

**RELATIONSHIP OF SOCIAL MEDIA USE INTENSITY AND EMOTIONAL STABILITY
IN EARLY ADULTS IN JAMBI CITY**

¹Anefta Delvisia, ²Marlita Andhika Rahman, ³Agung Iranda

¹Department of Psychology, Jambi University/ anefta.delvisia24@gmail.com

²Department of Psychology, Jambi University/ marlita.rahman@unja.ac.id

³Department of Psychology, Jambi University/ agungiranda@unja.ac.id

ABSTRACT

BACKGROUND the most social media users are 18-34 years old, which is included in the early adult category. The high intensity of social media use has an impact on early adult emotional instability such as comparing themselves to others, not being confident, viewing and uploading negative content.

OBJECTIVE This study aimed to see whether there was a relationship between the intensity of social media use and emotional stability in early adulthood in Jambi City.

METHOD This research was a quantitative research using the correlation method. This research was conducted using snowball sampling technique with a sample of 383 respondents. Data analysis uses spearman correlation because the emotional stability variable is not normally distributed.

RESULTS The results of this study indicated that there was a significant negative relationship between emotional stability and the intensity of social media use in early adulthood in Jambi City with a correlation coefficient of -0.519 with a P-value <0.01. So that the higher the intensity of using social media, the lower the emotional stability in early adulthood in Jambi City.

Keywords: emotional stability, intensity, social media.

HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN STABILITAS EMOSI PADA DEWASA AWAL DI KOTA JAMBI

¹Anefta Delvisia , ²Marlita Andhika Rahman, ³Agung Iranda

¹Program Studi Psikologi, Jambi University/ anefta.delvisia24@gmail.com

²Program Studi Psikologi, Jambi University/ marlita.rahman@unja.ac.id

³Program Studi Psikologi, Jambi University/ agungiranda@unja.ac.id

ABSTRAK

LATAR BELAKANG pengguna media sosial paling banyak berusia 18-34 tahun yaitu termasuk kategori dewasa awal. Intensitas penggunaan media sosial yang tinggi berdampak pada ketidakstabilan emosi dewasa awal seperti membanding dirinya dengan orang lain, tidak percaya diri, melihat dan mengunggah konten negatif.

OBYEKTIF penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan stabilitas emosi pada dewasa awal di Kota Jambi.

METODE penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode korelasi. Penelitian ini dilakukan menggunakan teknik *snowball* sampling dengan jumlah sampel 383 responden. analisis data menggunakan *spearman correlation* karena variabel stabilitas emosi yang tidak terdistribusi secara normal.

HASIL hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan negatif yang cukup signifikan antara stabilitas emosi dengan intensitas penggunaan media sosial pada dewasa awal di Kota Jambi dengan koefisien korelasi -0,519 dengan P-value <0,01. Sehingga semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial semakin rendah pula stabilitas emosi pada dewasa awal di Kota Jambi.

Kata Kunci : stabilitas emosi, intensitas, media sosial.