga diri rendah menunjukkan peningkatan jumlah waktu penggunaan Internet (Armstrong dkk, 2000; Douglas dkk., 2008). Peningkatan jumlah waktu penggunaan Internet/media sosial ini menyebabkan remaja rentan mengembangkan perilaku adiksi/ketergantungan yang berkaitan dengan penggunaan media sosial (Shettar dkk, 2017). Disisi lain, ketergantungan media sosial juga menjadi salah satu faktor yang signifikan mempengaruhi kesejahteraan psikologis remaja (Blachnio dkk, 2016; Marino dkk, 2017; Shettar dkk, 2015). Akibat negatif yang dipicu oleh penggunaan media sosial yang ekssesif memberi efek yang merugikan terhadap kehidupan pribadi, sosial, dan/atau juga kehidupan akademik remaja (Ryan dkk, 2014; Griffiths dkk, 2014). Hasil penelitian Lam & Peng (2010) menyimpulkan bahwa remaja yang menggunakan Internet secara patologis cenderung mengembangkan perilaku depresi. Hal ini menunjukkan bahwa ketergantungan media sosial mberperan sebagai mediator dalam hubungan antara harga diri dan kesejahteraan psikologis remaja.

Penelitian terkait penggunaan media sosial dan hubungannya dengan kesejahteraan psikologis selama ini juga hanya berfokus pada frekuensi penggunaannya saja, yang mana hasil penelitian terkait hal ini masih belum menunjukkan hubungan yang konsisten. Oleh karena itu Kraut dkk (1998, 2002), menunjukkan pentingnya memeriksa moderator potensial dari hubungan penggunaan Internet dan hasil yang diperoleh pada kesejahteraan psikologis (Gordon dkk, 2007). Dalam hal ini, peran faktor motivasi dalam menggunakan media sosial menjadi penting karena motif yang berbeda menghasilkan perilaku yang berbeda sehingga mengarah pada efek psikologis yang berbeda (Katz dkk, 1973; Rubin, 2002). Motif remaja menggunakan media sosial dipandang berperan dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Dua motif utama yang mendorong penggunaan media sosial oleh individu yaitu motif *maintain existing relationship* (memelihara hubungan yang sudah ada) dan motif *meet new people and socializing* (motif bertemu dan membangun hubungan dengan orang baru). Yang & Brown (2013) dari hasil penelitian yang dilakukan menjelaskan bahwa mahasiswa baru yang menggunakan Facebook untuk mengembangkan koneksi baru melaporkan penyesuaian sosial yang lebih rendah dan tingkat kesepian yang lebih tinggi, sementara mahasiswa baru yang menggunakan situs tersebut untuk mempertahankan hubungan yang ada lebih mungkin melaporkan penyesuaian sosial yang lebih baik dan tingkat kesepian yang lebih rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Rae dan Lonborg (2015) menunjukkan bahwa motif individu menggunakan Facebook memoderasi hubungan antara penggunaan Facebook dan kesejahteraan psikologis, dimana individu memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi ketika penggunaan Facebook dimotivasi oleh keinginan untuk memelihara hubungan sosial yang telah ada. Sebaliknya penggunaan Facebook yang dimotivasi untuk menemukan dan membentuk hubungan sosial berhubungan dengan kesejahteraan psikologis yang lebih rendah. Ini menunjukkan bahwa

motivasi penggunaan media sosial berperan dalam mempengaruhi efek penggunaan media sosial terhadap kesejahteraan individu.

Penelitian ini bertujuan mengembangkan dan menguji model kesejahteraan psikologis remaja generasi Z terkait penggunaan media sosial dengan melihat dari aspek harga diri, tingkat ketergantungan media sosial dan juga motif remaja dalam menggunakan media sosial. Penelitian ini akan meneliti lebih lanjut pengaruh harga diri, ketergantungan media sosial, dan motif penggunaan media sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja Generasi Z. Selain itu analisis tambahan juga dilakukan untuk variable demografi terkait jenis kelamin, tahap perkembangan, waktu yang dihabiskan untuk mengakses media sosial dan status sosial ekonomi. Diharapkan dari hasil penelitian ini diperoleh pemahaman yang lebih luas terkait penggunaan media sosial dan dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis remaja Generasi Z.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk mengembangkan model kesejahteraan psikologis pada remaja Generasi Z. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel harga diri sebagai variabel eksogen, serta variabel kesejahteraan psikologis, ketergantungan media sosial, dan motif penggunaan media sosial sebagai variabel endogen. Subyek penelitian adalah 647 remaja Generasi Z yang merupakan siswa/siswi SMP, SMA, dan mahasiswa Perguruan Tinggi di Kota Mataram, terdiri dari 282 remaja laki-laki dan 365 remaja perempuan, dengan rentang usia 12 – 21 tahun. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *multistage random sampling*.

Alat ukur/instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah MHI-18 (*Mental Health Inventory*) (Veit and Ware, 1983), berisi 18 pernyataan untuk mengukur kesejahteraan psikologis subyek. Pengukuran harga diri dengan menggunakan 10 aitem pernyataan dalam skala *Rosenberg Self-Esteem Scale* (Rosenberg, 1965). Skala *Online Social Network Dependency* (Thadani & Cheung, 2011) digunakan untuk mengukur tingkat ketergantungan media sosial subyek, dan pengukuran motif penggunaan media sosial subyek dengan menggunakan *Social Media Usage Aims Scale* (Horzum, 2014) dengan aitem-aitem pada dimensi *Maintain Existing Relationship* dan *Meet New People and Socializing*. Keempat skala pengukuran tersebut telah melalui proses adaptasi alat ukur ke dalam Bahasa Indonesia melalui uji *try-out* pada 230 orang remaja. Hasil uji *confirmatory factor analysis* dengan menggunakan program Lisrel 9.10 diperoleh nilai *loading factor* untuk validitas item berkisar antara 0,49 sampai 0,97 dan nilai *constuct reliability* untuk keempat skala yaitu: skala MHI 0,93; skala harga diri 0,87; skala ketergantungan media sosial 0,96; dan skala motif penggunaan media sosial sebesar 0,84, yang menunjukkan bahwa keempat skala tersebut memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi.

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil uji model diketahui bahwa model kesejahteraan psikologis remaja generasi Z telah memiliki nilai kriteria *fit* model cukup baik dengan terpenuhinya kriteria SRMR yang kurang dari 0,1; nilai NFI dan CFI yang

mendekati 0,9; nilai RMSEA yang cukup baik dengan mendekati 0,8 dan nilai GFI yang bernilai 0,82 menunjukkan cukup besar. Secara keseluruhan, model ini menunjukkan kecocokan yang baik dengan data aktual yang ada (data empiris). Persamaan struktural pada model menghasilkan nilai koefisien determinasi sebesar 0,49 yang menunjukkan bahwa kontribusi variasi dari variabel harga diri, motif *maintain existing relationship*, motif *meet new people and socializing*, dan ketergantungan media sosial dalam menjelaskan variabel kesejahteraan psikologis adalah sebesar 49%.

Model teoritis kesejahteraan psikologis yang diperoleh dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor harga diri dan ketergantungan media sosial, baik secara terpisah maupun secara bersama, mempengaruhi kesejahteraan psikologis remaja Generasi Z. Model ini juga memperoleh hasil dimana ketergantungan media sosial merupakan mediator yang signifikan dalam hubungan antara harga diri dan kesejahteraan psikologis. Selain itu, model ini juga menunjukkan bahwa kedua motif penggunaan media sosial, yaitu motif *maintain existing relationship* dan motif *meet new people and socializing* sebagai moderator yang signifikan mempengaruhi kuat/lemahnya dampak ketergantungan media sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja Generasi Z. Sementara faktor demografi yang signifikan mempengaruhi kesejahteraan psikologis remaja Generasi Z dari hasil penelitian ini adalah jenis kelamin dan jumlah waktu yang dihabiskan dalam mengakses media sosial.

