

Abstrak

Media sosial Instagram menjadi salah satu bentuk globalisasi terkuat di era ini. *Second Account* Instagram menjadi fenomena era digital yang ramai digunakan diberbagai kalangan bahkan di belahan dunia yang berpengaruh signifikan terhadap kehidupan. Fenomena ini digunakan untuk perkembangan diri ke arah yang positif, mengatasi jarak motivasi seseorang untuk melepaskan diri dari keadaan stress, merumuskan perilaku dan pandangan positif, dan untuk bergerak maju dengan tujuan lain untuk melindungi kesejahteraan diri dari krisis keadaan serta permasalahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan seberapa bahagiannya pengguna dibalik *Second Account* di dalam kehidupan nyata dan cara mengungkapkan kepuasan hidup. Serta ingin mengetahui cara pengguna *Second Account* ketika menghadapi suatu masalah penimbul emosi negatif.

Penelitian ini menggunakan metode analisis kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek penelitian ini adalah 196 Mahasiswa Psikologi 2020-2022 pengguna *Second Account* Instagram. Teknik sampling menggunakan *non-probability accidental sampling*. Instrumen alat ukur *Subjective Well-Being* adalah *Satisfaction With Life Scale* yang diadaptasi dari penelitian Diener dan alat ukur Coping Stress adalah *Ways Coping Scales* yang diadaptasi dari penelitian Stress Appraisal Lazarus & Folkman. Adapun Metode analisis menggunakan SPSS.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan atau korelasi antara *Subjective Well-Being* dengan Coping Stress mahasiswa pengguna *Second Account* jika memiliki *Subjective Well-Being* yang tinggi, semakin efektif pula strategi coping stress yang mereka gunakan.

Kata Kunci : *Subjective Well-Being, Coping Stress, Second Account Instagram, Mahasiswa, Media Sosial*

Abstract

Instagram social media has become one of the strongest forms of globalization in this era. Second Account Instagram has become a phenomenon of the digital era that is widely used across various demographics and even in influential parts of the world, significantly impacting people's lives. This phenomenon is utilized for positive self-development, overcoming motivational barriers to escape stressful situations, formulating positive behaviors and perspectives, and moving forward with other goals to safeguard one's well-being from crises and issues. This study aims to explore the correlation between how happy users are behind their Second Accounts in real life and how they express life satisfaction. It also seeks to understand how Second Account users cope with issues that evoke negative emotions.

This research employs a quantitative analysis method with a correlational approach. The subjects of this study are 196 Psychology students from 2020-2022 who are users of Second Account Instagram. The sampling technique used is non-probability accidental sampling. The instruments used to measure Subjective Well-Being are the Satisfaction With Life Scale adapted from Diener's research, and the Coping Stress measurement tool is the Ways Coping Scales adapted from Lazarus & Folkman's Stress Appraisal research. The analysis method utilizes SPSS.

The results indicate a correlation between Subjective Well-Being and Coping Stress, suggesting that Second Account users with higher Subjective Well-Being tend to employ more effective stress coping strategies.

Keywords: Subjective Well-Being, Coping Stress, Second Account Instagram, Students, Social Media