

**HUBUNGAN INTENSITAS MENGAKSES KONTEN *SELF-IMPROVEMENT* DI INSTAGRAM DENGAN TINGKAT PEMAKNAAN
HIDUP PERSPEKTIF LOGOTERAPI VIKTOR FRANKL**

**(Studi Korelasi Pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Adab Universitas
Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon)**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag.)
pada Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas Ushuluddin dan Adab



Disusun Oleh:

Asti Anandyta Wirhamsyah

NIM: 2285160011

**JURUSAN TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN ADAB
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER SYEKH NURJATI CIREBON**

1447 H/2026 M



UINSSC

HUBUNGAN INTENSITAS MENGAKSES KONTEN *SELF-IMPROVEMENT* DI INSTAGRAM DENGAN TINGKAT PEMAKNAAN HIDUP PERSPEKTIF LOGOTERAPI VIKTOR FRANKL
(Studi Korelasi Pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Adab Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon)

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag.)
pada Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas Ushuluddin dan Adab



Disusun Oleh:

Asti Anandyta Wirhamsyah

NIM: 2285160011

**JURUSAN TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN ADAB
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER SYEKH NURJATI CIREBON
1447 H/2026 M**

ABSTRAK

HUBUNGAN INTENSITAS MENGAKSES KONTEN SELF-IMPROVEMENT DI INSTAGRAM DENGAN TINGKAT PEMAKNAN HIDUP PERSPEKTIF LOGOTERAPI VIKTOR FRANKL (STUDI KORELASI PADA MAHASISWA FAKULTAS USHULUDDIN DAN ADAB UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER SYEKH NURJATI CIREBON).

Asti Anandyta Wirhamsyah, NIM 2285160011. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya penggunaan Instagram sebagai media pencarian motivasi, *self-healing*, dan pengembangan diri di kalangan mahasiswa, sementara hubungan antara intensitas mengakses konten *self-improvement* dengan tingkat pemaknaan hidup masih belum banyak diteliti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat intensitas mengakses konten *self-improvement* di Instagram, tingkat pemaknaan hidup mahasiswa berdasarkan perspektif logoterapi Viktor Frankl, serta hubungan antara kedua variabel tersebut. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Adab UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon angkatan 2022–2025 yang aktif menggunakan Instagram dan mengikuti akun *self-improvement*. Dari populasi sebanyak 792 mahasiswa, jumlah sampel minimum ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 10% sehingga diperoleh minimal 89 responden, sedangkan penelitian ini melibatkan 93 responden. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan korelasi *Pearson Product-Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas mengakses konten *self-improvement* berada pada kategori rendah, sedangkan tingkat pemaknaan hidup mahasiswa berada pada kategori tinggi. Uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara intensitas mengakses konten *self-improvement* di Instagram dengan tingkat pemaknaan hidup mahasiswa ($r = 0,375$; $p = 0,000 < 0,05$) dengan kekuatan hubungan rendah. Variabel intensitas mengakses konten *self-improvement* memberikan kontribusi sebesar 14,06% terhadap pemaknaan hidup, sedangkan 85,94% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

Kata Kunci: *self-improvement*, Instagram, pemaknaan hidup, logoterapi, mahasiswa.

UINSSC

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE INTENSITY OF ACCESSING SELF-IMPROVEMENT CONTENT ON INSTAGRAM AND THE LEVEL OF MEANING IN LIFE FROM VIKTOR FRANKL'S LOGOTHERAPY PERSPECTIVE (A CORRELATIONAL STUDY ON STUDENTS OF THE FACULTY OF USHULUDDIN AND ADAB, UIN SIBER SYEKH NURJATI CIREBON).

Asti Anandya Wirhamsyah, Student ID 2285160011. This study was motivated by the increasing use of Instagram as a medium for motivation, self-healing, and self-development among university students, while the relationship between exposure to self-improvement content and meaning in life remains underexplored. The study aimed to examine the intensity of accessing self-improvement content on Instagram, the level of meaning in life based on Viktor Frankl's logotherapy perspective, and the relationship between these variables. This research employed a quantitative correlational approach. The sample was selected using purposive sampling, consisting of students of the Faculty of Ushuluddin and Adab at UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon (2022–2025 cohorts) who actively use Instagram and follow self-improvement accounts. From a population of 792 students, the minimum sample size was determined using Slovin's formula with a 10% margin of error, resulting in a minimum of 89 respondents; this study involved 93 respondents. Data were collected through questionnaires and analyzed using the Pearson Product-Moment correlation test. The findings revealed that the intensity of accessing self-improvement content was generally low, while students' meaning in life was categorized as high. Hypothesis testing indicated a positive and significant relationship between the intensity of accessing self-improvement content on Instagram and meaning in life ($r = 0.375$; $p = 0,000 < 0.05$), with a low correlation strength. The intensity of accessing self-improvement content contributed 14.06% to students' meaning in life, while the remaining 85.94% was influenced by other factors beyond the scope of this study.

Keywords: self-improvement, Instagram, meaning in life, logotherapy, university students.