Hasil penelitian ini memperkuat hasil penelitian sebelumnya yaitu bahwa harga diri sebagai prediktor yang signifikan berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis remaja Generasi Z. Harga diri berkorelasi positif dan terkait erat dengan kesejahteraan psikologis dan kesehatan mental (Bolognini, Plancherel, Bettschart & Halfon, 1996; Poudel, Gurung & Khanal, 2020; Fauziah, Handarini & Muslihati, 2018). Tingkat harga diri yang tinggi umumnya dikaitkan dengan kesejahteraan psikologis, kepuasan hidup dan kebahagiaan (Wang & Sound, 2008; Dogan, Totan & Sapmaz, 2013; Hwang, Kang, Tak & Lee, 2015). Harga diri diidentifikasi sebagai variabel yang memungkinkan individu untuk memanfaatkan kekuatan dan potensi kepribadian secara maksimal, menemukan makna dalam kehidupan sehari-hari, hidup dan menganggap dirinya berharga, dimana menurut Seligman (2002) ini adalah variabel untuk memprediksi kesejahteraan subjektif. *The Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions* (Fredrickson, 2001), secara khusus menjelaskan bahwa emosi positif (harga diri yang positif/tinggi) memperluas repertoar tindakan pemikiran sesaat individu yang mana hal ini pada gilirannya berfungsi untuk membangun sumber daya pribadi mereka yang bertahan lama, mulai dari sumber daya fisik, intelektual hingga sumber daya sosial dan psikologis. Fredrickson (2001) berteori bahwa emosi positif memicu dan membangun ketahanan psikologis dan meningkatkan kesejahteraan emosional, dengan memungkinkan individu berpikir fleksibel dan kreatif, mempromosikan, mengatasi dan memperluas cakupan perhatian dan kognisi. Harga diri dapat mempengaruhi perilaku manusia dalam situasi tertentu, peristiwa kehidupan, hubungan sosial, pembentukan tujuan dan motivasi (Robins, Tracy & Trzesniewski, 2001). Oleh karena itu harga diri dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa harga diri juga terbukti menjadi prediktor yang signifikan terhadap ketergantungan media sosial remaja Generasi Z. Adanya kebutuhan yang tinggi untuk mempertahankan dan meningkatkan harga diri pada remaja, mendorong remaja menggunakan media sosial dengan intensitas yang tinggi, yang pada akhirnya cenderung menjadi adiksi/ketergantungan pada media sosial (Kramer & Winter, 2008). Hasil penelitian ini juga selaras dengan hasil penelitian sebelumnya yaitu harga diri berkorelasi negatif dengan ketergantungan media sosial, yang berarti remaja dengan harga diri rendah cenderung memiliki ketergantungan media sosial yang tinggi, dan sebaliknya (Hong dkk., 2014; Malik & Khan, 2015; Wang dkk., 2012; Wilson dkk., 2010). Remaja dengan harga diri rendah lebih suka menggunakan situs jejaring sosial untuk menarik diri atau melarikan diri dari evaluasi negatif dan tekanan hubungan interpersonal yang dihadapi dalam kehidupan nyata. Harga diri yang negatif juga menunjukkan sikap perilaku pemalu, pendiam, dan juga memunculkan kecemasan sosial yang tinggi dalam diri remaja sehingga remaja akan memilih akses komunikasi dan ekspresi diri yang paling aman dan nyaman dengan risiko yang kecil secara sosial di mana hal ini terpenuhi dengan menggunakan media sosial (Caplan, 2007). Selain itu, tingkat kecemasan sosial yang tinggi mungkin juga terkait dengan rasa kesepian, yang juga memprediksi pengungkapan informasi pribadi di Facebook (Blachnio dkk., 2014). Beberapa hal ini yang menyebabkan semakin negatif harga diri yang dimiliki remaja maka akan semakin besar kecenderungan dirinya terlibat dalam adiksi Internet (Rahardjo, 2019).

Davis (2001) dan Caplan (2002) menjelaskan ketergantungan media sosial sebagai salah satu bentuk penggunaan Internet bermasalah melalui perspektif/model kognitif-perilaku. Perspektif ini menafsirkan penggunaan Internet bermasalah (*Problematic Internet Use/PIU*) sebagai seperangkat pikiran dan tindakan maladaptif yang melibatkan penggunaan Internet (Caplan, 2002; Davis, 2001). Faktor yang paling sentral dari penggunaan Internet yang bermasalah menurut perspektif ini adalah adanya kognisi yang maladaptif. Seorang individu dengan penggunaan Internet atau media sosial yang bermasalah menyajikan disfungsi kognitif mendasar dalam bentuk kognisi maladaptif spesifik. Evaluasi diri yang negatif atau harga diri yang rendah merupakan salah satu bentuk kognisi maladaptif yang mendorong individu menggunakan Internet/media sosial bermasalah. Individu memiliki pandangan negatif tentang dirinya sendiri dan menggunakan Internet/media sosial untuk mencapai tanggapan yang lebih positif dari orang lain. Oleh karena itu, saat individu berada dalam ruang obrolan di media sosial, individu secara otomatis memberlakukan kognisi ini dan hasil dari kognisi yang maladaptif seperti itu adalah penggunaan Internet/media sosial yang patologis.

Disisi lain, ketergantungan media sosial merupakan variabel signifikan yang berkorelasi negatif dengan kesejahteraan psikologis remaja (Lam & Peng, 2010; Blachnio, Przepiorka & Pantic, 2016; Marino, Gini, Vieno & Marcantonio, 2017). Semakin tinggi tingkat ketergantungan media sosial, maka remaja cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah (Kross dkk, 2013; Kuss & Griffiths, 2011). Beberapa mekanisme telah diusulkan untuk menjelaskan hubungan negatif dari penggunaan media sosial yang intens dan bermasalah dengan kesejahteraan. Wonsel (2018), menjelaskan bahwa pengguna yang intens menggunakan media

sosial mungkin terpapar secara berlebihan pada penggambaran orang lain yang tidak realistis, yang pada gilirannya dapat menimbulkan perbandingan sosial yang lebih tinggi dan menurunkan kesejahteraan mental mereka. Selain itu, pengguna yang intens juga dapat menghabiskan lebih sedikit waktu *offline* dengan teman atau keluarga karena penggunaan media sosial mereka yang intens, yang mungkin memiliki dampak negatif pada kesejahteraan sosial mereka (Kraut dkk, 1998).

Terkait hal ini, ketergantungan media sosial terbukti menjadi mediator yang signifikan dalam hubungan antara harga diri dan kesejahteraan psikologis remaja Generasi Z. Peran ketergantungan media sosial dalam penelitian ini memediasi secara parsial, yaitu pengaruh harga diri secara langsung terhadap kesejahteraan psikologis menurun ketika dimediasi oleh ketergantungan media sosial. Jika dilihat dari efek pengaruh harga diri dan ketergantungan media sosial terhadap kesejahteraan psikologis tampak bahwa harga diri memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan pengaruh ketergantungan media sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Namun ketika hubungan antara harga diri dan kesejahteraan psikologis dimediasi oleh variabel ketergantungan media sosial, pengaruh tidak langsung harga diri terhadap kesejahteraan psikologis menurun menjadi 0,09. Ini menunjukkan bahwa variabel ketergantungan media sosial berperan signifikan memediasi hubungan tersebut. Namun demikian, meskipun ketergantungan media sosial memiliki kekuatan efek yang lebih kecil dibandingkan harga diri, ia tetap memiliki peran dalam hubungan mediasi. Artinya, remaja dengan harga diri yang tinggi cenderung memiliki ketergantungan media sosial yang rendah dan hal ini mengakibatkan mereka memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi. Hubungan mediasi parsial dalam penelitian ini juga membuktikan peran hubungan langsung yang lebih kuat antara harga diri dan kesejahteraan psikologis.

