

**Pengaruh Paparan Standar Sosial di Media Sosial terhadap
Social Media Fatigue dan Perilaku *Negative Coping* Mahasiswa**

Tugas Akhir

Diajukan untuk memenuhi persyaratan mencapai derajat
Sarjana Sistem Informasi



Gusti Abimanyu

NPM: 211711532

**PROGRAM STUDI SISTEM INFORMASI
FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Berjudul

PENGARUH PAPARAN STANDAR SOSIAL TERHADAP SOCIAL MEDIA FATIGUE DAN PERILAKU
NEGATIVE COPING MAHASISWA

yang disusun oleh

Gusti Abimanyu

211711532

dinyatakan telah memenuhi syarat pada tanggal 29 Oktober 2025

		Keterangan
Dosen Pembimbing 1	: Citra Yuyu' Palangan, S.T., M.Sc.	Telah Menyetujui
Dosen Pembimbing 2	: Yonathan Dri Handarkho, S.T., M.Eng., Ph.D.	Telah Menyetujui
Tim Penguji		
Penguji 1	: Citra Yuyu' Palangan, S.T., M.Sc.	Telah Menyetujui
Penguji 2	: Emanuel Ristian Handoyo, S.T., M.Eng.	Telah Menyetujui
Penguji 3	: Aloysius Bagas Pradipta, S.Kom., M.Eng., Ph.D.	Telah Menyetujui

Yogyakarta, 29 Oktober 2025

Universitas Atma Jaya Yogyakarta

Teknologi Industri

Dekan

ttd.

Prof. Dr. Ir. Parama Kartika Dewa SP., S.T., M.T., IPU, ASEAN Eng.

Dokumen ini merupakan dokumen resmi UAJY yang tidak memerlukan tanda tangan karena dihasilkan secara elektronik oleh Sistem Bimbingan UAJY. UAJY bertanggung jawab penuh atas informasi yang tertera di dalam dokumen ini

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Gusti Abimanyu
NPM : 211711532
Program Studi : Sistem Informasi
Fakultas : Teknologi Industri
Judul Penelitian : Pengaruh Paparan Standar Sosial di Media Sosial
Terhadap *Social Media Fatigue* dan Perilaku *Negative Coping*

Menyatakan dengan ini:

1. Skripsi ini adalah benar merupakan hasil karya sendiri dan tidak merupakan salinan sebagian atau keseluruhan dari karya orang lain.
2. Memberikan kepada Universitas Atma Jaya Yogyakarta, berupa Hak Bebas Royalti non eksklusif (*Non-Exclusive-Royalty-Free Right*) atas Penelitian ini, dan berhak menyimpan, mengelola dalam pangkalan data, mendistribusikan, serta menampilkan untuk kepentingan akademis, tanpa perlu meminta izin selama tetap mencantumkan nama penulis.
3. Bersedia menanggung secara pribadi segala bentuk tuntutan hukum yang mengikuti atas pelanggaran Hak Cipta dalam pembuatan skripsi ini.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 29 Oktober 2025

Yang menyatakan,



Gusti Abimanyu
211711532

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan baik. Tugas Akhir ini disusun sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana (S1) pada Program Studi Sistem Informasi.

Penulis menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, penulis ingin menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa yang selalu memberikan berkat dan rahmat-Nya dalam mengerjakan penulisan Tugas Akhir.
2. Ibu Citra Yuyu' Palangan, S.T., M. Sc., selaku Dosen Pembimbing 1 sekaligus orang tua kedua di Jogja, yang senantiasa memberikan bimbingan, penghiburan, dan dukungan selama penulis berkuliah.
3. Bapak Yonathan Dri Handarkho ST., M.Eng., Ph.D., selaku Dosen Pembimbing 2 yang selalu membantu dan membimbing penulis selama pengerjaan Tugas Akhir ini berlangsung.
4. Bapak Julius Galih Prima Negara, S.Kom., S.A.P., M., selaku dosen pembimbing akademik sekaligus Kepala Program Studi Sistem Informasi, yang telah memberikan arahan, masukan, dan bimbingan yang sangat berarti dari awal hingga akhir proses penyusunan tugas akhir ini.
5. Orang Tua dan Keluarga, atas dukungan emosional yang luar biasa melalui doa dan motivasi dari jauh, serta selalu merangkul penulis dengan penuh kasih sayang untuk selalu melihat sisi positif dalam setiap tantangan yang dihadapi.
6. Rekan-rekan seperjuangan, baik dari dalam maupun luar kampus, atas dukungan, kebersamaan, kerja sama, dan kerja kerasnya yang sangat bermakna di hati penulis. Terima kasih telah saling menguatkan dalam bentuk lawakan, jajanan, makan bersama, ibadah bersama, bernyanyi bersama, apresiasi, hingga pelukan dan pundak penuh empati.

