

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

Konsep yang digunakan sebagai acuan dalam penelitian ini meliputi : 1) Konsep Intensitas Penggunaan Media Sosial, 2) Konsep Persepsi Diri, 3) Konsep Siswa SMA, 4) Kerangka Teori, 5) Kerangka Konsep, 6) Hipotesis Penelitian

2.1 Intensitas Penggunaan Media Sosial

2.1.1 Definisi Intensitas Penggunaan Media Sosial

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) intensitas berarti keadaan tingkatan atau ukuran, sedangkan penggunaan berarti proses, cara, perbuatan menggunakan sesuatu dan media sosial berarti alat atau sarana komunikasi secara digital. Intensitas penggunaan media sosial adalah tingkat atau frekuensi menggunakan media sosial sebagai sarana komunikasi ((KBBI) 2026). Intensitas penggunaan media sosial adalah lamanya waktu mengakses platform (Pratama et al., 2023). Intensitas penggunaan media sosial adalah frekuensi individu dalam mengakses atau menggunakan media sosial secara berulang dan terus menerus dengan pola yang sama (Dominica et al., 2025).

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan media sosial merupakan tingkat atau ukuran keterlibatan individu dalam menggunakan media sosial yang tercermin melalui frekuensi akses, durasi waktu penggunaan, serta pola penggunaan yang dilakukan secara berulang dan berkesinambungan. Intensitas tidak hanya menunjukkan seberapa sering seseorang menggunakan media sosial, tetapi juga seberapa lama waktu yang dihabiskan serta bagaimana konsistensi perilaku penggunaan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

2.1.2 Faktor – Faktor Intensitas Penggunaan Media Sosial

Menurut (Cendrawan & Ajisuksmo, 2020). Faktor – faktor yang mempengaruhi keinginan individu menggunakan media sosial, yaitu :

1. Pencarian Informasi (*Information Seeking Behavior*)

Penyebaran informasi mempunyai sifat – sifat yang mencakupi dan menyeluruh dari beberapa aspek, seperti budaya, sosial, ekonomi, agama, dan tradisi, di media sosial. Kemajuan dari teknologi digital membuat informasi yang tersedia dapat diakses dengan lebih mudah untuk Masyarakat.

2. Perilaku mencari hiburan (*Hedonic Behavior*)

Perilaku *Hedonic Behavior* dapat dikaitkan dengan perilaku pemenuhan nilai – nilai kesenangan dan kepuasan di dalam diri individu. Seperti konten Pendidikan, hiburan, yang dapat dibagikan di media sosial. Media sosial juga digunakan beberapa individu sebagai media mencari hiburan untuk bersantai dan mengisi waktu luang.

3. Rasa berkomunitas (*Sense Of Community*)

Perilaku *Sense Of Community* adalah perilaku yang mendorong individu untuk membangun hubungan dengan berkomunikasi melalui media sosial. Komunikasi melalui media sosial juga mempermudah interaksi antar individu untuk saling mengenal dan memperdalam perasaan emosional satu sama lain.

2.1.3 Indikator Intensitas Penggunaan Media Sosial

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Barrio, 2004) yang dikutip oleh (Fahmi, 2020) bahwa indikator intensitas penggunaan media sosial meliputi :

1. Perhatian (*Attention*) yaitu sebuah ketertarikan seseorang atau individu terhadap aktivitas yang diminati akan lebih intensif dari pada melakukan aktivitas lainnya yang tidak terlalu diminati.
2. Penghayatan (*Comprehention*) yaitu khususnya pemahaman informasi dan minat seseorang dibantu dengan upaya memahami dan menyimpan informasi sebagai pengetahuan.
3. Durasi (*Duration*) yaitu khususnya waktu atau lamanya seseorang dalam menjalankan kegiatannya.
4. Frekuensi (*Frequency*) yaitu seberapa sering individu dalam mengakses media sosial dalam periode waktu tertentu.

2.1.4 Karakteristik Media Sosial

Media sosial merupakan media yang hadir sebagai media baru yang memiliki karakteristik sebagai berikut :

1. Jaringan sosial (*Network*)

Jaringan sosial memiliki struktur yang terdiri dari individu atau kelompok yang saling terhubung dan berinteraksi. Dalam konteks media sosial ini mencakup platform seperti facebook, twitter, instagram, whatsapp, line, telegram, tiktok dimana pengguna dapat membangun hubungan, berbagi konten, dan berkomunikasi satu sama lain.

2. Informasi (*Information*)

Informasi merupakan sebuah data yang diolah dan diberi makna sehingga dapat digunakan untuk pengambilan keputusan. Informasi dapat berupa teks, gambar, video, atau suara dapat dibagikan dan diperoleh dengan mudah.

3. Arsip (*Archive*)

Arsip merupakan kumpulan dokumen, catatan atau data yang disimpan untuk keperluan referensi di masa depan. Dalam era digital arsip sering disimpan secara elektronik, memungkinkan akses yang lebih mudah dan penyimpanan yang lebih efisien. Arsip biasanya berbentuk teks, gambar, video, atau suara.

4. Interaksi (*Interactivity*)

Interaksi merupakan proses dimana pengguna dapat berkomunikasi dan berpartisipasi dalam konten atau lingkungan digital. Termasuk kedalam bentuk keterlibatan seperti menyukai postingan, mengomentari, dan berbagi.

5. Simulasi sosial (*Simulation of Society*)

Simulasi sosial adalah model yang digunakan untuk meniru atau mempresentasikan interaksi sosial dalam masyarakat. Mencakup penggunaan perangkat lunak untuk menganalisis perilaku kelompok, pola komunikasi dan dampak kebijakan media sosial.

6. Pengguna (*User – Generated Content*)

Pengguna merupakan individu atau organisasi yang membangun komunitas online dan memberikan perspektif yang beragam tentang produk atau layanan, yang melibatkan keterlibatan pengguna.

2.1.5 Macam – Macam Aplikasi Media Sosial

1. Facebook

Facebook adalah platform media sosial yang diluncurkan oleh Mark Zuckerberg yang memfasilitasi komunikasi dengan fitur status update, foto, dan grup, serta menyediakan alat bagi bisnis untuk terhubung dengan konsumen.

2. WhatsApp

WhatsApp adalah aplikasi yang berguna untuk mengirim pesan baik teks, suara dan melakukan panggilan suara ataupun video. Fitur enkripsi end to end membuat *WhatsApp* menjadi pilihan untuk berkomunikasi dengan teman secara pribadi.

