SKRIPSI

HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KEPUASAN HIDUP *(LIFE SATISFACTION)* REMAJA DI SMAN 5 MADIUN

Oleh :

Rieska Zahra Widyaningrum
NIM. 202202038

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

SKRIPSI

HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KEPUASAN HIDUP *(LIFE SATISFACTION)* REMAJA DI SMAN 5 MADIUN

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

Rieska Zahra Widyaningrum
NIM. 202202038

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh :
Nama : Rieska Zahra Widyaningrum
NIM : 202202038
Program Studi : Keperawatan
Judul : Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*) Remaja di SMAN 5 Madiun

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Skripsi pada tanggal 3 Februari 2026

Oleh:

Pembimbing 1	Pembimbing 2
Aris Hartono, S.Kep., Ns., M.Kes	Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes
NUPTK. 4748756657130142	NUPTK. 0357760661130183

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan

Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep
NUPTK. 9933767668237032

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh :
Nama : Rieska Zahra Widyaningrum
NIM : 202202038
Program Studi : Keperawatan
Judul : Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*) Remaja di SMAN 5 Madiun

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Tanggal 12 Februari 2026

Dewan Penguji

Ketua : Zaenal Abidin, S.KM., M.Kes (Epid) .....
NUPTK. 7249754655130123

Penguji 1 : Aris Hartono, S.Kep., Ns., M.Kes .....
NUPTK. 4748756657130142

Penguji 2 : Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes .....
NUPTK. 0357760661130183

Mengesahkan
Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun

Dr. Retno Widiarti, S.KM., M.Kes
NUPTK. 7860759660230162

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rieska Zahra Widyaningrum
NIM : 202202038
Judul : Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*) Remaja di SMAN 5 Madiun

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan, baik yang sudah mampu, belum/tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 5 Februari 2026



Rieska Zahra Widyaningrum
NIM. 202202038

MOTTO

"Dan katakanlah: 'Ya Tuhanku, tambahkanlah ilmu kepadaku.' Barang siapa yang bersungguh-sungguh mencari ilmu, niscaya Allah akan memudahkan jalannya dan memberinya keberkahan dalam setiap langkahnya."

(QS Thaha: 114)

"*In the middle of every difficulty lies opportunity. It's not about avoiding challenges, but about learning and growing through them*."

(Albert Einstein)

"Wanita harus berusaha menjadi mandiri, berpengetahuan luas, dan terampil agar dirinya dapat berdiri sendiri tanpa bergantung pada orang lain."

(Dewi Sartika)

"*Education is the most powerful weapon which you can use to change the world."*

(Nelson Mandela)

"*Your journey may be messy, but every step is progress.*

Keep moving forward, it will pass."

(Penulis)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama	: Rieska Zahra Widyaningrum
Tempat dan Tanggal Lahir	: Tangerang, 11 Juni 2002
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat	: Dusun 02, RT. 006, RW. 002, Desa Ngetrep, Kec. Jiwan, Kab. Madiun
Email	: zahralee2304@gmail.com
No. HP	: 089696539531
Riwayat Pendidikan	:
1. 2008	: TK Islam Terpadu Al – Furqon Maospati
2. 2009 – 2015	: SD Negeri Kraton 6
3. 2015 – 2018	: SMP Negeri 1 Maospati
4. 2018 – 2021	: SMA Negeri 5 Madiun
5. 2022 – sekarang	: STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
Riwayat Pekerjaan	: Belum Bekerja

ABSTRAK

HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KEPUASAN HIDUP (*LIFE SATISFACTION*) REMAJA DI SMAN 5 MADIUN

Rieska Zahra Widyaningrum

Kepuasan hidup (*life satisfaction*) merupakan evaluasi kognitif individu terhadap kualitas kehidupannya secara menyeluruh yang mencerminkan kesejahteraan subjektif. Remaja sebagai kelompok usia perkembangan memiliki kecenderungan tinggi dalam penggunaan media sosial yang berpotensi memengaruhi aspek psikologis, termasuk kepuasan hidup. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kepuasan hidup remaja di SMAN 5 Madiun.

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan analitik korelasional dan metode *cross sectional*. Populasi berjumlah 312 siswa dengan sampel 175 responden yang ditentukan melalui teknik *proportional random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner intensitas penggunaan media sosial dan kuesioner kepuasan hidup, kemudian dianalisis dengan uji korelasi *Pearson* pada tingkat signifikansi $\alpha = 0{,}05$.

Hasil analisis *Pearson* menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,060 dan p-value sebesar 0,429 ($\alpha > 0{,}05$), sehingga H1 ditolak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kepuasan hidup (*life satisfaction*) remaja di SMAN 5 Madiun.