Hasil studi ini juga menunjukkan peran moderasi motif *maintain existing relationship* memperkuat hubungan negatif antara ketergantungan media sosial dan kesejahteraan psikologis. Hal ini dimungkinkan dapat terjadi karena menjaga dan memelihara hubungan yang sudah ada di media sosial bukanlah hal yang mudah tetapi membutuhkan usaha yang besar yang justru meningkatkan efek ketergantungan. Fenomena keruntuhan konteks (*context collapse*) (Davis & Jurgenson, 2014) di media sosial mengakibatkan batas-batas yang memisahkan komunitas *online* berbasis kelompok menjadi kabur (Boyd & Heer, 2006). Keruntuhan konteks telah meratakan jejaring ke dalam satu konteks saja. Hal ini membuat pengelolaan identitas *online* individu (remaja) di berbagai jaringan -yang jumlahnya banyak dan memiliki berbagai macam interes- menjadi semakin rumit dan menantang bagi individu terutama dalam mengatur batasan wilayah pribadi (*privacy*) di berbagai kelompok secara daring yang memiliki interes dan normanya masing-masing (Boyd, 2004; Meyrowitz, 1986). Keruntuhan berbagai konteks sosial dalam situasi daring, kepentingan kelompok yang besar dan berbeda di media sosial (seperti teman sekolah, keluarga, komunitas lain), serta tuntutan untuk menjaga privasi, memungkinkan remaja mengalami kesulitan dan konflik dalam memelihara hubungan dengan jejaring sosial yang sudah ada secara *online*. Artinya, mereka harus mempresentasikan dirinya secara berbeda tergantung pada tuntutan jaringan yang beragam baik itu teman sekolah, keluarga, ataupun komunitas lain.

Untuk memaintain hubungan ini membutuhkan *effort* yang besar sehingga memungkinkan remaja mengalami ketegangan, tekanan, dan kecemasan (Binder, Howes, & Sutcliffe, 2009; Brandtzæg, Lüders, & Skjetne, 2010) yang pada akhirnya berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Tingginya motif memelihara hubungan sosial melalui media sosial mengakibatkan individu yang telah memiliki kecenderungan menggunakan media sosial secara eksesif semakin menurun kesejahteraan psikologisnya karena mereka dituntut untuk mempresentasikan dirinya dengan berbagai harapan yang dimiliki oleh jejaring sosial *online* (teman sekolah, keluarga, ataupun komunitas lain) pada saat yang bersamaan.

Hasil terkait peran moderasi motif untuk bertemu orang baru justru memperlemah hubungan negatif antara ketergantungan media sosial dan kesejahteraan psikologis. Hal ini dimungkinkan terjadi karena interaksi melalui media sosial dengan orang baru justru dipermudah dan bebas dari isyarat sosial seperti gestur dan isyarat nonverbal lainnya (Nguyen, Bin, & Campbell, 2012), sehingga menurunkan kecemasan berinteraksi. Fitur dan isyarat sosial pemicu kecemasan yang biasanya hadir dalam interaksi tatap muka sebagian besar tidak ada secara *online*. Selain itu, remaja yang kurang memiliki keterampilan sosial dan cemas dalam berinteraksi tatap muka cenderung menggunakan media sosial untuk bertemu dan memperoleh teman baru (Mckenna & Bargh, 2000). Karakteristik komunikasi *online* berbasis teks (seperti kurangnya isyarat nonverbal e.g. visual dan pendengaran, dan anonimitas) dapat memfasilitasi dan mempermudah kontak dengan orang baru/asing. Individu dapat mempresentasikan diri yang ideal serta mengungkapkan diri secara lebih bebas pada hubungan barunya. Hal ini berdampak pada menurunnya kesepian serta depresi pada penggunaanya (Valkenburg, Peter, & Schouten, 2006). Bertemu dengan orang baru secara *online* sesuai dengan preferensi personalnya dimungkinkan membantu remaja dengan kecemasan sosial yang tinggi untuk memvalidasi diri atau memperoleh dukungan sosioemosional yang mungkin sulit diperoleh remaja di lingkungan tatap muka. Komunikasi *online* dengan orang baru ini membuat remaja merasa seolah-olah terbebas dari hal-hal yang menekan, memberikan kenyamanan dan membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam pengambilan sampel yang kurang bervariasi karena partisipan hanya terbatas di sekolah formal di Kota Mataram sehingga belum cukup representatif mewakili karakteristik remaja Gen Z secara umum. Penelitian selanjutnya disarankan memperhatikan kerangka sampel yang lebih ketat (memperhatikan kuota dengan proporsi seimbang dalam faktor demografi) sehingga lebih akurat dalam memprediksikan hasil. Keterbatasan lainnya adalah pengumpulan data menggunakan self-report dan desain cross-sectional yang tidak dapat digunakan sebagai landasan yang kuat untuk menjelaskan adanya hubungan sebab akibat. Di masa depan, perlu mempertimbangkan untuk menggunakan metode penelitian longitudinal dan menggunakan instrumen lain seperti behavioural checklist yang menggambarkan penggunaan atau ketergantungan terhadap media sosial secara aktual sehingga memperoleh gambaran yang lebih mendalam dan komprehensif terkait pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis.

Implikasi dan Saran

Hasil analisis model struktural menunjukkan model kesejahteraan psikologis remaja Generasi Z ini secara teoritis layak digunakan untuk menjelaskan fenomena penggunaan media sosial dan dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Implikasi teoritis yang penting dari hasil penelitian ini adalah pentingnya memahami peran motif penggunaan media sosial sebagai moderator yang berperan dalam mempengaruhi dampak positif maupun negatif penggunaan media sosial terhadap kesejahteraan psikologis.

Implikasi praktis dari hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya intervensi atas harga diri dengan memahami motif dan kebutuhan yang ingin dipenuhi oleh remaja ketika menggunakan media sosial sehingga dapat memberi dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis. Pembahasan dalam penelitian ini menunjukkan kemungkinan resiko di masa depan yang dapat dihadapi oleh remaja karena peran motif bertemu teman baru yang cukup menonjol dalam interaksi hubungan antara ketergantungan media sosial dan kesejahteraan psikologis. Faktor resiko tersebut dapat dimitigasi oleh pihak berwenang (seperti psikolog dan konselor di sekolah) dengan memberikan pemahaman tentang proses psikologis yang membuat individu merasa nyaman untuk berinteraksi dengan orang baru sekaligus dampak ketidakpastian yang mungkin terjadi di masa depan jika pengguna tidak memiliki pengetahuan yang cukup terkait lawan interaksi barunya.

Saran yang dapat diberikan dari hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah; 1) Bagi remaja, perlu meningkatkan penilaian diri yang positif dengan cara mengembangkan kemampuan dan potensi diri baik melalui belajar mandiri ataupun mengikuti kegiatan pelatihan pengembangan diri yang dapat meningkatkan kepercayaan diri. Remaja juga perlu melatih serta mengembangkan *self control* dan *self regulation* yang tepat dengan menyusun manajemen penggunaan waktu untuk akses media sosial ataupun aktifitas sehari-hari lainnya, sehingga frekuensi penggunaan media sosial dapat dikontrol; 2) Bagi orangtua, perlu membangun komunikasi yang efektif dengan remaja melalui diskusi terkait perkembangan mereka, membantu remaja membangun kepercayaan diri dengan memberi remaja kesempatan mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki, membantu remaja mengelola waktu dengan baik dan mendiskusikan aturan-aturan yang perlu dipahami dan dilaksanakan oleh remaja khususnya terkait penggunaan media sosial. Orangtua perlu memiliki kemampuan dan pemahaman mengenai dunia digital dan media sosial yang baik dan tepat sehingga dapat memahami dan memenuhi keinginan digital anak/remaja sesuai kebutuhannya; 3) Bagi sekolah, perlu selalu memotivasi dan membantu siswa membangun *self-esteem* yang positif dengan memberi pujian dan *feedback* yang positif dari perilaku atau sikap yang dimiliki siswa, serta mengadakan kegiatan-kegiatan positif terkait pengembangan diri siswa juga kegiatan sosialisasi terkait penggunaan media sosial dan dampaknya bagi siswa; 4) Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan meneliti hubungan variabel secara lebih spesifik pada masing-masing dimensinya, sehingga pemahaman mengenai penggunaan media sosial dan dampaknya secara mendetail lebih luas dan mendalam. Selain itu juga menguji variabel-variabel lain yang diasumsikan mempengaruhi kesejahteraan psikologis remaja.