UINSSC

الملخص

العلاقة بين شدة الوصول إلى محتوى تطوير الذات في إنستغرام ومستوى معنى الحياة من منظور العلاج بالمعنى لفيكتر فرانكل (دراسة ارتباطية لدى طلبة كلية أصول الدين والأداب بجامعة سيبر الشيخ نورجاني الإسلامية الحكومية تشيريون).

أستي أنانديتا ويرهامسيه، رقم القيد ٢٢٨٥١٦٠٠١١. انطلقت هذه الدراسة من تزايد استخدام منصة إنستغرام بوصفها وسيلة للبحث عن الدافعية والتعافي الذاتي وتنمية الذات بين الطلبة الجامعيين، في حين لا تزال العلاقة بين كثافة التعرض لمحتوى تطوير الذات ومستوى معنى الحياة بحاجة إلى المزيد من الدراسة. هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى شدة الوصول إلى محتوى تطوير الذات في إنستغرام، ومستوى معنى الحياة لدى الطلبة في ضوء منظور العلاج بالمعنى لفيكتر فرانكل، والكشف عن العلاقة بين المتغيرين. استخدمت الدراسة المنهج الكمي الارتباطي، وتم اختيار العينة بطريقة المعاينة القصدية من طلبة كلية أصول الدين والأداب بجامعة سيبر الشيخ نورجاني الإسلامية الحكومية تشيريون للدفعات ٢٠٢٢-٢٠٢٥ ممن يستخدمون إنستغرام ويتابعون حسابات تطوير الذات. ومن مجتمع بلغ ٧٩٢ طالبًا، خُذ الحد الأدنى للعينة باستخدام معادلة سلوفين بنسبة خطأ ١٠٪، فبلغ ٨٩ مفردة على الأقل، بينما شارك في الدراسة ٩٣ طالبًا. جُمعت البيانات بواسطة الاستبانة وحُللت باستخدام معامل ارتباط بيرسون. وأظهرت النتائج أن شدة الوصول إلى محتوى تطوير الذات جاءت في المستوى المنخفض، في حين كان مستوى معنى الحياة لدى الطلبة مرتفعًا. كما أظهرت نتائج الاختبار وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيًا بين شدة الوصول إلى محتوى تطوير الذات في إنستغرام ومستوى ، إلا أن قوة العلاقة كانت منخفضة. وأسهمت شدة الوصول إلى ($r = 0.375$ ، $p = 0.000 < 0.05$) معنى الحياة محتوى تطوير الذات بنسبة ١٤.٠٦٪ في تفسير معنى الحياة، بينما تعود نسبة ٨٥.٩٤٪ إلى عوامل أخرى خارج نطاق الدراسة.

الكلمات المفتاحية: تطوير الذات، إنستغرام، معنى الحياة، العلاج بالمعنى، فيكتور فرانكل، الطلاب.

UINSSC

LEMBAR PERSETUJUAN

Hubungan Intensitas Mengakses Konten Self-improvement di Instagram dengan Tingkat Pemaknaan Hidup Mahasiswa Perspektif Logoterapi Viktor Frankl (Studi Korelasi Pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Adab Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon)

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag) Pada Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Adab

Oleh:

ASTI ANANDYTA WIRHAMSYAH

NIM. 2285160011

Menyetujui,

Pembimbing I



Dr. Naeila Rifatil Muna, M.Pd.I.

NIP. 198006232009122004

Pembimbing II



Muhammad Ikhsan Ghofur, M.A.

NIP. 199105032019031007

Mengetahui,

Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi



Dr. Debi Fajrin Habibi, M.Pd.

NIP. 198709282019031005

NOTA DINAS

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Adab

Universitas Islam Negeri (UIN) Siber Syekh Nurjati

Cirebon

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah melakukan bimbingan, penelaahan, pengarahan, dan pengoreksian terhadap penelitian skripsi dari saudara :

Nama : ASTI ANANDYTA WIRHAMSYAH

NIM : 2285160011

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Judul Skripsi : Hubungan Intensitas Mengakses Konten Self-improvement di Instagram dengan Tingkat Pemaknaan Hidup Mahasiswa Perspektif Logoterapi Viktor Frankl (Studi Korelasi Pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Adab Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon)

Kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Adab Universitas Islam Negeri (UIN) Siber Syekh Nurjati Cirebon untuk dimunaqasahkan.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Cirebon, 05 Juni 2026

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Naeila Rifatil Muna, M.Pd.I.
NIP. 198006232009122004

Muhammad Ikhsan Ghofur, M.A.
NIP. 199105032019031007

18/06/2026, 10:55

Lembar Pengesahan - ASTI ANANDYTA WIRHAMSYAH

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Hubungan Intensitas Mengakses Konten Self-improvement di Instagram dengan Tingkat Pemaknaan Hidup Mahasiswa Perspektif Logoterapi Viktor Frankl (Studi Korelasi Pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Adab Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon) oleh ASTI ANANDYTA WIRHAMSYAH dengan NIM. 2285160011 telah dimunaqasyahkan pada tanggal 11 June 2026 di hadapan dewan penguji dan dinyatakan LULUS.

Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) pada Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Adab, UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.

Panitia Munaqasyah	Tanggal	Tanda Tangan
Ketua Jurusan Dr. Debi Fajrin Habibi, M.Pd. NIP. 198709262013031005	15/06/2026	
Sekretaris Jurusan Muhammad Ihsan Ghofur, M.A. NIP. 199105022015031007	15/06/2026	
Penguji I Dr. Ety Ratnawati, M.Pd. NIP. 1960081119910312003	18/06/2026	
Penguji II Siti Asyiah, M.Ag. NIP. 1990022320100422014	17/06/2026	
Pembimbing I Dr. Naesla Sifatil Muna, M.Pd.I. NIP. 198006232009122004	15/06/2026	
Pembimbing II Muhammad Ihsan Ghofur, M.A. NIP. 199105032015031007	15/06/2026	

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Adab




Dr. Anwar Sanusi, M.Ag.
NIP. 197105012000031004

Dokumen ini ditandatangani secara elektronik, untuk melakukan pengecekan keaslian dokumen dapat mengakses halaman <https://eujian-fua.uinssc.ac.id/verify>

Token : DOC-8A4AFD0B03F9

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim.

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "**Hubungan Intensitas Mengakses Konten *Self-improvement* di Instagram dengan Tingkat Pemaknaan Hidup Perspektif Logoterapi Viktor Frankl (Studi Korelasi pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Adab Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon)**" ini beserta seluruh isinya merupakan karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko atau sanksi atau apa pun yang dijatuhkan kepada saya dengan peraturan yang berlaku. Apabila di kemudian hari terdapat pelanggaran terhadap etika keilmuan, atau ada klaim terhadap keaslian karya yang telah saya buat ini.

Cirebon, 17 Mei 2026

Yang membuat pernyataan,



Asti Anandyta Wirhamsyah
NIM. 2285160011

RIWAYAT HIDUP



Nama : Asti Anandyta Wirhamsyah
 NIM : 2285160011
 TTL : Bandung, 28 Februari 2004
 Alamat : Lembur Tahu, RT/RW 04/04, Desa
 Cangkuang, Kecamatan Cangkuang, Kabupaten Bandung,
 Jawa Barat
 Email : sepatukuningcelanamerah@gmail.com

Peneliti merupakan anak pertama dari Bapak Wirhamsyah dan Ibu Tuti Dewi Asti. Peneliti mempunyai satu adik perempuan dan satu adik laki-laki. Adapun untuk jenjang pendidikan yang ditempuh dan pengalaman organisasi sebagai berikut:

Riwayat Pendidikan:

1. TK Al-Mudhiyyah pada tahun 2008-2010
2. SDN Setragalih 2 pada tahun 2010-2016
3. MDTA Al-Mudhiyyah pada tahun 2010-2016
4. SMP Umi Kulsum Banjaran pada tahun 2016-2019
5. SMA Yumik Banjaran pada tahun 2019-2022
6. S1-UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon pada tahun 2022-2026

Pengalaman Organisasi:

1. Pengurus OSIS SMA Yumik Banjaran pada tahun 2019-2022
2. Himpunan Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi pada tahun 2023-2024

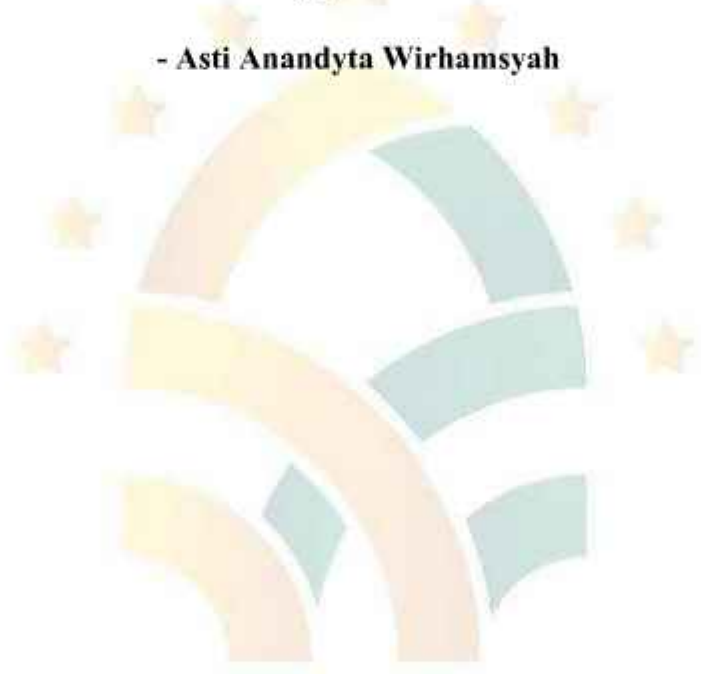
MOTTO

“Merasa sia-sia adalah sia-sia. Kamu tahu semua hal selalu berdampak.”