Temuan ini mengindikasikan bahwa kepuasan hidup remaja kemungkinan lebih dipengaruhi oleh faktor lain seperti dukungan keluarga, hubungan interpersonal, dan kondisi lingkungan sosial. Dengan demikian, peningkatan kesejahteraan remaja perlu difokuskan pada penguatan faktor protektif dalam keluarga dan lingkungan sekolah.

Kata kunci: Intensitas penggunaan media sosial, kepuasan hidup, remaja.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL MEDIA USE INTENSITY AND LIFE SATISFACTION OF ADOLESCENTS AT SMAN 5 MADIUN

Rieska Zahra Widyaningrum

Life satisfaction is an individual's cognitive evaluation of their overall quality of life, reflecting subjective well-being. Adolescents, as a developmental age group, have a high propensity for social media use, potentially impacting psychological aspects, including life satisfaction. This study aims to analyze the relationship between the intensity of social media use and life satisfaction among adolescents at SMAN 5 Madiun.

This study employed a quantitative design with a correlational analytical approach and cross-sectional methods. The population comprised 312 students, with a sample of 175 respondents determined using a proportional random sampling technique. Data were collected using a social media usage intensity questionnaire and a life satisfaction questionnaire, then analyzed using the Pearson correlation test at a significance level of $\alpha = 0.05$.

The Pearson analysis results showed a correlation coefficient (r) of 0.060 and a p-value of 0.429 ($\alpha > 0.05$), thus H1 was rejected. These results indicate that there is no significant relationship between the intensity of social media use and life satisfaction among adolescents at SMAN 5 Madiun..

These findings indicate that adolescent life satisfaction is likely more influenced by other factors such as family support, interpersonal relationships, and social environmental conditions. Therefore, improving adolescent well-being needs to focus on strengthening protective factors within the family and school environment.

Keywords: Intensity of social media use, life satisfaction, adolescents.

DAFTAR ISI

Sampul Depan ..... **i**
Sampul Dalam ..... **ii**
LEMBAR PERSETUJUAN ..... **iii**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iv**
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **v**
MOTTO ..... **vi**
DAFTAR RIWAYAT HIDUP ..... **vii**
ABSTRAK ..... **viii**
ABSTRACT ..... **ix**
DAFTAR ISI ..... **x**
DAFTAR TABEL ..... **xiii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xv**
DAFTAR SINGKATAN ..... **xvi**
DAFTAR ISTILAH ..... **xvii**
KATA PENGANTAR ..... **xix**
BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 5
1.3 Tujuan Penelitian 5
1.3.1 Tujuan Umum 5
1.3.2 Tujuan Khusus 5
1.4 Manfaat Penelitian 6
1.4.1 Manfaat Teoritis 6
1.4.2 Manfaat Praktis 6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **7**
2.1 Konsep Media Sosial 7
2.1.1 Definisi Media Sosial 7
2.1.2 Teori Penggunaan Media Sosial 8
2.1.3 Jenis – Jenis Media Sosial 9
2.1.4 Karakteristik Media Sosial 10
2.1.5 Dampak Positif dan Negatif Penggunaan Media Sosial 11
2.1.6 Intensitas Penggunaan Media Sosial 13
2.1.7 Faktor – Faktor Intensitas Penggunaan Media Sosial 14
2.2 Konsep Kepuasan Hidup *(Life Satisfaction)* 16
2.2.1 Definisi Kepuasan Hidup *(Life Satisfaction)* 16
2.2.2 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Hidup *(Life Satisfaction)* 17
2.2.3 Aspek – Aspek Kepuasan Hidup *(Life Satisfaction)* 19
2.2.4 Jenis Kepuasan Hidup *(Life Satisfaction)* 20
2.2.5 Alat Ukur Kepuasan Hidup *(Life Satisfaction)* 20
2.3 Konsep Remaja 22
2.3.1 Definisi Remaja 22
2.3.2 Ciri – Ciri Remaja 23
2.3.3 Tugas Perkembangan Remaja 25