SUMMARY**THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING MODEL OF GENERATION Z'S
SOCIAL MEDIA USERS IN MATARAM**

Social media has dominated the social life of today's youth known as Generation Z. As a generation that grew up and spent most of its time accessing the Internet and social media, Generation Z currently has a presence online which is greater than the youth generation in the past. Survey report from Pew Internet and American Project in 2018 shows the number of Generation Z adolescents who online almost continuously doubling, which is around 45%, compared to the previous survey in 2015 which was 24% (Anderson & Jiang, 2018a). Rideout & Robb's research (2018) found that more than 92% of Generation Z use platform social media, which 70% use it more than once a day, 38% use it several times an hour, and 16% use it almost continuously. While the survey results We Are Social conducted in Singapore in 2017 showed that the highest activity of social media users in Indonesia was carried out by digital native, namely Generation Y and Generation Z, with a percentage of 62% using smartphone, 16% use computers, and 6% use tabs (Triastuti, Prabowo, & Nurul, 2017)

The use of social media among adolescents is like a double-edged sword. On the one hand, social media has several positive implications for adolescents. Social media allows teens to develop connections online with people in their group of friends, as well as forming connections with people who are more geographically dispersed (Glazzard & Stone, 2019). In addition, social media also provides a place for adolescents to express themselves. O'Keeffe and Clarke-Pearson (2011) state that engagement in various forms of social media has been shown to benefit children and youth by improving communication, social connections, and even technical skills. The use of social media can thus have a positive effect on mental health, social skills, and learning skills.

On the other hand, the use of social media and social interaction online also carries some risks and negative effects for Generation Z and impacts on their psychological development and well-being (Lenhart et al., 2015; Michikyan & Suárez-Orozco, 2016). Various studies have shown that Internet and social media use is associated with depressive symptoms (Kraut et al., 1998; Moreno et al., 2011; van den Eijnden, Meerkerk, Vermulst, Spijkerman, & Engels, 2008), stress (Egan & Moreno, , 2011; Kraut et al., 1998), loneliness and social isolation (Kraut et al., 1998; Moody, 2001; Primack et al., 2017; Turkle, 2011), and social anxiety (Harman, Hansen, Cochran, & Lindsey, 2005; Shaw, Timpano, Tran, & Joormann, 2015). Adolescents who use social media excessively, i.e. those who spend more than 2 hours per day on social media, were more likely to report poor mental health, including psychological distress (Sampasa-Kanyinga & Lewis, 2015).

The relationship between Internet technology-based media use and users' psychological well-being has become a major research focus in the field of cyberpsychology popular over the last few decades (Song et al., 2014). However,

despite more than two decades of research, there is still substantial disagreement regarding the nature and value of the Internet's impact on the psychological lives of individuals. Some researchers argue that Internet use leads to more, wider and better social relationships by freeing individuals from the constraints of geography or isolation caused by health, distance or time. The Internet provides a context for social interaction and interpersonal development and thus can improve users' psychological well-being (CY Liu & Yu, 2013; Carpenter & Buday, 2007; Baker & Oswald, 2010; Doğan, 2016; Kim & Lee, 2011; Nabi, Prestin, & So, 2013). Otherwise, Sampasa-Kanyinga & Lewis, 2015; Spraggins, 2009; Burke, Marlow, & Lento, 2010). Sampasa-Kanyinga & Lewis, 2015; Spraggins, 2009; Burke, Marlow, & Lento, 2010). On the other hand, some other researchers have argued that Internet use causes people to become socially isolated and disconnected from genuine social relationships, because they focus on being alone in their world or communicating with anonymous strangers through socially poor media (Turkle, 2011), thereby damaging and endanger psychological well-being (Kraut et al., 1998; Devine & Lloyd, 2012; Sampasa-Kanyinga & Lewis, 2015; Spraggins, 2009; Burke, Marlow, & Lento, 2010).

Findings from various contradictory research results, as stated above, show that the relationship between Internet technology-based media use and psychological well-being is complex (Gordon, Juang, & Syed, 2007), and this highlights the need for further research to clarify the relationship. The various studies were conducted to look at and find out what factors are considered to play a role in influencing the behavior of using social media by adolescents that can have an impact on their psychological well-being.

Based on the literature review on studies on psychological well-being in the context of social media use, this study focuses on self-esteem, social media dependency, and motives for using social media as factors that are seen as playing a role in influencing the psychological well-being of Generation Z. Self-esteem plays a significant role that very important for adolescent development. Self-esteem is a fundamental component of self-awareness and occupies a major place in the individual structure of adolescents because it is related to mental health and psychological well-being of adolescents (Dunham, Baron, & Banaji, 2007). Various research results show that self-esteem is positively correlated with psychological well-being, which means the higher the self-esteem of adolescents, the higher the perceived psychological well-being (Nwankwo, Okechi, & Nweke, 2015; Paradise & Kernis, 2002). In contrast, low self-esteem is highly correlated with depression (Beck, Brown, Steer, Kuyken, & Grisham, 2001; Silverstone & Salsali, 2003). Adolescents who have low self-esteem experience significantly less happiness and more emotional distress, including depression and anxiety (Rosenberg & Owens, 2001).

Self-esteem is a significant predictor of Internet/social media usage behavior in adolescents. Adolescents have a vital need to maintain and/or increase their self-esteem, and this can be obtained by adolescents through social media (Mehdizadeh, 2010). Various research results explain that there is a negative relationship between self-esteem and addiction to the Internet and/or social media (Armstrong, Phillips, & Saling, 2000). The results obtained by De Cock et al (2014)

show that low levels of self-esteem are associated with Facebook addiction. Those with low self-esteem showed an increase in the amount of time they used the Internet (Armstrong et al., 2000; Douglas et al., 2008). This increase in the amount of time using the Internet/social media causes adolescents to be vulnerable to developing addictive behavior related to the use of social media (Shettar et al, 2017).

Social media dependency is also a significant factor affecting adolescent psychological well-being (Blachnio, Przepiorka & Pantic, 2016; Marino, Gini, Vieno, and Marcantonio, 2017; Shettar, Karcak, Kakunje, Mendosa & Chandran, 2015). The negative consequences triggered by excessive use of social media have a detrimental effects on the personal, social, and/or academic life of adolescents (Ryan, Chester, Reece & Xenos, 2014; Griffiths, Kuss & Demetrovics, 2014). The results of research by Lam & Peng (2010) concluded that adolescents who use the Internet pathologically tend to develop depressive behavior.

