



**PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP
KECENDERUNGAN POLA HIDUP MAHASISWA PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR PRODI IPS DI ERA DIGITAL**

Nur Fadhilah MurtaDir¹, Astria Wulandari², Alfian Dahrun³, Sahrah Fadillah Usman⁴,
Romansyah Sahabuddin⁵, Najamuddin⁶

^{1,2,3,4,5,6}Universitas Negeri Makassar

Email: 25002301055@unm.ac.id

Info Artikel

Kata Kunci:
*Influence, Social Media,
Instagram*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan media sosial Instagram terhadap kecenderungan pola hidup mahasiswa Pascasarjana Universitas Negeri Makassar Program Studi IPS di era digital. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain regresi linier sederhana. Sampel penelitian berjumlah 45 mahasiswa yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket skala Likert yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan Instagram berpengaruh signifikan terhadap kecenderungan pola hidup mahasiswa, ditunjukkan oleh nilai signifikansi $< 0,001$ dan koefisien regresi positif sebesar 0,766. Nilai R^2 sebesar 0,252 mengindikasikan bahwa 25,2% variasi pola hidup dijelaskan oleh penggunaan Instagram. Penelitian ini menyimpulkan bahwa intensitas penggunaan Instagram berkontribusi terhadap kecenderungan pola hidup mahasiswa, sehingga diperlukan penguatan literasi digital untuk mengarahkan penggunaan media sosial secara lebih baik.

Info Article

Keywords:
*Influence, Social Media,
Instagram*

Abstract

This study aims to analyze the influence of Instagram social media usage on the lifestyle tendencies of postgraduate students of Makassar State University, Social Sciences Study Program in the digital era. This study uses a quantitative approach with a simple linear regression design. The research sample consisted of 45 students selected through purposive sampling technique. Data collection was conducted using a Likert scale questionnaire that has been tested for validity and reliability. The results show that Instagram usage has a significant effect on the lifestyle tendencies of students, indicated by a significance value < 0.001 and a positive regression coefficient of 0.766. The R^2 value of 0.252 indicates that 25.2% of lifestyle pattern variations are explained by Instagram usage. This study concludes that the intensity of Instagram usage contributes to the lifestyle tendencies of students, so that strengthening digital literacy is needed to direct the use of social media more productively.

I. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital pada dua dekade terakhir telah mengubah pola interaksi sosial manusia secara fundamental, terutama melalui penetrasi media sosial seperti Instagram. Platform ini tidak hanya menjadi sarana berbagi foto dan video, tetapi juga ruang representasi identitas, gaya hidup, bahkan pembentukan norma sosial baru. Studi global menunjukkan bahwa lebih dari 1,3 miliar pengguna aktif Instagram setiap bulan menggunakan platform tersebut untuk mencari informasi gaya hidup, tren konsumsi, dan

aktivitas sosial, sehingga memengaruhi pola pikir serta perilaku pengguna, khususnya kelompok usia produktif (Nasution & Batubara, 2024).

Di Indonesia, fenomena ini semakin menonjol mengingat tingginya tingkat penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa. Data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan bahwa mahasiswa merupakan salah satu kelompok pengguna media sosial terbesar dengan tingkat penetrasi lebih dari 90%. Hal tersebut mengindikasikan bahwa interaksi digital, terutama melalui Instagram, menjadi bagian penting dari kehidupan akademik dan sosial mahasiswa. Dampak penggunaan Instagram bahkan telah dikaitkan dengan perubahan gaya hidup, pola konsumsi, cara berinteraksi, hingga preferensi kegiatan sehari-hari (Arrahman & Nastainb, 2023).

Mahasiswa pascasarjana memiliki karakteristik berbeda dibandingkan mahasiswa sarjana, khususnya dalam hal tanggung jawab akademik, sosial, dan profesional. Namun, mereka tetap menjadi bagian dari generasi digital yang terhubung intens dengan media sosial. Penelitian menunjukkan bahwa tekanan sosial dan ekspektasi yang diciptakan melalui Instagram dapat memengaruhi pola pikir, prioritas hidup, serta perilaku keseharian mahasiswa, termasuk pilihan konsumsi, preferensi aktivitas, dan pengambilan keputusan personal (Winata & Sufyanto, 2024). Oleh karena itu, penting memahami bagaimana penggunaan Instagram dapat membentuk kecenderungan pola hidup di kalangan mahasiswa pascasarjana.

