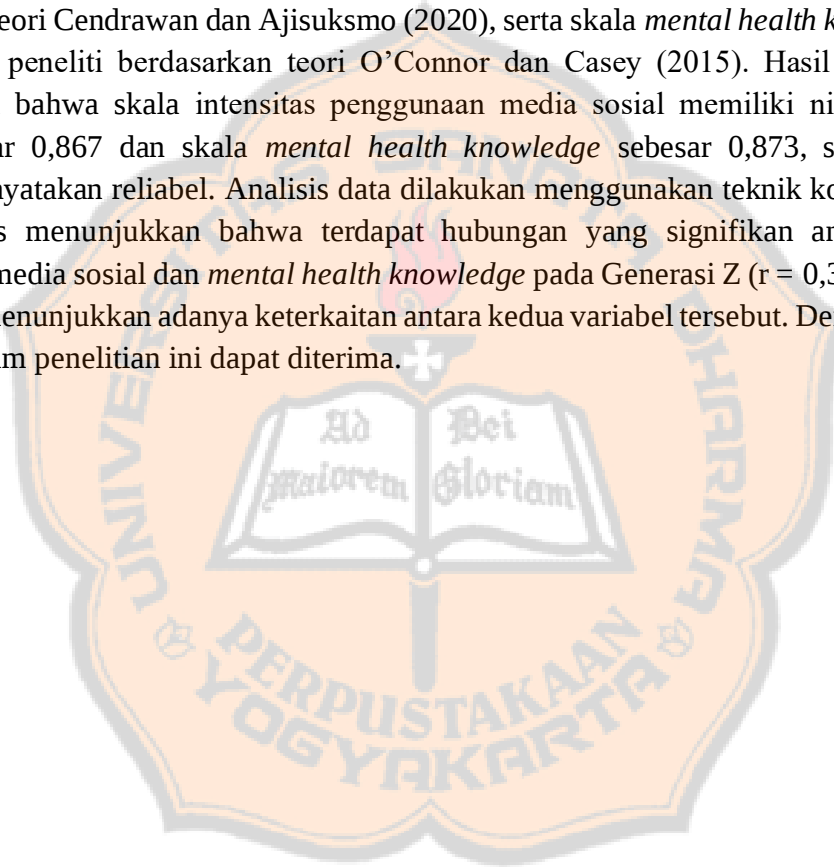


ABSTRAK

Ariesta, I. T. (2026). Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan *Mental Health Knowledge* pada Generasi Z. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan *mental health knowledge* pada Generasi Z. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Jumlah responden yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 105 orang yang termasuk dalam kategori Generasi Z. Instrumen penelitian yang digunakan terdiri dari skala intensitas penggunaan media sosial yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Cendrawan dan Ajisuksmo (2020), serta skala *mental health knowledge* yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori O'Connor dan Casey (2015). Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala intensitas penggunaan media sosial memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,867 dan skala *mental health knowledge* sebesar 0,873, sehingga kedua instrumen dinyatakan reliabel. Analisis data dilakukan menggunakan teknik korelasi Pearson. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dan *mental health knowledge* pada Generasi Z ($r = 0,337$; $p = 0,000$). Temuan ini menunjukkan adanya keterkaitan antara kedua variabel tersebut. Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima.



ABSTRACT

Ariesta, I. T. (2026). The Relationship between Intensity of Social Media Use and Mental Health Knowledge in Generation Z. *Thesis*. Yogyakarta: Psychology, Faculty of Psychology, Sanata Dharma University.

This study aims to determine the relationship between the intensity of social media use and mental health knowledge in Generation Z. This research is quantitative with a correlational approach. The number of respondents involved in this study was 105 people belonging to the Generation Z category. The research instruments used consisted of a social media use intensity scale developed by the researcher based on the theory of Cendrawan and Ajisuksmo (2020), and a mental health knowledge scale developed by the researcher based on the theory of O'Connor and Casey (2015). The results of the reliability test showed that the social media use intensity scale had a Cronbach's Alpha value of 0.867, and the mental health knowledge scale of 0.873; both instruments were deemed reliable. Data analysis was performed using the Pearson correlation technique. The analysis results showed a significant relationship between the intensity of social media use and mental health knowledge in Generation Z ($r = 0.337$; $p = 0.000$). This finding indicates a relationship between the two variables. Thus, the hypothesis in this study is accepted.

