

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING FKIP USD

Dhea Citraningrum
Bimbingan dan Konseling
Universitas Sanata Dharma
2026

Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengetahui tingkat intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP USD (2) mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP USD. (3) mengidentifikasi apakah ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP USD.

Penelitian ini merupakan penelitian korelatif. Penelitian ini melibatkan 115 responden yang merupakan mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP USD. Pengumpulan data menggunakan skala Intensitas Penggunaan Media Sosial yang terdiri dari 24 item, dengan nilai reliabilitas 0,913 dan skala Kesejahteraan Psikologis yang terdiri dari 39 item, dengan nilai reliabilitas 0,954. Analisis data menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment*.

Hasil dari penelitian ini adalah: 1) Sebagian besar mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling dalam intensitas penggunaan media sosial, berada pada kategori sedang, yaitu 49% 2) Sebagian besar mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling dalam kesejahteraan psikologis, berada pada kategori tinggi, yaitu 45% 3) Terdapat hubungan negatif antara intensitas penggunaan media sosial dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling ($r = -0,201$; $p = 0,031 < 0,05$).

Kata kunci: intensitas penggunaan media sosial, kesejahteraan psikologis, mahasiswa Bimbingan dan Konseling

ABSTRACT

***THE RELATIONSHIP BETWEEN THE INTENSITY OF SOCIAL MEDIA USE
AND THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF GUIDANCE AND
COUNSELING STUDENTS AT FKIP USD***

Dhea Citraningrum
Guidance and Counseling
Sanata Dharma University
2026

This study aims to (1) determine the level of social media use intensity among students of the Guidance and Counseling Study Program, FKIP USD; (2) determine the level of psychological well-being among students of the Guidance and Counseling Study Program, FKIP USD; (3) identify whether there is a relationship between social media use intensity and psychological well-being among students of the Guidance and Counseling Study Program, FKIP USD..

This study is correlational research. It involved 115 respondents who are students of the Guidance and Counseling Study Program, FKIP USD. Data were collected using a Social Media Use Intensity Scale consisting of 24 items, with a reliability value of 0.913, and a Psychological Well-being Scale consisting of 39 items, with a reliability value of 0.954. Data analysis used the Pearson Product Moment correlation technique.

The results of this study are: 1) Most students of the Guidance and Counseling Study Program fall into the moderate category of social media use intensity, accounting for 49%; 2) Most students of the Guidance and Counseling Study Program fall into the high category of psychological well-being, accounting for 45%; 3) There is a negative relationship between social media use intensity and psychological well-being among Guidance and Counseling students ($r = -0.201$; $p = 0.031 < 0.05$).

Keywords: *intensity of social media use, psychological well-being, Guidance and Counseling students*