

**HUBUNGAN ANTARA *LONELINESS* DENGAN
PROBLEMATIC INTERNET USE PADA REMAJA AKHIR
PENGGUNA SOSIAL MEDIA DI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi
Universitas Medan Area

diajukan oleh:

Tasya Namira
178600422



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2022**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 6/9/22

Access From (repository.uma.ac.id)6/9/22

**HUBUNGAN ANTARA *LONELINESS* DENGAN
PROBLEMATIC INTERNET USE PADA REMAJA AKHIR
PENGGUNA SOSIAL MEDIA DI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi
Universitas Medan Area

diajukan oleh:

Tasya Namira
178600422

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2022**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA LONELINESS DENGAN PROBLEMATIC
INTERNET USE PADA REMAJA AKHIR PENGGUNA SOSIAL MEDIA
DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA**

Dipersiapkan dan disusun oleh
Tasya Namira
178600422

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 12 Juli 2022

Susunan Dewan Penguji

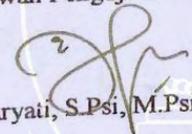
Pembimbing Utama


(Shirley Melita Sembiring, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

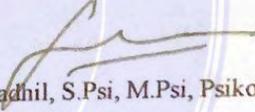
Dewan Penguji I


(Azhar Aziz, S.Psi, MA)

Dewan Penguji II


(Endang Haryati, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

Dewan Penguji III

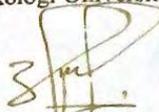

(Faadhil, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

Skripsi ini diterima sebagian salah satu
Persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana
Tanggal, 12 Juli 2022

Kepala Bagian


Dinda Permatasari Harahap, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Mengetahui
Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area


Hasanuddin, Ph.D

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Tasya Namira
NIM : 178600422
Tahun Terdaftar : 2022
Fakultas/Sekolah : Psikologi

Menyatakan bahwa dalam dokumen ilmiah Skripsi ini tidak terdapat bagian karya ilmiah lain yang telah diajukan untuk memperoleh gear akademik di suatu lembaga Pendidikan Tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang/lembaga lain, kecuali yang secara lengkap dalam daftar pustaka.

Dengan demikian say menyatakan bahwa dokumen ilmiah ini bebas dari unsur-unsur plagiasi dan apabila dokumen ilmiah Skripsi ini di kemudian hari terbukti merupakan plagiasi dari hasil karya penulis lain dan/atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik dan/atau sanksi hukum yang berlaku.

Medan, 12 Juli 2022



Tasya Namira

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tasya Namira
NPM : 178600422
Program Studi : Psikologi Perkembangan
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Tugas Akhir

Demikian perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non- Exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan Antara *Loneliness* Dengan *Problematic Internet Use* Pada Remaja Akhir Pengguna Sosial Media Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya,

Dibuat di : Medan

Pada tanggal : 12 Juli 2022

Yang Menyatakan



(Tasya Namira)

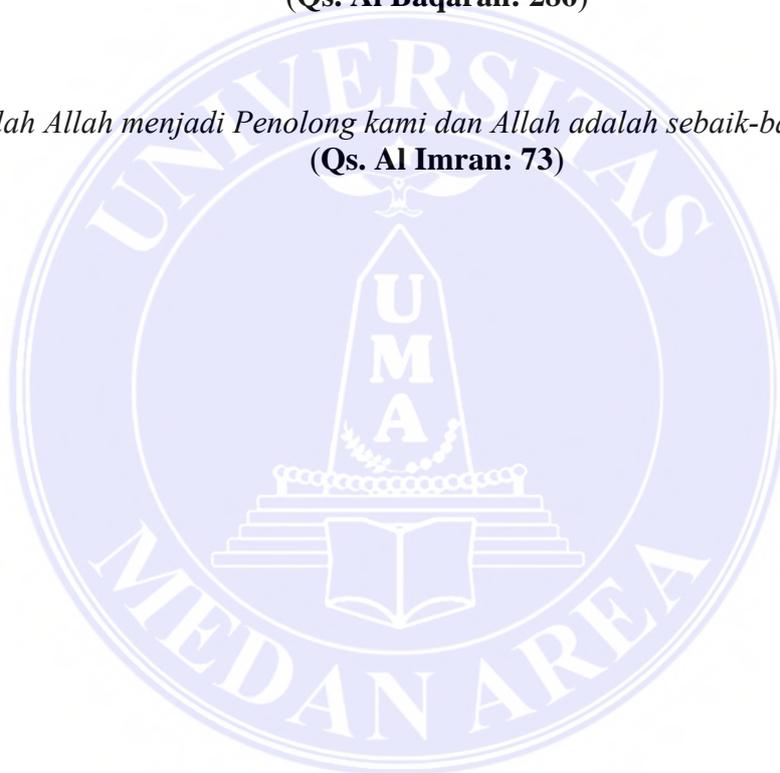
MOTTO

“Susah, tapi bismillah”

(Fiersa Besari)

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.
(Qs. Al Baqarah: 286)

Cukuplah Allah menjadi Penolong kami dan Allah adalah sebaik-baik Pelindung.
(Qs. Al Imran: 73)

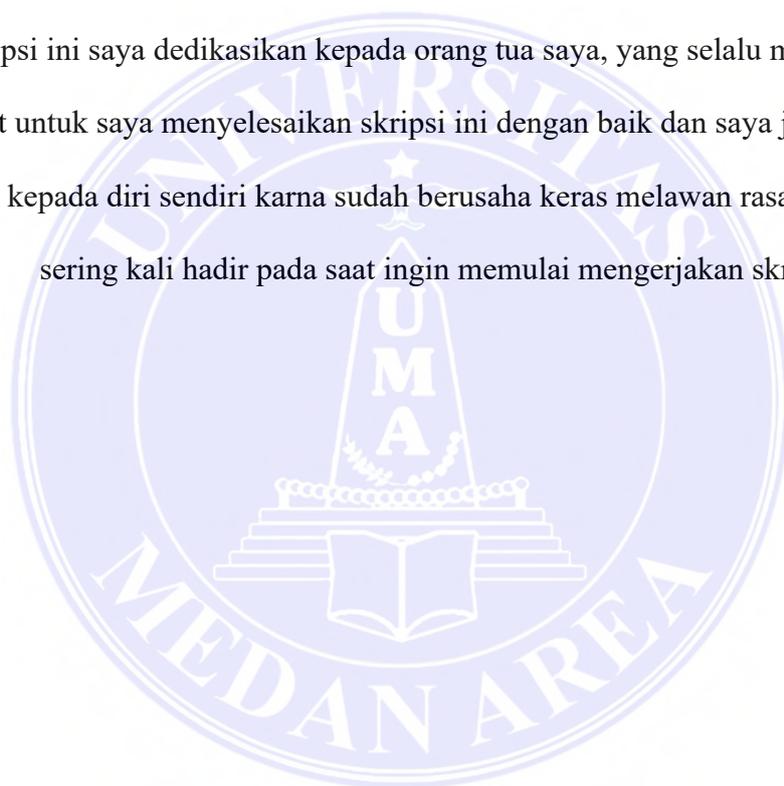


PERSEMBAHAN

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis.

Terima kasih ya Allah sudah memberikan kelancaran dan kemudahan kepada saya hingga saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang sederhana ini.

Skripsi ini saya dedikasikan kepada orang tua saya, yang selalu memberikan support untuk saya menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan saya juga berterima kasih kepada diri sendiri karna sudah berusaha keras melawan rasa malas yang sering kali hadir pada saat ingin memulai mengerjakan skripsi



RIWAYAT HIDUP

Nama : Tasya Namira
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat & Tanggal Lahir : Medan, 28 September 1999
Alamat : Graha Jermal Residence Blok D No.1 Jermal Kec.
Medan Denai, Sumatera Utara
Kode Pos : 20227
Nomor Ponsel : 081264646006
Email : tasyanamira01@gmail.com
Pendidikan Formal : SMA Negeri 1 Medan
SMP Negeri 16 Medan
SD Kartika 1-1 Medan

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala karunia-Nya karena telah memberikan kesempatan dan kesehatan sehingga skripsi ini berhasil untuk penulis selesaikan agar dapat Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Guna Memenuhi Syarat dalam Memperoleh Gelar Sarjana dengan judul “Hubungan Antara *Loneliness* Dengan *Problematic Internet Use* Pada Remaja Akhir Pengguna Sosial Media Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area”

Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan kerjasama yang baik dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Drs. M. Erwin, MBA, selaku ketua Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim Universitas Medan Area
2. Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc, selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Bapak Hasanuddin, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
4. Ibu Shirley Melita, S.Psi, M.Psi, Psikolog, selaku dosen pembimbing yang memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini

5. Ibu Endang Haryati, S.Psi, M.Psi, Psikolog, selaku dosen Pembimbing yang memberikan masukan dan kritik membangun kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini
6. Bapak Faadhil, S.Psi, M.Psi, Psiklog, selaku Sekretaris yang bertugas dan telah hadir dalam seminar penulis.
7. Ibu Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog, selaku Wakil Dekan Akademik Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
8. Bapak Khairuddin, S.Psi, M.Psi, selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
9. Ibu Dinda Permatasari Harapan, S.Psi, M.Psi, Psikolog, selaku Kepala Bidang Psikologi Perkembangan.
10. Para Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah berkontribusi memberikan ilmu pengetahuan dan memotivasi penulis saat ini dan para staf tata usaha Program Studi Psikologi Universitas Medan Area yang turut memperlancar proses penyelesaian kuliah dan skripsi peneliti.
11. Seluruh staff pegawai yang telah banyak memberikan bantuan kepada penulis untuk melengkapi berkas-berkas yang diperlukan dalam penelitian ini.
12. Kepada Mami dan Baba yang sangat saya cintai Vera Yunita dan Rudi Anwar yang selalu memberikan kasih sayang, doa dan memotivasi saya hingga saat ini.
13. Kepada abang dan kakak saya yang tersayang, Ridho Ansari dan Vindy Putri.
14. Kepada Syahreza Gunadi atas dukungan, bantuan, perhatian dan kebaikan yang tak henti-hentinya kepada penulis.

15. Kepada sahabat-sahabat saya Sheila Diah Pratiwi, Fanny Tri Wahyuni Tj, Rafika Fadila Lubis, Elia Purnama, Dicky Darmawan Lubis, Rauf Aziz Miraza telah mewarnai hari-hari saya dan membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
16. Kepada teman-teman satu angkatan 2017 khususnya kelas D yang tidak bisasaya sebutkan satu persatu-satu yang telah bersama-sama berjuang untuk mendapatkan gelar sarjana.
17. Kepada semua pihak yang telah membantu skripsi ini yaitu subjek yang berjumlah 62 orang yang sudah meluangkan waktu untuk mengisi skala penelitian ini. Terima kasih sedalam-dalamnya.

Akhir kata, penulis memohon maaf atas kesalahan dan kekurangan di dalam penulisan ataupun penyusunan skripsi ini. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun agar dapat melakukan penelitian yang lebih baik lagi. Semoga segala kebaikan dan bantuan yang diberikan akan mendapat balasan dari Allah SWT dan skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan pembaca.

Medan, 2022

Penulis

Tasya Namira

17.860.422

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
HALAMAN PRAKATA/MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK	xvii
<i>ABSTRACT</i>.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Batasan Masalah.....	11
D. Rumusan Masalah	11
E. Tujuan Penelitian	12

F. Manfaat Penelitian	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. <i>Problematic Internet Use</i>	13
1. Definisi <i>Problematic Internet Use</i>	13
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Problematic Internet Use</i>	14
3. Aspek-aspek <i>Problematic Internet Use</i>	16
4. Tipe-tipe <i>Problematic Internet Use</i>	18
5. Ciri-ciri <i>Problematic Internet Use</i>	20
B. <i>Loneliness</i>	22
1. Definisi <i>Loneliness</i>	22
2. Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Loneliness</i>	23
3. Aspek-aspek <i>Loneliness</i>	27
4. Ciri-ciri <i>Loneliness</i>	29
C. Masa Remaja Akhir	31
1. Definisi Remaja.....	31
2. Definisi Remaja Akhir	32
3. Aspek-aspek Perkembangan Remaja Akhir.....	33
4. Tugas-tugas Perkembangan Remaja Akhir.....	35
D. Hubungan Antara <i>Loneliness</i> dengan <i>Problematic Internet Use</i> Pada Remaja Akhir	37
E. Kerangka Konseptual.....	39
F. Hipotesis.....	40

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	41
A. Tipe Penelitian	41
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	41
C. Definisi operasional Variabel Penelitian.....	42
D. Subjek Penelitian.....	43
E. Teknik Pengumpulan Data.....	45
F. Validitas dan Reliabilitas	46
G. Analisis Data	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Orientasi Kanchah	51
B. Persiapan Penelitian.....	52
C. Pelaksanaan Penelitian	54
D. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	55
E. Analisis Data dan Hasil Penelitian	57
F. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik	60
G. Pembahasan	63
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	68
A. Simpulan.....	68
B. Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	70

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Distribusi Penyebaran Skala <i>Problematic Internet Use</i>	52
Tabel 4.2 Distribusi Penyebaran Skala <i>Loneliness</i>	53
Tabel 4.3 Skala <i>Problematic Internet Use</i> Setelah Uji Validitas.....	55
Tabel 4.4 Skala <i>Loneliness</i> Setelah Uji Validitas	56
Tabel 4.5 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	57
Tabel 4.6 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linearitas Sebaran.....	58
Tabel 4.7 Rangkuman Hasil Perhitungan Korelasi <i>Product Moment</i>	58
Tabel 4.8 Rangkuman Nilai Rata-Rata Hipotetik dan Empirik	61



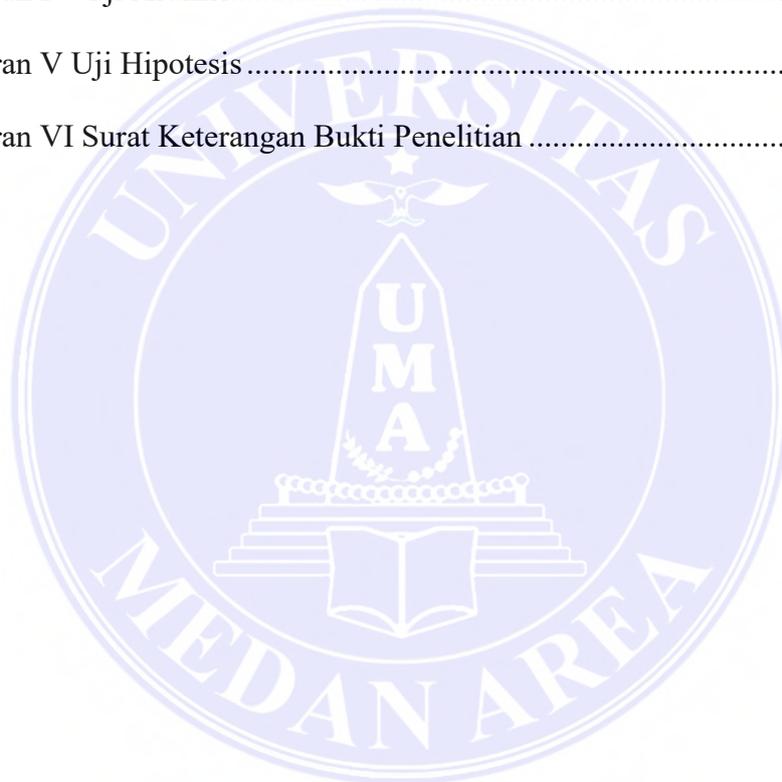
DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Kurva Distribusi Normal <i>Problematic Internet Use</i>	60
Gambar 4.2 Kurva Distribusi Normal <i>Loneliness</i>	61



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Screening Question & Skala Penelitian	77
Lampiran II Data Penelitian	84
Lampiran III Uji Validitas & Reliabilitas	91
Lampiran IV Uji Asumsi.....	93
Lampiran V Uji Hipotesis	94
Lampiran VI Surat Keterangan Bukti Penelitian	95



Hubungan antara *Loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada Remaja Akhir Pengguna Sosial Media di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Oleh:

Tasya Namira

178600422

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk dapat mengetahui seberapa besar hubungan antara *Loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada remaja akhir pengguna sosial media di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara *Loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada remaja akhir. Subjek penelitian ini berjumlah 62 orang yang diambil menggunakan *Purposive Sampling*. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala yang terdiri dari skala *Loneliness* dan skala *Problematic Internet Use*. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *product moment pearson*. Dari hasil analisis diketahui bahwa hipotesis penelitian diterima dengan nilai $(r_{xy}) = 0,705$ dengan signifikansi $p = 0.000 < 0.05$. Artinya terdapat hubungan positif antara *Loneliness* dengan *Problematic Internet Use*, dengan asumsi semakin tinggi *Loneliness* maka semakin tinggi *Problematic Internet Use* pada remaja akhir di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, begitupun sebaliknya semakin rendah *Loneliness* maka semakin rendah pula *Problematic Internet Use* pada remaja akhir di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Kata Kunci: *Loneliness*, *Problematic Internet Use*, Remaja Akhir, Pengguna Sosial Medan

Correlation Between Loneliness and Problematic Internet Use in Late Adolescents Social Media Users in The Faculty of Psychology University of Medan Area

By:

Tasya Namira

178600422

This study aims to determine how big the relationship between Loneliness and Problematic Internet Use in late adolescent using social media at the Faculty of Psychology University of Medan Area. The hypothesis in this study is that there is a positive relationship between Loneliness and Problematic Internet Use in late adolescent. The subjects of this study found 62 people who were taken using Purposive Sampling. The data collection method in this study is a scale consisting of the Loneliness scale and the Problematic Internet Use scale. The data analysis method used in this research is Pearson's product moment correlation technique. From the results of the analysis, it is known that the hypothesis is accepted with a value of $(r_{xy}) = 0.705$ with a significance of $p = 0.000 < 0.05$. This means that there is a positive relationship between Loneliness and Problematic Internet Use, with the assumption that the higher Loneliness, the higher the Problematic Internet Use in late adolescents at the Faculty of Psychology University of Medan Area and vice versa, the lower Loneliness the lower Problematic Internet Use in late adolescents at the Faculty of Psychology University of Medan Area. Loneliness contributes 49.7% to Problematic Internet Use.