However, research so far regarding the use of social media and its relationship to psychological well-being has only focused on the frequency of its use, where the results of research related to this have not shown a consistent relationship. Therefore, Kraut et al (1998, 2002), pointed out the importance of examining potential moderators of the relationship between Internet use and outcomes on psychological well-being (Gordon et al, 2007). In this case, the role of motivational factors in using social media becomes important because different motives produce different behaviors that lead to different psychological effects (Katz, Blumler, & Gurevitch, 1973; Rubin, 2002). Adolescents' motives for using social media are seen as playing a role in influencing psychological well-being. The two main motives that drive the use of social media by individuals are maintain existing relationship motives and meet new people and socializing motives. Yang & Brown (2013) from the results of their study explained that freshmen who used Facebook to develop new connections reported lower social adjustment and higher levels of loneliness, while freshmen who used the site to maintain existing relationships were more likely to report better social adjustment and lower levels of loneliness. Research conducted by Rae and Lonborg (2015) shows that individual motives for using Facebook moderate the relationship between Facebook use and psychological well-being, where individuals have higher levels of well-being when using Facebook is motivated by a desire to maintain existing social relationships. In contrast, the use of Facebook that is motivated to find and form social relationships is associated with lower psychological well-being. This indicates that the motivation to use social media plays a role in influencing the effect of social media use on individual well-being.

This study aims to develop and test a model of psychological well-being for Generation Z adolescents related to the use of social media by looking at the aspect of self-esteem, the level of social media dependency, and also the motives of adolescents in using social media. This study will further examine the effect of self-esteem, social media dependency, and motives for using social media on the psychological well-being of Generation Z adolescents.

Research methods

This study uses a quantitative approach that aims to develop a model of psychological well-being in Generation Z adolescents. The variables in this study consist of self-esteem as an exogenous variable, as well as psychological well-being, social media dependency, and motives for using social media as endogenous variables. The research subjects were 647 Generation Z youths who were junior high, high school, and university students in Mataram City, consisting of 282 boys and 365 girls, with an age range of 12 - 21 years. Sampling using the technique multistage random sampling.

The instrument used in this study was MHI-18 (Mental Health Inventory) (Veit and Ware, 1983), contains 18 statements to measure the psychological well-being of the subjects. Measurement of self- esteem using 10 item statements on a Rosenberg Self-Esteem Scale (Rosenberg, 1965). Online Social Network Dependency Scale (Thadani & Cheung, 2011) was used to measure the level of subject's social media dependency, and the measurement of the motives for using the subject's social media using Social Media Usage Aims Scale (Horzum, 2014) with items on Maintain Existing Relationship and Meet New People and Socializing dimensions. The four measurement scales have gone through the process of adopted measuring instruments into Indonesian through the test try-out in 230 adolescents. Test results confirmatory factor analysis by using the Lisrel 9.10 program obtained the value of construct reliability for the four scales, namely: MHI scale 0.93; self-esteem scale 0.87; social media dependency scale 0.96; and the motive scale for the use of social media is 0.84.

Result

Based on the results of the model test, it is known that the psychological well-being model of Generation Z has considered the criterion value of fit the model is quite good with the fulfillment of the SRMR criteria which is less than 0.1; NFI and CFI values are close to 0.9; RMSEA value is quite good with close to 0.8 and the value of The GFI value of 0.82 shows that it is quite large. Overall this model shows a good fit with the actual data available (empirical data). The structural equation in the model produces a coefficient of determination of 0.49 which indicates that the contribution of variation from the self-esteem variable, maintain existing relationship motive, meet new people and socializing motive, and social media dependency in explaining the psychological well-being variable is 49%.

The theoretical model of psychological well-being obtained from this study shows that the factors of self-esteem and social media dependency, separately and together, affect the psychological well-being of Generation Z adolescents. This model also obtains results where social media dependency is a significant mediator in the relationship between self-esteem and psychological well-being. In addition, this model also shows that the two motives for using social media, namely the motive for maintaining existing relationships and the motive for meeting new people and socializing as moderators, significantly affect the strength and weakness of the impact of social media dependency on the psychological well-being of Generation Z youth. The factors affecting the psychological well-being of

Generation Z adolescents from the results of this study are gender and the amount of time spent accessing social media.

The results of this study strengthen the results of previous studies, namely that self-esteem is a significant predictor of influence on the psychological well-being of Generation Z adolescents. Self-esteem is positively correlated and closely related to psychological well-being and mental health (Bolognini, Plancherel, Bettschart & Halfon, 1996; Poudel, Gurung). & Khanal, 2020; Fauziah, Handarini & Muslihati, 2018). High levels of self-esteem are generally associated with psychological well-being, life satisfaction, and happiness (Wang & Sound, 2008; Dogan, Totan & Sapmaz, 2013; Hwang, Kang, Tak & Lee, 2015). Self-esteem is identified as a variable that allows individuals to utilize the strengths and potential of their personality to the fullest, find meaning in everyday life, and live and consider themselves worthy. According to Seligman (2002), it is a variable to predict subjective well-being. The Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions (Fredrickson, 2001), specifically explains that positive emotions (positive/high self-esteem) broaden an individual's repertoire of momentary thought acts, which in turn serve to build up their resources (enduring), ranging from physical and intellectual to social and psychological resources. Fredrickson (2001) theorizes that positive emotions trigger and build psychological resilience and enhance emotional well-being by enabling individuals to think flexibly and creatively, promoting coping and expanding the scope of attention and cognition. Self-esteem can influence human behaviour in certain situations: life events, social relationships, goal formation, and motivation (Robins, Tracy & Trzesniewski, 2001). Therefore, self-esteem can affect the level of well-being.

The results also show that self-esteem is also proven to be a significant predictor of social media dependency in Generation Z teenagers. There is a high need to maintain and increase self-esteem in adolescents by encouraging them to use social media with high intensity, which in turn tends to make them addicted. (Kramer & Winter, 2008), reliance on social media. The results of this study are also in line with the results of previous studies, namely that self-esteem is negatively correlated with social media dependency, which means that adolescents with low self-esteem tend to have high social media dependency and vice versa (Hong et al., 2014; Malik & Khan, 2015; Wang et al., 2014). Adolescents with low self-esteem prefer to use social networking sites to withdraw or escape from negative evaluations and interpersonal stresses encountered in real life. Negative self-esteem also shows shy, quiet behavior and also raises high social anxiety in adolescents, so that they will choose the safest and most comfortable access to communication and self-expression with little risk socially, where this is fulfilled by using the media. social (Caplan, 2007). In addition, high levels of social anxiety may also be associated with loneliness, which also predicts the disclosure of personal information on Facebook (Bachnio et al., 2014). Some of these things cause the lower self-esteem of adolescents, the greater their tendency to be involved in Internet addiction (Rahardjo, 2019).

Davis (2001) and Caplan (2002) explain social media dependency as a form of problematic Internet use through a cognitive-behavioral perspective/ model. This perspective interprets problematic Internet use (PIU) as a set of maladaptive

thoughts and actions that involve Internet use (Caplan, 2002; Davis, 2001). The most central factor of problematic Internet use, according to this perspective, is maladaptive cognition. An individual with problematic Internet or social media use presents underlying cognitive dysfunction in the form of specific maladaptive cognition. Negative self-evaluation or low self-esteem is one form of maladaptive cognition that encourages individuals to use the Internet or social media with problems. Individuals have a negative view of themselves and use the Internet and social media to achieve more positive responses from others. Therefore, when an individual is in a chat room on social media, the individual automatically applies this cognition, and the result of such maladaptive cognition is pathological Internet or social media use.

On the other hand, social media dependency is a significant variable that is negatively correlated with adolescent psychological well-being (Lam & Peng, 2010; Blachnio, Przepiorka & Pantic, 2016; Marino, Gini, Vieno & Marcantonio, 2017). The higher the level of dependence on social media, the more teenagers tend to have low psychological well-being (Kross et al., 2013; Kuss & Griffiths, 2011). Several mechanisms have been proposed to explain the negative association of intense and problematic social media use with well-being. Wonsel (2018) explains that users who use social media intensely may be overexposed to unrealistic depictions of others, which in turn can lead to higher social comparisons and lower mental well-being. In addition, intense users may also spend less time offline with friends or family due to their intense use of social media, which may have a negative impact on their social well-being (Kraut et al., 1998).