Penulis berharap Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan, berkontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.

serta menjadi referensi bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian serupa di masa mendatang.

Yogyakarta, 16 Oktober 2025

Penulis

A handwritten signature in black ink, consisting of a long horizontal stroke followed by a series of loops and a final upward curve.

Gusti Abimanyu

211711532

INTISARI

Media sosial kini menjadi bagian penting dalam kehidupan generasi Z, namun penggunaannya yang berlebihan dapat memunculkan tekanan sosial dan kelelahan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *Information Overload*, *Subjective Norms*, *Perceived Herd Behavior*, *System Feature Overload*, dan *Communication Overload* terhadap *Social Media Fatigue* serta dampaknya terhadap *Negative Coping* pada mahasiswa pengguna media sosial, yang merupakan bagian dari generasi muda digital saat ini. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei terhadap mahasiswa berusia 18–25 tahun. Analisis data dilakukan menggunakan *Structural Equation Modeling* (SEM) dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS AMOS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Information Overload* dan *Communication Overload* berpengaruh signifikan terhadap *Social Media Fatigue*, sedangkan *Subjective Norms* memiliki pengaruh negatif signifikan terhadap *Negative Coping*. Selain itu, *Communication Overload* terbukti berpengaruh positif signifikan terhadap *Negative Coping*, sementara variabel lain menunjukkan pengaruh yang tidak signifikan. Temuan ini mengindikasikan bahwa tekanan komunikasi digital menjadi faktor utama yang mendorong kelelahan dan respon coping negatif, sedangkan pengaruh orang terdekat tidak selalu menimbulkan kelelahan sosial. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman baru mengenai dampak psikologis media sosial serta mendorong mahasiswa untuk menggunakan media sosial secara lebih seimbang dan sehat.

Kata Kunci: media sosial, *overload*, standar sosial, *social media fatigue*, *negative coping*.

ABSTRACT

Social media has become an integral part of the daily lives of Generation Z; however, excessive use can lead to social pressure and psychological fatigue. This study aims to analyze the influence of Information Overload, Subjective Norms, Perceived Herd Behavior, System Feature Overload, and Communication Overload on Social Media Fatigue, as well as its impact on Negative Coping among university students as active social media users. This research employs a quantitative survey method involving students aged 18–25 years. Data were analyzed using Structural Equation Modeling (SEM) with the assistance of IBM SPSS AMOS. The results show that Information Overload and Communication Overload have a significant effect on Social Media Fatigue, while Subjective Norms have a significant negative effect on Negative Coping. In contrast, Communication Overload has a significant positive effect on Negative Coping, while the remaining variables demonstrate no significant relationship. These findings indicate that digital communication pressure plays a major role in triggering fatigue and negative coping responses, whereas social influence from close peers does not necessarily lead to social exhaustion. This study is expected to provide new insights into the psychological impacts of social media use and encourage students to adopt healthier and more balanced usage patterns.

Keywords: *social media, overload, social standards, social media fatigue, negative coping*

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	1
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	2
KATA PENGANTAR	3
INTISARI.....	5
ABSTRACT.....	6
DAFTAR ISI.....	7
DAFTAR GAMBAR.....	10
DAFTAR TABEL	11
BAB I PENDAHULUAN	12
1.1. Latar Belakang.....	12
1.2. Rumusan Masalah.....	14
1.3. Batasan Masalah	15
1.5. Tujuan Penelitian	16
1.6. Manfaat Penelitian	16
1.7. Bagan Keterkaitan.....	19
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	20
2.1. Penelitian Sebelumnya	20
2.2. Dasar Teori	25
2.2.1. Media Sosial	25
2.2.2. Standar Sosial dan Perbandingan Sosial	25
2.2.3. Stressor–Strain–Outcome (SSO)	26
2.2.4. Information Overload	26
2.2.5. Subjective Norms	27
2.2.6. Perceived Herd Behavior	28
2.2.7. System Feature Overload	28
2.2.8. <i>Communication Overload</i>	30
2.2.9. <i>Social Media Fatigue</i>	30
2.2.10. Negative Coping.....	31
2.3. Pengembangan Hipotesis	32
2.3.1. <i>Information Overload</i> dan <i>Social Media Fatigue</i>	32
2.3.2. <i>Subjective Norms</i> dan <i>Social Media Fatigue</i>	33
2.3.3. <i>Perceived Herd Behavior</i> dan <i>Social Media Fatigue</i>	33
2.3.4. <i>System Feature Overload</i> dan <i>Social Media Fatigue</i>	34