Keywords: *Loneliness, Problematic Internet Use, Late Adolescents, Medan Social Users*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada saat ini perkembangan teknologi telah memberikan banyak manfaat, hampir semua aspek kehidupan manusia telah dimudahkan dengan adanya fasilitas berbasis teknologi. Hal ini tentunya dapat membantu manusia dari segi waktu, biaya, dan tenaga dan menjadikan kehidupan manusia lebih efisien. Semakin majunya teknologi maka akan memudahkan interaksi jarak jauh dan menjadi sarana komunikasi antar individu, dan memudahkan setiap individu untuk mendapatkan informasi dengan cepat.

Seiring dengan perkembangan teknologi, salah satu yang menjadi penunjang komunikasi yang sangat berpengaruh dalam kehidupan masyarakat adalah internet. Saat ini internet merupakan salah satu sumber informasi yang memegang peranan sangat penting bagi kehidupan masyarakat. Siapapun dapat terlibat dalam kegiatan dan aktivitas *online*, mulai dari pertukaran informasi atau gagasan, bersosialisasi dan berinteraksi, membeli sesuatu, merencanakan liburan, dan bermain permainan melalui internet, hingga aktivitas-aktivitas lainnya. Melalui penggunaan internet, individu dapat lebih praktis untuk mencari informasi kapanpun dan dimanapun. Aplikasi yang dapat ditemukan di internet juga sangat berkembang dalam bidang hiburan seperti Instagram,

tiktok, Youtube, Facebook, Twitter, Whatsapp, Game Online, dan segala bentuk layanan dan aplikasi lainnya yang sedang disukai oleh masyarakat.

Secara statistik pada laporan terbaru *We Are Social* (andi.link) ditemukan bahwa pada tahun 2020 sekitar 175,4 juta orang menggunakan media sosial dan internet di Indonesia. Dibandingkan tahun sebelumnya, terjadi peningkatan sebesar 17% atau sekitar 25 juta pengguna internet di Indonesia. Berdasarkan total penduduk Indonesia yang berjumlah 272,1 juta jiwa, dapat diartikan bahwa 64% (setengah dari penduduk Indonesia) pernah mengalami akses ke dunia maya. Dalam penelitian ini juga terlihat bahwa penduduk Indonesia yang menggunakan smartphone saat ini berjumlah 338,2 juta jiwa. Bersamaan dengan itu terdapat laporan menarik lainnya, ada sekitar 160 juta pengguna yang aktif menggunakan media sosial. Dibandingkan tahun lalu (2019), *We Are Social* melihat bahwa terjadinya peningkatan 10 juta orang Indonesia aktif di dunia maya tahun ini.

Berbagai kegunaan dari internet yaitu, untuk pencarian data maupun informasi serta memiliki banyak peran yang cukup berarti dalam perkembangan di era globalisasi. Namun, selain memiliki begitu banyak manfaat, internet juga mempunyai dampak negatif bagi kehidupan manusia. Apabila penggunaan internet seseorang hanya fokus terhadap tujuan awalnya dalam kurun waktu yang minim dan hal tersebut tidak memicu permasalahan setelah penggunaannya, maka masih dalam tahap penggunaan internet yang sehat (Davis, 2001). Namun, bila menggunakan internet pada kategori yang tidak sehat, maka hal ini dapat membahayakan kehidupan penggunanya dalam

hubungan sosial (Caplan dkk, 2009). Kemudahan dalam mengakses internet dapat menimbulkan setidaknya kepuasan untuk para pengguna dan berlanjut membentuk suatu perilaku yang baru dalam mencari kesenangan ataupun rasa puas melalui internet dan internet menjadi media yang sangat kuat serta berpotensi memunculkan kecanduan pada remaja.

Studi ini berfokus pada remaja akhir yang usianya berkisar 18-22 tahun (Santrock, 2012). Remaja yang berasal dari kata latin “*adolescere*” yang berarti “tumbuh untuk mencapai kematangan” merupakan masa dimana seorang individu mulai menghadapi perubahan secara fisik, mental, biologis, emosional dan sosialnya (Ali dan Asrori, 2012). Periode ini ditandai dengan persiapan akhir individu untuk peran dewasa mereka. Menurut Havighurst (Sarwono, 2011), tantangan perkembangan remaja akhir antara lain mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya, mengemban peran sosial sebagai laki-laki/perempuan, menerima kondisi fisik dan keefektifannya. penggunaan, perilaku dan penerapan tanggung jawab sosial. Pada masa remaja akhir, seseorang mungkin sudah mengetahui mana yang positif dan mana yang negatif serta dapat menilai mana yang layak untuk dihormati maupun dihargai, dan bertanggung jawab penuh atas segala perbuatan, baik itu dari tingkah laku maupun kebiasannya dan dapat memposisikan dirinya di lingkungan sekitarnya. Tugas perkembangan remaja akhir tersebut dikhawatirkan tidak terpenuhi jika remaja akhir terlibat dalam perilaku kecanduan terhadap internet.

Penggunaan internet, khususnya media sosial semakin meningkat di era digital saat ini didukung oleh kondisi pandemi COVID-19. Hal ini sejalan

dengan penelitian Aditiantoro & Wulanyani (2019) yang menyebutkan bahwa penggunaan internet di era digital pada saat ini dapat dikategorikan bermasalah ketika individu menggunakan internet tidak dengan semestinya, yakni pada waktu dan tempat yang tidak tepat.

Kemudian, perilaku kecanduan terhadap internet memiliki efek samping, salah satunya adalah dapat menurunkan fungsi hidup seorang individu. Kecanduan terhadap internet dapat berdampak pada kehidupan remaja yang menyebabkan remaja merasa cemas, penurunan fisik, depresi dan kesehatan mental, hubungan interpersonal, serta dapat menyebabkan menurunnya kinerja (Hakim & Raj, 2017).

Menurut Caplan (2010) disaat seseorang menggunakan internet yang terlalu sering dapat menyebabkan individu tersebut menjadi ketagihan akan internet. Dalam karya tulisnya, ia membedakan antara istilah kecanduan internet dan *problematic internet use*, yang mempunyai karakteristiknya masing-masing. Kecanduan internet lebih merupakan kondisi patologis, sedangkan *Problematic Internet Use* adalah pola pikir dan perilaku yang merupakan masalah psikososial, bukan patologis tetapi melibatkan perilaku kognitif-perilaku.

Selain itu, *Problematic Internet Use* dapat diidentifikasi sebagai pola penggunaan Internet yang tidak sesuai dengan penggunaan Internet yang tidak wajar yang berhubungan dengan kognitisi dan reaksi individu yang memengaruhi kehidupannya (Davis, 2001). Selain itu, Shapira et al. (Hakim,

2018) mengusulkan istilah baru dengan definisi terkait *Problematic Internet Use* daripada kecanduan internet, selanjutnya Penggunaan Internet yang bermasalah Didefinisikan sebagai: a) keasyikan yang maladaptif yang tidak benar dalam penggunaan Internet yang dianggap sebagai penggunaan yang tidak dapat dihindari lebih lama dari yang diharapkan (biasanya 2 jam / hari atau lebih) b) gangguan atau penurunan akibat perilaku tersebut c) tidak adanya kemunculan gejala patologis Axis I lainnya yang bisa menjelaskan tidak adanya perilaku mania atau hypomania (yang membedakan dari adiksi).

Problematic Internet Use merupakan sindrom multidimensia yang memiliki berbagai indikasi yakni emosional, perilaku maupun kognitif yang menjadikan seseorang kesulitan saat mengatur tata kehidupannya sehari-hari pada saat sedang tidak menggunakan dan mengakses internet (Caplan, Williams, & Yee, 2009). Istilah *Problematic Internet Use* (PIU) digunakan untuk mengkarakterisasi kognisi dan perilaku maladaptif yang melibatkan pengguna internet mengalami konsekuensi akademis, profesional, dan sosial yang negatif (Caplan, 2003).

Ketidakkampuan individu untuk mengontrol ketergantungannya mereka pada internet, yang menyebabkan perasaan tertekan dan gangguan fungsi aktivitas sehari-hari merupakan tanda bahwa penggunaan internet seseorang berada pada kategori bermasalah (Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla, & McElroy, 2000). Cao dkk (2011) mengungkapkan bahwa *Problematic Internet Use* dapat menyebabkan remaja menghabiskan banyak waktu dan jumlah waktu pemakaian yang semakin lama semakin meningkat dalam melakukan

aktivitasnya secara online yang kemudian hal ini mengarah pada penarikan sosial, pengabaian diri, pola makan yang buruk serta dapat menyebabkan masalah keluarga.

Lalu, dibandingkan dengan penggunaan internet yang dikatakan normal, remaja dengan *Problematic Internet Use* cenderung lebih menderita gejala psikosomatis, kekurangan energi fisik, disfungsi fisiologis, kekebalan yang lemah, gejala emosional, gejala perilaku dan masalah adaptasi sosial (Cao dkk, 2011). Model kognitif-perilaku *Problematic Internet Use* mengemukakan bahwa masalah psikososial (yaitu, kesepian, keterampilan sosial yang rendah) mempengaruhi beberapa pengguna internet untuk mengembangkan kognisi dan perilaku yang melibatkan aktivitas online mereka yang pada akhirnya menghasilkan sesuatu yang *negative* (Caplan, 2007).

Pada saat ini, hampir tidak ada seorang remaja yang tidak menggunakan internet dan sosial media. Pengguna internet di kalangan remaja lebih banyak dibandingkan dengan orang tua. Menurut hasil laporan survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2018) mengungkap bahwa pada rentang usia 15-19 tahun menduduki posisi pertama pengguna internet terbanyak dan pengguna terbanyak kedua diduduki oleh individu yang berumur 20-24 tahun. Survei ini menyiratkan bahwa remaja sangat rentan mengalami *problematic internet use*. Hardie (2007) dalam penelitiannya menemukan bahwa individu yang *loneliness* secara emosional cenderung ketagihan dalam menggunakan internet. *Problematic Internet Use*

adalah fenomena yang sebaiknya perlu dicermati sehingga tidak menyebar dan menghasilkan efek samping yang kurang baik untuk perkembangan remaja.

Selanjutnya dalam rangka mendapatkan fenomena yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari pada remaja akhir di Fakultas psikologi UMA, peneliti melakukan proses observasi dan wawancara. Peneliti melihat sendiri beberapa remaja akhir merasa kesepian dan kesulitan dalam mengontrol penggunaan internetnya. Peneliti melakukan wawancara kepada salah satu mahasiswa di Fakultas Psikologi UMA, sebagai berikut

“Kalo lagi di rumah saya sering kali bosan, kek engga ada yang bisa dikerjai. Paling saya cuma main tiktok, buka instagram, ngeliat story selebgram. kalo sedih pun ya cari hiburan di internet. Ya, kalo lagi belajar saya sering ga fokus, bawaannya mau mengecek hp terus, biasanya saya bisa mengecek HP lebih dari 6 jam sehari hanya untuk hal-hal yang gak jelas dan saya melakukannya berulang kali. Jujur ya kak, terkadang di dunia ini saya merasa sendiri kak, teman-teman saya bahkan keluarga sekalipun sibuk dengan dunianya masing-masing, tadinya saya mau curhat tapi saya takut mengganggu mereka. Karna gak ada tempat curhat, mood saya jadi gak stabil gitu kak karna setiap ada masalah saya cuma bisa mendem aja kak.” (Wawancara personal, November 2020)

Berdasarkan hasil wawancara subjek tersebut mengatakan bahwa ia mengalami kesulitan untuk berfokus dalam proses pembelajaran karena terdistraksi oleh *gadget/media sosial*. Selain itu subjek tersebut mengatakan bahwa ia sering merasa bosan sehingga ia menghabiskan waktu dengan menjelajahi media sosial seperti instagram dan tiktok untuk menghilangkan kebosanan dan menghibur diri. Kemudian subjek tersebut mengatakan bahwa ia sering merasa sendiri dan sulit mengungkapkan perasaannya pada orang lain, bahkan saat sedang sedih atau merasakan perasaan negatif, subjek tersebut ingin

melupakan kesedihannya yaitu dengan cara mencari hiburan di dunia maya karena ia merasa tidak punya tempat untuk berkeluh kesah.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi singkat dan mendasar yang peneliti lakukan terhadap beberapa remaja akhir pengguna sosial media, mereka sering terlihat sedang mengakses internet. Saat sedang berkumpul dengan keluarga ataupun teman, tak jarang mereka memfokuskan diri pada *smartphone* nya masing-masing. Mereka mengaku mengalami kesulitan berfokus pada pembelajaran yang sedang diajarkan oleh guru maupun dosennya, karena teralihkan oleh *gadgetnya*. Mereka berkata bahwa saat tidak ada yang perlu mereka lakukan, mereka akan menghabiskan waktu di dunia maya merupakan satu-satunya pilihan untuk menghilangkan kebosanan dan hal ini juga yang menyebabkan mereka mengalami kesulitan dalam mengontrol diri dan merasa terjebak dalam penggunaan internet. Pada saat merasa sedih, salah satu dari remaja akhir pengguna sosial media tersebut mengatakan bahwa ia ingin melupakan kesedihannya dan mencari hiburan dengan membuka aplikasi *Youtube*, *Instagram*, dan sosial media lainnya. Namun kemudian ia juga mengalami kesulitan untuk mengontrol penggunaannya.

Loneliness merupakan salah satu faktor penyebab individu menggunakan internet terlalu sering dalam kurun waktu yang tidak wajar (Caplan, 2010). Salah satu alasan memiliki keinginan untuk terus mengakses internet adalah karena mereka memperoleh kepuasan dalam berinteraksi sosial di dunia maya. Hal ini pula yang mungkin menjadi pemicu beberapa remaja

akhir untuk mengisolasi diri hingga kesepian yang berujung pada *problematic internet use*.