Penelitian-penelitian sebelumnya di berbagai universitas di Indonesia menunjukkan kecenderungan bahwa Instagram memengaruhi gaya hidup mahasiswa secara signifikan, termasuk dalam aspek konsumtif, penampilan, dan aktivitas sosial. Misalnya, studi Amaliah & Suhaeb (2022) menemukan bahwa penggunaan Instagram berkorelasi dengan meningkatnya gaya hidup konsumtif dan visual-orientatif di kalangan mahasiswa Universitas Negeri Makassar. Selain itu, penelitian Anwar et al. (2020) menemukan bahwa paparan konten visual dan komersial di Instagram dapat mendorong perilaku konsumtif dan mengubah pola pengelolaan keuangan mahasiswa. Temuan tersebut mengindikasikan adanya pengaruh media sosial terhadap aspek ekonomi dan kebiasaan hidup mahasiswa. Namun, kajian tersebut belum menyoroti secara spesifik konteks mahasiswa pascasarjana yang memiliki dinamika berbeda.

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa media sosial berkontribusi terhadap perubahan pola hidup mahasiswa melalui idealisasi estetika visual dan budaya "aesthetic lifestyle" yang berkembang di Instagram (Ayu & Syifa, 2024). Dampak estetika media sosial terhadap pola hidup mahasiswa dapat mencakup gaya berpakaian, cara berkomunikasi, bahkan pola pengeluaran. Fenomena ini semakin menarik untuk dikaji karena munculnya tren baru pascapandemi yang memengaruhi cara mahasiswa memanfaatkan media sosial dalam mendukung aktivitas akademik dan sosial.

Pada sisi lain, penelitian kualitatif oleh Sayyid Musafa Alwan et al. (2025) menunjukkan bahwa media sosial dapat menjadi ruang pembentukan tren populer yang memengaruhi perilaku dan preferensi gaya hidup mahasiswa secara signifikan. Namun, penelitian tersebut belum menjelaskan sejauh mana penggunaan Instagram secara kuantitatif mampu memengaruhi pola hidup mahasiswa secara spesifik, sehingga diperlukan kajian lanjutan dengan pendekatan yang lebih terukur. Dengan demikian, terdapat kesenjangan penelitian, yaitu minimnya kajian kuantitatif yang secara langsung menguji pengaruh penggunaan Instagram terhadap kecenderungan pola hidup mahasiswa pascasarjana, terutama pada konteks universitas negeri di Indonesia. Sebagian besar penelitian terdahulu berfokus pada mahasiswa sarjana, padahal mahasiswa pascasarjana memiliki pengalaman, tekanan, dan dinamika sosial yang berbeda. Kesenjangan inilah yang menjadi urgensi perlu dilakukan penelitian lanjutan. Temuan penelitian kualitatif oleh Sayyid Musafa Alwan et al. (2025)

yang menempatkan media sosial sebagai ruang pembentukan tren populer sejalan dengan literatur internasional yang menegaskan bahwa media sosial berfungsi sebagai agen sosialisasi budaya dan gaya hidup. Namun, sebagaimana dikemukakan dalam penelitian tersebut, pendekatan kualitatif memiliki keterbatasan dalam mengukur besaran dan kekuatan pengaruh media sosial secara empiris. Beberapa studi internasional menekankan pentingnya pendekatan kuantitatif untuk memahami hubungan kausal antara intensitas penggunaan Instagram dan perubahan pola hidup pengguna secara lebih terukur dan generalisable (Sheldon & Bryant, 2016; Marengo et al., 2018).

Penelitian kuantitatif oleh Kircaburun et al. (2020) dan Yang et al. (2018) menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial, khususnya Instagram, berkorelasi signifikan dengan perubahan gaya hidup, orientasi konsumsi, serta pengambilan keputusan personal. Namun, sebagian besar penelitian tersebut berfokus pada populasi mahasiswa sarjana atau remaja, sehingga belum sepenuhnya merepresentasikan karakteristik mahasiswa pascasarjana yang memiliki kompleksitas peran akademik, profesional, dan sosial yang lebih tinggi. Hal ini memperkuat argumen adanya kesenjangan penelitian sebagaimana diidentifikasi dalam studi ini. Lebih lanjut, Burnell et al. (2021) menegaskan bahwa platform media sosial berbasis visual memiliki daya pengaruh yang lebih kuat terhadap pembentukan norma gaya hidup dibandingkan media sosial berbasis teks. Instagram, dengan dominasi konten estetika dan simbol status sosial, berpotensi membentuk preferensi gaya hidup mahasiswa pascasarjana melalui mekanisme imitasi sosial dan perbandingan sosial ke atas (*upward social comparison*), sebagaimana dijelaskan dalam Social Comparison Theory (Vogel et al., 2014). Namun demikian, kajian kuantitatif yang secara spesifik menguji fenomena ini pada mahasiswa pascasarjana masih sangat terbatas, terutama di konteks negara berkembang.