Related to this, social media dependency has proven to be a significant mediator in the relationship between self-esteem and psychological well-being of Generation Z adolescents. When viewed from the effect of self-esteem and dependency on social media on psychological well-being, it appears that self-esteem has a greater influence on psychological well-being compared to the influence of social media dependency on adolescent psychological well-being. However, when the relationship between self-esteem and psychological well-being is mediated by the social media dependency variable, the indirect effect of self-esteem on psychological well-being decreases to 0.09. This shows that the social media dependency variable plays a significant role in mediating the relationship. However, although social media dependency has a smaller effect than self-esteem, it still has a role in mediating relationships. That is, adolescents with high self-esteem tend to have low social media dependency, and this results in their having high psychological well-being. The partial mediating relationship in this study also proves the role of a stronger direct relationship between self-esteem and psychological well-being.

The results of this study also show the moderating role of the maintaining existing relationship motive in strengthening the negative relationship between social media dependency and psychological well-being. This is possible because maintaining existing relationships on social media is not an easy thing and requires great effort, which actually increases the effect of dependence. The phenomenon of context collapse (Davis & Jurgenson, 2014) in social media has resulted in blurred boundaries that separate group-based online communities (Boyd & Heer, 2006).

Context collapse has flattened the network into a single context. This makes managing the online identity of individuals (adolescents) in various networks—which are many in number and have various kinds of interests—become increasingly complicated and challenging for individuals, especially in regulating the boundaries of personal territory (privacy) in various online groups that have their own interests and norms. -respectively (Boyd, 2004; Meyrowitz, 1986). The collapse of various social contexts in online situations, the interests of large and different groups in social media (such as school friends, family, and other communities), as well as the demand for privacy, allow adolescents to experience difficulties and conflicts in maintaining relationships with existing social networks socially online. That is, they have to present themselves differently depending on the demands of diverse networks, be they friends from school, family, or other communities. To maintain this relationship requires a great effort that allows adolescents to experience tension, pressure, and anxiety (Binder, Howes, & Sutcliffe, 2009; Brandtze, Lüders, & Skjetne, 2010), which in turn has a significant effect on psychological well-being. The high motive for maintaining social relationships through social media has resulted in individuals who already have a tendency to use social media excessively. Their psychological well-being decreases because they are required to present themselves with the various expectations that online social networks (school friends, family, or other communities) have at the same time.

The results related to the moderating role of motives for meeting new people actually weakened the negative relationship between social media dependency and psychological well-being. This is possible because interactions through social media with new people are actually made easier and free from social cues such as gestures and other nonverbal cues (Nguyen, Bin, & Campbell, 2012), thereby reducing interaction anxiety. The anxiety-provoking social features and cues that are typically present in face-to-face interactions are largely absent online. In addition, adolescents who lack social skills and are anxious about face-to-face interactions tend to use social media to meet and make new friends (Mckenna & Bargh, 2000). Characteristics of text-based online communication (such as lack of nonverbal cues, e.g. visual and auditory, and anonymity) can facilitate and facilitate contact with new/foreign people. Individuals can present their ideal self and express themselves more freely in their new relationships. This has an impact on decreasing loneliness and depression in users (Valkenburg, Peter, & Schouten, 2006). Meeting new people online according to their personal preferences may help adolescents with high social anxiety validate themselves or obtain socio-emotional support that adolescents may find difficult to obtain in a face-to-face environment. Online communication with this new person makes teens feel as though they are free from stress, provides comfort, and helps improve their psychological well-being.

This study has limitations in taking less varied samples because participants are only limited to formal schools in Mataram City, so that they are not representative enough to represent the characteristics of Gen Z adolescents in general. Further research is advised to pay attention to a stricter sample frame (taking into account quotas with a balanced proportion of demographic factors) so that it is more accurate in predicting results. Another limitation is the data collection

using self-reported and cross-sectional designs, which cannot be used as a strong basis to explain the existence of a causal relationship. In the future, it is necessary to consider using longitudinal research methods and using other instruments such as a behavioral checklist that describes the actual use or dependency of social media, so as to obtain a more in-depth and comprehensive picture of its effect on psychological well-being.

Implications and Suggestions

The results of the structural model analysis show that this model of the psychological well-being of Generation Z adolescents is theoretically feasible to be used to explain the phenomenon of social media use and its impact on psychological well-being. An important theoretical implication of the results of this study is the importance of understanding the role of motives for using social media as a moderator in influencing the positive and negative impacts of using social media on psychological well-being.

The practical implications of the results of this study indicate the importance of intervention on self-esteem by understanding the motives and needs that teenagers want to fulfill when using social media, so that they can have a positive impact on psychological well-being. The discussion in this study shows the possible future risks that can be faced by adolescents because the role of the motive for meeting new friends is quite prominent in the interaction of the relationship between social media dependency and psychological well-being. These risk factors can be mitigated by the authorities (such as psychologists and counselors in schools) by providing an understanding of the psychological processes that make individuals feel comfortable interacting with new people as well as the impact of uncertainty that may occur in the future if the user does not have sufficient knowledge about the opponent, new interactions.

From the results obtained in this study, suggestions that can be given are: 1) For adolescents, it is necessary to increase positive self-assessment by developing self-ability and potential either through independent study or by participating in self-development training activities that can increase self-confidence. Teenagers also need to train and develop proper self-control and self-regulation by arranging time management for accessing social media or other daily activities so that the frequency of social media use can be controlled; 2) For parents, it is necessary to build effective communication with adolescents through discussions regarding their development, help adolescents build self-confidence by giving adolescents the opportunity to develop their potential, help adolescents manage time well and discuss the rules that need to be understood and implemented, adolescents, especially related to the use of social media. Parents must have the ability and understanding of the digital world and appropriate social media in order to understand and fulfill the digital desires of children and teenagers based on their needs; 3) Schools must always motivate and help students build positive self-esteem by giving praise and positive feedback on student behavior or attitudes, as well as holding positive activities related to student self-development. It also examines other variables that are assumed to affect the psychological well-being of adolescents.

ABSTRAK

Generasi Z sebagai *digital native* adalah pengguna media sosial yang paling aktif dan juga paling rentan menerima dampak penggunaan media sosial terhadap perkembangan psikososial mereka. Berbagai literatur dan hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial dapat berdampak buruk pada kesehatan mental anak dan remaja. Namun pada saat yang sama, penggunaan media sosial juga dapat bermanfaat dan memiliki efek positif bagi kesejahteraan psikologis Generasi Z.

Penelitian ini bertujuan membangun model kesejahteraan psikologis remaja Generasi Z pengguna media sosial berdasarkan *Use and Gratification Theory*, dengan melihat pengaruh harga diri, ketergantungan media sosial, dan motif penggunaan media sosial melalui hubungan mediasi dan moderasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif, dengan terlebih dahulu melakukan beberapa adaptasi skala alat ukur yang digunakan. Subyek penelitian adalah Generasi Z dengan rentang usia remaja 12 – 21 tahun yang merupakan siswa/siswi SMP dan SMA serta mahasiswa di Kota Mataram, terdiri atas 282 remaja laki-laki dan 365 remaja perempuan. Pengambilan sampel penelitian dengan menggunakan *multistage random sampling* dan analisis data menggunakan SEM.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa model kesejahteraan psikologis remaja Generasi Z ini telah sesuai (*fit*) dengan data di lapangan. Berdasarkan hasil uji hipotesis terbukti bahwa harga diri dan ketergantungan media sosial secara signifikan mempengaruhi kesejahteraan psikologis Generasi Z. Ketergantungan media sosial juga terbukti signifikan sebagai mediator dalam hubungan antara harga diri dan kesejahteraan psikologis. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa motif *maintain existing relationship* berpengaruh positif yang memperkuat dampak ketergantungan media sosial terhadap kesejahteraan psikologis. Sebaliknya motif *meet new people and socializing* berpengaruh negatif, yaitu memperlemah dampak ketergantungan media sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja generasi Z. Berdasarkan hasil penelitian ini penting bagi remaja untuk mampu menilai diri secara positif, mengembangkan kontrol diri dan regulasi diri, serta memahami dan menggunakan media sosial secara tepat sesuai kebutuhan pribadi. Orangtua dan pihak sekolah diharapkan memiliki pemahaman perkembangan remaja di era digital dan pola pengasuhan yang tepat, memberi dukungan agar remaja memiliki nilai diri yang positif yang akan membantu remaja menghadapi segala masalah secara positif sehingga memberi dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis mereka.