Menurut Peplau, Sears, dan Taylor (dalam Rahman, 2020) Kesepian mengacu pada kecemasan subjektif yang dirasakan ketika hubungan sosial kehilangan kualitas penting, baik secara kualitatif maupun kuantitatif. Secara kualitatif artinya kita akan merasa kesepian jika memiliki banyak teman, tapi sifatnya dangkal yang berarti individu akan merasakan kesepian jika tidak memiliki teman yang bisa dipercaya, saling memahami, dan berbagi dalam suka duka. Sedangkan secara kuantitatif artinya individu akan merasakan kesepian jika tidak memiliki cukup teman seperti yang diharapkan. Kesepian adalah masalah sosial yang menyebar luas dan dialami secara universal, terlepas dari ras, jenis kelamin, usia atau latar belakang budaya seseorang (Rokach & Neto, 2000).

Papleau dan Perlman (dalam Yurni, 2015) mengatakan bahwa munculnya rasa kesepian pada diri seseorang diakibatkan karena jaringan sosial yang dimiliki orang tersebut kecil atau sempit dan kurang sesuai dengan harapannya. Manusia sejatinya adalah makhluk sosial yang tidak dapat dipisahkan dari orang lain dan membutuhkan hubungan interpersonal dengan orang lain. Ketika seorang remaja tidak mendapatkan kepuasan dalam melakukan hubungan tatap muka secara langsung, individu tersebut harus mengandalkan komunikasi online untuk memenuhi kebutuhannya dalam interaksi sosial.

Disaat seorang remaja tidak memperoleh kepuasan sosial dari lingkungannya, maka remaja cenderung mencarinya melalui dunia maya untuk hiburan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Kim, La Rose, dan Peng (2009) mengatakan bahwa individu yang merasa kesepian cenderung menghindari komunikasi langsung dan menggunakan internet secara intensif/kompulsif sehingga berujung pada PIU. Hal yang serupa pula ditemukan oleh Agusti & Leonardi (2015) bahwa terdapat korelasi antara rasa kesepian dengan penggunaan internet yang tidak terarah.

Berdasarkan fenomena dan penelitian terdahulu yang telah dipaparkan di atas, dengan itu peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian yang berjudul “Hubungan Antara *Loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada Remaja Akhir Pengguna Sosial Media Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area”

B. Identifikasi Masalah

Problematic Internet Use menjadi salah satu penghambat dalam penyelesaian tugas perkembangan remaja untuk mencapai peran dan hubungan serta perilaku sosial yang lebih matang dengan lingkungan sekitarnya. Kemudian salah satu yang menjadi faktor penyebab terjadinya *Problematic Internet Use* adalah *loneliness*. Adapun fenomena berdasarkan observasi dan wawancara singkat yang dilakukan peneliti terdapat remaja yang mengalami *Problematic Internet Use* dikarenakan individu merasa sendiri dan tidak memiliki seseorang yang dapat mendengarkan keluh kesahnya. Hal ini juga

yang menyebabkan individu tersebut merasa terjebak dalam penggunaan internet yang sulit untuk dikontrol..

Berdasarkan uraian diatas dapat diidentifikasi masalah yang muncul yaitu adanya pengaruh *loneliness* sehingga menyebabkan remaja akhir mengalami *problematic internet use*. Dengan adanya hubungan tersebut peneliti ingin melihat lebih lanjut hubungan antara *loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada remaja akhir pengguna sosial media di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terarah, masalah penelitian yang diangkat harus dibatasi oleh variabel. Dengan demikian peneliti membatasi diri dengan hanya membahas hubungan antara *loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada remaja akhir pengguna sosial media di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang berusia 18-22 tahun pada stambuk 2017, 2018, 2019 dan 2020.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Apakah terdapat hubungan antara *Loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada remaja akhir pengguna sosial media di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk dapat mengetahui seberapa besar hubungan antara *Loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada remaja akhir pengguna sosial media di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat teoritis dan praktis yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini secara teoritis dapat memberikan kontribusi sebagai bahan pengetahuan untuk penelitian selanjutnya, khususnya penelitian yang berkaitan dengan hubungan antara *loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada remaja akhir pengguna sosial media di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dimaksudkan untuk memberikan wawasan tambahan tentang hubungan antara *loneliness* dan *problematic internet use*, dan kemudian dapat dipertimbangkan dan diperluas, serta berfungsi sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Problematic Internet Use*

1. Definisi *Problematic Internet Use*

Menurut Caplan, Williams, & Yee (2009) *Problematic Internet Use* merupakan sindrom multidimensial yang terdiri dari beberapa gejala yakni perilaku, kognitif, dan emosional pada saat online yang dapat mengakibatkan seseorang mengalami kesulitan dalam mengelola kehidupannya pada saat tidak mengakses internet. *Problematic Internet Use* (PIU) adalah permasalahan yang berkenaan dengan kejiwaan yang cukup sering dikaitkan dengan *internet addiction* (Shapira dkk, 2003). *Problematic Internet Use* ditandai dengan ketidakmampuan individu untuk mengontrol ketergantungan mereka pada internet, yang menyebabkan perasaan tertekan dan gangguan fungsi aktivitas sehari-hari (Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla, & McElroy, 2000).

Davis (2001) mengatakan bahwa PIU adalah perilaku penggunaan internet yang kurang terkontrol sehingga menghasilkan dampak negatif pada individu seperti mengalami masalah pada kehidupan psikososial, sekolah atau kehidupan kerja. Menurut Young (dalam Reinaldo & Sokang, 2016) PIU adalah penggunaan internet untuk berbagai aktivitas daring (online) yang dilakukan secara berlebihan sampai ke tahap yang dapat memberikan dampak negatif bagi kondisi fisik, kesehatan psikologis,

lingkungan sosial, kemampuan akademis, relasi dengan individu lain, dan berbagai area kehidupan lainnya.

Dari pengertian di atas dapat kita simpulkan bahwa *Problematic Internet Use* merupakan suatu kondisi dimana individu menggunakan internet secara berlebihan dan terus meningkat intensitas waktu penggunaannya sehingga mengakibatkan individu berperilaku maladaptif.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Problematic Internet Use*

Dari beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya bahwa *Problematic Internet Use* memiliki hubungan yang cukup signifikan dengan faktor faktor dibawah ini :

a. Kesepian

Pada saat kesepian, seseorang merasa mengalami kegagalan dalam interaksi secara langsung (*offline*). Selain itu, individu-individu ini pada akhirnya mendapatkan masalah tambahan dalam hidup mereka selain kesepian. Masalah yang meningkat mungkin mendorong individu yang kesepian untuk lebih mengandalkan aktivitas daring kesukaan mereka sebagai cara untuk mengurangi atau melarikan diri dari permasalahan yang bertambah, yang kemudian dapat mengisolasi dan meningkatkan kesepian yang mereka alami. Individu yang kesepian akan menggunakan internet untuk mengkompensasi kekurangan keterampilan sosial mereka yang mungkin memberikan dampak negatif (misalnya, merugikan aktivitas penting lainnya seperti pekerjaan,

sekolah, atau hubungan yang signifikan) dan meredakan masalah yang ada. (Kim, LaRose, & Peng, 2009). Davis (2001) mengungkapkan bahwa perasaan terisolasi dan dukungan sosial yang rendah merupakan faktor penyebab yang mempengaruhi PIU.

b. Depresi

Davis (2001) mengemukakan bahwa individu yang mengalami depresi memiliki preferensi/kecenderungan yang lebih tinggi untuk interaksi secara *online*, karena mereka menganggap komunikasi *online* memiliki resiko yang relatif kecil dan lebih mudah daripada komunikasi tatap muka secara langsung karena anonimitas yang lebih besar.

Menurut Morahan-Martin (1999) terdapat beberapa faktor yang menyebabkan individu mengalami PIU, yaitu:

- a. faktor-faktor psikososial seperti depresi dan kesepian,
- b. kecemasan sosial,
- c. sifat pemalu.
- d. kepuasan dari penggunaan internet (Kim, LaRose, & Peng, 2009)
- e. mengalami konflik interpersonal. (Tam & Walter, 2013)

Dengan ini dapat disimpulkan bahwa *loneliness* atau kesepian yang menjadi variabel bebas dalam penelitian ini merupakan salah satu faktor yang menjadi penyebab munculnya *problematic internet use*

3. Aspek-aspek *Problematic Internet Use*

Caplan (2010) mengidentifikasi aspek-aspek *problematic internet use*, baik dari segi kognitif maupun perilaku sebagai berikut, yaitu:

a. *Preferenace for online social interaction* (POSI)

POSI adalah gejala kognitif individual yang disebabkan kepercayaan individu akan sesuatu yang lebih aman, yang lebih bisa dipercaya, dan yang mana yang lebih nyaman dalam berinteraksi dengan orang lain secara online daripada interaksi tatap muka secara langsung. Menurut Caplan (2003) individu yang memiliki kecemasan sosial, kesepian, dan keterampilan sosial yang rendah dapat memiliki tingkat POSI yang lebih tinggi karena mereka menganggap interaksi sosial secara daring kurang mengancam dan pada saat berinteraksi dengan orang lain secara daring mereka menganggap diri mereka lebih efektif.

b. *Mood Regulation*

Regulasi emosi adalah gejala kognitif umum dari *Problematic Internet Use* yang mencerminkan motivasi individu dalam menggunakan internet untuk meningkatkan keadaan suasana hati mereka. Menurut Caplan (2011) *mood regulation* merupakan sebuah ketentuan yang mendasari perkiraan dari hasil negatif yang diasosiasikan pada penggunaan internet.

c. *Cognitive preoccupation*

Cognitive preoccupation merupakan pola pemikiran individu yang terlalu obsesif dalam menggunakan internet. Dengan kata lain, bahwa

bagaimana pola pikir individu tentang internet dapat membantu menjelaskan apakah mereka mengalami dampak negatif terkait dengan penggunaannya. Caplan dan High (dalam Caplan, 2010) menyatakan bahwa hubungan antara penggunaan internet dan dampak buruknya lebih jelas terlihat ketika adanya *cognitive preoccupation*.

d. *Compulsive Internet use*

Penggunaan internet yang kompulsif artinya seseorang yang memiliki keinginan untuk terus menerus berselancar di internet bahkan ketika dirinya tidak sedang memiliki keperluan untuk menggunakan internet tersebut. Individu tersebut juga mengalami kesulitan untuk mengontrol waktu yang dihabiskannya, serta mengalami kesulitan dalam mengontrol pemakainnya saat sedang menggunakan internet (Caplan, 2010).

e. *Negative outcome*

Caplan (2010) menjelaskan bahwa *negative outcome* adalah pengaruh negatif yang dialami dan dirasakan oleh pengguna internet seperti kesulitan dalam mengatur hidup, adanya gangguan kehidupan sosial serta terjadi permasalahan-permasalahan dalam berbagai aspek lain.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek adalah dari individu yang mengalami *Problematic Internet Use* dalam penelitian ini adalah POSI, regulasi emosi, *cognitive preoccupation*, penggunaan internet kompulsif, dan dampak negatif.

4. Tipe-tipe *Problematic Internet Use*

Davis (2001) menyebutkan bahwa terdapat dua tipe *Problematic Internet Use* yaitu *specific* dan *generalized*.

- a. *Specific* PIU melibatkan penggunaan yang berlebihan dan penyalahgunaan fungsi internet tertentu. *Specific* PIU berhubungan hanya pada satu aspek dari internet dan dampak negatif muncul merupakan hasil dari penggunaan konten-konten spesifik tertentu yang meliputi stimulus-stimulus yang dapat diakses baik secara daring maupun tidak, seperti berjudi, permainan daring, dan aktivitas seksual secara eksplisit. Ini mendukung model perilaku-kognitif PIU, di mana pornografi adalah kondisi respons-stimulus langsung. Pengguna internet dapat segera menemukan pornografi online, dan langsung mendapatkannya penguatan dari hal tersebut. Akibatnya, individu tersebut menunjukkan gejala *Specific* PIU. Namun, perlu diketahui bahwa tidak setiap penjudi kompulsif atau pelaku pornografi menunjukkan gejala *specific* PIU.
- b. *Generalized* PIU meliputi penggunaan internet secara umum dan multidimensi, merujuk pada masalah yang dikaitkan dengan konteks sosial khusus yang ada di internet, termasuk membuang-buang waktu untuk aktivitas daring, tanpa tujuan yang jelas. Seseorang dengan *generalized* PIU akan menggunakan internet agar dapat menunda tanggung jawab mereka. Waktu yang terbuang ini menghasilkan masalah yang signifikan dengan fungsi sehari-hari, karena tanggung

jawab ditunda dan tekanan meningkat. *Generalized* PIU meliputi kognisi dan perilaku maladaptif terkait dengan penggunaan internet non-spesifik. Dengan kata lain, individu dengan penggunaan internet yang bermasalah akan menjadikan internet sebagai sarana multiguna yang berujung pada menyalahgunakan waktu tanpa adanya tujuan tertentu pada hanya untuk ber-internet, baik menghabiskan sejumlah waktu di *online chatting* maupun penggunaan sosial media lainnya. Penggunaan dapat diartikan sebagai kegiatan yang dilakukan seseorang dalam menggunakan ataupun memakai sesuatu seperti barang atau sarana. Sedangkan pengertian media sosial adalah laman atau aplikasi yang memungkinkan pengguna dapat membuat berbagai isi dan terlibat dalam jaringan sosial atau dapat diartikan bahwa sosial media sebuah media online yang dapat mendukung penggunaannya dalam berinteraksi secara sosial melalui internet tanpa memerlukan tatap muka secara langsung sehingga para penggunaannya dapat dengan mudah berpartisipasi.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *Problematic Internet Use* memiliki dua tipe yaitu, *specific* PIU (SPIU) dan *generalized* PIU (GPIUS). SPIU mengacu pada kondisi di mana seorang individu secara patologis menggunakan Internet untuk tujuan tertentu, seperti seks *online* atau judi *online*. Sedangkan GPIU menggambarkan perilaku yang lebih global dari penyalahgunaan internet, seperti membuang-buang waktu di *chat room*, serta membuang-buang waktu untuk *online* tanpa tujuan

tertentu. Dalam penelitian ini, peneliti fokus penelitian yaitu pada perilaku PIU pada situs jejaring sosial sehingga lebih mengacu pada tipe PIU yang general atau GPIU.

5. Ciri-ciri *Problematic Internet Use*

Menurut Caplan (2003) *Problematic Internet Use* ditandai dengan perilaku sebagai berikut:

- a. Individu yang memiliki masalah psikososial seperti depresi dan kesepian,
- b. Lebih banyak melakukan interaksi sosial secara *daring/online*,
- c. Memiliki permasalahan dalam berinteraksi sosial secara tatap muka/langsung,
- d. Penggunaan internet yang berlebihan dan kompulsif,
- e. Memiliki dampak pada bidang kehidupannya yang lain.

Menurut Davis (2001) gejala *Problematic Internet Use* antara lain adalah sebagai berikut: pikiran obsesif tentang internet, berkurangnya kendali impuls, ketidakmampuan untuk menghentikan penggunaan internet, dan individu merasa bahwa internet adalah satu-satunya teman dan tempat di mana mereka merasa nyaman dengan diri mereka sendiri dan dunia di sekitar mereka, menghabiskan lebih sedikit waktu untuk melakukan aktivitas yang menyenangkan (sesuatu yang sebelumnya menyenangkan bagi mereka sudah tidak menyenangkan lagi), mengisolasi dirinya dari

teman yang menjadikan individu terisolasi secara sosial, menjadi sering berbohong kepada teman-teman mereka tentang berapa banyak waktu yang mereka habiskan untuk aktivitas daring, merasa sulit berhenti dan menyadari apa yang mereka lakukan tidak sepenuhnya dapat diterima secara sosial, dan menghasilkan harga diri yang berkurang dan gejala PIU lebih lanjut.

