



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**GAMBARAN INTENSITAS PENGGUNAAN *SECOND ACCOUNT*
INSTAGRAM SEBAGAI STRATEGI *COPING STRESS* BERBASIS
EMOSI PADA REMAJA**

**TUGAS AKHIR
SKRIPSI**

UNIVERSITAS
RAFLI ANDIANTO

46121110044

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025**



**GAMBARAN INTENSITAS PENGGUNAAN *SECOND*
ACCOUNT INSTAGRAM SEBAGAI STRATEGI *COPING*
STRESS BERBASIS EMOSI PADA REMAJA**

**TUGAS AKHIR
SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

**UNIVERSITAS
RAFLI ANDIANTO
46121110044**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025**



Fakultas Psikologi
Universitas Mercu Buana

LEMBAR PERYATAAN HASIL KARYA SENDIRI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rafli Andianto
Nim : 46121110044
Jurusan : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Judul Skripsi : **GAMBARAN INTENSITAS PENGGUNAAN
SECOND ACCOUNT INSTAGRAM SEBAGAI
STRATEGI COPING STRESS BERBASIS EMOSI
PADA REMAJA**

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan skripsi yang telah saya buat merupakan hasil karya sendiri yang benar akan keasliannya dan merupakan hasil dari studi pustaka yang di damping oleh dosen pembimbing yang telah ditetapkan keputusannya dari pihak Universitas Mercu Buana. Penulisan skripsi ini bukan merupakan hasil dari plagiarism atau penjiplakan terhadap karya orang lain, semua informasi, dokumentasi, data, dan hasil yang digunakan didapatkan dan dinyatakan dengan jelas sumbernya. Semua informasi dan data yang disajikan dapat diperiksa akan kebenarannya.

Demikianlah pernyataan yang saya buat ini dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Jakarta, 26 Agustus 2025



Rafli Andianto

PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama : Rafli Andianto
NIM : 46121110044
Program Studi : Psikologi

dengan judul

“Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Second Account Instagram Dengan Strategi Coping Stress Berbasis Emosi Pada Remaja”, telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 31 Juli 2025 didapatkan nilai persentase sebesar 27%.

Jakarta, 31 Juli 2025
Administrator Turnitin

UNIVERSITAS
MERCUBUANA

Donny Dwi Hambodo, S.Ikom

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Rafli Andianto

NIM : 46121110044

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Second Account Instagram Dengan Strategi Coping Stress Berbasis Emosi Pada Remaja

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc.
NIDN : 0308018301

Ketua Penguji : Riblita Damayanti, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0328128702

Penguji 1 : Dina Syakina, S.Si., M.Si.
NIDN : 0306099001

Jakarta, 11 Agustus 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi

Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah melimpahkan segala hikmah dan berkah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian Tugas Akhir

yang berjudul **“GAMBRAN INTENSITAS PENGGUNAAN *SECOND ACCOUNT* INSTAGRAM SEBAGAI STRATEGI *COPING STRESS* BERBASIS EMOSI PADA REMAJA”**. Penyusunan Tugas Akhir ini dibuat dan diajukan untuk dapat memenuhi syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada Fakultas Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta.

Selama penyusunan Tugas Akhir ini, penulis menyadari bahwa dalam penyusunannya tidak lepas dari bimbingan dan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan pengerjaan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar besarnya kepada:

1. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph. D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc., selaku Sekretaris Program Studi I Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana sekaligus dosen pembimbing, yang dengan penuh kesabaran dan ketulusan telah membimbing, mengarahkan, serta memberikan dukungan hingga terselesaikannya tugas akhir ini.
5. Ibu Prahastia Kurnia Putri, S.Psi, M.Psi., selaku Sekretaris Program Studi II Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
6. Ibu Andriani dan Bapak Budiyanto, orang tua tercinta yang keberadaan, kasih sayang, doa, serta keteladanan hidupnya senantiasa menjadi kekuatan terbesar penulis hingga akhirnya mampu menyelesaikan tugas akhir ini. Ucapan terima

kasih juga penulis sampaikan kepada kakak tercinta, Muhamad Jordi Hutomo, serta adik penulis, Elika Budiandini, yang selalu memberikan semangat dan dukungan tanpa henti

7. Mulia Januari, Clarisha Revlyn Octaviane Cuti, Dinda Metria Ghassani, Zahra Nina Salsabila, Yuliaty Erliany Effendy, dan Maxi Marvelino Irawan, yakni sumber semangat sekaligus sahabat karib penulis yang dengan kehadiran, semangat, dan motivasi mereka, membuat penulis senantiasa merasa didukung dan tidak pernah merasa sendirian.

Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir yang telah disusun ini masih jauh dari kata sempurna. Semua kritik dan saran yang membangun akan penulis terima dengan senang hati dan menjadi masukan untuk perbaikan di masa yang akan datang. Penulis berharap Tugas Akhir ini dapat bermanfaat untuk semua pihak yang memerlukan.

Jakarta, 26 Agustus 2025



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

RAFLI ANDIANTO

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rafli Andianto
NIM : 46121110044
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : **GAMBARAN INTENSITAS PENGGUNAAN
SECOND ACCOUNT INSTAGRAM SEBAGAI
STRATEGI COPING STRESS BERBASIS
EMOSI PADA REMAJA**

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 13 September 2025

Yang menyatakan,



(Rafli Andianto)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan intensitas penggunaan *second account* Instagram sebagai strategi *emotion-focused coping* pada remaja. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif dengan 125 partisipan berusia 10–21 tahun yang memiliki *second account* Instagram. Instrumen penelitian berupa Instagram Intensity Scale (IIS) yang dimodifikasi dan Brief-COPE, dengan analisis menggunakan statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berada pada kategori sedang (53,6%) dalam penggunaan *second account*, dengan dimensi durasi dan keterlibatan emosional menempati skor tertinggi. Temuan ini menegaskan bahwa *second account* Instagram berfungsi sebagai ruang digital penting bagi remaja untuk mengekspresikan diri, meluapkan emosi, dan mengelola tekanan psikologis, sekaligus memperluas pemahaman tentang bentuk baru *emotion-focused coping* di era media sosial.

Kata kunci: remaja, *coping stress*, *emotion-focused coping*, *second account Instagram*, intensitas penggunaan

U N I V E R S I T A S
MERCU BUANA

ABSTRACT

This study aims to describe the intensity of second Instagram account usage as an emotion-focused coping strategy among adolescents. A descriptive quantitative approach was employed with 125 participants aged 10–21 years who owned a second Instagram account. The research instruments consisted of a modified Instagram Intensity Scale (IIS) and the Brief-COPE, with data analyzed using descriptive statistics. The results indicated that the majority of respondents were in the moderate category (53.6%) in terms of second account usage intensity, with the duration and emotional involvement dimensions obtaining the highest scores. These findings highlight that second Instagram accounts function as an important digital space for adolescents to express themselves, vent emotions, and manage psychological stress, while also broadening the understanding of new forms of emotion-focused coping in the era of social media.

Keywords: adolescents, stress coping, emotion-focused coping, second Instagram account, usage intensity

U N I V E R S I T A S
M E R C U B U A N A

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	0
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN SURAT KETERANGAN HASIL UJI TURNITIN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Coping Stress	7
2.2 Intensitas Penggunaan Media Sosial	11
2.3 Penelitian Sebelumnya.....	15
2.4 Dinamika Penelitian.....	17
2.5 Kerangka Berpikir	19
2.6 Hipotesis	20
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN	21
3.1 Desain Penelitian	21
3.2 Variabel Penelitian	21
3.3 Populasi dan Sampel.....	21

3.4 Definisi Operasional	22
3.5 Instrumen Penelitian	23
3.6 Validitas dan Reliabilitas	30
3.7 Analisis Data yang Digunakan	31
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
4.1 Gambaran Umum Responden.....	32
4.2 Hasil Penelitian.....	34
4.3 Pembahasan	48
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	52
5.1 Kesimpulan	52
5.2 Keterbatasan Penelitian	53
5.3 Saran	53
DAFTAR PUSTAKA.....	55
LAMPIRAN.....	58



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Jurnal Penelitian Sebelumnya	15
Tabel 3.1 Instrumen Penelitian IIS	24
Tabel 3.2 Instrumen Penelitian Brief-COPE	26
Tabel 4.1 Gambaran Umum Gender Responden (N=125).....	32
Tabel 4.2 Responden Berdasarkan Usia	32
Tabel 4.3 Gambaran Pekerjaan Responden (N = 125).....	33
Tabel 4.4 Analisis Deskriptif Statistik.....	34
Tabel 4.5 Analisis Deskriptif Statistik.....	36
Tabel 4.6 Uji Normalitas	37
Tabel 4.7 Uji Homogenitas – Jenis Kelamin.....	38
Tabel 4.8 Uji Homogenitas – Usia	39
Tabel 4.9 Uji Homogenitas – Post Hoc	40
Tabel 4.10 Uji Homogenitas – Pekerjaan.....	40
Tabel 4.11 Hasil Multiple Comparisons.....	41
Tabel 4.12 Subset Homogen	42
Tabel 4.13 Analisis Matriks Antar Dimensi	45
Tabel 4.14 Uji Reliabilitas Second Account Intensity	47
Tabel 4.15 Uji Reliabilitas Brief-COPE.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	58
Lampiran 2 Hasil Olah Data	72
Lampiran 3 <i>Curriculum Vitae</i>	78