Penelitian oleh Djafarova dan Rushworth (2017) serta Chae (2018) menunjukkan bahwa paparan konten influencer dan gaya hidup ideal di Instagram dapat membentuk aspirasi dan preferensi konsumsi pengguna dewasa muda. Akan tetapi, kedua penelitian tersebut tidak secara eksplisit membedakan dinamika pengguna berdasarkan jenjang pendidikan. Padahal, mahasiswa pascasarjana menghadapi tekanan akademik dan ekspektasi profesional yang dapat memoderasi pengaruh media sosial terhadap pola hidup mereka (Verduyn et al., 2017).

Dengan demikian, kajian ini menjadi relevan dan mendesak karena mengisi kekosongan penelitian kuantitatif yang secara langsung menguji pengaruh penggunaan Instagram terhadap kecenderungan pola hidup mahasiswa pascasarjana di lingkungan universitas negeri. Penelitian ini tidak hanya melengkapi temuan kualitatif sebelumnya, tetapi juga memberikan kontribusi empiris yang lebih terukur dalam literatur internasional mengenai media sosial dan perilaku gaya hidup mahasiswa tingkat lanjut.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan menguji secara kuantitatif pengaruh penggunaan media sosial Instagram terhadap kecenderungan pola hidup mahasiswa Pascasarjana Universitas Negeri Makassar, khususnya pada Program Studi Pendidikan IPS. Kajian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman empiris mengenai bagaimana intensitas, motif, dan pola penggunaan Instagram dapat memengaruhi pola hidup mahasiswa dewasa muda yang berada dalam lingkungan akademik tingkat lanjut.

Berdasarkan uraian tersebut, hipotesis yang diajukan adalah H₁: Terdapat pengaruh signifikan penggunaan Instagram terhadap kecenderungan pola hidup mahasiswa Pascasarjana Universitas Negeri Makassar. Penelitian ini berupaya mengisi kesenjangan akademik dan memberikan kontribusi ilmiah dalam literatur mengenai media sosial dan perilaku kehidupan mahasiswa tingkat lanjut.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif korelasional, yang bertujuan untuk menguji hubungan dan pengaruh antara variabel penggunaan media sosial Instagram terhadap kecenderungan pola hidup mahasiswa. Desain korelasional dipilih karena memungkinkan peneliti menganalisis hubungan antarvariabel secara empiris tanpa memanipulasi kondisi subjek. Data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data primer yang diperoleh secara langsung dari responden melalui penyebaran instrumen penelitian berupa angket.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Pascasarjana Universitas Negeri Makassar Program Studi Pendidikan IPS Angkatan 2025, yang aktif pada tahun akademik berjalan. Populasi menurut Sugiyono (2013) merupakan keseluruhan dari objek penelitian yang akan diteliti. Penentuan sampel menggunakan rumus slovin dengan Tingkat kesalahan 10% yaitu:

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot e^2}$$

Instrumen penelitian berupa angket dengan skala Likert yang telah disusun berdasarkan indikator teoritis dari variabel penggunaan Instagram dan pola hidup mahasiswa. Validitas instrumen diuji menggunakan uji validitas konstruk (CFA) dan validitas item (Corrected Item–Total Correlation), sedangkan reliabilitas diuji menggunakan Cronbach's Alpha, dengan kriteria nilai $\alpha \geq 0.70$ sebagai syarat reliabilitas yang memadai.

Teknik analisis data mencakup analisis statistik deskriptif (mean, standar deviasi, dan persentase) serta analisis statistik inferensial berupa uji regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh penggunaan Instagram terhadap pola hidup mahasiswa. Uji asumsi klasik seperti normalitas dan linearitas juga dilakukan untuk memastikan kelayakan model regresi. Seluruh analisis dilakukan menggunakan software IBM SPSS versi 27. Pengujian hipotesis dilakukan pada tingkat signifikansi $\alpha = 0.05$, dengan kriteria pengambilan keputusan berdasarkan nilai p-value di mana hipotesis alternatif (H_1) diterima apabila $p < 0.05$.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Program Pascasarjana Universitas Negeri Makassar (UNM), khususnya pada Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS). Universitas Negeri Makassar merupakan salah satu perguruan tinggi negeri terbesar di wilayah Indonesia Timur, dengan reputasi akademik yang kuat dalam bidang pendidikan, penelitian, dan pengabdian masyarakat. Program Pascasarjana UNM berlokasi di Kampus UNM Gunung Sari, Kota Makassar, Sulawesi Selatan, yang menjadi pusat penyelenggaraan kegiatan akademik jenjang magister dan doktoral.