Menurut penelitian Caplan (2009) dalam penggunaan internet bermasalah pada mahasiswa dan mahasiswi University of Delaware menyatakan bahwa seseorang dengan *Problematic Internet Use* akan mengalami:

a. *Introversion dan Loneliness*

Situasi dimana seorang individu yang mengalami suatu masalah dan lebih nyaman untuk menyimpan masalah sendiri (lebih tertutup).

b. *Substantial Addiction, Depression, dan Behavioral Addiction*

Yaitu situasi dimana seseorang mengalami gangguan mental yang dapat menurunkan semangat, serta perilaku yang terdorong untuk terus menggunakan internet sehingga mengalami kecanduan.

c. *Physical dan Verbal Aggression*

Memiliki keadaan fisik dan perkataan yang agresif untuk dapat lanjut memakai internet.

d. *Deriving sense of community from classmate dankico-workers*

Adanya dorongan untuk berinternet karena pengaruh dari teman atau rekan lainnya untuk selalu memakai internet.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri *Problematic Internet Use* ditandai dengan individu memiliki masalah psikososial seperti kesepian dan depresi, pikiran obsesif tentang internet, berkurangnya kendali impuls, ketidakmampuan untuk menghentikan penggunaan internet, dan individu merasa bahwa internet adalah satu-satunya teman dan tempat di mana mereka merasa nyaman dengan diri mereka sendiri dan dunia di sekitar mereka.

B. *Loneliness*

1. Definisi *Loneliness*

Loneliness adalah reaksi emosional dan kognitif yang tidak bahagia yang diakibatkan oleh hasrat hubungan akrab namun tidak dapat mencapainya (Baron dan Byrne, 2005). Individu yang *loneliness* atau kesepian adalah individu yang megarapkan teman namun tidak memilikinya (Burger, dalam Baron dan Byrne, 2005).

Loneliness atau kesepian adalah sebuah perasaan kehilangan dan ketidakpuasan individu yang diakibatkan oleh adanya ketidakselarasan antara jenis hubungan sosial yang individu tersebut inginkan dan jenis hubungan sosial yang ia miliki (Perlman & Peplau, 1982). Menurut Santrock (2002) individu yang mengalami kesepian merasa bahwa tidak ada seorang pun dapat memahami diri mereka dengan baik, sehingga muncul perasaan merasa terisolasi serta merasa bahwa tidak memiliki seorangpun untuk pelarian saat dibutuhkan.

Gierveld (2006) mendefinisikan kesepian sebagai kondisi sosial yang subjektif, dimana situasi yang dialami individu tersebut dirasakan tidak menyenangkan dan terjadi kekurangan kualitas hubungan. Individu juga merasakan kesepian ketika bersama banyak orang namun individu tersebut merasa tidak dicintai (Miller, Perlman, & Brehm, 2007).

Menurut Russell (1996) loneliness adalah sebuah perasaan yang disebabkan oleh kepribadian individu itu sendiri, terjadi karena individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan pada lingkungan kehidupannya, dan merupakan sebuah gangguan alam perasaan yang menyebabkan individu tersebut merasa sedih, murung, tidak antusias, merasa tidak berharga dan berpusat pada kegagalan yang dialami oleh individu.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *loneliness* atau kesepian adalah suatu keadaan emosi dan kognitif yang tidak menyenangkan dan ketidaknyamanan serta emosi negatif lainnya sebagai akibat dari tidak tercapainya harapan untuk terlibat dalam suatu hubungan sosial yang bermakna dengan orang lain.

2. Faktor-faktor yang Memengaruhi *Loneliness*

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *loneliness*, diantaranya adalah sebagai berikut:

a. Perubahan dalam Kehidupan

Taylor, Peplau, dan Sears (dalam Rahman, 2020) menyebutkan bahwa perubahan dalam kehidupan berpotensi menyebabkan kesepian. Contohnya adalah pindah rumah, pindah kerja, memulai perkuliahan, tinggal di asrama.

b. Status Ekonomi Sosial

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pinguart dan Sorensen (2001), bahwa seseorang yang memiliki pendapatan dan pendidikan lebih tinggi, akan mengalami kesepian yang lebih rendah dan sebaliknya.

c. Perceraian

Menurut Taylor, Peplau dan Sears (dalam Rahman, 2020) perceraian akan menyebabkan kesepian, baik bagi kedua pasangan, ataupun bagi anak-anaknya.

d. Status Hubungan

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Pinguart (2003) menunjukkan bahwa seseorang yang telah menikah akan mengalami kesepian yang lebih rendah dibandingkan dengan individu yang belum menikah.

e. Usia

Ostrof & Offer (Putra, 2012) dalam penemuannya menemukan bahwa individu yang sangat merasakan kesepian justru berasal dari orang-orang yang sedang dalam fase usia remaja dan dewasa awal. Sesuai dengan hasil temuan Parleman (1990) bahwa kesepian lebih tinggi di antara remaja dan dewasa awal. Menurut Brehm (dalam Putra, 2012) individu-individu yang lebih muda menghadapi banyak masa peralihan sosial

yang besar, seperti harus meninggalkan rumah dan keluarga untuk pertama kali, merantau, memasuki dunia perkuliahan, atau dunia kerja, yang mana semua ini dapat menyebabkan kesepian. Wood (1989) menjelaskan bahwa remaja mengalami kesulitan dalam mengatasi kesepian, karena hal tersebut merupakan pengalaman pertama remaja dalam mengubah hubungan yang lekat dengan orangtua kepada hubungan dengan orang lain.

f. Atribusi Kausal

Hanurawan (2010) menjelaskan dengan teori atribusi, ketika seseorang memberi atribusi perasaan kesepian tersebut berdasarkan pemahaman bahwa dirinya mengalami kesepian karena penolakan sosial oleh lingkungan atau karena merasa memiliki kepribadian yang kurang baik dan matang, maka seseorang akan cenderung merasakan tekanan-tekanan yang mengakibatkan stress. Namun, ketika seseorang memberi interpretasi atribusi perasaan kesepian dalam kaitannya dengan kesimpulan bahwa tak ada seorang pun dalam lingkungannya sesuai dengan dirinya. Individu dengan penjelasan atribusi pertama akan mengalami suatu reaksi depresi yang dalam, sedangkan individu dengan penjelasan atribusi kedua, maka individu yang merasa kesepian tersebut akan mencari lingkungan yang baru untuk meredakan dan menenangkan rasa kesepiannya (Hanurawan, 2010).

Terdapat empat perihal suatu yang bisa menyebabkan seseorang mengalami kesepian yang diungkapkan oleh Brehm dkk (dalam Misyaroh, 2016), antara lain:

- a. Ketidakadekuatan dalam hubungan yang dimiliki, yaitu hubungan seseorang yang tidakadekuat akan menyebabkan seseorang tidak puas akan hubungan yang dimiliki.
- b. Adanya perubahan yang diinginkan individu pada suatu hubungan. Brehm dkk (2002) berpendapat bahwa kesepian juga dapat timbul dikarenakan terjadinya perubahan terhadap apa yang diinginkan seseorang dari suatu hubungan. Pada saat tertentu hubungan sosial yang dimiliki seseorang cukup memuaskan sehingga individu tersebut tidak mengalami dan tidak merasakan *loneliness*. Tetapi pada saat hubungan tersebut tidak lagi memberikan kepuasan karena individu tersebut telah mengubah apa yang diinginkannya dari hubungan tersebut.
- c. *Self-esteem*. Kesepian atau *loneliness* memiliki hubungan dengan harga diri yang rendah. Secara sosial orang yang punya harga diri rendah akan selalu tidak nyaman pada lingkungannya, sehingga timbullah kondisi orang yang mengidap kesepian menjauhkan diri dari lingkungan sosialnya secara terus-menerus.
- d. Perilaku Interpersonal, yaitu keberhasilan seseorang ketika menjalin suatu hubungan yang diinginkan didapat dari sikap interpersonalnya. Artinya, perilaku interpersonal seseorang akan menentukan keberhasilan individu dalam membangun hubungan sosial yang diharapkan. Perilaku

interpersonal yang pasif dan tidak responsive dapat mengganggu dan menjengkelkan bagi orang lain sehingga munculkan penolakan sosial yang dapat membuat kesepian semakin bertambah buruk.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kesepian antara lain adalah perubahan dalam kehidupan, status ekonomi sosial, status hubungan, perceraian, usia, dan atribusi kasual.

3. Aspek-aspek *Loneliness*

Loneliness menurut Daniel W Russell (1996) dalam alat ukurnya (*UCLA Loneliness Scale*) didasari oleh tiga aspek yaitu:

a. *Personality*

Pada aspek *personality*, kesepian merujuk pada beberapa bentuk kepribadian dan suasana hati yang menentukan karakteristik perilaku dan cara berpikir individu. Seperti individu dengan kepribadian *introvert* memiliki karakteristik menyendiri dan jarang bersosialisasi dengan orang banyak sehingga lebih rentan merasa kesepian. Sehingga individu mengalami kesepian karena disebabkan oleh kepribadian mereka atau adanya pola yang lebih stabil dari perasaan kesepian yang terkadang berubah dalam situasi tertentu.

b. *Social desirability*

Pada aspek *social desirability*, kesepian terjadi karena individu memiliki kehidupan sosial yang tidak sesuai dengan apa yang diinginkan pada kehidupan dilingkungannya. Hal ini disebabkan oleh adanya keinginan

dan harapan individu tersebut untuk membina kehidupan sosial yang disenangi pada kehidupan di lingkungannya.

c. *Depression*

Pada aspek *depression*, kesepian berkaitan dengan adanya gangguan atau tekanan dalam diri seseorang yang ditandai dengan sikap dan perasaan tidak berharga, tidak bersemangat, murung, bersedih hati, ketakutan pada kegagalan dan tekanan-tekanan lainnya yang mengakibatkan depresi.

Rubenstein dan Shaver (dalam Miller dkk, 2017) mengemukakan aspek-aspek *loneliness*, yaitu:

a. *Desperation* (Keputusasaan)

Desperation adalah suatu keadaan dimana individu merasakan kepanikan, dan ketidakberdayaan dalam dirinya sehingga merasa ditinggalkan yang akhirnya dapat menimbulkan keinginan untuk melakukan tindakan yang nekat tanpa berpikir panjang. Beberapa perasaan yang spesifik dari *desperation* yaitu putus asa, tidak berdaya, takut, tidak punya harapan, merasa ditinggalkan, dan mudah cemas.

b. *Self-Deprecation* (Mengutuk diri)

Self-deprecation yaitu perbuatan mengutuk diri sendiri karena adanya perasaan tidak mampu menyelesaikan masalah dan membuat individu meremehkan dan merendahkan dirinya hingga ketidaksukaan yang mengarah pada perasaan benci dan marah terhadap diri sendiri. Beberapa indikatornya seperti menyesali diri, malu, merasa tidak aman dan sulit berkonsentrasi

c. *Impatient boredom* (Ketidaksabaran dan bosan)

Impatient boredom adalah keadaan dimana individu merasakan kebosanan pada diri sendiri sebagai akibat dari ketidaksabarannya ataupun kejenuhannya terhadap diri. Beberapa indikatornya seperti tidak sabar, bosan, dan sering marah.

d. *Depression* (depresi)

Depression merupakan gangguan suasana hati yang berupa perasaan yang merosot seperti muram, sedih perasaan tertekan dan menarik diri dari orang lain, serta kurang tidur. Beberapa indikatornya seperti tertekan, sedih, terisolasi, mengasingkan diri, hampa, sensitif.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *loneliness* antara lain adalah *personality, social desirability, depression, keputusan, mengutuk diri, ketidaksabaran dan kebosanan.*

4. Ciri-ciri *Loneliness*

Individu kesepian identik memiliki ciri-ciri khas yang dapat dibedakan dengan orang biasa. Baron & Byrne (2005) mengemukakan individu yang mengalami kesepian menimbulkan berbagai konsekuensi negatif. Konsekuensi negative (Putrisyani, 2014) inilah yang menjadi ciri-ciri khas orang *loneliness*, yakni :

a. Kurang keterbukaan diri

Keterbukaan diri terhadap teman kurang dialami oleh individu kesepian. Padahal, keterampilan sosial sangat dibutuhkan dengan diiringi keterbukaan.

b. Personal negativity

Individu kesepian akan semakin sulit keluar dari masalahnya ketika dirinya tidak hanya memiliki kesan negatif pada orang lain, tetapi juga pada pribadinya. Ketidakhahagiaan dan tidak puas dengan diri membuat individu kurang percaya bisa keluar dari kesepian.

c. Merasa tersingkirkan dan sulit beradaptasi

Individu yang kurang akrab dan minim memiliki teman akan mengalami kesepian, merasa rendah diri dan tersingkirkan dari orang yang mengenalnya. Lingkungan sekitar juga beranggapan individu kesepian kurang dapat beradaptasi karena dianggap canggung, tidak sensitif, dan kurang menyenangkan sehingga dijauhan.

d. Minimnya waktu bersama orang lain

Individu masih bisa beraktivitas sosial dengan teman biasa atau kenalan dan memiliki pasangan berkencan, tetapi dalam jumlah relatif minim yang menimbulkan dirinya menghabiskan waktu dengan aktivitas sendiri.

e. Disertai efek negatif

Individu kesepian memiliki berbagai efek negatif, yakni depresi, kecemasan, ketidakhahagiaan, dan ketidakpuasan yang diasosiasikan dengan pesimisme, self-blame, rasa malu, perasaan sia-sia (hopeless),

kurang percaya diri, dan kesadaran diri tinggi. Saat membina hubungan atau berinteraksi dengan orang lain, individu kesepian merasa harga dirinya begitu rendah disertai rasa malu ekstrim sehingga khawatir orang lain akan mengetahui, meledek, dan menimbulkan kesan negatif. Individu kesepian memiliki kesadaran diri terlalu tinggi, serta berasumsi kurang pantas menjalin hubungan baik dengan orang lain. Selain itu, individu memiliki perasaan sia-sia dan pesimis, akibat kurang percaya bahwa hubungannya bisa diperbaiki. Bahkan individu cenderung menyalahkan dirinya karena memiliki pribadi kurang baik. Akhirnya, individu merasa tidak bahagia karena kurang nyaman dengan situasi yang dihadapi serta tidak puas dengan kualitas interaksi sosial dan timbul depresi yang ditandai dengan perasaan tertekan. Individu merasa cemas seperti gelisah dan takut (khawatir) menghadapi atau tidak dapat menjalin pertemanan dengan baik.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *loneliness* memiliki berbagai macam ciri negatif, yaitu: kurang keterbukaan diri, merasa tersingkirkan dan sulit beradaptasi, *personal negativity*, minimnya waktu bersama orang lain dan disertai efek negatif.

C. Masa Remaja Akhir

1. Definisi Remaja

Remaja berada antara masa anak dan masa dewasa. Mereka sudah tidak termasuk anak-anak, namun juga bukan golongan dari orang dewasa

(Moh Ali, 2004). Perkembangan masa remaja merupakan periode transisi atau peralihan dari kehidupan masa kanak-kanak ke masa dewasa. Periode dimana individu dalam proses pertumbuhan fisiknya telah mencapai kematangan, remaja tidak ingin diperlakukan seperti anak-anak namun mereka masih belum mencapai kematangan yang sepenuhnya dan belum pula memasuki tahap perkembangan masa dewasa.

Kemudian menurut Papalia dan Olds (dalam Jahja, 2011), masa remaja merupakan masa perubahan atau transisi atau peralihan perkembangan antara masa anak dan masa dewasa yang secara umum dimulai dari umur 12 atau 13 tahun dan berakhir pada akhir-akhir usia belasan tahun atau pada awal usia dua puluhan tahun. Menurut Mappiare (dalam Moh ali, 2004) masa remaja dimulai pada usia 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi seorang wanita dan usia 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi para pria. Batas jangkauan usia remaja dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah usia remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah usia remaja akhir.

2. Definisi Remaja Akhir

Remaja akhir berkisar dari usia 18-22 tahun (Santrock, 2012). Masa ini ditandai dengan persiapan terakhir individu untuk mulai memasuki peran-perannya sebagai orang dewasa. Dalam periode ini, remaja akan berusaha untuk memantapkan tujuan yang bersangkutan dengan pendidikan

kejuruan/ perkuliahan serta mengembangkan sense of identity. Pada fase ini pula remaja berkeinginan untuk dapat matang dan diterima oleh lingkungan sekitarnya seperti teman sebaya dan orang dewasa (Agustiani, 2006).