Kata kunci: kesejahteraan psikologis, harga diri, ketergantungan media sosial, motif penggunaan media sosial, Generasi Z.

ABSTRACT

Generation Z as digital native are the most active social media users and also the most vulnerable to accept the impact of social media use on their psychosocial development. Various literatures and research results show that social media can have a negative impact on the mental health of children and adolescents. But at the same time, the use of social media can also be beneficial and have a positive effect on the psychological well-being of Generation Z.

The aim of this study to develop a theoretical model of psychological well-being of Generation Z adolescents who use social media based on Use and gratification Theory, by measuring the effect of self-esteem, social media dependency, and motives for using social media through mediation and moderation relationships. The research subjects were Generation Z with an age range of 12-21 years old who were junior high, senior high school, and college students in Mataram City consisted of 282 boys and 365 girls. Sampling research using multistage random sampling and data analysis using SEM.

Research result showed that psychological well-being model of Generation Z adolescents has been appropriate (fit) with data on the field. Based on the results of hypothesis testing, it is proven that self-esteem and social media dependency significantly affect the psychological well-being of Generation Z. Social media dependency has also been shown to be significant as a mediator in the relationship between self-esteem and psychological well-being. The results also showed that the maintain existing relationship motive has positive effect that reinforces the impact of social media dependency on psychological well-being. Reversely, meet new people and socializing motive has a negative effect, namely weakening the impact of social media dependency on the psychological well-being of generation Z adolescents. Based on the results of this study, it is important for adolescents to be able to evaluate themselves positively, develop self-control and self-regulation, understand and use social media appropriately according to personal needs. Parents and schools are expected to have an understanding of adolescent development in the digital era and appropriate parenting patterns, providing support so that adolescents have positive self-values that will help adolescents face all problems positively so that it has a positive impact on their psychological well-being.

Keywords: psychological well-being, social media addiction, self-esteem, Motives for social media usage, Generation Z.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PRASYARAT GELAR.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	vi
HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI.....	viii
HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH.....	ix
HALAMAN RINGKASAN.....	xiv
HALAMAN <i>SUMMARY</i>	xxiii
HALAMAN ABSTRAK.....	xxxi
HALAMAN <i>ABSTRACT</i>	xxxii
HALAMAN DAFTAR ISI.....	xxxiii
HALAMAN DAFTAR TABEL.....	xxxviii
HALAMAN DAFTAR GAMBAR.....	xl
HALAMAN DAFTAR LAMPIRAN.....	xli
HALAMAN DAFTAR KATA ASING, SINGKATAN DAN ISTILAH....	xlii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Kajian Masalah.....	16
1.3 Rumusan Masalah.....	35
1.4 Tujuan Penelitian.....	37
1.5 Manfaat Penelitian.....	38
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 41
2.1 Remaja Generasi Z.....	41
2.1.1 Definisi Remaja.....	41
2.1.2 Fase Perkembangan Masa Remaja.....	42

2.1.3 Generasi Z.....	44
2.1.4 Karakteristik Generasi Z.....	45
2.1.5 Media Sosial dan Remaja Generasi Z.....	47
2.1.6 Remaja Generasi Z dalam Perspektif Perkembangan Sepanjang Hidup (<i>Life-span development</i>).....	49
2.2 Kesejahteraan Psikologis.....	54
2.2.1 Definisi.....	54
2.2.2 Dimensi-dimensi Kesejahteraan Psikologis.....	56
2.2.3 Kesejahteraan Psikologis pada Remaja.....	59
2.2.4 Jenis Kelamin dan Kesejahteraan Psikologis.....	61
2.2.5 Status Sosial Ekonomi dan Kesejahteraan Psikologis.....	62
2.3 Harga Diri.....	63
2.3.1 Definisi.....	63
2.3.2 Karakteristik Harga Diri.....	65
2.3.3 Tipe-tipe Harga Diri.....	68
2.3.4 Perkembangan Harga Diri Remaja.....	70
2.4 Ketergantungan Media Sosial.....	73
2.4.1 Definisi.....	73
2.4.2 Karakteristik Ketergantungan Media Sosial.....	76
2.4.3 Perspektif dalam Penggunaan Media Sosial Maladaptif.....	78
2.5 Motif Penggunaan Media Sosial.....	83
2.5.1 Definisi.....	83
2.5.2 Motif-motif dalam Penggunaan Media Sosial.....	84
2.5.3 Motif <i>Maintain Existing Relationship</i> dan Motif <i>Meet New People and Socializing</i>	85
2.6 Media Sosial.....	87
2.7 <i>Use and Gratification Theory</i>	89
2.8 Kesejahteraan Psikologis Remaja Generasi Z dalam Konteks Penggunaan Media Sosial.....	92
2.8 Keterkaitan Variabel.....	95
2.8.1 Hubungan Harga Diri dan Kesejahteraan Psikologis.....	95

2.8.2 Hubungan Harga Diri dan Ketergantungan Media Sosial.....	96
2.8.3 Hubungan Ketergantungan Media Sosial dan Kesejahteraan Psikologis.....	97
2.8.4 Hubungan Harga Diri dan Kesejahteraan Psikologis Melalui Ketergantungan Media Sosial sebagai Mediator.....	98
2.8.5 Hubungan Ketergantungan Media Sosial dan Kesejahteraan Psikologis Melalui Moderator <i>Motif Maintain Existing Relationship</i> dan <i>Meet New People and Socializing</i>	99
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS.....	101
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian.....	101
3.2 Hipotesis Penelitian.....	105
BAB IV METODE PENELITIAN.....	107
4.1 Tipe Penelitian.....	107
4.2 Identifikasi dan Definisi Konseptual Variabel Penelitian.....	107
4.2.1 Kesejahteraan Psikologis.....	108
4.2.2 Harga Diri.....	109
4.2.3 Ketergantungan Media Sosial.....	109
4.2.4 <i>Motif Maintain Existing Relationship</i> dan <i>Motif Meet New People and Socializing</i>	110
4.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	111
4.3.1 Kesejahteraan Psikologis.....	111
4.3.2 Harga Diri.....	112
4.3.3 Ketergantungan Media Sosial.....	112
4.3.4 <i>Motif Maintain Existing Relationship</i> dan <i>Motif Meet New People and Socializing</i>	113
4.4 Populasi dan Sampel.....	114
4.4.1 Populasi.....	114
4.4.2 Pemilihan Sampel/Subyek Penelitian.....	116
4.4.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	117
4.5 Teknik Pengumpulan Data.....	119