3. Instagram

Instagram adalah platform untuk berbagi gambar dan video secara visual. Memiliki fitur seperti *stories* dan IGTV, pengguna dapat berinteraksi dengan audiens mereka secara kreatif dan menarik. Instagram juga menjadi alat pemasaran untuk berbisnis dan bagi *influencer*.

4. Tiktok

Tiktok adalah aplikasi berbagi video pendek dengan algoritma yang efektif dalam merekomendasikan konten. *Tiktok* digunakan untuk menemukan video yang sesuai dengan keinginan pengguna. Aplikasi ini banyak mengubah seseorang untuk membuat dan mengonsumsi berbagai video (Thoyibah, 2022).

5. Telegram

Telegram adalah aplikasi pesan yang mengutamakan keamanan dan privasi secara pribadi. Dengan fitur enkripsi dan kemampuan untuk membuat saluran serta

grup besar, telegram menjadi pilihan alternatif yang aman untuk aplikasi pesan lainnya.

6. *Twitter*

Twitter adalah platform microblogging yang digunakan untuk berbagi pemikiran dan berika dalam format yang singkat. Dengan menggunakan hastag khusus, pengguna dapat mengikuti topik yang sedang trend dan ikut serta berpartisipasi secara global.

2.1.6 Dampak Penggunaan Media Sosial

Berikut ini adalah dampak dari penggunaan media sosial bagi remaja baik secara positif dan negatif yang dikutip dari jurnal (Irene et al., 2023) :

1. Dampak Positif

- a. Untuk membantu berinteraksi dengan lebih mudah. Seperti sekolah, organisasi, komunitas, orang tua, keluarga dan aktivitas lainnya.
- b. Media sosial menciptakan lingkungan yang mendukung untuk mengeksplorasi pertemanan, status sosial, untuk berbagi dan mendiskusikan kesukaan atau hobi.
- c. Media sosial menjadi sumber informasi dan sumber motivasi bagi tokoh yang di idolakan. Individu cenderung menirukan tokoh yang dikagumi baik segi penampilan dan perilaku.
- d. Media sosial membantu individu untuk membangun dan mengembangkan identitas diri serta mengekspresikannya.

2. Dampak Negatif

a. *Cyberbullying*

Media sosial menciptakan tekanan emosional dan menerima informasi dan komunikasi yang dapat mengancam, melecehkan, memalukan dari orang lain.

b. Harga diri rendah

Media sosial digunakan individu sebagai ajang untuk menjadi yang “terbaik” sebagai contoh individu berusaha menunjukkan penampilan mereka yang terbaik, dalam segi gaya hidup maupun kemampuan. Hal ini membuat individu yang tidak bisa melakukan hal yang sama akan mengalami pesimis dan menimbulkan harga diri yang rendah.

c. Persepsi diri

Ketika individu tidak mendapat respon yang diinginkan dari jumlah like, komentar dan pengikut dari media sosial individu merasa dirinya mendapat penolakan, merasa tidak populer dan meragukan nilai untuk dirinya sendiri.

d. Kecanduan atau ketergantungan

Media sosial yang luas sangat memberi kenyamanan bagi individu. Sehingga membuat tidak bisa lepas dan menjadi kecanduan.

e. Kehidupan sosial akan terganti

Media sosial memberi kemudahan, membuat individu memilih berinteraksi menggunakan media sosial dibandingkan dengan interaksi secara tatap muka. Akibatnya individu menjadi kurang sosialisasi dan berinteraksi jika melalui media sosial.

f. Kecemasan sosial

Media sosial membuat ketergantungan dan membuat individu kurang berinteraksi, hal ini membuat individu menjadi takut untuk berinteraksi tatap muka dengan orang baru. Sehingga individu memiliki sedikit teman serta sering mempunyai pikiran yang negatif kepada orang lain.

g. Kestabilan emosi

Konten dari media sosial yang sangat luas membuat pengguna dengan sangat mudah dan bebas mengakses apa saja dan melihat apapun yang mereka inginkan. Termasuk unsur yang membuat merubah suasana perasaan. Ketika stimulus emosional didapatkan dengan intensitas yang tinggi, maka individu akan mengalami perubahan suasana hati yang berdampak pada perubahan kestabilan emosi.

2.1.7 Alat Ukur Intensitas Penggunaan Media Sosial

Berikut macam – macam alat ukur intensitas penggunaan media sosial :

1. *Social Media Intensity Scale (SMIS)*
2. *Social Media Us Integration Scale (SMUIS)*
3. *Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS)*
4. *Social Networking Time Usuale Scale (SONTUS)*
5. Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial (SIPMS)

Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial yang digunakan pada penelitian ini menyatakan bahwa ada 4 aspek intensitas penggunaan media sosial untuk indikator kuosioner Skala Intensitas Penggunaan Media Social (SIPMS) yaitu perhatian (*attension*), penghayatan (*comprehention*), durasi dan frekuensi yang

dikembangkan oleh (Kusumaisna et al. 2023). SIPMS terdiri dari 30 item pernyataan menggunakan skala linkert 1-4 dengan keterangan 1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = setuju, 4 = sangat setuju. Setelah kuosioner Skala Intensitas Penggunaan Media Social (SIPMS) dilakukan perhitungan, maka dapat dilakukan dan dikategorikan sebagai :

- 1) Intensitas penggunaan media sosial rendah jika skor : 30 - 60
- 2) Intensitas penggunaan media sosial sedang jika skor : 61 - 90
- 3) Intensitas penggunaan media sosial tinggi jika skor : 91 – 120

2.2 Persepsi Diri

2.2.1 Definisi Persepsi Diri

Menurut Teori Persepsi Diri oleh Daryl J.Bem menjelaskan bahwa persepsi diri (*self-perceptio*) merupakan suatu proses kognitif di mana individu mengamati perilaku yang dilakukan sendiri dan menarik kesimpulan tentang sikap, keyakinan, serta keadaan internalnya berdasarkan pengamatan tersebut. Daryl J. Bem, juga menyatakan bahwa perilaku seseorang dapat menjadi basis dalam menentukan sikap dan nilai diri ketika isyarat internal (emosi, perasaan) kurang jelas atau ambigu. Perilaku bukan hanya hasil dari sikap, tetapi sikap juga dapat terbentuk dari suatu perilaku yang diamati sendiri oleh individu (J.Bem, 1967b).