“Tidak ada yang gagal, kamu hanya kurang tepat memilih sudut pandang keberhasilan.”

“Cinta yang kamu terima itu jangan dianggap beban hutang atau tanggungjawab. Cukup tanamkan di hati sebagai penguat di lain hari ketika mereka atau kamu sedang perlu cinta itu untuk bertahan.”

- Asti Anandyta Wirhamsyah



UINSSC

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT, skripsi ini penulis persembahkan kepada Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Adab UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon sebagai bentuk terima kasih atas ilmu, pengalaman, serta proses pembelajaran yang telah diberikan selama masa perkuliahan.

Semoga karya sederhana ini dapat menjadi bagian kecil yang bermanfaat bagi pengembangan keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi, serta memberikan kontribusi positif bagi mahasiswa dan pembaca di masa mendatang.



KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar, mudah, berhasil, dan memuaskan bagi penulis. Shalawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW., keluarga, sahabat, dan umatnya yang setia hingga akhir zaman.

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat, hidayah, dan kekuatan yang diberikan, penulis persembahkan skripsi yang berjudul "Hubungan Intensitas Mengakses Konten *Self-improvement* di Instagram dengan Tingkat Pemaknaan Hidup pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Adab Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon)" sebagai wujud perjuangan, dedikasi, dan kerja keras selama menempuh bangku perkuliahan. Untuk itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih setulus-tulusnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. H. Aan Jaelani, M.Ag., selaku Rektor UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.
2. Bapak Dr. H. Anwar Sanusi, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Adab (FUA) UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.
3. Bapak Dr. Debi Fajrin Habibi, M.Ag., selaku Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon juga selaku Dosen Pembimbing Akademik yang selalu memberikan kemudahan untuk persiapan penyusunan proposal, penulis ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.
4. Ibu Dr. Naeila Rifatil Muna, M.Pd., M.Psi., selaku Dosen Pembimbing I, dan Bapak Muhammad Ikhsan Ghofur, M.A., selaku Dosen Pembimbing II dan juga selaku Sekretaris Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, serta dengan sabar memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Ibu dan Bapak sudah banyak membantu penulis dalam menyusun skripsi ini hingga selesai.
5. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen dan jajaran staff Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi serta Fakultas Ushuluddin dan Adab, yang

telah memberikan ilmu, pengalaman, dan arahan selama masa perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi. Terima kasih atas dedikasi dan profesionalisme yang telah diberikan selama ini.

6. Teristimewa dan paling utama, kedua orangtua penulis yang luar biasa paling berjasa dalam kehidupan penulis. Dengan penuh cinta dan do'a yang seluas semesta meliputi kalimat ini, penulis ucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada Ayah Wirhamsyah dan Mamah Tuti Dewi Asti. Atas semua usaha, do'a, nasihat, dukungan, kasih sayang, dan kepercayaan yang sudah kalian berikan, penulis sangat bersyukur karena dalam fase terbaik dan membanggakan ini, penulis memiliki Ayah dan Mamah yang hadir memberikan itu semua baik secara fisik maupun emosional. Dengan segala keterbatasan yang ada, Mamah dan Ayah selalu menjadi sumber kekuatan, motivasi, dan tempat pulang ternyaman yang selalu penulis rindukan di perantauan ini. Sebagai anak pertama yang selalu menjadi kebanggaan kedua orangtua, penulis tentu merasa bertanggung jawab atas kepercayaan yang lebih dibandingkan adik-adik penulis. Namun, Mamah dan Ayah selalu memberikan ruang aman bagi penulis untuk fokus menyelesaikan tanggung jawab itu tanpa memikirkan hal lain yang dapat berpengaruh negatif. Setiap kali penulis pulang ke rumah, Ayah dan Mamah selalu menyambut kehadiran penulis dengan hangat, memberikan ketidaktahuan akan apa yang terjadi di kampung halaman. Yang penulis tahu hanya semuanya sudah terselesaikan, dan mereka menitipkan ketenangan agar tidak perlu ada kekhawatiran. Dini hari ketika penulis masih tidur dengan nyaman, Ayah dan Mamah memulai hari lebih awal untuk mencari nafkah. Ayah, cinta pertama penulis, dengan hatinya yang tegar dan raganya yang tak pernah istirahat dari mengusahakan kebahagiaan dan kenyamanan keluarganya, tak pernah hidup untuk dirinya sendiri. Mamah, sahabat terkasih sekaligus pintu surga penulis, dengan segala yang beliau miliki selalu mengusahakan merayakan penulis yang padahal masih serba terbatas ini. Cinta mereka begitu besar bahkan dalam bentuk apa pun yang tidak bisa orang-orang duga. Sayangnya untuk menjelaskannya saja penulis tidak mampu. Namun, beriringan dengan gelar yang usahanya tidak seberapa ini jika

dibandingkan dengan pengorbanan kalian, penulis ingin memohon maaf atas kecewa yang sempat menggores hati besar kalian. Terakhir, *You mean the absolute world to me, and I love you both more than words can express.*