Pada usia ini adalah usia dimana seorang remaja mendapatkan hak-haknya secara hukum sebagai warga negara tanpa perlu bergantung pada orang tuanya seperti dalam hal memilih ataupun menikah (Monks, 2014). Di Indonesia sendiri, batas kedewasaan adalah pada usia 21 tahun, artinya dalam usia ini, individu dianggap sudah harus bertanggung jawab atas perbuatan dan perilakunya sendiri. Dengan demikian, remaja yang melanggar peraturan dan norma yang telah ditetapkan akan mendapatkan sanksi-sanksi hukum yang berlaku.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa usia remaja akhir adalah 18-22 tahun, yang mana pada usia ini remaja akhir sudah mulai memasuki peran-perannya sebagai orang dewasa.

3. Aspek-aspek Perkembangan Remaja Akhir

a. Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik adalah perubahan-perubahan pada tubuh, otak, kapasitas sensoris, dan keterampilan motorik (dalam Jahja, 2011). Pada masa remaja akhir, proporsi tubuh individu mencapai proporsi tubuh orang dewasa dalam semua bagiannya (Yusuf, 2017), namun kedewasaan psikologisnya belum tercapai sepenuhnya. Disamping itu, remaja juga akan mengalami perubahan secara kognitif sehingga mulai

bisa berfikir secara abstrak dan struktur otaknya semakin sempurna agar meningkatkan kemampuan kognitif (Piaget dalam dalam Jahja, 2011).

b. Perkembangan Kognitif

Menurut Piaget (dalam Jahja, 2011) seorang remaja terdorong untuk dapat mengerti dunia karena perilaku adaptasi secara biologis mereka. Seorang remaja tidak saja mengorganisasikan apa yang dialami dan diamati, tetapi remaja mampu mengolah cara berpikir mereka sehingga memunculkan suatu ide baru. Remaja sudah mampu berfikir secara abstrak. Kemampuan berpikir yang abstrak ini meningkatkan kecenderungan remaja akhir untuk berpikir tentang gagasan, ide atau pemikiran tentang itu sendiri seperti, "aku mulai berpikir mengapa aku memikirkan apa yang aku pikirkan", hal ini yang disebut dengan metakognisi (*metacognition*). Mereka juga mencoba untuk membuat alasan yang logis dan sudah mulai mampu membuat dan menguji hipotesa (*hypothetical deductive reasoning*), mengolah informasi dan mengadaptasikan dengan proses berpikirnya untuk memperoleh pemahaman serta membuat teori mengenai berbagai hal dalam kehidupan mereka (Santrock, dalam Putri, 2010). Perkembangan kognitif adalah perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir, dan bahasa. Sehingga pada remaja akhir, individu lebih realistis, lebih matang dalam menghadapi permasalahan, adanya dorongan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru, egosentrisme diganti dengan

keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain dan tumbuhnya “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (*the public*) (Sarwono, 2006)

c. Perubahan Emosionalitas

Akibat langsung dari perubahan fisik dan hormonal adalah perubahan dalam aspek emosionalitas pada remaja dan juga pengaruh lingkungan yang terkait dengan perubahan badaniah tersebut. Hormonal dapat mengakibatkan perubahan seksual dan timbulnya suatu dorongan-dorongan dan perasaan yang baru (Agustiani, 2009). Pada remaja akhir, individu memiliki emosional yang lebih stabil dan pembawaan diri yang lebih tenang (Mighwar, 2006)

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek perkembangan remaja akhir meliputi aspek fisik, aspek kognitif dan aspek emosionalitas.

4. Tugas-tugas Perkembangan Remaja Akhir

Tugas perkembangan masa remaja dipusatkan pada upaya dan usahanya dalam meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berupaya dalam memperoleh kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa. Adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja, menurut Hurlock (dalam Ali, 2004) adalah berusaha:

1. mampu menerima keadaan fisiknya sendiri;
2. dapat menerima dan mengerti peran seks usia dewasa;

3. mampu membentuk dan menjalankan hubungan interpersonal yang baik dengan kelompok anggota yang berlawanan jenis;
4. mencapai kemandirian emosional;
5. mencapai kemandirian ekonomi;
6. mampu mengembangkan dan menjadikan konsep dan keterampilan intelektual yang nantinya akan diperlukan untuk menjalankan perannya sebagai salah satu anggota masyarakat;
7. mengerti dan menginternalisasikan sebuah nilai yang dimiliki orang dewasa serta orang tua;
8. mampu bertanggung jawab secara sosial untuk memasuki dunia dewasa;
9. mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan;
10. mengerti dan siap terhadap berbagai tanggung jawab dalam kehidupan berkeluarga.

Menurut Havighurst (dalam Sarwono, 2011) Beberapa tugas perkembangan fase remaja akhir diantaranya adalah :

1. Mencapai hubungan lebih matang dengan teman sebaya.
2. Mencapai peran sosial sebagai seorang pria dan wanita.
3. Menerima kondisi fisik dan memakainya secara efektif.
4. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan juga orang dewasa yang lain.
5. Memiliki jaminan kemandirian ekonomi.
6. Memilh dan mulai mempersiapkan karir.

7. Mengembangkan keterampilan intelektual dan juga beberapa konsep yang dibutuhkan untuk warga negara.
8. Memiliki perilaku bertanggung jawab secara sosial.
9. Memiliki dan menerapkan nilai sistem etika sebagai bimbingan dalam berperilaku.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tugas perkembangan remaja untuk mencapai peran dan hubungan serta perilaku sosial yang lebih matang dengan lingkungan sekitarnya kemungkinan tidak dapat terselesaikan dengan baik jika remaja mengalami *problematic internet use*.

D. Hubungan Antara *Loneliness* dengan *Problematic Internet Use* Pada Remaja Akhir

Pada saat ini internet menjadi salah satu komponen penting dalam keberlangsungan hidup manusia, dengan adanya internet, manusia menjadi cukup bekertergantungan dengan kemudahan-kemudahan yang ditawarkan oleh internet tersebut. Apabila penggunaan internet seseorang hanya fokus terhadap tujuan awalnya dalam kurun waktu yang minim dan hal tersebut tidak memicu permasalahan setelah penggunaannya, maka masih dalam tahap penggunaan internet yang sehat (Davis, 2001). Penggunaan internet yang terlalu sering dapat menyebabkan seseorang menjadi kecanduan akan internet. *Problematic Internet Use* (PIU) adalah sindrom multidimensia yang memiliki berbagai gejala yakni emosional, perilaku dan kognitif yang dapat menyebabkan kesulitan bagi

seseorang saat mengatur tata kehidupan sehari-hari pada saat mereka tidak mengakses internet (Caplan, Williams, & Yee, 2009).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan Wakhidah & Adiyanti (2017), pada saat seseorang merasakan dan mengalami kesepian, maka orang tersebut cenderung bermain permainan online dan berselancar di internet lebih sering daripada orang yang tidak merasakan kesepian. Sehingga dengan adanya hal ini, individu yang merasakan internet dan media sosialnya dapat memberikan kenyamanan yang lebih dibandingkan dengan interaksi tatap muka secara langsung akan dapat mengalami gejala *Problematic Internet Use*. Hal yang serupa juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan Agusti & Leonardi (2015) bahwa rasa kesepian pada remaja memiliki korelasi dengan penggunaan internet yang tidak sesuai.

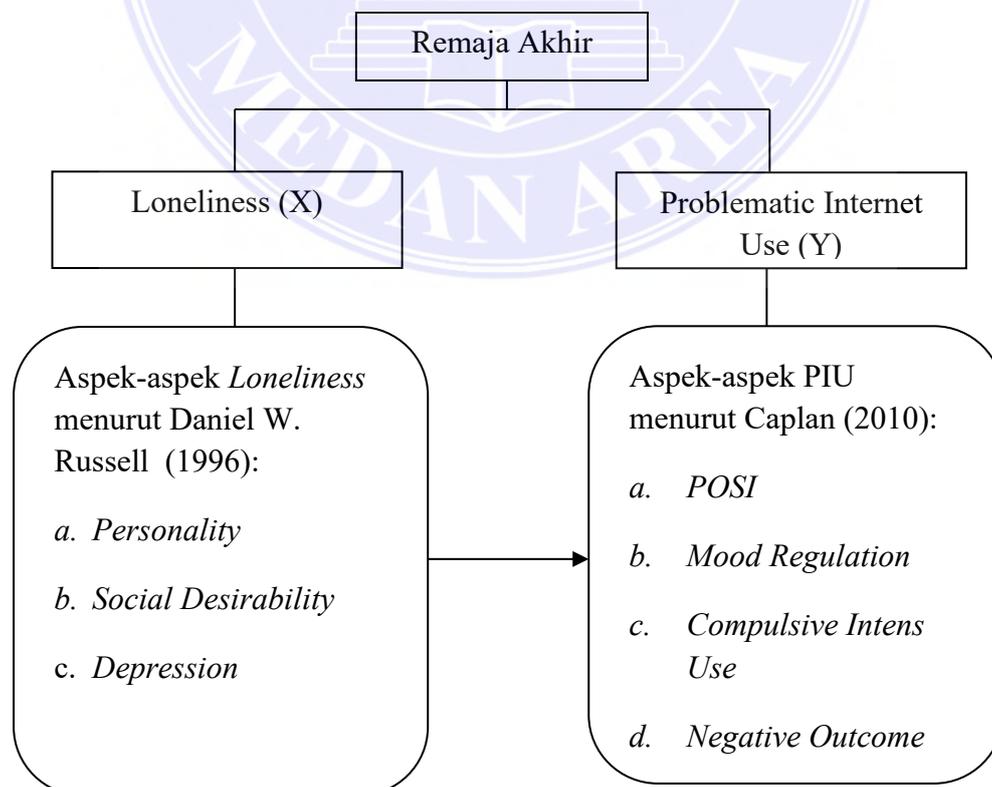
Xiang-Yang dkk (dalam Young Abreu, 2017) menjelaskan bahwa penggunaan internet yang tidak semestinya dapat menimbulkan kerugian bagi penggunanya, baik secara fisik maupun secara mental, dan bagi remaja kerugian ini sangat merusak. Menurut Cao dkk (2011) seorang remaja yang mengalami *Problematic Internet Use* dapat menghabiskan sejumlah waktu yang terus meningkat dalam aktivitas online yang mengarah ke penarikan sosial, pengabaian diri, pola makan yang buruk, dan masalah keluarga.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Panicker dan Sachdev (2014) seorang remaja mempergunakan internet sebagai pelarian untuk meringankan perasaan tidak menyenangkan seperti stress, kesepian, depresi, kecemasan dan masalah lainnya dalam kehidupan nyata. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh

Kim, La Rose, dan Peng (2009) mengatakan bahwa kesepian dapat menjadikan individu cenderung memilih komunikasi secara tidak langsung dan memakai internet terus menerus atau kompulsif yang mengarah pada PIU. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa semakin sering seorang mengalami kesepian maka akan semakin sering seseorang untuk menggunakan dan mengakses internet yang mengarah pada *Problematic Internet Use*.

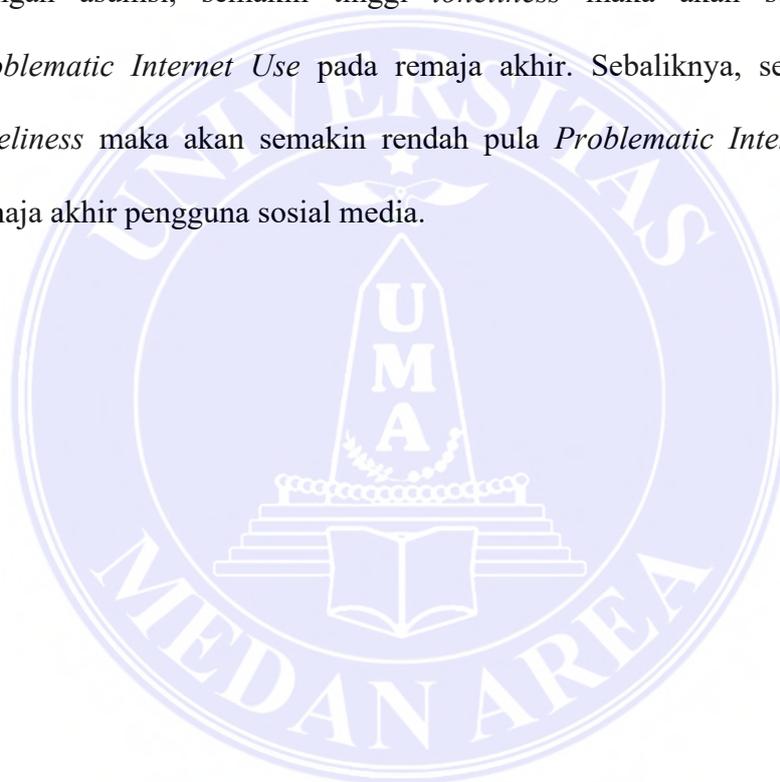
Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *Loneliness* memiliki peran yang cukup signifikan terhadap *Problematic Internet Use*. Remaja akhir yang mengalami *Loneliness* akan menarik diri dari lingkungan dan meningkatkan aktivitas online yang mengarah pada PIU.

E. Kerangka Konseptual



F. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka konseptual yang telah diungkapkan pada uraian sebelumnya, maka dapat di rumuskan hipotesis yang akan diuji, adalah sebagai berikut “terdapat hubungan yang positif antara *loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada remaja akhir di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area”. Dengan asumsi, semakin tinggi *loneliness* maka akan semakin tinggi *Problematic Internet Use* pada remaja akhir. Sebaliknya, semakin rendah *loneliness* maka akan semakin rendah pula *Problematic Internet Use* pada remaja akhir pengguna sosial media.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Menurut Creswell (2016) kuantitatif adalah metode-metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variable. Variabel-variabel tersebut diukur dengan instrument penelitian sehingga data yang terdiri dari angka-angka dapat dianalisis berdasarkan prosedur-prosedur statistik. Variabel merujuk pada karakteristik seorang individu yang dapat diukur dan diobservasi.

Alasan digunakannya metode penelitian kuantitatif yang bersifat korelasional dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y), yaitu hubungan antara *loneliness* dengan *problematic internet use*.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Istilah variabel dapat diartikan sebagai segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian. Berdasarkan landasan teori yang ada serta rumusan hipotesis penelitian terdapat dua variabel yang digunakan di dalam penelitian ini yaitu variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen). Dalam penelitian ini beberapa variabel yang akan dikaji adalah:

1. Variabel Bebas (X) : *Loneliness*

2. Variabel Terikat (Y) : *Problematic Internet Use*

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Untuk menghindari kekeliruan dan kesalah pahaman penafsiran dalam memperoleh kesatuan arti dan pengertian dari judul penelitian ini, berikut adalah definisi operasional *loneliness* dan *problematic internet use*:

1. *Problematic Internet Use*

Problematic Internet Use merupakan suatu kondisi dimana individu menggunakan internet secara berlebihan dan terus meningkat intensitas waktu penggunaannya sehingga mengakibatkan individu berperilaku maladaptif. *Problematic Internet Use* akan diukur menggunakan skala psikologi berdasarkan teori mengenai aspek-aspek PIU yang dikemukakan oleh Caplan (2010) yang meliputi *preference for online social interaction* (POSI), *mood regulation*, *deficient self-regulation* yang terdiri dari *cognitive preoccupation* dan *compulsive internet use*, serta *negative outcomes*.

2. *Loneliness*

Loneliness atau kesepian adalah suatu keadaan emosi dan kognitif yang tidak menyenangkan dan ketidaknyamanan serta emosi negatif lainnya sebagai akibat dari tidak tercapainya harapan untuk terlibat dalam suatu hubungan sosial yang bermakna dengan orang lain.

Kesepian menggunakan skala psikologi berdasarkan teori mengenai aspek-aspek PIU yang dikemukakan oleh Russel (1996) yang terdiri dari kepribadian, kepatutan sosial dan depresi.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Menurut Sugiono (2018) Populasi adalah suatu wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area yang berusia 18-22 yang mengalami PIU.