Menurut Susan Harter, persepsi diri merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang mencakup berbagai aspek kehidupan, seperti kemampuan akademik, hubungan sosial, penampilan fisik, serta nilai diri secara umum. Persepsi diri tidak bersifat tunggal, tetapi terdiri dari berbagai domain yang menggambarkan bagaimana individu menilai kompetensi dan karakteristik dirinya pada bidang

tertentu. Persepsi diri terbentuk melalui pengalaman individu serta interaksi sosial dengan lingkungan, keluarga, teman sebaya, dan guru. Persepsi diri dapat berbeda pada setiap individu dan dapat berkembang seiring bertambahnya usia serta pengalaman yang dimiliki. Dengan demikian, persepsi diri dapat dipahami sebagai gambaran atau evaluasi individu terhadap kemampuan, karakteristik, dan nilai dirinya dalam berbagai aspek kehidupan (Harter, 2012).

Dari beberapa pengertian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa persepsi diri merupakan proses penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang terbentuk melalui pengamatan terhadap perilaku yang dilakukan serta melalui pengalaman dan interaksi sosial dengan lingkungan. Dengan demikian, persepsi diri menggambarkan bagaimana seseorang memahami, mengevaluasi, dan memberi makna terhadap dirinya berdasarkan perilaku, pengalaman, serta lingkungan sosial yang memengaruhinya.

2.2.2 Faktor – Faktor Persepsi Diri

Menurut Daryl J.Bem (J.Bem, 1967a), faktor utama dalam berperilaku dapat diamati oleh diri sendiri yaitu :

1. Perilaku Yang Dilakukan (*Observed Behavior*)

Menurut teori persepsi diri, individu menyimpulkan sikap dan karakter dirinya dengan mengamati tindakan yang ia lakukan. Semakin jelas dan nyata perilaku tersebut, semakin kuat individu menarik kesimpulan mengenai dirinya.

2. Konteks Situasional

Dalam menilai dirinya, individu tidak hanya melihat perilaku semata, tetapi juga mempertimbangkan kondisi di mana perilaku tersebut terjadi. Jika suatu

tindakan dilakukan tanpa paksaan atau imbalan yang besar, maka individu cenderung menyimpulkan bahwa perilaku tersebut mencerminkan sikap pribadinya. Sebaliknya, jika terdapat tekanan atau hadiah eksternal, individu mungkin mengatribusikan perilakunya pada faktor luar, bukan pada dirinya.

3. Kejelasan Isyarat Internal

Ketika perasaan, emosi, atau sikap internal tidak jelas atau ambigu, individu lebih bergantung pada perilaku yang dapat diamati untuk memahami dirinya. Namun, jika emosi sangat kuat dan jelas dirasakan, maka individu tidak perlu melakukan inferensi dari perilaku karena ia sudah menyadari keadaan internalnya secara langsung.

4. Frekuensi Dan Konsistensi Perilaku

Perilaku yang dilakukan secara berulang dan konsisten akan memperkuat pembentukan persepsi diri. Individu cenderung menyimpulkan bahwa suatu tindakan yang sering ia lakukan mencerminkan sifat atau sikap yang menetap dalam dirinya.

5. Pengalaman Sosial Dan Umpan Balik

Respons dari lingkungan, seperti dukungan, pujian, atau kritik, dapat memengaruhi bagaimana individu menafsirkan perilakunya dan membentuk pemahaman tentang dirinya.

6. Faktor Kognitif (Proses Inferensi)

Kemampuan individu dalam menafsirkan dan menghubungkan perilaku dengan sikap tertentu. Proses ini melibatkan penalaran rasional untuk menarik

kesimpulan mengenai identitas dan karakter diri berdasarkan bukti perilaku yang tersedia.

2.2.3 Karakteristik Persepsi Diri

Dalam teori persepsi diri menurut Susan Harter, proses pembentukan sikap melalui perilaku berlangsung melalui beberapa tahap yaitu (Harter & Bukowski, 2012) :

1. Multidimensional, persepsi diri terdiri dari beberapa bidang kehidupan seperti kemampuan akademik, hubungan sosial, kemampuan olahraga, penampilan fisik, perilaku, dan harga diri global.
2. Bersifat terstruktur, di mana penilaian terhadap berbagai aspek tertentu tersebut berkontribusi pada pembentukan penilaian diri secara keseluruhan atau *global self-worth*.
3. Developmental, persepsi diri berkembang seiring dengan pertumbuhan usia dan perkembangan kognitif individu.
4. Interaksi sosial, persepsi diri terbentuk melalui interaksi dengan orang lain, seperti keluarga, teman sebaya, guru, dan lingkungan sosial.
5. Bersifat subyektif, persepsi diri merupakan penilaian pribadi terhadap diri sendiri, sehingga dapat berbeda antara satu individu dengan individu lainnya.

2.2.4 Aspek – Aspek Persepsi Diri

Aspek utama persepsi diri menurut Nelson (2014) yang dikutip oleh (Buchori et al., 2025) terdiri atas dua aspek utama, yaitu :

1. Penerimaan Diri (*Self-acceptance*) berkaitan dengan kemampuan individu dalam menerima dan memperlakukan dirinya secara positif. Seperti : menerima

kelebihan dan kekurangan diri, tidak menyakiti diri sendiri (secara fisik maupun psikologis), memiliki sikap welas asih, memaafkan kesalahan diri.

2. Harmoni Diri (*Self-harmony*) merujuk pada keselarasan antar aspek dalam diri serta minimnya konflik internal. Seperti : tidak membenci diri sendiri, tidak menyalahkan diri secara berlebihan, memiliki konsistensi antara pikiran, perasaan, dan tindakan.

2.2.5 Dampak Persepsi Diri

1. Motivasi Dan Pembentukan Sikap

Sikap individu tidak selalu merupakan penyebab perilaku, tetapi juga dapat menjadi hasil dari perilaku itu sendiri.

2. Interpretasi Diri Sendiri

Individu cenderung mencari bukti diluar kemampuannya untuk memahami dirinya sendiri ketika pikiran dari dalam dirinya sedang tidak jelas.

3. Perubahan Perilaku

Proses ini digunakan untuk menjelaskan masalah perubahan sikap dirinya tanpa membutuhkan tekanan internal yang intens.