7. Mamah kedua penulis, Nenek Pupu Suprihartini. Kasih sayang dan cintanya selalu meliputi hari-hari penulis dalam bentuk orang-orang baik yang membantu penulis dan keberuntungan pada setiap urusan yang penulis hadapi yang mungkin merupakan bentuk dikabulkannya do'a yang beliau selalu panjatkan. Terima kasih sebanyak lautan atas do'a, kasih sayang, dukungan, semangat, serta nasihat yang selalu Nek berikan, penulis menyayangi Nek dengan sepenuh hati. Semoga Allah kabulkan segala inginnnya Nek dalam sisa usia Nek. Semoga Allah ijinkan Nek untuk menyaksikan kesuksesan penulis dan cucu-cucu Nek lainnya.
8. Penulis juga sangat berterimakasih kepada kedua adik tercinta penulis Shafa Dewinta Wirhamisyah dan Azzam Abbizzard Putra Wirhamisyah yang sudah kuat menjalani hari tanpa kehadiran penulis, kakak tertuanya. Ketidakhadiran penulis di kampung halaman, pasti membuat kalian harus menggantikan peran dan tanggungjawab penulis selama ini. Hal rumit yang seharusnya bisa penulis temani untuk menghadapinya bersama harus kalian hadapi sendirian. Dari jauh, tak luput kalian bagikan dukungan, do'a, semangat, kegembiraan dan keceriaan kepada penulis sehingga menjadi penghibur serta kekuatan untuk penulis menjalani hari. Penulis yakin kebahagiaan, kesuksesan, dan segala hal baik akan selalu menyertai kalian. Semoga proses bertumbuh kalian selalu ada penulis sebagai bagian positif yang melengkapinya. Mungkin jarang kalian lihat bentuknya, tapi sebagaimana kalian mengharapkan cinta penulis, begitulah penulis mencintai kalian.
9. Untuk diri penulis sendiri, Asti Anandyta Wirhamisyah. Terima kasih karena selalu mau belajar dan berusaha memberikan yang terbaik untuk segala hal yang sedang dihadapi serta tetap terbuka untuk hal-hal baru yang mungkin terasa asing dan tidak mudah. Jika bukan karena Asti di masa lalu yang mau memberanikan diri mencoba meski takut, belajar meski tidak tahu arah, tetap percaya kembali setelah kecewa pada diri sendiri, mengakui kesalahan dan mau

berubah untuk memperbaikinya, serta bangkit lagi setelah menghadapi kegagalan dan pengkhianatan. Mungkin Asti di masa depan tidak akan bisa membaca karya tulis ini dengan rasa bangga, mengingat proses menyelesaikannya yang penuh tantangan dan beban emosional. Apapun yang penulis mulai, selalu layak untuk diperjuangkan hingga akhir. *Remember, I deserve everything I desire*. Jadi, perjuangkan! Buatlah Asti di masa depan selalu merasa bangga tiap kali melihat ke belakang.

10. Penulis juga mengucapkan banyak terima kasih kepada seluruh anggota keluarga besar Uyt Unen & Uyt Tabet, terutama Wak Kuat, Om Yono, Bi Rima, Bi Kermi, Wak Encun, Ateu Syifa, dan lainnya yang telah memberikan dukungan, do'a, dan motivasi kepada penulis untuk menyelesaikan pendidikan S1 ini. Terima kasih atas kepercayaan dan dukungan yang telah diberikan selama ini.
11. Penulis juga mengucapkan banyak terima kasih kepada sahabat, teman dekat, dan teman seperjuangan yang selalu hadir memberikan dukungan, semangat, bantuan, nasihat, do'a, dan kebersamaan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Nisa sahabat yang sudah seperti saudara kembar penulis yang selalu bersama kemana pun penulis pergi, hadir menguatkan, menghibur, dan tak malu menunjukkan rasa sayangnya sehingga penulis selalu merasa beruntung memiliki sahabat yang begitu tulus sepertinya; Muja yang bukan sekadar menemani penulis sejak awal perkuliahan tetapi selalu menjadi *role model* karena setiap apa pun yang kita lakukan bersama selalu ada manfaat yang bisa penulis pelajari; Cemet, kawan dekat laki-laki pertama yang penulis tidak sangka akan sedekat ini, karena penulis merasa selalu mengabaikannya tetapi ia masih selalu menerima penulis sebagai teman baiknya. Ia sudah sangat banyak membantu penulis bukan hanya dalam perkuliahan tetapi banyak hal; Hilda kawan baik yang selalu perhatian dan peduli pada hal-hal mengenai penulis yang bahkan jarang penulis sadari, tak pernah penulis temukan yang sebaik ini rasanya; Hanna kawan terluca yang pernah penulis temukan. Tapi bagi penulis, dia juga teman yang hatinya sangat tulus, sehingga menjadi teman yang begitu berharga bagi penulis; Lala sepupu dan sahabat sejak lahir yang