Program Studi Pendidikan IPS dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki karakteristik mahasiswa yang beragam secara akademik, usia, latar belakang pekerjaan, dan pengalaman profesional. Kondisi ini memberikan peluang bagi peneliti untuk memperoleh data empiris yang lebih kaya terkait penggunaan media sosial Instagram serta kaitannya dengan kecenderungan pola hidup mahasiswa dewasa muda dan dewasa madya yang menempuh pendidikan lanjutan. Selain itu, aktivitas akademik di lingkungan pascasarjana menuntut mahasiswa untuk mengelola waktu, informasi, dan interaksi sosial secara lebih

intens, sehingga penggunaan media sosial menjadi fenomena penting untuk dikaji dalam konteks ini.

b. Deskripsi Responden Penelitian

Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS pada Program Pascasarjana Universitas Negeri Makassar yang terdaftar sebagai mahasiswa aktif pada tahun akademik berjalan. Karakteristik responden mencakup beragam latar belakang usia, dengan rentang usia berada antara 23 hingga 40 tahun, yang mencerminkan kategori dewasa muda dan dewasa madya. Kelompok ini dipandang relevan karena berada pada masa perkembangan sosial dan profesional yang sensitif terhadap pengaruh media digital, termasuk penggunaan Instagram.

Sebagian besar responden merupakan mahasiswa yang bekerja sebagai pendidik, tenaga profesional, maupun individu yang sedang melanjutkan studi untuk pengembangan karier. Latar belakang pekerjaan tersebut memengaruhi motivasi dan intensitas mereka dalam menggunakan media sosial baik untuk kebutuhan personal, profesional, maupun akademik.

c. Analisis Deskriptif

Pengukuran statistik deskriptif variable ini dilakukan untuk melihat gambaran data secara umum seperti nilai rata-rata (Mean), tertinggi (Max), terendah (Min), dan standar deviasi dari masing-masing variable yaitu Penggunaan Instagram (X) dan Kecenderungan Pola Komsusmsi (Y). Mengenai Hasil Uji Statistik Deskriptif penelitian ini dapat di lihat pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Ringkasan Hasil Uji Statistik Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Penggunaan Instagram	45	37.00	50.00	44.1333	3.42185
Kecenderungan Pola Hidup	45	32.00	50.00	40.0667	5.21972
Valid N (listwise)	45				

Sumber: Output SPSS, 2025

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif terhadap 45 responden penelitian, diperoleh gambaran umum mengenai persebaran data pada kedua variabel yang diteliti, yaitu Penggunaan Instagram dan Kecenderungan Pola Hidup mahasiswa Pascasarjana Universitas Negeri Makassar Program Studi IPS. Pada variabel Penggunaan Instagram, nilai minimum yang diperoleh responden adalah 37, sedangkan nilai maksimum mencapai 50. Rata-rata (mean) sebesar 44,13 menunjukkan bahwa tingkat penggunaan Instagram berada pada kategori tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas mahasiswa menggunakan Instagram secara aktif dan intensif, baik untuk tujuan informasi, hiburan, interaksi sosial, maupun kebutuhan akademik. Nilai standar deviasi sebesar 3,42 menunjukkan tingkat keragaman data yang rendah, sehingga pola penggunaan Instagram antarresponden relatif homogen.

Sementara itu, pada variabel Kecenderungan Pola Hidup, nilai minimum yang diperoleh adalah 32 dan nilai maksimum sebesar 50. Rata-rata sebesar 40,07 menandakan bahwa kecenderungan pola hidup mahasiswa berada pada kategori sedang menuju tinggi. Dengan kata lain, mahasiswa menunjukkan pola hidup yang cukup aktif, baik dalam aspek gaya hidup digital, aktivitas sosial, maupun pengelolaan waktu di era modern. Nilai standar deviasi

sebesar 5,21 lebih tinggi dibandingkan variabel penggunaan Instagram, yang mengindikasikan bahwa pola hidup mahasiswa cenderung lebih bervariasi. Variasi ini dapat disebabkan oleh perbedaan usia, latar belakang pekerjaan, beban akademik, serta kebiasaan pribadi masing-masing responden.