2.2.6 Alat Ukur Persepsi Diri

Berikut ini adapun beberapa alat ukur persepsi diri :

1. *Self – Perception Theory Scale* oleh Daryl J. Bem
2. *Self – Perception Profile (SPP)* oleh teori Susan Harter

Self-Perception Profile (SPP) adalah alat ukur berbentuk kuesioner *self-report* yang digunakan untuk menilai persepsi individu terhadap dirinya sendiri pada beberapa domain kehidupan. Instrumen ini dikembangkan oleh Susan Harter

pada tahun 1985 dan kemudian dikembangkan kembali dalam beberapa versi untuk kelompok usia yang berbeda, seperti anak, remaja, dan mahasiswa. SPP dirancang untuk mengukur persepsi diri karena menurut Harter, individu tidak menilai dirinya hanya secara umum, tetapi berdasarkan berbagai bidang kompetensi tertentu seperti akademik, sosial, dan penampilan fisik. Kuosioner ini terdiri dari 45 item pernyataan menggunakan skala linkert 1-4 yang dimulai dari 1 = sangat tidak sesuai, 2 = tidak sesuai, 3 = sesuai, 4 = sangat sesuai. Rentang skor penilaian persepsi diri sebagai berikut :

1. Persepsi diri rendah (45 – 90)
2. Persepsi diri sedang (91 – 135)
3. Persepsi diri tinggi (136 – 180)
3. *Self-Perception Scale–Indonesia* (SPS-I)

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Self-Perception Scale* (SPS) yang dikembangkan oleh Nelson (2014) dan telah diadaptasi ke dalam konteks Indonesia menjadi *Self-Perception Scale–Indonesia* (SPS-I) oleh (Buchori et al., 2025). Instrumen ini digunakan untuk mengukur persepsi diri individu, khususnya dalam aspek kedamaian intrapersonal sebagai bagian dari karakteristik kepribadian.

Pengembangan instrumen ini didasarkan pada konsep kedamaian intrapersonal yang menggambarkan kondisi keseimbangan emosional dan kognitif individu. Secara teoritis, instrumen ini terdiri dari dua dimensi utama, yaitu: (1) penerimaan diri dan welas asih terhadap diri sendiri (*self-acceptance and self-compassion*), serta (2) harmoni diri (*self-harmony*). Dimensi pertama berkaitan

dengan kemampuan individu dalam menerima diri, menunjukkan kasih sayang terhadap diri sendiri, serta menghindari perilaku menyakiti diri. Sementara itu, dimensi kedua berkaitan dengan keselarasan antar aspek diri yang ditandai dengan tidak adanya konflik internal dan terciptanya keseimbangan dalam diri individu (Buchori et al., 2025).

Instrumen SPS-I terdiri dari 12 item pernyataan yang disusun dalam bentuk skala Likert dengan enam kategori respons, yaitu: 1 = Tidak pernah, 2 = Jarang, 3 = Kadang-kadang, 4 = Sering, 5 = Hampir selalu, 6 = Sangat sering. Dengan rentang skor: Rendah : 12 – 32, Sedang : 33 – 52, Tinggi : 53 – 72

Interpretasi skor menunjukkan bahwa semakin tinggi skor yang diperoleh responden, maka semakin tinggi tingkat kedamaian intrapersonal atau persepsi diri yang positif.

2.3 Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)

2.3.1 Definisi Siswa SMA

Siswa SMA merupakan individu yang sedang mengikuti proses pendidikan formal pada jenjang pendidikan menengah atas yang telah menyelesaikan pendidikan di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). Siswa pada jenjang ini berada dalam rentang usia 15–18 tahun yang termasuk dalam kategori remaja pertengahan (*middle adolescence*), yaitu fase perkembangan yang ditandai dengan perubahan dalam aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial (Humairah & Damopoli, 2024).

Menurut Sarwono (2007) menyatakan bahwa siswa adalah setiap orang yang resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di dunia pendidikan. Siswa atau

anak didik adalah salah satu komponen manusiawi yang menempati posisi sentral dalam proses belajarmengajar, dalam proses belajar mengajar siswa sebagai pihak yang ingin meraih cita - cita memiliki tujuan dan kemudian ingin mencapainya secara optimal (Putra, 2020).

2.3.2 Aspek – Aspek Siswa SMA

Beberapa aspek yang memiliki pengaruh terhadap pengalaman, tantangan, dan perkembangan siswa SMA oleh (Addzaky, 2024) :

1. Aspek Fisik

Masa remaja akhir yang dialami peserta didik SMA ditandai dengan perubahan fisik yang signifikan. Meningkatnya hormon pertumbuhan menyebabkan penambahan dalam tinggi badan dan berat badan. Remaja putra umumnya mengalami pertumbuhan tinggi badan yang lebih cepat dibandingkan remaja putri. Sementara remaja putri cenderung mengalami peningkatan persentase lemak tubuh akibat perubahan hormonal terkait kematangan seksual.

2. Aspek Kognitif

Perkembangan kognitif pada masa remaja akhir, khususnya bagi peserta didik SMA, ditandai dengan kemampuan berpikir yang semakin kompleks. Kemampuan penalaran logis dan kritis juga semakin berkembang. Peserta didik SMA mampu menganalisis informasi secara mendalam, mengidentifikasi hubungan sebab akibat, dan menarik kesimpulan yang valid berdasarkan bukti yang ada.

3. Aspek Kreativitas

Kreativitas siswa SMA dapat terlihat dari berbagai bentuk ekspresi, seperti seni, musik, sastra, desain, atau bahkan dalam menyelesaikan masalah sehari-hari.

Mereka mampu melihat sudut pandang yang berbeda, mengombinasikan konsep dari berbagai bidang, dan menciptakan sesuatu yang unik dan inovatif.

4. Aspek Perilaku Personal

Siswa SMA mulai mengeksplorasi minat, nilai-nilai, dan keyakinan yang mereka anut. Mereka mungkin tertarik pada isu sosial, politik, atau budaya tertentu, dan mengekspresikan pendapat mereka dengan lebih vokal. Beberapa dari mereka mungkin terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler atau organisasi yang sesuai dengan minat dan nilai-nilai mereka. Dalam proses pembentukan identitas diri, peserta didik SMA juga seringkali mencoba gaya hidup atau perilaku baru.

5. Aspek Konsepsi Diri

Konsepsi diri yang positif dan realistis sangat penting bagi siswa SMA dalam menghadapi berbagai tantangan dan tugas perkembangan pada fase ini. Mereka yang memiliki konsepsi diri yang kuat cenderung lebih percaya diri, memiliki harga diri, serta mampu mengembangkan hubungan interpersonal yang positif. Sebaliknya, konsepsi diri yang negatif dapat menyebabkan masalah seperti rendahnya kepercayaan diri, harga diri yang rendah, dan kesulitan dalam membina hubungan dengan orang lain. Hal ini dapat menghambat perkembangan potensi diri dan mencapai kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan.