2.3.4 Masalah yang Terkait dengan Pencapaian Tugas Perkembangan Remaja 27
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS 28
3.1 Kerangka Konseptual 28
3.2 Hipotesis Penelitian 29
BAB IV METODE PENELITIAN 30
4.1 Desain Penelitian 30
4.2 Populasi dan Sampel 30
4.2.1 Populasi 30
4.2.2 Sampel 31
4.3 Teknik Sampling 33
4.4 Kerangka Kerja Penelitian 35
4.5 Variabel dan Definisi Operasional Variabel 36
4.5.1 Variabel Penelitian 36
4.5.2 Definisi Operasional 37
4.6 Instrumen Penelitian 38
4.6.1 Kuesioner Intensitas Penggunaan Media Sosial 38
4.6.1 Kuesioner Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*) 39
4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian 40
4.7.1 Lokasi Penelitian 40
4.7.2 Waktu Penelitian 40
4.8 Prosedur Pengumpulan Data 40
4.9 Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data 42
4.9.1 Teknik Pengolahan Data 42
4.9.2 Teknik Analisa Data 45
4.10 Etika Penelitian 46
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 48
5.1 Hasil Penelitian 48
5.1.1 Gambaran dan Lokasi Penelitian 48
5.2 Data Umum 50
5.2.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia 50
5.2.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin 50
5.3 Data Khusus 51
5.3.1 Intensitas Penggunaan Media Sosial di SMAN 5 Madiun 51
5.3.2 Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*) Remaja di SMAN 5 Madiun 52
5.3.3 Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*) Remaja di SMAN 5 Madiun 53
5.4 Pembahasan 54
5.4.1 Intensitas Penggunaan Media Sosial Remaja di SMAN 5 Madiun 54
5.4.2 Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*) Remaja di SMAN 5 Madiun 56
5.4.3 Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*) Remaja di SMAN 5 Madiun 59

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN 61
6.1 Kesimpulan 61
6.2 Saran 61
DAFTAR PUSTAKA 62
LAMPIRAN 66

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Definisi Operasional Penelitian Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kepuasan Hidup *(Life Satisfaction)* Remaja di SMAN 5 Madiun 37
Tabel 4.2 Klasifikasi Kuesioner Kepuasan Hidup *(Life Satisfaction)* 39
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia 50
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin 50
Tabel 5.3 Distribusi Data Intensitas Penggunaan Media Sosial di SMAN 5 Madiun 51
Tabel 5.4 Distribusi Data Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*) Remaja di SMAN 5 Madiun 51
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Kuesioner Berdasarkan Parameter Kepuasan Hidup (Life Satisfaction) Remaja di SMAN 5 Madiun 52
Tabel 5.6 Tabel Silang Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*) Remaja di SMAN 5 Madiun .. 53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kepuasan Hidup *(Life Satisfaction)* Remaja di SMAN 5 Madiun 28
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kepuasan Hidup *(Life Satisfaction)* Remaja di SMAN 5 Madiun 35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Pengambilan Data Awal 67
Lampiran 2 Surat Keterangan Layak Etik STIKES BHM Madiun 68
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian 69
Lampiran 4 Surat Keterangan Selesai Penelitian 70
Lampiran 5 Lembar Permohonan Menjadi Responden 71
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden 72
Lampiran 7 Kisi-Kisi Kuesioner 73
Lampiran 8 Kuesioner Intensitas Penggunaan Media Sosial 74
Lampiran 9 Kuesioner *Multidimentional Student Life Satisfaction Scale* (MSLSS) 76
Lampiran 10 Tabulasi Data Umum Responden 78
Lampiran 11 Tabulasi Data Kuesioner Intensitas Penggunaan Media Sosial 85
Lampiran 12 Tabulasi Data Kuesioner Kepuasan Hidup (Life Satisfaction) 91
Lampiran 13 Hasil Persentase Data Umum SPSS 103
Lampiran 14 Hasil Persentase Data Khusus SPSS 105
Lampiran 15 Hasil Analisa SPSS Parameter Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*) 106
Lampiran 16 Hasil Analisa Data SPSS dengan Uji Korelasi *Pearson* 108
Lampiran 17 Dokumentasi 109
Lampiran 18 Lembar Konsultasi 110

DAFTAR SINGKATAN

BK	: Bimbingan Konseling
BKKBN	: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana
DM	: *Direct Message*
Kaprodi	: Kepala Program Studi
Kemenkes	: Kementerian Kesehatan
MSLSS	: *Multidimentional Student Life Satisfaction Scale*
OSIS	: Organisasi Siswa Intra Sekolah
SMA	: Sekolah Menengah Atas
TU	: Tata Usaha
UGC	: *User-Generated Content*
UKS	: Unit Kesehatan Sekolah
WHO	: *World Health Organization*

DAFTAR ISTILAH

Anonimity	: Tanpa identitas
Archive	: Arsip
Beneficence	: Memberi manfaat
Brief	: Singkat
Coding	: Memberi kode/kategori
Confidentiality	: Kerahasiaan
Cross sectional	: Data sekali waktu
Dependency theory	: Teori ketergantungan
Domain satisfaction	: Kepuasan bidang tertentu
Downward	: Ke bawah
Editing	: Mengecek dan memperbaiki data
Entry data	: Memasukkan data
Evidence-based practice	: Praktik berbasis bukiti
Family	: Keluarga
Follower	: Pengikut
Friends	: Teman-teman
Global	: Mendunia
Hashtags	: Penanda topik
Information	: Informasi
Informed consent	: Persetujuan sadar
Instan	: Cepat langsung jadi
Intensity	: Tingkat keaktifan
Life skills	: Keterampilan hidup
Living environment	: Lingkungan tempat tinggal
Maleficence	: Merugikan
Mixed method	: Metode campuran
Mobile	: Ponsel
Multidimensional	: Beragam aspek
Network	: Jaringan
Online	: Daring