Populasi ditetapkan setelah screening dengan tujuan memetakan remaja akhir mahasiswa dan mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang mengalami Problematic Internet Use saja, screening dilakukan dengan menyebarkan kuesioner yang merujuk pada ciri ciri *Problematic Internet Use* kepada subjek. Selanjutnya, terdapat 120 remaja akhir yang mengisi kuesioner. Oleh karena itu, populasi pada penelitian ini adalah sebanyak 120 orang.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik *Purposive Sampling*, dimana sampel yang diambil

adalah sampel yang memiliki ciri-ciri spesifik yang telah peneliti tentukan. Pengertian *purposive sampling* menurut Sugiyono (2011) adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan atau kriteria tertentu. Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini yaitu:

- 1) Usia 18-22 tahun
- 2) Mahasiswa/mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
- 3) Pengguna sosial media
- 4) Menunjukkan ciri-ciri *problematic internet use*, sebagai berikut:
 - a) Individu yang memiliki masalah psikososial seperti depresi dan kesepian
 - b) Lebih banyak melakukan interaksi sosial secara *daring/online*
 - c) Memiliki permasalahan dalam berinteraksi sosial secara tatap muka/langsung
 - d) Penggunaan internet yang berlebihan dan kompulsif,

3. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiono, 2018). Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus benar-benar (*representative*) mewakili.

(Sugiyono, 2017). Maka dari itu sampel dari penelitian ini adalah remaja akhir mahasiswa dan mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area pengguna internet dengan jumlah 62 orang.

E. Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan skala psikologi. Skala yang digunakan adalah skala kesepian dan skala *Problematic Internet Use* pada remaja akhir pengguna internet.

1. Skala *Problematic Internet Use*

Skala *Problematic Internet Use* yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang diadaptasi penulis berdasarkan aspek-aspek yang dibangun oleh Caplan (2010) meliputi *preference for online social interaction* (POSI), *mood regulation*, *deficient self-regulation* yang terdiri dari *cognitive preoccupation* dan *compulsive internet use*, serta *negative outcomes* dengan jumlah total aitem sebanyak 15 aitem *favourable* untuk mengukur PIU. Skala ini berbentuk skala *likert* yang memiliki lima pilihan jawaban yaitu Sangat Tidak Setuju (STS) diberi skor 1, Tidak Setuju (TS) diberi skor 2, Netral (N) diberi skor 3, Setuju (S) diberi skor 4, Sangat Setuju (SS) diberi skor 5. Subjek diminta untuk memilih satu dari lima pilihan jawaban pada setiap item berdasarkan kenyataan yang mereka rasakan.

2. Skala *Loneliness*

Skala *loneliness* disusun berdasarkan aspek – aspek *loneliness* yang dikemukakan oleh Russel (1996) yang meliputi 3 aspek yaitu *Personality*, *Social Desirability* dan *Depression*. Variabel kesepian memiliki 13 item *favourable* dan 13 item *unfavourable* dalam format skala *likert* meliputi 5 pilihan jawaban untuk setiap butir pertanyaan. Untuk item *favourable* diberi skor yaitu Sangat Setuju (SS) diberi skor 5, Setuju (S) diberi skor 4, Netral (N) diberi skor 3, Tidak Setuju (TS) diberi skor 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) diberi skor 1. Sedangkan butir *unfavourable* diberi skor yaitu Sangat Setuju (SS) diberi skor 1, Setuju (S) diberi skor 2, Netral (N) diberi skor 3, Tidak Setuju (TS) diberi skor 4, dan Sangat Tidak Setuju (STS) diberi skor 5.

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini sebelumnya perlu dilakukan uji coba. Suatu alat ukur diharapkan mampu memberikan informasi seperti yang diinginkan. Tahap pertama yaitu melakukan uji coba bahasa dan formatnya, dalam tahap ini fokusnya adalah untuk mengetahui sejauh mana pernyataan-pernyataan dalam skala dapat dipahami dengan tepat oleh calon responden. Apabila alat sudah lolos uji pemahaman maka selanjutnya adalah dengan mengecek validitas dan reliabilitas. Dengan demikian, alat ukur harus memiliki ketepatan (validitas) dan kesesuaian (reliabilitas) sebelum digunakan

dalam sebuah penelitian, sehingga alat ukur dapat menghasilkan informasi yang dapat dipercaya.

1. Validitas

Menurut Siregar (2017) validitas alat ukur merupakan ketepatan dan kecermatan skala dalam menjalankan fungsi ukurnya. Alat ukur haruslah memiliki akurasi yang baik terutama apabila alat ukur tersebut digunakan sehingga validitas akan mengingatkan bobot kebenaran data yang diinginkan peneliti. Validitas sangat berkaitan dengan ketepatan pengguguran indikator untuk menjelaskan arti dari konsep yang diteliti. Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur adalah teknik korelasi *product moment pearson*.

2. Reliabilitas

Reliabilitas alat ukur adalah kesesuaian alat ukur dengan yang diukur, sehingga alat ukur tersebut dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Reliabilitas mengacu pada konsistensi atau kepercayaan hasil ukur, yang mengandung makna kecermatan pengukuran (Azwar, 2010). Analisis yang digunakan untuk mengukur realibilitas dari *Loneliness* dengan *Problematic Internet Use* dapat menggunakan teknik *Alpha Cronbach*.

G. Analisis Data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini selanjutnya akan dianalisis kuantitatif dengan menggunakan teknik statistik. Alasan peneliti memilih teknik tersebut yaitu teknik analisis statistik dapat menunjukkan kesimpulan penelitian dengan mengperhitungkan faktor kesahihan. Namun sebelum memasuki uji analisis data, maka dilakukan uji asumsi atau prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas.

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji prasyarat yang pertama yakni uji normalitas guna untuk melihat nilai normalitas data yang sudah diperoleh dari sampel sehingga dapat diketahui datanya berdistribusi normal atau bebas distribusi normal (Noor, 2011). Dasar acuan dari nilai uji normalitas yang digunakan yakni Apabila signifikansi > 0.05 , maka dapat dikatakan memiliki distribusi yang normal. Begitu sebaliknya, apabila signifikansi < 0.05 , dapat dibidang data bebas distribusi normal (Azwar S, 2013). Analisis yang digunakan untuk uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov – Smirnov dengan bantuan program SPSS for windows versi 23.0

b. Uji Linieritas

Uji linieritas data adalah salah satu syarat yang dilakukan pada uji prasyarat dalam menentukan apakah data dapat dianalisis lebih

lanjut. Apabila data linier maka analisis dapat dilanjutkan. Begitu sebaliknya, apabila data tidak linier maka analisis selanjutnya tidak dapat dilakukan (Azwar, 2007). Uji linieritas dilakukan untuk membuktikan apakah variabel bebas mempunyai hubungan yang linier dengan variabel terikat. Dasar acuan yang dipakai dalam uji linieritas untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat yakni jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka hubungannya linier. Namun, apabila signifikansinya $< 0,05$, maka memiliki hubungan tidak linier. Uji linieritas dianalisis dengan menggunakan program statistik SPSS for windows versi 23.0

2. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji prasyarat langkah selanjutnya yakni melakukan Analisis selanjutnya yakni uji hipotesis dengan menggunakan korelasi *product moment*. Uji korelasi dapat memunculkan hasil korelasi yang bersifat negatif (-) dan positif (+). Jika hasil menunjukkan nilai korelasi yang positif (+) maka korelasi atau hubungan dari kedua variabel x dan y bersifat searah atau berbanding lurus, yang memiliki arti bahwa semakin tinggi nilai dari variabel bebas maka diikuti pula dengan semakin tinggi nilai dari variabel terikatnya, begitu juga sebaliknya. Jika nilai korelasi menunjukkan hasil yang negatif (-), maka korelasi atau hubungan dari kedua variabel bebas dan variabel terikat bersifat tidak searah atau berbanding terbalik, yang memiliki arti bahwa semakin tinggi nilai variabel

bebasnya maka diikuti pula dengan semakin rendahnya nilai dari variabel terikat (Muhid, 2014).



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Bab ini menjelaskan tentang simpulan dan saran yang berkaitan dengan hasil penelitian ini. Pertama, penulis memulai dengan menguraikan kesimpulan dari penelitian ini dan kemudian memberikan saran agar dapat bermanfaat bagi pihak terkait.

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis pembahasan, peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil analisis *r product moment*, diketahui adanya hubungan yang positif dan signifikan antara *Loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada remaja akhir di Fakultas Psikologi Universitas Medan area, dimana $r_{xy} = 0,705$ dengan signifikansi $p = 0.000 < 0.05$. Artinya terdapat hubungan positif antara *Loneliness* dengan *Problematic Internet Use*, semakin tinggi *Loneliness* maka semakin tinggi *Problematic Internet Use* pada remaja akhir di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dinyatakan diterima. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara *Loneliness* dan *Problematic Internet Use* adalah sebesar $r^2 = 0,497$.
2. Berdasarkan perhitungan kategorisasi didapatkan variabel *Problematic Internet Use* tergolong tinggi dengan mean empirik = 58,32 > mean hipotetik = 45 dimana selisihnya lebih dari bilangan SD = 10,936 dan untuk *Loneliness*

tergolong tinggi dengan mean empirik = 84,05 > mean hipotetik = 72 dimana selisihnya lebih dari bilangan SD = 11,040.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, dengan itu terdapat beberapa saran yang dapat diberikan sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Subjek perlu mengatasi *Problematic Internet Use* dan dampak negatifnya dengan cara mengontrol penggunaan internetnya dengan baik, melakukan interaksi tatap muka dengan orang-orang yang berada dalam lingkungan sosialnya. Selain itu subjek juga perlu mengatasi rasa *loneliness*-nya dengan cara yang tepat seperti mencoba pengalaman baru, berkumpul dengan teman, ataupun melakukan hobby. Dengan demikian jika rasa *loneliness*-nya dapat diatasi dengan baik maka *Problematic Internet Use* pada subjek dapat diperbaiki.

2. Bagi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Peneliti memberikan saran kepada Fakultas Psikologi UMA, dikarenakan hasil penelitian ini menunjukkan adanya perilaku penggunaan internet yang bermasalah di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, maka pihak Fakultas sesuai tri dharma perguruan tinggi yang melakukan pendidikan dan pengajaran perlu meninjau kembali, memperhatikan, ataupun memahami penyebab lain terjadinya PIU agar dapat membantu remaja

akhir/mahasiswa untuk meningkatkan kemampuannya dalam belajar secara maksimal.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Disarankan bagi penelitian selanjutnya dapat meneliti variabel lain agar mendapatkan hasil gambaran yang lebih luas tentang permasalahan PIU pada remaja akhir dengan menggunakan faktor-faktor lain seperti depresi, kecemasan sosial, sifat pemalu, kepuasan dari penggunaan internet, dan mengalami konflik interpersonal yang akan mempengaruhi PIU pada remaja akhir. Kemudian peneliti selanjutnya disarankan dapat menyebarkan skala yang lebih luas dan menggunakan metode yang berbeda sehingga akan mendapatkan hasil yang berbeda dengan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditiantoro, M., & Wulanyani, N. M. S., 2019, Pengaruh problematic internet use dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 205-215.
- Agustiani, Hendriati., 2006, *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*, Bandung: PT. Refika Aditama.
- Agusti, Riska Dwi C.W & Leonardi, Tino., 2015, *Hubungan Antara Kesepian dengan Problematic Internet Use pada Mahasiswa*, *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. Vol.4. No.1. Universitas Airlangga.
- Alheneidi, H., AlSumait, L., AlSumait, D., & Smith, A. P., 2021, Loneliness and problematic internet use during COVID-19 lock-down. *Behavioral Sciences*, 11(1), 5. <https://doi.org/10.3390/bs11010005>
- Al-Mighwar, M., 2006, *Psikologi Remaja*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Ali, M & Asrori, M., 2012, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara
- Ali, Muhammad & Mohammad, A., 2004, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Andi Dwi Riyanto., 2020, *Hootsuite (We are Social): Indonesian Digital Report 2020*. <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2020/> Diakses 21 September 2020. Pukul 21.30 WIB.
- Asosiasi Penggunaan Jasa Internet Indonesia., 2018, Hasil survey penetrasi dan perilaku pengguna internet Indonesia 2018, Jakarta : Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia
- Azwar, S., 2013, *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S., 2007, *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- Baron, R.A. & Byrne, D., 2005, *Psikologi Sosial (Social Psychology)*. Edisi Kesepuluh. Penerjemah: Dra. Ratna Djuwita, Dipl. Psychl., dkk. Jakarta Erlangga.
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J., & Tao, F., 2011, *Problematic Internet Use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction*. BMC public health, 11(1), 802.
- Caplan, S. E., 2003, *Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being*. Communication Research, 30(6), 625–648. <https://doi.org/10.1177/0093650203257842>.
- Caplan, S. E., 2007, *Relations Among Loneliness, Social Anxiety and Problematic Internet Use*. CyberPsychology & Behavior. Vol. 10. No. 2. Hlm. 234-242.
- Caplan, S. E., 2010, *Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A twostep approach*. Computers in Human Behavior, 26, 1089-1097.
- Caplan, S., Williams, D., & Yee, N., 2009, *Problematic Internet Use and Psychosocial Well Being among MMO Players*. Journal of Computers in Human Behavior
- Costa, R. M., Patrão, I., & Machado, M., 2019, *Problematic internet use and feelings of loneliness*. International Journal of Psychiatry in Clinical Practice, 23(2), 160- 162. <https://doi.org/10.1080/13651501.2018.1539180>
- Creswell, John W., 2016, *Research Design, Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Davis, R. A., 2001, *A cognitive-behavioral model of pathological internet use*. Computer in Human Behavior, 17: 187-195. doi: 10.1016/S07475632(00)00041.8.
- Elizabeth B. Hurlock., 1980, *Psikologi Perkembangan suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Terjemahan oleh Istiwidiyanti dan Soedjarwo. Jakarta: Airlangga.
- Fadillah, Hemi, dan Ario Buntaran., 2015, *Peran Kepercayaan Interpersonal Remaja yang Kesepian dalam Memoderasi Pengungkapan Diri pada Media Jejaring Sosial Online*. Jurnal Gama Cop. 1(2): 106-119.

- F.J. Monks, Knoers, Siti Rahayu Haditono., 2014, *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*, Yogyakarta: UGM Press.
- Gierveld, J. D., Tilburg, V. J., & Dykstra, P. A., 2006, *Loneliness and social isolation*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Gresle, C. & Lejoyeux, M., 2011, *Phenomenology of internet addiction*. Dalam H.O. Price (Ed.), *Internet addiction: Psychology of emotions, motivations, and actions* (h. 85-94). New York: Nova Science Publishers, Inc.
- Hakim, A., R., 2018, *Penanganan Problematic Internet Use (Piu) Pada Anak Usia Pre-Adolescent Dengan Metode Peer Tutorial*. Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Hakim, S, N., & Raj, A, A., 2017, *Dampak kecanduan internet (internet addiction) pada remaja*. Peran Psikologi Perkembangan dalam Penumbuhan Humanitas pada Era Digital.
- Hanurawan, F., 2010, *Psikologi sosial*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Hapsari, A & Ariana, A. D., 2015, *Hubungan antara Kesepian dan Kecenderungan Kecanduan Internet pada Remaja*. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. Vol. 4. No. 3. Hlm. 20-40.
- Hardie, E., 2007, *Excessive internet use: The role of personality*. *Australian Journal of Emerging Technologies and Society*, 5(1), pp. 34-47.
- Hurlock, E. B., 2003, *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Jahja, Yudrik., 2011, *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Prenada Media
- Kim, J., Larose, R., & Peng, W., 2009, *Loneliness as the Cause and the Effect of Problematic Internet Use: The Relationship between Internet Use and Psychological Well-Being*. *Cyberpsychology & Behavior*, Vol.12, No.4.
- Laursen, B., & Hartl, A. C., 2013, *Understanding loneliness during adolescence: Developmental changes that increase the risk of perceived social isolation*. *Journal of Adolescence*, 36(6), 1261–1268. doi:10.1016/j.adolescence.2013.06.003.