6. Aspek Kemandirian dan Tanggung Jawab

Kemandirian siswa SMA dapat terlihat dari kemampuan mereka dalam mengatur waktu, menetapkan prioritas, dan mengelola tanggung jawab secara efektif. Mereka mulai belajar untuk membuat jadwal kegiatan, mengerjakan tugas-

tugas sekolah secara mandiri, serta mengalokasikan waktu untuk aktivitas sosial dan hobi.

7. Aspek Resiliensi

Siswa SMA yang resilien mampu mengelola stres dengan lebih baik, mengembangkan strategi koping yang efektif, dan mempertahankan sikap positif dalam menghadapi tantangan. Mereka cenderung lebih fleksibel, mampu melihat masalah dari berbagai perspektif, dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi rintangan. Perkembangan resiliensi dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti karakteristik kepribadian, dukungan sosial, dan pengalaman hidup.

8. Aspek Hubungan Interpersonal

Siswa SMA belajar untuk membangun kepercayaan, saling mendukung, dan berbagi pengalaman hidup dengan teman-teman dekatnya. Selain itu, siswa SMA juga mengembangkan keterampilan untuk mengekspresikan kebutuhan emosional mereka secara lebih efektif. Mereka belajar untuk berkomunikasi secara terbuka, asertif, dan mendengarkan dengan empati.

9. Aspek Moral

Siswa SMA berupaya untuk membangun sistem moral pribadi yang akan menjadi pedoman dalam berperilaku dan mengambil keputusan. Mereka mengeksplorasi isu etika seperti keadilan, kejujuran, tanggung jawab, dan penghargaan terhadap hak-hak individu. Proses ini seringkali melibatkan perdebatan internal, diskusi dengan teman sebaya, serta pengaruh dari figur-figur teladan di sekitar mereka.

10. Aspek Spiritual

Perkembangan spiritual dapat memberikan panduan dan motivasi bagi siswa SMA dalam menjalani kehidupan. Mereka mungkin terlibat dalam kegiatan keagamaan, meditasi, atau praktik spiritual lainnya sebagai upaya untuk menemukan makna dan tujuan hidup yang lebih mendalam.

2.3.3 Karakteristik Siswa SMA

Siswa memiliki beberapa karakteristik yang berbeda menurut (Saragih, 2013) yaitu:

1. Stabilitas emosional : siswa merasa tenang, semangat, merasa aman atau merasa tegang, gelisah, tertekan, dan tidak aman.
2. Ekstraversi: siswa mudah bergaul, pandai berbicara dan tegas.
3. Keterbukaan terhadap pengalaman: siswa berimajinasi, peka terhadap seni, menyukai keaslian, kreatif, menyukai tantangan dan mudah menyesuaikan diri.
4. Kepekaan nurani: siswa mudah ramah, bekerjasama, berhati lembut, mudah percaya atau kasar dan curiga.
5. Kehati-hatian: siswa bertanggung jawab, patuh terhadap suatu peraturan, bersungguh-sungguh, dapat dipercaya, pekerja keras, bergorganisasi baik dan disiplin.

2.4 Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Persepsi Diri

Penggunaan media sosial pada siswa SMA berkontribusi terhadap perubahan cara memandang dan menilai dirinya sendiri. Paparan konten yang menampilkan standar ideal, baik dari segi penampilan, gaya hidup, maupun pencapaian, mendorong siswa SMA menurunkan kepercayaan diri dan memunculkan persepsi diri negatif. Selain itu, ketergantungan terhadap validasi

eksternal seperti *likes*, komentar, dan jumlah pengikut menyebabkan persepsi siswa SMA semakin bergantung pada penilaian orang lain (Nuriana et al., 2024).

Berdasarkan teori *Self-Perception* yang dikemukakan oleh Daryl J. Bem (J.Bem, 1967a), individu membentuk sikap dan penilaian terhadap dirinya dengan mengamati perilaku yang ia lakukan serta konteks di mana perilaku tersebut terjadi. Dalam konteks ini, ketika siswa secara berulang menggunakan media sosial mengunggah konten, membaca komentar, menerima “*like*”, dan membandingkan respons sosial—maka perilaku tersebut menjadi dasar dalam menarik kesimpulan tentang nilai, kemampuan, serta penerimaan sosial dirinya. Dengan demikian, intensitas penggunaan media sosial menjadi salah satu faktor eksternal yang dapat memengaruhi pembentukan persepsi diri.

Tabel 2. 1 Jurnal Yang Relevan Dengan Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Persepsi Diri Pada Siswa SMA Negeri 1 Gedeg Kabupaten Mojokerto

No	Judul	Metode	Hasil
1.	<i>The Influence of Social Media Use on the Self-Perception and Social Relations of Teenagers in the Digital Era</i> (Ferdiet al., 2023).	Populasi : Siswa SMA di Kabupaten Subang, Jawa Barat Variable Independen : Penggunaan media sosial Variabel Dependen : Persepsi diri Alat ukur : Kuesioner angket tertutup Desain Penelitian : Kuantitatif dengan pendekatan regresi linier	1) Ada pengaruh yang signifikan penggunaan media sosial terhadap persepsi diri dan hubungan sosial siswa 2) Nilai P value $0.00 < 0.05$ menunjukkan siswa yang aktif menggunakan media sosial cenderung lebih rentan terhadap persepsi diri rendah dengan skor -0.83 dengan arah hubungan negatif 3) Siswa SMA usia 15-18 tahun (100%) menggunakan media sosial secara aktif 4) Penggunaan media sosial mayoritas pada perempuan sebanyak (73,3%) dan laki – laki sebanyak (26,6%).
2.	<i>The Impact of Social Media on Body Image and</i>	Populasi :	1) Ada hubungan signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan penurunan