d. Uji Validitas dan Realibilitas

Pengujian instrumen dilakukan untuk memastikan keakuratan dan konsistensi alat ukur. Uji validitas menggunakan korelasi Pearson Product Moment, di mana item dinyatakan valid jika r hitung $>$ r tabel pada tingkat signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$). Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan SPSS versi 27. Mengenai Hasil Uji Validitas dan Realibilitas penelitian ini dapat dilihat pada tabel 2 dan 3 sebagai berikut:

Tabel 2. Ringkasan Hasil Uji Validitas Instrumen Penelitian

Variabel	Pernyataan	Sig	R. Tabel	R. Hitung	Keterangan
Penggunaan Instagram (X₁)	X.1	<0,001	0,294	0,526	Valid
	X.2	0,002	0,294	0,452	Valid
	X.3	<0,001	0,294	0,689	Valid
	X.4	<0,001	0,294	0,568	Valid
	X.5	<0,001	0,294	0,627	Valid
	X.6	<0,001	0,294	0,705	Valid
	X.7	<0,001	0,294	0,542	Valid
	X.8	<0,001	0,294	0,660	Valid
	X.9	0,006	0,294	0,505	Valid
	X.10	<0,001	0,294	0,712	Valid
	X.11	<0,001	0,294	0,526	Valid
	X.12	0,002	0,294	0,452	Valid
	X.13	<0,001	0,294	0,689	Valid
	X.14	<0,001	0,294	0,568	Valid
	X.15	<0,001	0,294	0,672	Valid
	X.16	<0,001	0,294	0,705	Valid
	X.17	<0,001	0,294	0,542	Valid
	X.18	<0,001	0,294	0,660	Valid
	X.19	<0,001	0,294	0,505	Valid
	X.20	<0,001	0,294	0,712	Valid
Kecenderungan Pola Hidup (Y)	Y.1	<0,001	0,294	0,526	Valid
	Y.2	0,002	0,294	0,452	Valid
	Y.3	<0,001	0,294	0,689	Valid
	Y.4	<0,001	0,294	0,568	Valid
	Y.5	<0,001	0,294	0,627	Valid
	Y.6	<0,001	0,294	0,705	Valid
	Y.7	<0,001	0,294	0,542	Valid
	Y.8	<0,001	0,294	0,660	Valid
	Y.9	<0,001	0,294	0,505	Valid
	Y.10	<0,001	0,294	0,712	Valid
	Y.11	<0,001	0,294	0,526	Valid
	Y.12	0,002	0,294	0,452	Valid
	Y.13	<0,001	0,294	0,689	Valid

	Y.14	<0,001	0,294	0,568	Valid
	Y.15	<0,001	0,294	0,627	Valid
	Y.16	<0,001	0,294	0,705	Valid
	Y.17	<0,001	0,294	0,542	Valid
	Y.18	<0,001	0,294	0,660	Valid
	Y.19	<0,001	0,294	0,505	Valid
	Y.20	<0,001	0,294	0,712	Valid

Sumber: Output SPSS, 2025

Tabel 3. Ringkasan Hasil Uji Realibilitas

Variabel	Cronbach Alpha	Keterangan
Penggunaan Instagram (X1)	0,904	Realibel
Kecenderungan Pola Hidup (Y)	0,940	Realibel

Sumber: Output SPSS, 2025

e. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk memastikan bahwa nilai residual atau galat yang dihasilkan dalam model regresi mengikuti pola distribusi normal. Pemenuhan asumsi ini sangat penting karena berbagai teknik analisis inferensial, mensyaratkan distribusi residual yang normal agar parameter yang diestimasi tidak menimbulkan bias dan hasil pengujian tetap valid. Dalam konteks penelitian ini, proses pengujian normalitas dilakukan untuk menilai kesesuaian data dengan asumsi tersebut sebelum model regresi diinterpretasikan lebih lanjut. Hasil lengkap dari uji normalitas yang telah dilakukan dapat diamati pada Tabel 4, yang menyajikan informasi terkait pola distribusi residual serta indikator statistik pendukungnya sebagai acuan dalam penarikan kesimpulan analitis. mengandalkan distribusi normal agar hasil estimasi tidak bias. Mengenai Hasil Uji Normalitas penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual	
N		45	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	4.51404245	
Most Extreme Differences	Absolute	.075	
	Positive	.075	
	Negative	-.075	
Test Statistic		.075	
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^e	Sig.	.745	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.734
		Upper Bound	.756

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.
- e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