- Miller, R. S., Perlman, D., & Brehm, S. S., 2007, *Intimate relationship* (4th ed ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Morahan-Martin, J., 1999, *The relationship between loneliness and Internet use and abuse*. *Cyber Psychology and Behavior*, 2, 431–440.
- Muhid, A., 2014, *Analisis Statistik 5 langkah praktis analisis statistik dengan SPSS for windows*. Surabaya: UINSA PRESS.
- Noor, J., 2011, *Meteode Penelitian*. Jakarta: Kencana.
- Panicker, J., & Sachdev, R., 2014, *Relation among loneliness, depression, anxiety, stress, and problematic internet use*, 9(2), 1-10
- Paramitha, R., 2018, *Hubungan Kesejahteraan Psikologis Dengan Kesepian Pada Mahasiswa Yang Merantau Di Yogyakarta*. Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia.
- Perlman, D., & Peplau, L. A., 1982, *Theoretical approaches to loneliness*. *Research Gate*, 123-133.
- Pinquart, M., & Sorensen, S., 2001, *Influences on Loneliness in Older Adults: A Meta-Analysis*. *Basic and Applied Social Psychology*, 23(4), 245–266. doi:10.1207/s15324834basp2304_2
- Pittman, M., & Reich, B., 2016, *Social media and loneliness: Why an Instagram picture may be worth more than a thousand Twitter words*. *Computers in Human Behavior*, 62, 155-167. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.084>
- Putra, D. K., 2012, *Hubungan antara kesepian dengan kecenderungan kecanduan internet pada dewasa awal*. SKRIPSI, Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
- Putri, F. A., 2010, *Hubungan Kematangan Emosi dengan Agrevititas Remaja Akhir Laki-laki*. SKRIPSI, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Putrisyani, P. A., 2014, *Intimasi Pertemanan Versus Loneliness Pada Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta*. Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Yogyakarta.

- Rahman, Agus Abdul., 2020, *Psikologi Sosial*. Jakarta :PT Raja GrafindoPersada
- Reinaldo & Sokang, Y. A., 2016, *Mahasiswa dan Internet: Dua Sisi Mata Uang? Problematic Internet Use pada Mahasiswa*. *Jurnal Psikologi*, 43 (2), 107-120.
- Rokach, A., & Neto, F., 2000, *Causes of Loneliness in Adolescence: A Cross-Cultural Study*. *International Journal of Adolescence and Youth*, 8(1), 65–80. doi:10.1080/02673843.2000.9747842
- Russell, D. W., 1996, *UCLA Loneliness Scale (Version 3):Reliability, Validity, and Factor Structure*. *Journal of Personality Assessment* , 66 (1), 10-40.
- Santock, J. W., 2012, *Life-span Development : Perkembangan masa hidup*. (Edisi 13, Jilid 1). Jakarta: Erlangga.
- Saputro, Khamim, Zarkasih., 2017, *Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja*. *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*. 17(1): 25-32
- Sarwono, S.W., 2006, *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sarwono, S. W., 2011, *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sears, dkk., 1994, *Psikologi Sosial*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck, P. E., J., Khosla, U. M., & McElroy, S. L., 2000, *Psychiatric features of individuals with problematic internet use*. *Journal of Affective Disorders*, 57(1), 267–272.
- Shapira, N.A, Lessig, M.C., Goldsmith, T.D., Szabo, S.T., Lazoritz, M., Gold, M.S., Stein, D.J., 2003, *Problematic internet use: Proposed classification and diagnostic criteria*. *Depression and anxiety*, 17, 207-216. doi: 10.1002/da.10094
- Skues, J., Williams, B., Oldmeadow, J., & Wise, L., 2016, *The Effects of Boredom, Loneliness, and Distress Tolerance on Problem Internet Use Among University Students*. *Int J*
- Sugiyono., 2011, *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta

- Sugiyono., 2017, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Tam, P., & Walter, G., 2013, *Problematic Internet Use in Childhood and Youth: evolution of a 21 century affliction*. Australasian Psychiatry 21(6).
- Wakhidah, Nurul Khusniyati & Adiyanti, Maria Goretti., 2017, *The Relationship Between Loneliness And Problematic Internet Use Among Emerging Adult*. Journal Psychology UGM.
- Weiten, W. & Lloyd, M.A., 2006, *Psychology Applied Modern Life: Adjustment In The 21st Century. (8th Ed.)*. California: Thomson Higher Education.
- Wong, T. Y., Yuen, K. S. L., & Li, W. O., 2015, *A basic need theory approach to Problematic Internet Use and the mediating effect of psychological distress*. Frontiers in Psychology. 5, hlm 1-10. doi: 10.3389/fpsyg.2014.01562
- Young & Abreu., 2017, *Kecanduan internet panduan konseling dan petunjuk untuk evaluasi dan penanganan*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Yurni., 2015, *Perasaan Kesepian dan Self-Esteem pada mahasiswa*. Vol. 15. Hal. 4
- Yusuf, Syamsu., 2017, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

LAMPIRAN I

Screening Question

Assalamua'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh Saudara/saudari yang Saya hormati.

Saya bernama Tasya Namira mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Dalam memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan sarjana saya, saya bermaksud melakukan penelitian untuk memenuhi skripsi. Oleh karena itu, saya memohon bantuan Saudara/saudari dengan kerendahan hati untuk kesediaannya dalam mengisi pertanyaan di bawah ini.

Seluruh jawaban yang Saudara/saudari berikan adalah benar selama jawaban yang dipilih merupakan hal yang sesuai dengan keadaan Saudara/saudari saat ini. Semua jawaban saudara akan dijamin kerahasiaannya dan hanya akan digunakan untuk penelitian ini saja. Bantuan Saudara/saudari dalam mengisi skala ini adalah bantuan yang sangat besar dan berarti bagi keberhasilan penelitian ini. Atas kerja sama dan kesediannya, saya ucapkan terima kasih.

Petunjuk pengisian:

Silahkan pilih salah satu jawaban dari pertanyaan di bawah ini sesuai dengan keadaan yang anda alami/rasakan.

1. Nama :
2. No. Telepon/ Whatsapp :
3. Usia
 - a. 18 Tahun
 - b. 19 Tahun
 - c. 20 Tahun
 - d. 21 Tahun

- e. 22 Tahun
4. Stambuk
 - a. 2017
 - b. 2018
 - c. 2019
 - d. 2020
5. Apakah anda pengguna sosial media
 - a. Ya
 - b. Tidak
6. Apakah anda lebih banyak melakukan interaksi sosial secara online/daring?
 - a. Ya
 - b. Tidak
7. Apakah anda menggunakan internet secara berlebihan dan kompulsif (lebih dari 5 jam/hari) tanpa tujuan yang jelas
 - a. Ya
 - b. Tidak
8. Apakah anda merasa ingin selalu mengakses internet?
 - a. Ya
 - b. Tidak
9. Apakah anda lebih suka sendirian/menyendiri?
 - a. Ya
 - b. Tidak
10. Apakah anda sulit berinteraksi secara tatap muka?
 - a. Ya
 - b. Tidak

Skala Penelitian

Lembar Identitas Diri

Nama/Inisial :

Usia :

Jenis Kelamin :

Stambuk :

Menunjukkan ciri :

1. Lebih banyak melakukan interaksi sosial secara online
2. Penggunaan internet yang berlebihan dan kompulsif (lebih dari 5 jam/hari)
3. Perasaan selalu ingin mengakses internet
4. Lebih suka menyendiri
5. Sulit berinteraksi secara tatap muka

Menyatakan bersedia untuk mengisi kuesioner ini dengan sukarela dan penuh kesadaran akan memberikan informasi yang diperlukan.

Medan, 2021

()

SKALA PENELITIAN

Petunjuk Pengisian:

1. Berikut terdapat butir aitem-aitem pernyataan yang harus anda jawab dengan jujur sesuai dengan kondisi anda.
2. Baca dan pahamiilah setiap pernyataan dibawah ini dengan teliti dan seksama.
3. Pada lembar jawaban terdapat 5 kolom alternatif jawaban atas respon anda.

Berikan centang (✓) pada setiap jawaban atas pernyataan sesuai dengan keadaan yang anda rasakan yaitu:

STS = Sangat Tidak Setuju

TS = Tidak Setuju

N = Netral

S = Setuju

SS = Sangat Setuju

4. Jangan sampai ada butir pernyataan di bawah ini yang terlewati.

Variabel Loneliness

No.	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1.	Saya senang menghabiskan waktu bersama teman-teman.					
2.	Hubungan sosial yang saya miliki kurang baik.					
3.	Saya memilih diam daripada menceritakan masalah saya kepada orang lain.					
4.	Saya tidak memiliki siapapun untuk mendengarkan curhatan saya.					
5.	Saya merasa teman-teman mampu memahami saya.					
6.	Saya biasanya ditemani oleh teman-teman.					
7.	Saya merasa teman-teman sering kali mendukung ide saya.					
8.	Saya memiliki banyak teman.					
9.	Saya lebih sering menyendiri daripada berkumpul dengan teman.					
10.	Kurangnya kepercayaan diri membuat saya memiliki sedikit teman.					
11.	Saya sering menghabiskan waktu saya dengan kegiatan dan penuh semangat.					
12.	Saya biasanya sedih hanya jika ada penyebabnya.					
13.	Saya sering merasa tidak bersemangat untuk melakukan kegiatan sehari-hari.					
14.	Kerja dengan berkelompok membuat saya lebih lelah daripada bekerja sendiri.					
15.	Saya merasa banyak orang memperdulikan saya.					
16.	Saat ada masalah, saya akan menceritakannya dengan teman.					
17.	Saya suka berdiskusi secara berkelompok dengan banyak orang.					
18.	Saya sering kali merasa sedih tanpa sebab yang jelas.					
19.	Saya sering kali merasa ditinggalkan oleh teman-teman.					
20.	Saya memiliki hubungan sosial yang bermakna.					
21.	Saya merasa tidak antusias untuk berinteraksi sosial dengan org disekitar saya.					
22.	Saya merasa bahwa saya memiliki banyak perbedaan dengan orang disekitar saya.					
23.	Saya memandang rendah pada kemampuan yang saya miliki.					
24.	Saat dalam masalah saya memiliki sahabat yang selalu mendengarkan saya.					

25.	Banyak orang disekitar saya tetapi tidak ada yang memahami saya					
26.	Saya memiliki kesamaan dengan orang sekitar saya.					



Variabel *Problematic Internet Use*

No.	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1.	Ketika saya merasa dikucilkan, saya menggunakan internet untuk berbicara dengan orang lain.					
2.	Setelah beberapa saat tidak online, pikiran saya dipenuhi keinginan untuk segera <i>online</i> di internet.					
3.	Saya merasa ada yang hilang jika tidak bisa online di internet.					
4.	Ketika sedang <i>offline</i> , saya merasa kesulitan menahan diri untuk segera online.					
5.	Ketika sedang <i>offline</i> , saya terobsesi untuk segera online di internet.					
6.	Saya merasa kesulitan untuk mengontrol penggunaan internet saya.					
7.	Saya lebih memilih interaksi sosial secara online daripada interaksi secara langsung (<i>face-to-face communication</i>)					
8.	Saya telah melewatkan banyak aktivitas sosial karena menggunakan internet.					
9.	Menggunakan internet telah menyulitkan saya dalam mengatur kehidupan.					
10.	Saya lebih memilih berkomunikasi secara online daripada tatap muka.					
11.	Penggunaan internet menimbulkan banyak masalah dalam hidup saya.					
12.	Saat sedang kesal, saya menggunakan internet untuk membuat diri saya merasa lebih baik.					
13.	Saya memiliki kesulitan untuk mengontrol waktu yang saya habiskan untuk online.					
14.	Interaksi sosial secara <i>online</i> lebih nyaman untuk saya lakukan daripada komunikasi secara langsung.					
15.	Saya menggunakan internet agar merasa lebih baik ketika sedang merasa terpuruk.					



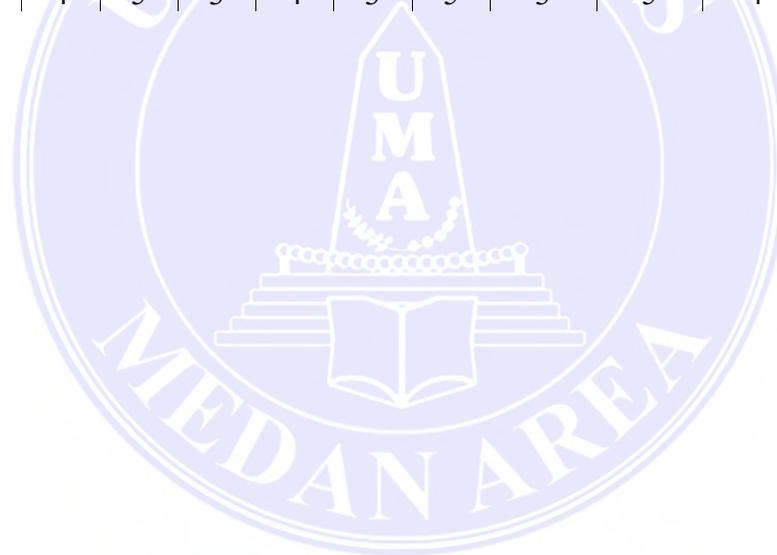
LAMPIRAN II
DATA PENELITIAN

Data Skala Problematic Internet Use

Subjek	Aitem Pernyataan PIU															Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1	4	1	1	3	3	1	4	1	1	4	5	3	1	4	1	37
2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	4	5	3	2	3	3	44
3	4	2	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	2	4	3	51
4	2	4	4	3	4	4	4	2	4	4	2	3	4	3	4	51
5	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	42
6	2	2	3	4	4	2	4	3	3	4	4	4	2	4	3	48
7	4	3	5	4	4	3	4	4	5	5	5	4	3	5	5	63
8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	60
9	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	42
10	2	2	4	2	4	2	3	3	4	4	4	2	2	4	4	46
11	5	3	4	5	5	3	5	5	4	5	5	5	3	4	4	65
12	4	3	5	4	4	3	4	4	5	5	5	4	3	5	5	63
13	4	2	4	5	5	2	2	2	4	2	4	5	2	2	4	49
14	1	4	5	2	3	4	5	2	5	3	2	2	4	2	5	49
15	4	3	4	4	3	3	4	2	4	4	4	4	3	3	4	53
16	3	1	2	4	4	1	2	1	2	3	4	4	1	2	2	36
17	3	2	5	2	4	2	2	4	5	4	4	4	2	2	2	48
18	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	31
19	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	40
20	1	2	5	1	3	2	4	2	5	5	4	1	2	5	5	47
21	3	2	4	3	4	2	4	4	4	5	4	3	2	3	4	51
22	3	2	3	4	4	2	4	4	3	3	4	4	2	2	3	47
23	4	4	5	5	5	4	4	4	5	5	4	5	4	4	5	67
24	2	3	3	2	5	3	4	3	3	4	4	4	2	3	4	48
25	2	3	2	2	1	3	4	2	2	1	1	2	3	1	2	31