No	Judul	Metode	Hasil
	<i>Self-Perception Among Teenagers</i> (Nuriana et al., 2024).	60 Remaja (usia sekolah menengah 16 – 20 tahun) Variable Independen : Penggunaan media sosial Variabel Dependen : Persepsi diri Alat ukur : 1) Intensitas penggunaan media sosial 2) Persepsi citra tubuh (<i>body image</i>) 3) Persepsi diri (<i>self-perception</i>) Desain Penelitian : Penelitian kuantitatif dengan desain <i>cross-sectional study</i>	kepuasan terhadap citra tubuh, meningkatnya perbandingan sosial, perubahan negatif pada persepsi diri remaja Penggunaan media sosial 2) 60% individu melaporkan kekhawatiran mereka tentang penampilan terhadap diri mereka sendiri 3) Remaja usia 16-20 tahun (100%) dalam kategori tinggi penggunaan media sosial 4) Pada perempuan sebanyak (85%) dan laki-laki sebanyak (15%) mengalami gangguan persepsi diri
3.	Analisis Dampak Media Sosial Instagram terhadap Persepsi Diri dan Penampilan Pribadi: Studi tentang Dampak Psikologis pada Generasi Milenial dan Gen Z (Alwin et al., 2025).	Populasi: 51 orang dengan usia 16 – 35 tahun Variabel Independen: Intensitas penggunaan Instagram Variabel Dependen: persepsi diri Alat Ukur : 1) <i>Instagram Intensity Scale Questionnaire (IISQ)</i> 2) <i>Passive and Active Use Measure (PAUM)</i> 3) <i>Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)</i> Desain Penelitian: Kuantitatif dengan uji chi square dan korelasi pearson	1) 76.5% responden menggunakan media sosial khususnya instagram setiap hari yang berdampak pada persepsi diri yang lemah. 2) Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan Instagram dengan persepsi diri. Hal ini dibuktikan melalui uji Chi-Square dengan nilai signifikansi sebesar 0,043 ($p < 0,05$) 3) Penggunaan media sosial khususnya instagram secara aktif menunjukan hubungan positif cukup kuat terhadap persepsi diri dengan nilai korelasi sebesar 0,578. 4) Penggunaan media sosial khususnya instagram secara pasif menunjukan hubungan yang lemah terhadap persepsi diri dengan nilai korelasi sebesar 0,212
4.	Intensitas penggunaan Media Sosial dan Persepsi	Populasi: 360 siswa kelas X SMA Negeri 4 Purwokerto	1) Terdapat hubungan signifikan antara intensitas penggunaan

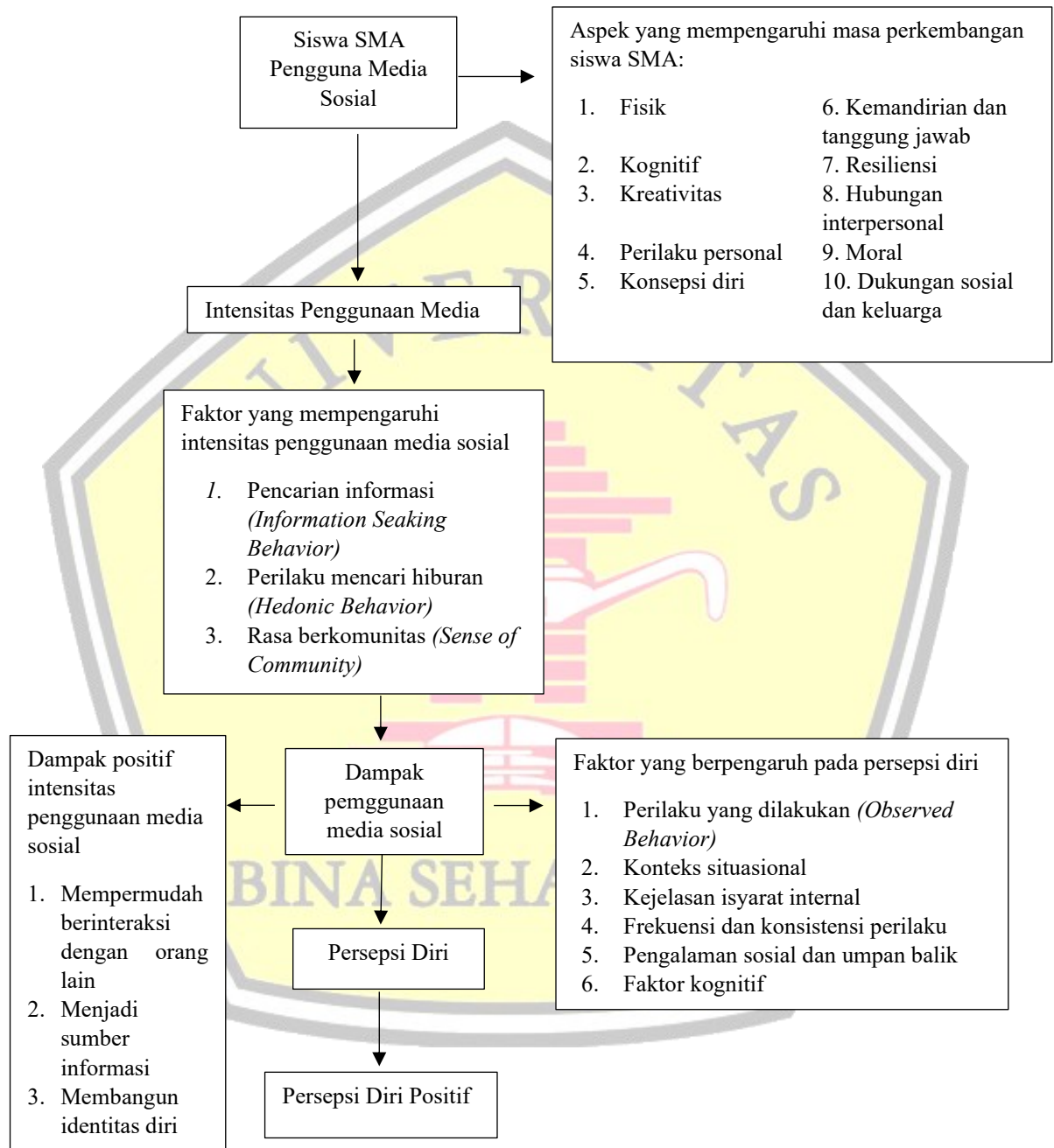
No	Judul	Metode	Hasil
	Remaja tentang Citra Tubuh Ideal (Laely et al., 2024).	Sampel : 124 siswa Variabel Independen: Intensitas penggunaan media sosial (<i>Instagram</i>) Variabel Dependen: Persepsi remaja Alat Ukur : 1) Kuesioner intensitas penggunaan <i>Instagram</i> 2) <i>Multidimensional Body Self-Relations Questionnaire (MBSRQ)</i> Desain Penelitian: Penelitian kuantitatif non eksperimental dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	media sosial dan persepsi diri dengan citra tubuh 2) Skor 76.2% dalam kategori sedang intensitas penggunaan media sosial yang mempengaruhi persepsi diri dengan citra tubuh ideal 3) Hasil uji spearman rank menunjukkan P value $0.004 < 0.005$ dengan nilai korelasi 0,259 dengan arah hubungan positif 4) Sebanyak 25 responden (20,2%) pada kategori persepsi diri rendah 5) Sebanyak 75 responden (60,5%) pada kategori persepsi diri sedang 6) Sebanyak 24 responden (19,4%) pada kategori persepsi diri tinggi
5.	Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i> pada Dewasa Awal Pengguna Aktif Media Sosial di Kota Surabaya (Kusumaisna et al., 2023).	Populasi : 90 orang dewasa awal pengguna aktif media sosial di Kota Surabaya Variabel Independen: Intensitas penggunaan media sosial Variabel Dependen: <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i> Alat Ukur : Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Skala FoMO Desain Penelitian: Desain kuantitatif dengan pendekatan korelasional.	1) Ada hubungan signifikan $0.00 < 0.05$ penggunaan media sosial kategori tinggi sebesar 96% lama penggunaan 5 jam 17 menit per hari di kota Surabaya 2) Hubungan bersifat positif; artinya, semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, maka semakin tinggi pula tingkat FoMO yang dirasakan, dan sebaliknya. Dengan nilai korelasi 0.433 3) Intensitas penggunaan media sosial dengan tingkat rendah sebanyak (7,78%), sedang sebanyak (81,11%), tinggi sebanyak (11,11%).
6.	<i>The relationship of self-perception, personality and high school type with the level of problematic internet use in adolescents</i> (Ozmen et. al., 2021)	Populasi : Seluruh siswa sekolah menengah atas (SMA) di kota Kars, Turki. Sampel : 771 siswa SMA dengan rentang usia 14–19 tahun. Variable Independen: Persepsi Diri	1) Penggunaan internet yang dimanfaatkan untuk mengakses media sosial mencapai sebanyak 82,8% laki – laki dan sebanyak 63,2% perempuan 2) Ada hubungan signifikan antara persepsi diri, durasi penggunaan media sosial, terhadap problematic internet