Sumber: Output SPSS, 2025

Berdasarkan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov didapat nilai signifikansi sebesar 0,20 lebih besar dari 0,05 maka dapat di simpulkan bahwa data berdistribusi normal.

f. Uji Multikolonieritas

Uji multikolonieritas dilakukan untuk mengetahui apakah di dalam model regresi terdapat hubungan linear yang cukup kuat antar variabel bebas yang dapat mengganggu proses estimasi. Keberadaan multikolonieritas yang tinggi biasanya menimbulkan sejumlah konsekuensi, seperti ketidakstabilan koefisien regresi, meningkatnya nilai standar error, serta kesulitan dalam menafsirkan kontribusi masing-masing variabel secara akurat. Oleh karena itu, pengujian ini penting dilakukan untuk memastikan bahwa model memiliki validitas struktural yang memadai sebelum analisis lanjutan dilakukan. Pada penelitian ini, hasil pengujian multikolonieritas disajikan secara rinci pada Tabel 5, yang memuat nilai tolerance dan Variance Inflation Factor (VIF) sebagai indikator utama dalam menilai ada atau tidaknya multikolonieritas dalam model yang digunakan:

Tabel 5. Uji Multikolonieritas

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	6.264	8.904		.703	.486		
	Penggunaan Instagram	.766	.201	.502	3.807	<.001	1.000	1.000

a. Dependent Variable: Kecenderungan Pola Hidup

Jika *tolerance* dibawah 0,10 atau VIF diatas 10 maka terjadi multikolonieritas. Berdasarkan tabel di atas di ketahui bahwa:

Variabel	Tolerance	VIF	Kriteria
X	1,000	1,000	Tidak Terjadi Multikolonieritas

Sumber: Output SPSS, 2025

g. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas berfungsi untuk mengevaluasi apakah varians residual dalam model regresi tetap konstan pada seluruh rentang nilai prediktor. Pada regresi linear berganda, asumsi penting yang harus dipenuhi adalah adanya varians residual yang homogen atau bersifat homoskedastisitas. Apabila varians residual menunjukkan pola yang tidak sama atau berubah-ubah, kondisi tersebut disebut heteroskedastisitas dan dapat mengakibatkan koefisien regresi menjadi kurang efisien serta menurunkan ketepatan estimasi model. Dalam penelitian ini, pengujian heteroskedastisitas dilakukan menggunakan metode Glejser sebagai salah satu pendekatan statistik yang umum digunakan untuk mendeteksi ketidakseragaman varians residual. Hasil lengkap dari uji heteroskedastisitas tersebut ditampilkan pada Tabel 6, yang memuat informasi mengenai signifikansi hubungan antara residual absolut dan variabel bebas sebagai dasar penilaian keberadaan heteroskedastisitas:

Tabel 6. Uji Heteroskedastisitas

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	1.970	5.061		.389	.699
	Penggunaan Instagram	.039	.114	.051	.337	.738

a. Dependent Variable: Abs_Res

Sumber: Output SPSS, 2025

Jika Nilai Signifikansi > 0,05 Maka tidak terjadi Heteroskedastisitas. Maka disimpulkan bahwa data ini tidak terjadi Heteroskedastisitas, karena nilai sig X > 0,05 yaitu 0,738.

h. Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk melihat seberapa besar variabel independen, yaitu Penggunaan Instagram, mampu menjelaskan variasi pada variabel dependen Kecenderungan Pola Hidup mahasiswa Pascasarjana Universitas Negeri Makassar Program Studi IPS.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.502 ^a	.252	.235	4.56623

a. Predictors: (Constant), Penggunaan Instagram

Berdasarkan hasil analisis regresi linier sederhana, diperoleh nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,252. Nilai ini menunjukkan bahwa 25,2% variasi pada variabel dependen, yaitu Kecenderungan Pola Hidup, dapat dijelaskan oleh variabel

independen Penggunaan Instagram. Dengan demikian, kontribusi pengaruh penggunaan Instagram terhadap kecenderungan pola hidup mahasiswa sebesar 25%, yang mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada kategori rendah hingga sedang.