Other	: Lainnya
Platform	: Wadah/aplikasi
Probability	: Peluang
Reels	: Video pendek
Satisfaction	: Kepuasan
Scale	: Skala ukuran
School	: Sekolah
Scoring	: Memberi skor
Self	: Diri
Self-esteem	: Harga diri
Simulation of society	: Tiruan masyarakat
Smartphone	: Ponsel pintar
Social bookmarking	: Menyimpan dan membagikan link
Social validation	: Validasi sosial
Stories	: Fitur cerita (24 jam)
Subjective well being	: Kesejahteraan subjektif
Tabulating	: Menyusun data dalam tabel
Upward	: Ke atas
Uses and gratifications	: Teori penggunaan dan pemenuhan kebutuhan

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul "Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kepuasan Hidup *(Life Satisfaction*) Remaja di SMAN 5 Madiun". Tersusunnya Skripsi ini tentu tidak lepas dari bimbingan, saran dan dukungan moral kepada peneliti, untuk itu peneliti sampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Bapak Sriyono, S.Pd., M.Pd selaku Kepala SMA Negeri 5 Kota Madiun yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di SMA Negeri 5 Kota Madiun.
2. Ibu Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes selaku Ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah memberikan izin untuk menyusun Skripsi ini dengan baik.
3. Ibu Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Kepala Program Studi S1 Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi S1 Keperawatan.
4. Bapak Zaenal Abidin, S.KM., M.Kes (Epid) selaku Ketua Dewan Penguji yang telah menyempatkan waktu untuk menguji dan memberikan saran yang membangun bagi saya.
5. Bapak Aris Hartono, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Pembimbing I Skripsi yang dengan kesabaran dan ketelitian dalam membimbing saya, sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Bapak Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Pembimbing II Skripsi yang dengan kesabaran dan ketelitian dalam membimbing saya, sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Kedua orang tua saya tercinta, Letda Purwanto dan Andan Sari Puspita Ningrum, dua orang yang sangat berjasa dalam kehidupan saya. Terima kasih atas segala upaya yang telah Papa dan Mama lakukan untuk saya hingga saat ini. Saya tidak akan pernah mampu untuk membalas jasa Papa dan Mama, namun saya akan berusaha yang terbaik untuk membuat Papa

dan Mama bangga. Semoga Allah SWT selalu memberikan kesehatan dan umur yang barokah kepada Papa dan Mama agar dapat menemani saya hingga maut memisahkan, Aamiin.

8. Saudara kandung saya tersayang, Rangga Dwi Andriawan yang selalu memberikan perhatian, dukungan dan kebersamaan yang telah menjadi sumber kekuatan saya dalam penyusunan Skripsi ini.
9. Calon suami saya, Bripda Wisnu Aji, yang selalu menemani saya mulai dari awal penyusunan Skripsi hingga saat ini, terimakasih karena selalu menyempatkan waktu, tenaga dan tempat untuk peneliti berkeluh kesah dan selalu memberi semangat
10. Sahabat yang saya sayangi, Rizthana Diva Pratiwi, terima kasih sudah menjadi teman terbaik selama menempuh perkuliahan ini dan mengajarkan banyak hal.
11. Teman-teman terbaik saya yang tidak bisa disebutkan semua yang selalu memberikan perhatian, dukungan dan semangat dalam penyusunan Skripsi ini.
12. Yang terakhir, saya mengucapkan terimakasih kepada diri sendiri, yang telah berjuang, bertahan, dan tidak menyerah melalui setiap hari yang penuh gelisah. Terimakasih telah terus melangkah, belajar dari setiap kegagalan dan tetap berkomitmen untuk menyelesaikan Skripsi ini hingga tuntas. Semoga Allah SWT memberikan balasan dan berkah-Nya.

Harapan peneliti semoga Skripsi ini berguna bukan hanya bagi peneliti tetapi juga bagi pihak yang berkepentingan. Penulis menyadari karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu saran dan kritik yang membangun dari pembaca sangat diharapkan untuk kesempurnaan Skripsi ini. Semoga Allah SWT selalu menyertai di setiap usaha kita. Aamiin.

Madiun, 25 Februari 2026

Rieska Zahra Widyaningrum
NIM. 202202038