No	Judul	Metode	Hasil
		Variable Dependen: Penggunaan internet bermasalah pada remaja. Alat Ukur: 1) Problematic Internet Use Scale in Adolescents (PIUS-A) 2) Self-Perception Profile for Adolescents (SPPA) 3) Eysenck Personality Questionnaire Revised-Abbreviated Form (EPQR-A) Desain Penelitian: Desain penelitian kuantitatif korelational dengan metode relational screening model	use pada remaja SMA. Dengan p value < 0.01 dan R = 0.51 3) Responden yang mengalami persepsi diri tinggi sebanyak 23,5%, persepsi diri sedang 56,3 % dan persepsi diri rendah sebanyak 20,2%. 4) Responden dengan lama menggunakan media sosial <2 jam/minggu sebanyak 20,3% dan >6 jam/minggu sebanyak 60,7%
7.	<i>Self-perception evolution among university student TikTok users: evidence from China</i> (Zhu et. al., 2024).	Populasi : Mahasiswa Universitas di Guangxi, China Variable Independen: Pengguna media sosial tiktok Variable Dependen: Persepsi diri mahasiswa Alat Ukur: Wawancara semi-terstruktur Desain Penelitian: Metode campuran kuantitatif dan kualitatif pendekatan kualitatif grounded theory	1) Responden menggunakan TikTok dan media sosial dalam waktu < 2 jam/ hari sebanyak 18,2% 2) Responden menggunakan TikTok dan media sosial dalam waktu > 3 jam/ hari sebanyak 30,3% 3) Responden menggunakan TikTok dan media sosial dalam waktu > 6 jam/ hari sebanyak 51,5% 4) Sebagian besar Mahasiswa menunjukkan persepsi diri tinggi atau positif dengan skor 33,3% perubahan persepsi diri paling besar pada aspek identitas pribadi dan gambaran karier masa depan setelah terpapar konten video pendek. 5) Responden dengan persepsi diri cenderung sedang sebanyak 40,7% dan rendah sebanyak 26%
8.	<i>Perceptions of #Fitspiration</i>	Populasi :	1) 64% followers lebih sering mengalami perasaan negatif

No	Judul	Metode	Hasil
	<i>Activity on Instagram: Patterns of Use, Response, and Preferences among Fitstagramers and Followers</i> (Dibisceglie and Arigo, 2021)	270 orang pengguna Instagram berusia 20-21 tahun Sampel : 65 orang pengguna Instagram berusia 20-21 tahun Variable Independen: Intensitas penggunaan media sosial di Instagram Variable Dependen: Persepsi diri terhadap paparan di Instagram Alat Ukur: <i>Cross-sectional Web-Based Survey</i> Desain Penelitian: <i>Cross-Sectional Survey Design</i>	dengan nilai signifikan $t(116.56)=5.40, p<0.0001$ 2) 42% orang yang aktif mengunggah konten memiliki persepsi diri positif $t(116.56)=5.40, p<0.0001$ 3) Perempuan (78%) lebih rentan mengalami persepsi diri negatif dengan hasil signifikan $t(66.48)=4.65, p<0.0001$ 4) Laki-laki (22%) memiliki pengaruh pembentukan persepsi diri dari paparan media sosial dengan nilai signifikan $\chi^2=18.96, p=0.002$
9.	<i>Social Media and Self-Perception</i> (Palevi et. al, 2025)	Populasi : Mahasiswa universitas Sigma pengguna media sosial aktif yang berusia 18–30 tahun Sampel : 500 mahasiswa Variable Independen: Penggunaan Media Sosial Variable Dependen: Persepsi diri Alat Ukur: 1) <i>Social Media Usage Questionnaire (SMUQ)</i> 2) <i>Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)</i> 3) <i>Body Satisfaction Scale (BSS)</i> 4) <i>Social Comparison Orientation Scale (SCOS)</i> Desain Penelitian: Metode campuran kuantitatif dan kualitatif.	1) 48% Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan platform berbasis gambar dengan persepsi diri. Dengan nilai signifikan $r = -0.51$ dengan arah hubungan negatif 2) 57% Paparan media sosial visual memberikan pengaruh sangat kuat terhadap persepsi tubuh individu. $F(2,497)=326.5, p<0.001$ 3) Penelitian menyimpulkan bahwa penggunaan media sosial berbasis gambar memiliki pengaruh signifikan terhadap persepsi diri dewasa muda dengan nilai signifikan $r = -0.42, p<0.001$