Sementara itu, sisanya sebesar 74,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dianalisis dalam model penelitian ini. Faktor tersebut dapat meliputi lingkungan sosial, kondisi pekerjaan, aktivitas akademik, preferensi gaya hidup pribadi, teknologi digital lainnya, serta variabel psikologis yang turut berperan dalam membentuk pola hidup mahasiswa di era digital. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun penggunaan Instagram memiliki kontribusi yang cukup berarti, namun masih terdapat faktor eksternal lain yang lebih dominan dalam mempengaruhi pola hidup mahasiswa pascasarjana.

i. Uji-t

Uji t berfungsi untuk menguji sejauh mana variabel independen memberikan pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen dalam suatu model penelitian. Melalui prosedur analisis ini, peneliti dapat menilai apakah hubungan yang diamati benar-benar memiliki dasar statistik yang kuat atau hanya terjadi secara kebetulan. Dalam konteks penelitian ini, hasil Uji t menjadi acuan utama untuk menentukan validitas pengaruh masing-masing variabel bebas yang dianalisis. Informasi rinci mengenai nilai signifikansi, koefisien, serta interpretasi pengaruh tersebut telah disajikan secara sistematis dalam Tabel 8. Dengan demikian, tabel tersebut berperan sebagai sumber data yang memudahkan pembaca dalam memahami kontribusi setiap variabel terhadap model penelitian secara lebih mendalam dan terstruktur:

Tabel 8. Uji T
Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	6.264	8.904		.703	.486
	Penggunaan Instagram	.766	.201	.502	3.807	<.001

a. Dependent Variable: Kecenderungan Pola Hidup

Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh nilai signifikansi sebesar < 0,001, yang lebih kecil dari batas signifikansi penelitian 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa Penggunaan Instagram berpengaruh signifikan terhadap Kecenderungan Pola Hidup mahasiswa. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan Instagram, semakin tinggi pula kecenderungan pola hidup yang terbentuk pada mahasiswa, sehingga hipotesis penelitian yang menyatakan adanya pengaruh signifikan dinyatakan diterima.

Hasil analisis regresi linier sederhana menghasilkan persamaan: $Y=6,264+0,766X$. Nilai konstanta sebesar 6,264 menunjukkan bahwa apabila variabel penggunaan Instagram (X) berada pada nilai nol (konstan), maka kecenderungan pola hidup (Y) memiliki nilai sebesar 6,264. Artinya, tanpa adanya penggunaan Instagram sekalipun, mahasiswa tetap memiliki tingkat kecenderungan pola hidup dasar sesuai kondisi personal dan lingkungan mereka.

Sementara itu, nilai koefisien regresi variabel independen sebesar 0,766 bernilai positif, sehingga dapat diartikan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada penggunaan Instagram akan meningkatkan kecenderungan pola hidup mahasiswa sebesar 0,766 satuan. Dengan demikian, hubungan antara kedua variabel bersifat searah (positif), sehingga

peningkatan intensitas penggunaan Instagram akan diikuti oleh meningkatnya pola hidup mahasiswa, dan sebaliknya, penurunan penggunaan Instagram akan menurunkan kecenderungan pola hidup.

Berdasarkan nilai signifikansi $< 0,001$ dan koefisien regresi positif (0,766), maka dapat ditegaskan bahwa Penggunaan Instagram berpengaruh signifikan dan positif terhadap Kecenderungan Pola Hidup mahasiswa. Hasil ini memperkuat temuan sebelumnya bahwa media sosial menjadi salah satu faktor penting yang mempengaruhi gaya hidup mahasiswa di era digital.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram terhadap Kecenderungan Pola Hidup Mahasiswa Pascasarjana Universitas Negeri Makassar Program Studi IPS di Era Digital, dapat disimpulkan bahwa penggunaan Instagram memiliki pengaruh yang signifikan dan positif terhadap pola hidup mahasiswa. Hasil uji t menunjukkan nilai signifikansi $< 0,001$, yang berada di bawah tingkat signifikansi 0,05, sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa penggunaan Instagram berpengaruh terhadap kecenderungan pola hidup diterima. Koefisien regresi positif sebesar 0,766 memperkuat temuan bahwa peningkatan intensitas penggunaan Instagram akan diikuti oleh peningkatan kecenderungan pola hidup mahasiswa.

Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,252 menunjukkan bahwa penggunaan Instagram memberikan kontribusi sebesar 25,2% terhadap variasi pola hidup mahasiswa, sementara sisanya, yaitu 74,8%, dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Hal ini menandakan bahwa meskipun Instagram menjadi salah satu faktor yang cukup berpengaruh, pola hidup mahasiswa tetap dibentuk oleh banyak aspek lain seperti lingkungan sosial, tuntutan akademik, tanggung jawab pekerjaan, preferensi gaya hidup, dan penggunaan media digital lainnya.