bagaimana pun jarak dan waktu memisahkan, selalu ada tempat untuk kita kembali; Aisyah tetangga kosan yang selalu inisiatif membantu penulis. Ia menjadi inspirasi penulis sebagai manusia yang agak anti sosial ini karena pribadinya yang mudah berbaur dan hangat selalu ramah pada sekitar; Ugi salah satu kawan baik yang menemani masa sulit penulis, dan menjadi salah satu teman yang menjadi motivasi penulis karena ia selalu memperjuangkan keinginannya seakan tidak ada penghalang apapun antara dia dan mimpinya; Aul kawan unik yang akhir-akhir ini jauh lebih terasa rasa kagum penulis kepada dirinya. Pribadinya yang asyik dan santai menjadi inspirasi bagi penulis yang kaku dan apa-apa selalu dibuat ribet ini; Yunia kawan baik yang paling rajin dalam hal kuliah selalu menemani dan mengingatkan tugas kuliah, juga menjadi teman berimajinasi bersama; juga Fanny, Liani, Yuni, Suci, Rara, Nanda, Farah, Chacha, Zalfa, Elma, Ziva, Amel, Fatma, Mpi, Novi, Zahra, Syifa, Jon, Adam M, Adam D, Ali, Alam, Arij, Arinal, Farid, A Uton, Iki, Ala, serta teman-teman penulis lainnya. Terima kasih karena telah menjadi tempat berbagi cerita, keluh kesah, tawa, dan perjuangan dalam melewati proses panjang ini. Terima kasih karena telah berperan menjadi keluarga kedua bagi penulis di perantauan ini. Semoga persahabatan dan kebersamaan ini tetap terjaga dengan baik. Semoga kalian semua selalu dibersamai dan dipertemukan dengan orang-orang baik serta dikelilingi kebahagiaan yang tiada akhir.

12. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Terima kasih atas bantuan dan dukungan yang telah diberikan. Semoga Allah menyertai kalian semua dengan segala hal baik yang tak terhingga.

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi kata-kata Arab yang dipakai dalam penyusunan tesis ini berpedoman pada Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 158/1987 dan 0543b/U/1987, tanggal 22 Januari 1988.

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Bā'	b	be
ت	Tā'	t	te
ث	Šā'	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jīm	j	je
ح	Ḥā'	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Khā'	kh	ka dan ha
د	Dāl	d	de
ذ	Zāl	z	zet (dengan titik di atas)
ر	Rā'	r	er
ز	zai	z	zet
س	sīn	s	es
ش	syīn	sy	es dan ye
ص	šād	š	es (dengan titik di bawah)
ض	ḍād	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ṭā'	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	ẓā'	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	'	koma terbalik di atas
غ	gain	g	ge
	fā'	f	ef

ف	qāf	q	qi
ق	kāf	k	ka
ك	lām	l	el
ل	mīm	m	em
م	nūn	n	en
ن	wāw	w	w
و	hā'	h	ha
ه	hamzah	,	apostrof
ء	yā'	Y	Ye
ي			

B. Konsonan Rangkap karena Syaddah Ditulis Rangkap

متعددة	ditulis	<i>Muta'addidah</i>
عدّة	ditulis	'iddah

C. *Tā' marbūṭah*

Semua *tā' marbūṭah* ditulis dengan *h*, baik berada pada akhir kata tunggal ataupun berada di tengah penggabungan kata (kata yang diikuti oleh kata sandang “al”). Ketentuan ini tidak diperlukan bagi kata-kata Arab yang sudah terserap dalam bahasa Indonesia, seperti shalat, zakat, dan sebagainya kecuali dikehendaki kata aslinya.

حكمة	Ditulis	<i>ḥikmah</i>
علة	ditulis	'illah
كرامة الأولياء	ditulis	<i>karāmah al-aulyā'</i>

D. Vokal Pendek dan Penerapannya

—◌َ—	Fathah	ditulis	<i>A</i>
—◌ِ—	Kasrah	ditulis	<i>i</i>
—◌ُ—	Ḍammah	ditulis	<i>u</i>

فعل	Fathah	ditulis	<i>fa'ala</i>
ذُكر	Kasrah	ditulis	<i>ẓukira</i>
يذهب	Dammah	ditulis	<i>yazhabu</i>

E. Vokal Panjang

1. fathah + alif جاهلية	Ditulis	<i>ā</i>
2. fathah + ya' mati تَنسَى	ditulis	<i>jāhiliyyah</i>
3. Kasrah + ya' mati كَرِيم	ditulis	<i>ā</i>
4. Dammah + wawu mati فَرُوض	ditulis	<i>tansā</i>
	ditulis	<i>ī</i>
	ditulis	<i>karīm</i>
	ditulis	<i>ū</i>
	ditulis	<i>furūd</i>

F. Vokal Rangkap

1. fathah + ya' mati بَيْنَكُمْ	ditulis	<i>ai</i>
2. fathah + wawu mati قَوْل	ditulis	<i>bainakum</i>
	ditulis	<i>au</i>
	ditulis	<i>qaul</i>