2.5 Kerangka Teori

Kerangka teori adalah struktur yang disusun berdasarkan teori yang relevan untuk menjelaskan hubungan antar variabel dalam penelitian (Sugiyono, 2013)



Gambar 2. 1 Kerangka Teori Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Persepsi Diri Pada Siswa SMA Negeri 1 Gedeg Kabupaten Mojokerto

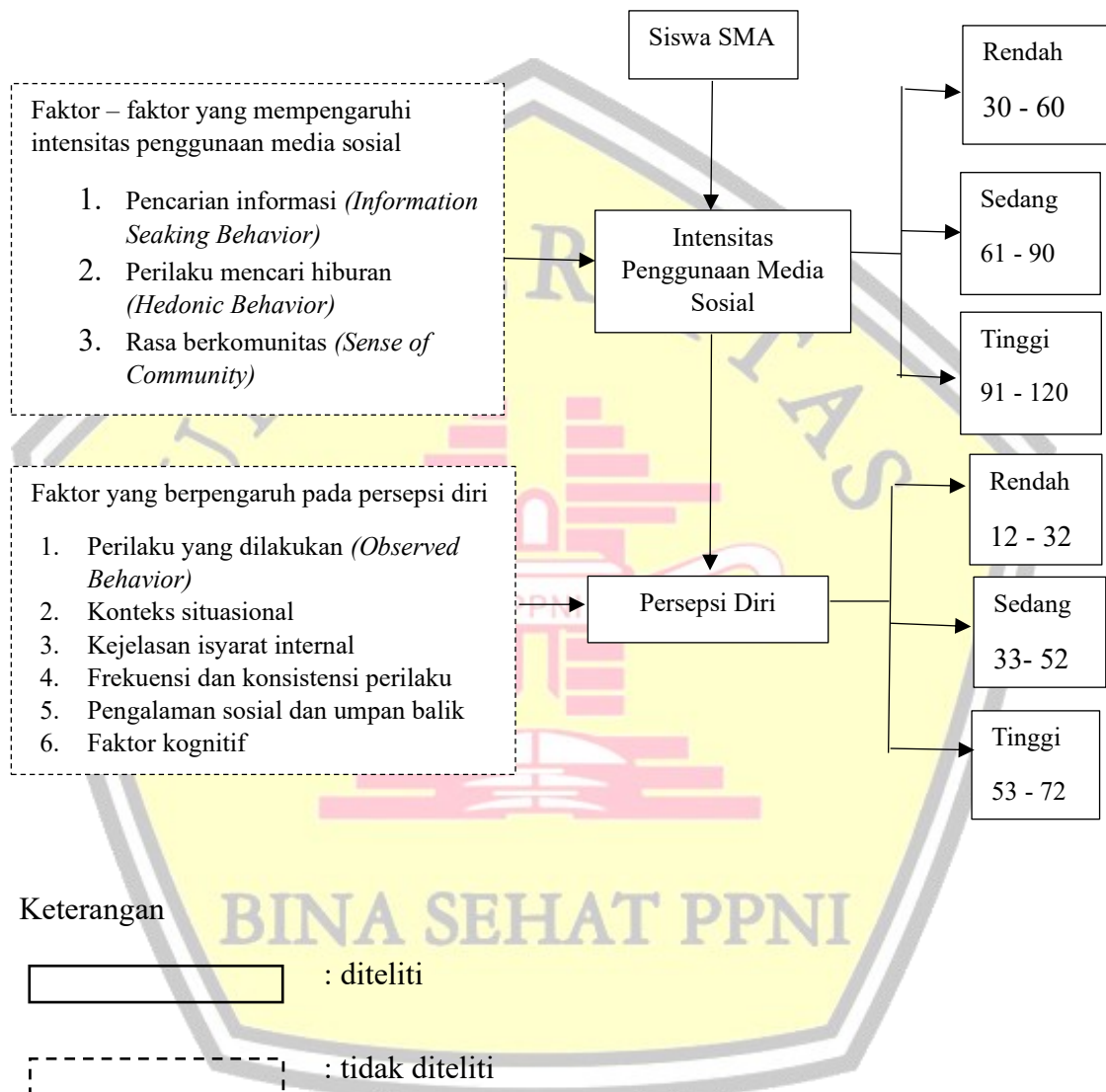
2.5.1 Penjelasan Kerangka Teori

Siswa SMA berada pada masa remaja yang ditandai dengan perkembangan pada berbagai aspek, meliputi aspek fisik, kognitif, kreativitas, perilaku personal, kepribadian, kemandirian dan tanggung jawab, resiliensi, hubungan interpersonal, moral, serta aspek spiritual dan dukungan sosial keluarga. Seluruh aspek ini menjadi landasan dalam memahami bagaimana media sosial dapat memengaruhi perkembangan siswa SMA.

Intensitas dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti kebutuhan mencari informasi (*information seeking behavior*), perilaku mencari hiburan (*hedonic behavior*), serta kebutuhan akan rasa kebersamaan atau *sense of community*. Dari faktor tersebut memiliki dampak positif dan negatif akibat intensitas penggunaan media sosial yang tinggi. Dapat berkaitan dengan pembentukan persepsi diri pada siswa. Persepsi diri merupakan cara individu memahami dan menilai dirinya sendiri melalui pengalaman serta interaksi sosial yang dialami. Persepsi diri yang terbentuk akan mengarah pada persepsi diri, khususnya persepsi diri positif apabila individu mampu mengelola pengaruh media sosial dengan baik.

2.6 Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah gambaran sederhana dari kenyataan yang digunakan untuk menjelaskan hubungan antara berbagai hal dan membentuk dasar teori (Sugiyono, 2013)



Gambar 2. 2 Kerangka Konsep Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Persepsi Diri Pada Siswa SMA Negeri 1 Gedeg Kabupaten Mojokerto

2.7 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian yang kebenarannya masih harus diuji secara empiris melalui pengumpulan dan analisis data (Sugiyono, 2013).

H1 : Ada hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan persepsi diri pada siswa SMA Negeri 1 Gedeg Kabupaten Mojokerto.