Secara praktis, temuan penelitian ini memberikan implikasi bahwa penggunaan media sosial, khususnya Instagram, dapat memengaruhi gaya hidup mahasiswa, baik dalam aspek produktivitas, interaksi sosial, maupun perilaku digital. Oleh karena itu, institusi pendidikan dapat mempertimbangkan strategi literasi digital dan manajemen penggunaan media sosial sebagai bagian dari program pengembangan mahasiswa. Bagi mahasiswa, temuan ini menjadi dasar penting untuk lebih bijak dalam mengatur intensitas penggunaan media sosial agar tidak berdampak negatif pada keseimbangan gaya hidup mereka.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain penggunaan satu variabel independen sehingga cakupan faktor yang memengaruhi pola hidup belum sepenuhnya komprehensif. Selain itu, jumlah sampel yang terbatas pada satu program studi juga membatasi generalisasi temuan. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk memasukkan variabel lain seperti durasi penggunaan media sosial, jenis aktivitas digital, lingkungan belajar, maupun faktor psikologis. Penelitian lanjutan juga dapat memperluas sampel ke berbagai program studi atau institusi berbeda untuk memperoleh gambaran yang lebih luas dan komparatif.

DAFTAR PUSTAKA

Amaliah, A. I., & Suhaeb, F. W. (2022). Dampak Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup (Studi Pada Mahasiswa Fis-H Unm). *Journal Of Society And Culture*, 4, 2–10.

- Anwar, R. K., Khadijah, U. L. S., Sjoraida, D. F., & Rahman, M. T. (2020). The impact of using instagram social media on student consumptive behavior. *Record and Library Journal*, 6(1), 80–88.
- Arrahman, K., & Nastainb, M. (2023). Pengaruh Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Mercu Buana Yogyakarta. *JKOMDIS: Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial*, 3(1), 16–19. <https://doi.org/10.47233/jkomdis.v3i1.461>
- Ayu, S. A. P., & Syifa, Z. A. (2024). PENGARUH AESTHETIC LIFESTYLE PADA MEDIA SOSIAL TERHADAP MANAJEMEN KEUANGAN MAHASISWA. *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 2(12).
- Nasution, M. F. F., & Batubara, A. K. (2024). Eksistensi Sosial Mahasiswa di Era Instagram: Analisis Pengaruh Media Sosial terhadap Gaya Hidup dan Perilaku. *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences*, 5(2), 859–872. <https://doi.org/10.33367/ijhass.v5i2.5493>
- Sayyid Musafa Alwan, Mulia Rahman, Muhammad Bagas, Afwan Syahril, & Manurung Manurung. (2025). Transformasi Gaya Hidup Mahasiswa UINSU Tuntungan Analisis Kualitatif terhadap Pengaruh Media Sosial dan Tren Populer. *Global Leadership Organizational Research in Management*, 3(3), 126–134. <https://doi.org/10.59841/glory.v3i3.2967>
- Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*.
- Winata, R. H., & Sufyanto, S. (2024). Dampak Ganda Media Sosial terhadap Pola Pikir Mahasiswa Indonesia. *Interaction Communication Studies Journal*, 1(2), 152–163. <https://doi.org/10.47134/interaction.v1i2.2890>
- Burnell, K., George, M. J., & Underwood, M. K. (2021). Visual social media and adolescent behavior. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(4), 725–739.
- Chae, J. (2018). Explaining females' envy toward social media influencers. *Computers in Human Behavior*, 82, 13–21.
- Djafarova, E., & Rushworth, C. (2017). Exploring the credibility of online celebrities' Instagram profiles. *Computers in Human Behavior*, 68, 1–7.
- Kircaburun, K., Griffiths, M. D., & Billieux, J. (2020). Psychosocial factors mediating problematic Instagram use. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(3), 569–583.
- Marengo, D., Longobardi, C., Fabris, M. A., & Settanni, M. (2018). Highly-visual social media and identity. *Computers in Human Behavior*, 88, 181–187.
- Sheldon, P., & Bryant, K. (2016). Instagram: Motives for use and relationship to narcissism. *Computers in Human Behavior*, 58, 89–97.
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2017). Do social network sites enhance or undermine well-being? *Social Issues and Policy Review*, 11(1), 274–302.
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social comparison on Facebook. *Psychology of Popular Media Culture*, 3(4), 206–222.
- Yang, C. C., Holden, S. M., & Carter, M. D. (2018). Social media use and life satisfaction. *Journal of Happiness Studies*, 19(3), 839–857.
- Lee, E., Lee, J. A., Moon, J. H., & Sung, Y. (2015). Pictures speak louder than words. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(9), 552–556.