G. Vokal Pendek yang Berurutan dalam Satu Kata Dipisahkan dengan Apostrof

أَنْتُمْ	ditulis	<i>A'antum</i>
أَعَدَّتْ	ditulis	<i>U'iddat</i>
لَنَنْشُكْرَنَّكُمْ	ditulis	<i>La'in syakartum</i>

H. Kata Sandang Alif + Lam

1. Bila diikuti huruf *Qamariyyah* maka ditulis dengan menggunakan huruf awal "al"

القرآن	ditulis	<i>Al-Qur'ān</i>
القياس	ditulis	<i>Al-Qiyās</i>

2. Bila diikuti huruf *Syamsiyyah* ditulis sesuai dengan huruf pertama *Syamsiyyah* tersebut

السَّمَاء	ditulis	<i>As-Samā'</i>
الشَّمْس	ditulis	<i>Asy-Syams</i>

I. Penulisan Kata-kata dalam Rangkaian Kalimat

Ditulis menurut penulisannya

ذو الفروض	ditulis	<i>Żawi al-furūd</i>
أهل السنة	ditulis	<i>Ahl as-sunnah</i>

UINSSC

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
<i>ABSTRACT</i>	ii
المخلص.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
NOTA DINAS.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI.....	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
MOTTO	ix
PERSEMBAHAN.....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	xvi
DAFTAR ISI.....	xx
DAFTAR TABEL	xxii
DAFTAR GAMBAR.....	xxiv
DAFTAR LAMPIRAN	xxv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Perumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	6
D. Kegunaan Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. Penelitian Terdahulu	9
B. Landasan Teori	13
C. Kerangka Pemikiran.....	29
D. Hipotesis Penelitian.....	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Metode dan Pendekatan Penelitian	32
B. Teknik Pengumpulan Data	37

C. Instrumen Penelitian.....	39
D. Uji Validitas dan Reliabilitas	46
E. Teknik Analisis Data.....	52
F. Koefisien Determinasi.....	57
G. Kategorisasi Data	57
H. Hipotesis Statistik.....	61
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	63
A. Hasil Penelitian.....	63
B. Pembahasan Penelitian.....	84
BAB V PENUTUP.....	92
A. Kesimpulan	92
B. Saran	93
DAFTAR PUSTAKA.....	95
LAMPIRAN.....	99

