

## **ABSTRAK**

**Razan Aminur Rahman. 210541100057. Program Studi Psikologi. Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya. Universitas Trunodjoyo Madura. 2026. Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Dengan Kesepian Pada Generasi Z.**

**Abstrak :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan media sosial Instagram dengan kesepian pada Generasi Z di Jakarta. Fenomena penggunaan media sosial yang semakin meningkat di kalangan Generasi Z, khususnya di wilayah perkotaan seperti Jakarta, diduga berkaitan dengan munculnya perasaan kesepian meskipun individu memiliki banyak relasi secara daring. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek penelitian berjumlah 272 Generasi Z yang berdomisili di Jakarta, yang diperoleh menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian berupa skala intensitas penggunaan media sosial Instagram dan skala kesepian yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi Spearman Rho karena data tidak berdistribusi normal, serta didukung oleh analisis statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial Instagram dan kesepian pada Generasi Z di Jakarta dengan nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0,361$  dan nilai signifikansi  $p < 0,05$ . Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial Instagram, maka cenderung semakin tinggi tingkat kesepian yang dirasakan oleh Generasi Z.

**Kata kunci:** intensitas penggunaan media sosial Instagram, kesepian, Generasi Z

## ABSTRACT

***Razan Aminur Rahman. 210541100057. Psychology Study Program. Faculty of Social and Cultural Sciences. Universitas Trunodjoyo Madura. 2026. The Relationship Between the Intensity of Instagram Social Media Use and Loneliness Among Generation Z***

**Abstract :** This study aims to examine the relationship between the intensity of Instagram social media use and loneliness among Generation Z in Jakarta. The increasing use of social media among Generation Z, particularly in urban areas such as Jakarta, is believed to be associated with psychological conditions, including feelings of loneliness, despite having numerous online social connections. This research employed a quantitative approach with a correlational design. The participants consisted of 272 Generation Z individuals residing in Jakarta, selected using a purposive sampling technique. The research instruments included a scale measuring the intensity of Instagram use and a loneliness scale, both of which had been tested for validity and reliability. Data analysis was conducted using Spearman's Rho correlation test due to the non-normal distribution of the data, supported by descriptive statistical analysis. The results indicated a significant positive relationship between the intensity of Instagram use and loneliness among Generation Z in Jakarta, with a correlation coefficient of  $r = 0.361$  and a significance value of  $p < 0.05$ . These findings suggest that higher intensity of Instagram use tends to be associated with higher levels of loneliness among Generation Z.

**Keywords:** Intensity Of Instagram Use, Loneliness, Generation Z, Jakarta