2.3.5. <i>Communication Overload</i> dan <i>Social Media Fatigue</i>	36
2.3.6. <i>Social Media Fatigue</i> dan <i>Negative Coping</i>	37
2.3.7. <i>Information Overload</i> dan <i>Negative Coping</i>	38
2.3.8. <i>Subjective Norms</i> dan <i>Negative Coping</i>	39
2.3.9. <i>Perceived Herd Behavior</i> dan <i>Negative Coping</i>	39
2.3.6. <i>System Feature Overload</i> dan <i>Negative Coping</i>	40
2.3.7. <i>Communication Overload</i> dan <i>Negative Coping</i>	41
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	44
3.1. Tahapan Penelitian	45
3.1.2. Identifikasi Masalah	45
3.1.3. Studi Literatur	46
3.1.4. Penentuan Metode Penelitian dan Penyusunan Hipotesis	47
3.1.5. Penentuan Populasi dan Sampel	48
3.1.5.1. Populasi	48
3.1.5.2. Sampel	49
3.1.5.3. Teknik Pengambilan Sampel	50
3.1.5.4. Penentuan Jumlah Sampel	50
3.1.5.5. Kriteria Sampel	50
3.1.6. Penentuan Strategi Pengumpulan Data	51
3.1.7. Penyusunan Pertanyaan Kuesioner	52
3.1.8. Pengumpulan Data Penelitian	56
3.1.9. Pengolahan dan Analisis Data	56
3.1.9.1. Data Demografi Responden	56
3.1.9.2. Uji Normalitas	59
3.1.9.3. Uji Kualitas Data	60
3.1.9.4. Pengujian Model Pengukuran (Outer Model)	61
3.1.9.5. Uji Model Struktural	68
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	73
4.1. Demografi Responden	73
4.1.1. Status Pendidikan Saat Ini	73
4.1.2. Usia	74
4.1.3. Media Sosial yang Sering Digunakan	75
4.1.4. Rata-rata Penggunaan Media Sosial dalam Sehari	76
4.1.5. Lama Aktif menggunakan Media Sosial	77
4.2. Uji Normalitas	78

4.3. Uji Kualitas Data	78
4.3.1. Uji Validitas	79
4.3.2. Uji Reliabilitas	81
4.4. Analisis Data	82
4.4.1. Analisis Model	83
4.4.2. Validitas Diskriminan	84
4.4.2.1. Uji <i>Heterotrait-Monotrait Ratio</i> (HTMT)	85
4.4.2.2. Uji <i>Fornell-Larcker Criterion</i>	87
4.5. Uji Model Struktural	89
4.5.1. Model Fit	89
4.5.2. Hasil Uji Hipotesis	92
4.6. Pembahasan	95
4.6.1. Hipotesis yang Diterima	95
4.6.2. Hipotesis Ditolak	101
4.6.3. Konstruk yang Dihapus	104
4.7.1 Implikasi Manajerial	106
4.7.1.1. <i>Information Overload</i> Berpengaruh Signifikan dengan <i>Social Media Fatigue</i>	106
4.7.1.2. <i>Communication Overload</i> Berpengaruh Signifikan dengan <i>Social Media Fatigue</i>	107
4.7.1.2. <i>Subjective Norms</i> Berpengaruh Negatif Signifikan dengan <i>Negative Coping</i>	109
4.7.1.3. <i>Communication Overload</i> Berpengaruh Positif Signifikan dengan <i>Negative Coping</i>	110
4.7.2. Implikasi Teori	111
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	115
5.1. Kesimpulan	115
5.2. Saran	117
DAFTAR PUSTAKA	120

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1. Bagan Keterkaitan	19
Gambar 2. 1. Kerangka Konseptual	42
Gambar 3. 1. Tahapan Penelitian	45
Gambar 4. 1. Data Status Pendidikan	73
Gambar 4. 3. Data Usia Responden	74
Gambar 4. 5. Data Media Sosial yang Sering Digunakan Responden.....	75
Gambar 4. 7. Data Rata-rata Penggunaan Media Sosial dalam Sehari.....	76
Gambar 4. 9. Data Lama Aktif menggunakan Media Sosial	77
Gambar 4. 11. Path Diagram model struktural dan pengukuran dalam SEM-AMOS.....	93

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1. Penelitian Sebelumnya.....	23
Tabel 3. 1. Pertanyaan Kuesioner	54
Tabel 4. 1. Uji Normalitas.....	78
Tabel 4. 2. Uji Validitas.....	79
Tabel 4. 3. Uji Reliabilitas	81
Tabel 4. 4. Uji Reliabilitas Kedua	82
Tabel 4. 5. Hasil Uji AVE dan CR	83
Tabel 4. 6. Hasil Uji HTMT	85
Tabel 4. 7. Hasil Uji HTMT Kedua	87
Tabel 4. 8. Hasil Uji Fornell-Larcker Criterion	87
Tabel 4. 9. Hasil Model Fit.....	90
Tabel 4. 10. Hasil Uji Hipotesis.....	92