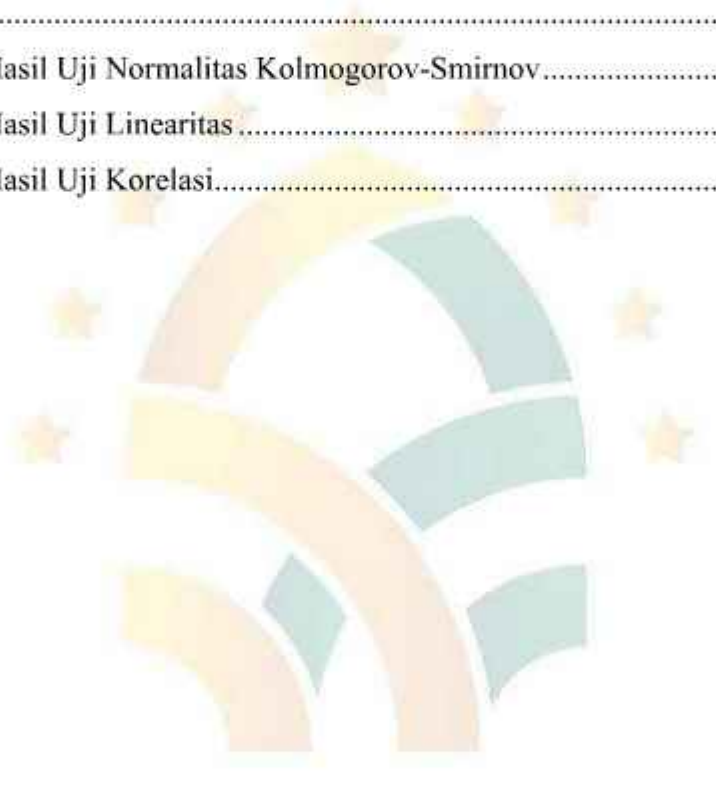


UINSSC

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Total Mahasiswa FUA UINSSC Angkatan 2022-2025 Berdasarkan Jurusannya.....	33
Tabel 3. 2 Skala Likert.....	40
Tabel 3. 3 <i>Blue print</i> instrumen variabel X.....	41
Tabel 3. 4 Skala Likert.....	44
Tabel 3. 5 <i>Blue print</i> instrumen variabel Y.....	45
Tabel 3. 6 Nilai Validitas	49
Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Butir Item Variabel X	50
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Butir Item Variabel Y	50
Tabel 3. 9 Interpretasi Reliabilitas	51
Tabel 3. 10 Hasil Uji Reliabilitas Variabel X	51
Tabel 3. 11 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Y	52
Tabel 3. 12 Pedoman Interpretasi Nilai Koefisien Korelasi Pearson.....	56
Tabel 3. 13 Kategori Tingkat Intensitas Mengakses Konten <i>Self-improvement</i> di Instagram.....	57
Tabel 3. 14 Kualifikasi Berdasarkan Pengelompokan Tingkat Intensitas Mengakses Konten <i>Self-improvement</i> di Instagram.....	59
Tabel 3. 15 Kategori Tingkat Pemaknaan Hidup.....	59
Tabel 3. 16 Kualifikasi Berdasarkan Pengelompokan Tingkat Pemaknaan Hidup	60
Tabel 4. 1 Data perolehan responden per jurusan.....	66
Tabel 4. 2 Statistik Deskriptif Variabel X.....	67
Tabel 4. 3 Kategorisasi Tingkat Intensitas Mengakses Konten <i>Self-improvement</i> di Instagram.....	68
Tabel 4. 4 Gambaran Umum Indikator Variabel X.....	69
Tabel 4. 5 Kategorisasi Indikator Perhatian.....	69
Tabel 4. 6 Kategorisasi Indikator Apresiasi.....	70
Tabel 4. 7 Kategorisasi Indikator Durasi	70
Tabel 4. 8 Kategorisasi Indikator Frekuensi	71
Tabel 4. 9 Statistik Deskriptif Variabel Y.....	73
Tabel 4. 10 Kategorisasi Tingkat Pemaknaan Hidup Mahasiswa FUA UINSSC.....	73

Tabel 4. 11 Gambaran Umum Dimensi Variabel Y.....	75
Tabel 4. 12 Kategorisasi Dimensi Tingkat Makna Hidup: <i>Presence of meaning</i> ..	75
Tabel 4. 13 Kategorisasi Dimensi Tingkat Makna Hidup: <i>Search for meaning</i> ...	76
Tabel 4. 14 Gambaran Umum Indikator Variabel Y.....	77
Tabel 4. 15 Kategorisasi Indikator Makna Hidup Viktor Frankl: <i>Freedom of will</i>	77
Tabel 4. 16 Kategorisasi Indikator Makna Hidup Viktor Frankl: <i>Will to meaning</i>	78
Tabel 4. 17 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov.....	80
Tabel 4. 18 Hasil Uji Linearitas.....	81
Tabel 4. 19 Hasil Uji Korelasi.....	82



UINSSC

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran.....	30
Gambar 3. 1 Distribusi nilai r tabel signifikansi 5% dan 1%.....	49



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keputusan Dosen Pembimbing Awal	100
Lampiran 2. Surat Keputusan Dosen Pembimbing Perpanjangan	101
Lampiran 3. Surat Permohonan Validasi Instrumen	102
Lampiran 4 Surat Keterangan Validasi Expert Judgement 1	111
Lampiran 5. Surat Keterangan Validasi Expert Judgement 2	112
Lampiran 6. Instrumen Penelitian Variabel X Sebelum Uji Kelayakan	113
Lampiran 7. Instrumen Penelitian Variabel Y Sebelum Uji Kelayakan	116
Lampiran 8. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel X Try Out Tahap 1..	119
Lampiran 9. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel X Try Out Tahap 2..	120
Lampiran 10. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel X Try Out Tahap 3	121
Lampiran 11. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Y Try Out Tahap 1	122
Lampiran 12. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Y Try OUT Tahap 2	123
Lampiran 13. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Y Try Out Tahap 3	124
Lampiran 14. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Y Try Out Tahap 4	125
Lampiran 15. Blue Print Instrumen Variabel X Tervalidasi dan Reliabel Tahap Try Out.....	126
Lampiran 16. Instrumen Penelitian Variabel Y Tervalidasi dan Reliabel Tahap Try Out.....	129
Lampiran 17. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel X Final	131
Lampiran 18. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Y Final	132
.....	132
Lampiran 19. Blue Print Instrumen Variabel X Tervalidasi dan Reliabel Final.	133
Lampiran 20. Blue Print Instrumen Variabel Y Tervalidasi dan Reliabel Final.	136
Lampiran 21. Dokumentasi Angket Kuesioner Online.....	137
Lampiran 22. Bukti Tangkapan Layar Telah Mengisi Kuesioner Beberapa Responden.....	138
Lampiran 23. Hasil Penghitungan Kategorisasi Data Indikator Perhatian Variabel X.....	139
Lampiran 24. Hasil Penghitungan Kategorisasi Data Indikator Apresiasi Variabel X.....	140

Lampiran 25. Hasil Penghitungan Kategorisasi Data Indikator Durasi Variabel X	141
Lampiran 26. Hasil Penghitungan Kategorisasi Data Indikator Frekuensi Variabel X.....	142
Lampiran 27. Hasil Penghitungan Kategorisasi Data Presence of Meaning Variabel Y	143
Lampiran 28. Hasil Penghitungan Kategorisasi Data Search for Meaning Variabel Y	144
Lampiran 29. Hasil Penghitungan Kategorisasi Data Freedom of Will Variabel Y	145
Lampiran 30. Hasil Penghitungan Kategorisasi Data Freedom of Will Variabel Y	146



UINSSC