4.5.1 Kesejahteraan Psikologis.....	120
4.5.2 Harga Diri.....	122
4.5.3 Ketergantungan Media Sosial.....	123
4.5.4 Motif Penggunaan Media Sosial.....	124
4.6 Adaptasi Alat Ukur.....	126
4.6.1 Tahap Pra kondisi (<i>Pre-condition</i>).....	126
4.6.2 Tahap Pengembangan Tes (<i>Test Development</i>).....	127
4.7 Teknik Analisis Data.....	136
BAB V HASIL PENELITIAN.....	137
5.1 Pelaksanaan Penelitian.....	137
5.2 Hasil Penelitian.....	139
5.2.1 Paparan Data Penelitian.....	139
5.2.1.1 Deskripsi Data Demografi Subyek Penelitian.....	139
5.2.1.2 Deskripsi Data Variabel Penelitian.....	149
5.2.2 Hasil Analisis Data dengan <i>Structural Equation Modelling</i>	157
5.2.2.1 Hasil Analisis Model Pengukuran (<i>Measurement Model</i>).....	162
5.2.2.2 Hasil Analisis Model Struktural (<i>Structural Model</i>).....	165
5.2.2.3 Hasil Analisis Berdasarkan Kondisi Demografis.....	173
BAB VI PEMBAHASAN.....	178
6.1 Pembahasan.....	179
6.1.1 Model Kesejahteraan Psikologis Remaja Generasi Z Ditinjau dari Harga Diri, Ketergantungan Media Sosial, dan Motif <i>Maintain Existing Relationship</i> dan Motif <i>Meet New People and Socializing</i>	179
6.1.2 Hubungan Harga Diri dan Kesejahteraan Psikologis.....	191
6.1.3 Hubungan Harga Diri dan Ketergantungan Media Sosial.....	193
6.1.4 Hubungan Ketergantungan Media Sosial dan Kesejahteraan Psikologis.....	196
6.1.5 Hubungan Harga Diri dan Kesejahteraan Psikologis Melalui Mediasi Ketergantungan Media Sosial.....	198
6.1.6 Hubungan Ketergantungan Media Sosial dan Kesejahteraan	

Psikologis dengan Moderator Motif <i>Maintain Existing Relationship</i>	200
6.1.7 Hubungan Ketergantungan Media Sosial dan Kesejahteraan	
Psikologis dengan Moderator Motif <i>Meet New People and Socializing</i>	205
6.2 Kebaruan Penelitian.....	209
6.3 Implikasi Penelitian.....	210
6.3.1 Implikasi Teoritis.....	210
6.3.2 Implikasi Praktis.....	211
6.4 Keterbatasan Penelitian.....	211
BAB VII PENUTUP	214
7.1 Kesimpulan.....	214
7.2 Saran.....	216
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Hlm
Tabel 4.1.	Data jumlah dan sebaran lembaga pendidikan menengah di Kota Mataram Tahun Pelajaran 2019/2020	115
Tabel 4.2.	Data jumlah siswa jenjang pendidikan SMP dan SMA di Kota Mataram Tahun Pelajaran 2019/2020	115
Tabel 4.3.	Data jumlah Perguruan Tinggi dan Mahasiswa di kota Mataram tahun 2018	115
Tabel 4.4.	Daftar nama dan jenjang lembaga pendidikan yang menjadi lokasi penelitian	119
Tabel 4.5.	<i>Blue-print</i> MHI-18	121
Tabel 4.6.	<i>Blue-print Rosenberg Self-Esteem Scale</i>	122
Tabel 4.7.	<i>Blue print</i> skala OSND	124
Tabel 4.8.	<i>Blue print</i> skala motif penggunaan media sosial	125
Tabel 4.9.	Nilai akar AVE vs. korelasi antara dimensi pada skala MHI	134
Tabel 4.10.	Nilai akar AVE vs. korelasi antara dimensi pada skala SMUA	135
Tabel 5.1.	Data responden sampel penelitian	139
Tabel 5.2.	Karakteristik subyek penelitian berdasarkan jenis kelamin	139
Tabel 5.3.	Karakteristik subyek penelitian berdasarkan usia	140
Tabel 5.4.	Karakteristik subyek penelitian berdasarkan jenjang pendidikan	140
Tabel 5.5.	Persentase penggunaan media sosial subyek terkait <i>platform</i> yang digunakan	142
Tabel 5.6.	Data mulai menggunakan media sosial subyek penelitian	144
Tabel 5.7.	Data frekuensi subyek mengakses media sosial	145
Tabel 5.8.	Data waktu yang dihabiskan dalam menggunakan media sosial oleh subyek penelitian	146
Tabel 5.9.	Data jumlah teman <i>online</i> dan teman <i>offline</i> subyek penelitian	147
Tabel 5.10.	Persentase rata-rata uang saku/pengeluaran subyek dalam sebulan	148

Tabel 5.11.	Karakteristik subyek penelitian berdasarkan tahap perkembangan	149
Tabel 5.12.	Perhitungan data empirik dan data hipotetik	150
Tabel 5.13.	Pedoman kategorisasi data	151
Tabel 5.14.	Kategorisasi Subyek untuk Data Kesejahteraan Psikologis	152
Tabel 5.15.	Kategori subyek pada dimensi Positif Skala MHI-18	153
Tabel 5.16.	Kategori subyek pada dimensi Negatif Skala MHI-18	153
Tabel 5.17.	Kategorisasi Subyek untuk Data Harga Diri	154
Tabel 5.18.	Kategorisasi Subyek untuk Data Motif MER	155
Tabel 5.19.	Kategorisasi Subyek untuk Data Motif MNPS	156
Tabel 5.20.	Kategorisasi Subyek untuk Data Ketergantungan Media Sosial	157
Tabel 5.21.	Data hasil uji normalitas	159
Tabel 5.22.	Hasil Pengujian Multikolinearitas	161
Tabel 5.23.	Hasil pengujian validitas konvergen	163
Tabel 5.24.	Hasil pengujian validitas diskriminan	164
Tabel 5.25.	Hasil nilai AVE dan CR masing-masing konstruk	165
Tabel 5.26.	Nilai <i>goodness of fit</i> model akhir	166
Tabel 5.27.	Hasil uji signifikansi hubungan antara konstruk eksogen dan konstruk endogen	170
Tabel 5.28.	Persamaan struktural model kesejahteraan psikologis remaja Generasi Z	173
Tabel 5.29.	Hasil pengujian perbedaan <i>mean</i> kesejahteraan psikologis berdasarkan kondisi demografi	175

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Hlm
Gambar 3.1	Kerangka konseptual penelitian	101
Gambar 4.1	Alur teknik <i>multistage random sampling</i>	118
Gambar 5.1	Model struktural SEM kesejahteraan psikologis dengan <i>standardize loading</i>	167
Gambar 5.2	Model struktural SEM kesejahteraan psikologis dengan t-statistik	169

DAFTAR LAMPIRAN

<u>Nomor</u>	<u>Judul Lampiran</u>	<u>Hlm</u>
Lampiran 1	Surat Keterangan Melaksanakan Penelitian	
Lampiran 2	Instrumen Alat Ukur Penelitian	
Lampiran 3	Output Analisis Lisrel	

DAFTAR KATA ASING, SINGKATAN DAN ISTILAH

Istilah Kata	Pengertian
<i>Addiction</i>	Kecanduan
<i>Anxiety</i>	Kecemasan
AVE	<i>Average Varian Extra</i>
<i>Back Translation</i>	penerjemahan dari bahasa Indonesia hasil <i>forward translation</i> dalam bahasa Inggris
CFA	<i>Confirmatory Factor Analysis</i>
CVI	<i>Content Validity Index</i>
<i>Depression</i>	Depresi
<i>Dependency</i>	Ketergantungan
FOMO	<i>Fear of Missing Out</i>
Generasi Z	Generasi yang lahir antara tahun 1995 - 2010
Kohort	Kelompok generasi
MHI	<i>Mental Health Index</i>
<i>Positive Affect</i>	Afek positif
PIU	<i>Problematic Internet Use</i>
UGT	<i>Use and Gratification Theory</i>
OSND	<i>Online Social Network Dependency</i>
SMUA	<i>Social Media Usage Aims</i>
<i>Observed variable</i>	Variabel yang diobservasi
<i>Sampling</i>	Sampel yang mewakili populasi penelitian