26	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	3	1	2	3	2	32
27	4	2	2	4	4	2	3	2	2	2	2	4	2	2	2	39
28	2	2	5	1	5	2	2	2	5	4	3	1	2	3	5	44
29	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	41
30	3	5	5	3	5	5	5	4	5	3	3	3	5	3	5	62
31	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	32
32	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	34
33	3	3	4	2	4	3	4	3	4	4	4	2	3	4	4	51
34	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	48
35	2	3	2	1	2	3	2	3	2	2	2	1	3	2	2	32
36	2	4	5	3	3	4	4	5	5	4	3	3	4	2	5	56
37	3	2	4	3	3	2	3	3	4	2	2	3	2	2	4	42
38	3	1	3	4	4	1	2	2	3	2	4	4	1	2	3	39
39	2	2	4	2	4	2	4	2	4	2	2	2	2	2	4	40
40	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	72
41	4	3	5	4	4	3	4	4	5	5	5	4	3	5	5	63
42	5	4	5	3	5	3	5	4	2	2	5	3	4	3	3	56
43	4	3	5	4	4	3	4	4	5	5	5	4	3	5	5	63
44	3	4	4	4	5	4	2	2	4	5	5	4	4	5	4	59
45	4	5	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	64
46	4	4	5	4	4	4	5	4	5	4	5	4	4	5	5	66
47	5	3	3	4	2	2	4	5	4	5	4	4	3	4	3	55
48	4	3	4	4	3	4	4	5	4	4	3	2	4	5	2	55
49	5	3	2	5	4	5	3	5	2	4	5	5	5	4	5	62
50	5	4	4	5	3	4	4	3	4	3	4	5	4	4	3	59
51	5	3	5	3	5	4	5	3	3	2	2	3	5	2	5	55
52	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	72
53	5	5	4	4	5	5	3	5	4	4	3	4	5	4	4	64

54	2	4	4	2	1	4	3	4	4	2	2	2	4	3	4	45
55	2	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	2	4	44
56	2	2	3	3	4	2	2	2	3	5	4	3	2	5	3	45
57	5	4	5	3	5	4	3	4	5	3	5	3	4	5	3	61
58	1	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	2	3	4	3	43
59	5	4	5	3	5	4	4	3	5	4	5	3	4	5	5	64
60	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
61	5	4	3	5	2	4	5	4	5	2	3	5	4	2	5	58
62	1	5	5	4	5	3	4	3	5	3	5	4	3	5	5	60



Data Skala Loneliness

No	Aitem Loneliness																								Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
1	2	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	2	3	3	4	3	3	4	78
2	3	3	3	2	4	5	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	75
3	5	2	3	2	4	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	3	4	3	5	4	78
4	3	4	2	2	3	3	3	5	2	2	2	2	4	5	4	4	2	3	5	5	2	2	3	4	76
5	1	3	2	4	3	2	2	3	1	2	4	2	3	3	3	3	2	2	4	3	1	2	1	2	58
6	2	2	3	4	4	3	2	4	4	2	4	3	2	4	4	3	2	2	4	4	4	2	2	2	72
7	5	1	5	3	5	3	4	3	5	5	3	5	1	3	2	5	1	4	5	3	5	5	5	5	91
8	4	2	4	5	4	4	2	4	2	4	5	4	2	4	4	4	2	2	4	4	2	4	4	5	85
9	3	4	2	2	4	2	2	4	4	2	2	4	4	4	3	3	3	2	5	4	4	2	3	5	77
10	3	2	3	2	3	2	2	3	2	4	2	4	2	3	3	3	2	2	3	3	2	4	3	3	65
11	5	4	3	4	5	1	5	2	5	3	4	3	4	2	3	3	2	5	3	2	5	3	5	4	85
12	4	3	2	2	4	2	4	4	5	4	2	4	3	4	2	4	2	4	4	4	5	4	4	4	84
13	3	5	2	3	4	2	3	2	3	2	3	2	5	2	3	3	1	3	5	2	3	2	3	3	69
14	4	4	1	1	3	2	2	3	4	1	1	4	4	3	3	3	3	2	3	3	4	1	4	2	65
15	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	74
16	3	2	2	4	2	1	3	2	2	3	4	2	2	2	3	2	2	3	4	2	2	3	3	4	62
17	4	4	1	4	5	1	2	3	4	3	4	4	4	3	2	3	3	2	3	3	4	3	4	4	77
18	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	51
19	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	1	2	53
20	3	2	1	1	5	4	3	4	5	3	1	2	2	4	3	1	1	3	3	4	5	3	3	2	68
21	3	3	2	1	3	2	2	3	2	2	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	60
22	2	2	3	2	3	2	4	3	4	4	2	3	2	3	2	2	1	4	2	3	4	4	2	4	67
23	3	3	2	2	3	3	2	5	3	2	2	3	3	5	3	3	2	2	3	5	3	2	3	4	71
24	3	3	3	1	5	3	4	3	4	2	1	5	3	3	3	2	2	4	5	3	4	2	3	5	76
25	4	4	3	4	4	5	2	5	4	4	4	4	4	5	4	3	2	2	4	5	4	4	4	4	92
26	3	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	51

27	4	4	2	2	2	1	3	4	4	3	2	4	4	4	3	2	2	3	4	4	4	3	4	4	76
28	2	5	2	1	3	2	2	3	2	3	1	2	5	3	3	3	1	2	3	3	2	3	2	1	59
29	3	4	2	2	3	3	2	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	70
30	3	1	4	3	5	4	4	5	5	5	3	5	1	5	4	3	3	4	5	5	5	5	3	5	95
31	4	2	3	1	3	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	3	4	2	55
32	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	59
33	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	2	3	3	3	65
34	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3	1	3	4	4	3	3	3	3	75
35	2	2	3	2	2	3	1	4	2	2	2	2	2	4	4	2	1	1	2	4	2	2	2	2	55
36	5	2	3	4	4	3	4	2	4	3	4	4	2	2	3	2	1	4	4	2	4	3	5	2	76
37	2	2	1	2	4	3	1	3	2	1	2	2	2	3	3	2	1	1	4	3	2	1	2	3	52
38	4	3	3	2	4	3	3	5	4	3	2	3	3	5	3	3	2	3	3	5	4	3	4	4	81
39	3	4	3	2	4	3	3	3	2	4	2	2	4	3	4	4	3	3	2	3	2	4	3	4	74
39	4	5	4	4	5	4	4	2	4	5	4	4	5	2	4	4	4	4	5	2	4	5	4	5	97
41	2	3	5	5	5	3	4	2	5	1	5	5	3	2	5	4	5	4	4	2	5	1	2	5	87
42	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	120
43	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	88
44	4	2	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	2	4	4	3	2	3	4	4	3	3	4	4	80
45	4	5	5	5	4	4	4	5	3	4	5	3	5	5	2	5	5	4	3	5	3	4	4	4	100
46	5	3	5	5	5	3	4	5	3	5	5	3	3	5	2	5	3	4	4	5	3	5	5	3	98
47	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	4	2	4	4	3	5	3	4	4	4	3	4	4	3	87
48	5	4	5	5	4	5	4	5	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	105
49	5	5	5	5	4	5	4	5	4	4	5	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4	5	4	108
50	4	5	1	5	5	5	2	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	2	4	4	5	5	4	5	103
51	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	116
52	5	4	5	2	5	4	5	5	5	5	2	5	4	5	3	5	4	5	3	5	5	5	5	3	104
53	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	4	4	5	3	3	5	4	4	4	3	5	94
54	4	4	1	4	5	1	2	1	2	4	4	5	4	1	3	2	2	2	3	1	2	4	4	2	67
55	3	2	3	2	4	2	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	69
56	2	2	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	4	2	3	66
57	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	120
58	2	4	2	2	4	2	2	3	1	3	2	3	4	3	3	2	1	2	3	3	1	3	2	3	60

UNIVERSITAS MEDAN AREA

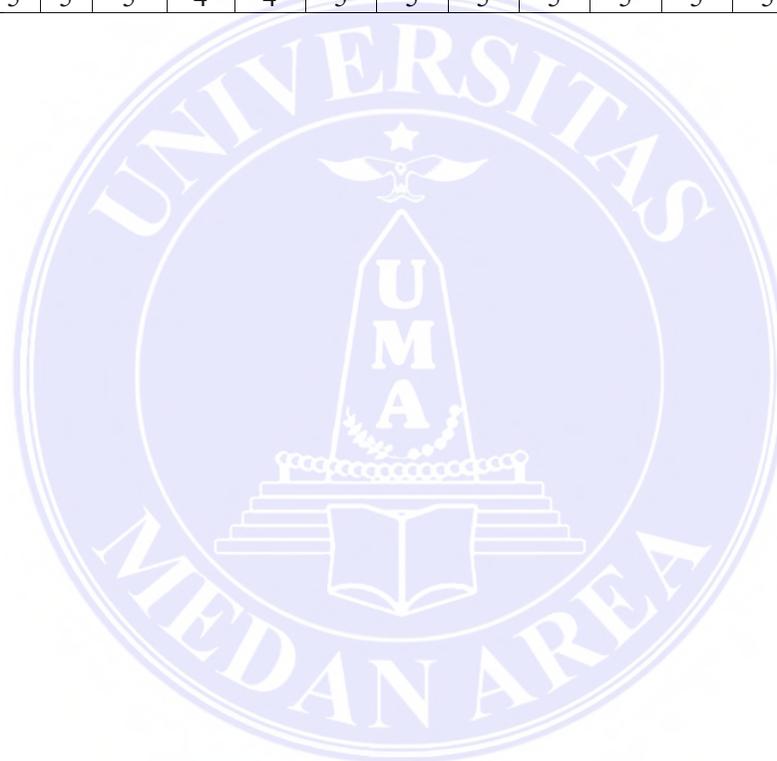
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 6/9/22

Access From (repository.uma.ac.id)6/9/22

59	5	2	4	5	5	4	4	5	5	3	5	5	2	5	5	4	5	4	5	5	5	3	5	4	104
60	3	2	3	2	4	2	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	69
61	3	3	5	5	4	5	4	3	5	3	5	3	3	3	2	5	5	4	5	3	5	3	3	5	94
62	5	5	1	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	113



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 6/9/22

Access From (repository.uma.ac.id)6/9/22

LAMPIRAN III

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

a. Validitas dan Reliabilitas Sebelum Uji Coba

Reliability Scale: Loneliness

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	62	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	62	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.969	26

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	83.50	443.467	.802	.967
VAR00002	83.11	453.315	.766	.967
VAR00003	82.45	463.694	.672	.968
VAR00004	83.13	442.606	.845	.966
VAR00005	82.65	456.102	.817	.967
VAR00006	82.98	449.393	.802	.967
VAR00007	84.03	490.556	.049	.970
VAR00008	82.71	457.718	.695	.968
VAR00009	82.58	453.920	.763	.967
VAR00010	82.71	451.390	.752	.967
VAR00011	82.90	455.859	.696	.968
VAR00012	83.08	445.551	.759	.967
VAR00013	82.61	453.880	.783	.967
VAR00014	82.82	462.279	.519	.969
VAR00015	82.89	451.118	.814	.967
VAR00016	82.65	457.708	.838	.967
VAR00017	82.79	451.152	.840	.966
VAR00018	82.68	450.124	.760	.967
VAR00019	82.71	450.898	.790	.967
VAR00020	83.24	449.760	.736	.967
VAR00021	82.92	445.223	.899	.966
VAR00022	82.34	462.293	.711	.967
VAR00023	84.03	490.556	.049	.970
VAR00024	82.95	445.325	.798	.967
VAR00025	82.63	448.040	.852	.966
VAR00026	82.55	460.219	.659	.968

Scale Statistics

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 6/9/22

Access From (repository.uma.ac.id)6/9/22

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
86.23	492.014	11.181	26

b. Uji Validitas dan Reliabilitas Setelah Uji Coba

Reliability Scale: Loneliness

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	62	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	62	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.947	24

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	75.65	298.200	.699	.944
VAR00002	75.89	305.577	.444	.947
VAR00003	76.16	297.744	.605	.945
VAR00004	76.08	293.813	.652	.944
VAR00005	75.26	303.670	.648	.944
VAR00006	76.03	295.966	.663	.944
VAR00007	76.06	298.160	.719	.944
VAR00008	75.56	302.840	.588	.945
VAR00009	75.68	296.747	.671	.944
VAR00010	75.87	298.540	.671	.944
VAR00011	76.08	293.813	.652	.944
VAR00012	75.65	300.790	.636	.944
VAR00013	75.89	305.577	.444	.947
VAR00014	75.56	302.840	.588	.945
VAR00015	75.79	308.824	.513	.946
VAR00016	75.73	296.465	.764	.943
VAR00017	76.48	291.303	.741	.943
VAR00018	76.06	298.160	.719	.944
VAR00019	75.40	305.654	.580	.945
VAR00020	75.56	302.840	.588	.945
VAR00021	75.68	296.747	.671	.944
VAR00022	75.87	298.540	.671	.944
VAR00023	75.65	298.200	.699	.944
VAR00024	75.58	299.428	.664	.944

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
84.05	325.466	11.040	24

LAMPIRAN IV

UJI ASUMSI

a. Uji Normalitas

NPar Tests

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Loneliness	62	84.05	11.040	51	120
PIU	62	58.32	10.936	31	72

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Loneliness	PIU
N		62	62
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	84.05	58.32
	Std. Deviation	11.040	10.936
Most Extreme Differences	Absolute	.120	.088
	Positive	.120	.074
	Negative	-.060	-.088
Test Statistic		.120	.088
Asymp. Sig. (2-tailed)		.074	.200

b. Uji Linearitas

Means

ANOVA Tabel

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PIU * Loneliness	Between Groups	(Combined)	6715.833	40	167.896	6.082	.000
		Linearity	3626.380	1	3626.380	131.375	.000
		Deviation from Linearity	3089.453	39	79.217	2.870	.076
Within Groups			579.667	21	27.603		
Total			7295.500	61			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
PIU * Loneliness	.705	.497	.959	.921

LAMPIRAN V**UJI HIPOTESIS****Uji Korelasi****Correlations**

		Loneliness	PIU
Loneliness	Pearson Correlation	1	.705**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	62	62
PIU	Pearson Correlation	.705**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	62	62

LAMPIRAN VI

SURAT KETERANGAN BUKTI PENELITIAN

	UNIVERSITAS MEDAN AREA FAKULTAS PSIKOLOGI									
	Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 ☎ (061) 7368012 Medan 20223 Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 ☎ (061) 8226331 Medan 20122 Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id									
Nomor : 1221/FPSI/01.10/X/2021 Lampiran : - Hal : Riset dan Pengambilan Data	28 Oktober 2021									
Yth. Bapak/Ibu Wakil Rektor Bidang Administrasi Universitas Medan Area di Tempat										
Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:										
<table border="0"> <tr> <td>Nama</td> <td>: Tasya Namira</td> </tr> <tr> <td>NPM</td> <td>: 178600422</td> </tr> <tr> <td>Program Studi</td> <td>: Ilmu Psikologi</td> </tr> <tr> <td>Fakultas</td> <td>: Psikologi</td> </tr> </table>			Nama	: Tasya Namira	NPM	: 178600422	Program Studi	: Ilmu Psikologi	Fakultas	: Psikologi
Nama	: Tasya Namira									
NPM	: 178600422									
Program Studi	: Ilmu Psikologi									
Fakultas	: Psikologi									
untuk melaksanakan pengambilan data di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Jl. Kolam Nomor 1 Medan Estate / Jl. Gedung PBSI, Medan 20223 guna penyusunan skripsi yang berjudul "Hubungan Antara Loneliness Dengan Problematic Internet Use Pada Remaja Akhir Pengguna Sosial Media Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area" .										
Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.										
Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Universitas yang Bapak/Ibu pimpin.										
Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.										
an. Dekan, Wakil Dekan Bidang Akademik,  Lain Alifia, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog										
Tembusan - Mahasiswa Ybs - Arsip	  									



UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
 Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
 Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 4688/UMA/B/01.7/XI/2021
 Lamp. : 1 (satu) Berkas
 Hal : Izin Penelitian Dan Pengambilan Data

05 Nopember 2021

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Psikologi
 Universitas Medan Area
 di - M e d a n

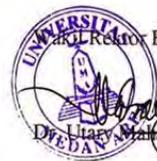
Dengan hormat,

Sesuai dengan surat Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Psikologi Universitas Medan Area nomor 1221/FPSI/01.10/X/2021 tertanggal 28 Oktober 2021 perihal Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data Tugas Akhir di Universitas Medan Area oleh mahasiswa

Nama : Tasya Namira
 No. Pokok Mahasiswa : 178600422
 Program Studi : Ilmu Psikologi
 Fakultas : Psikologi

Pada prinsipnya disetujui yang bersangkutan melaksanakan pengambilan data di Lingkungan Universitas Medan Area, untuk penunjang tugas akhir dengan judul Skripsi "**Hubungan Antara Loneliness Dengan Problematic Internet Use Pada Remaja Akhir Pengguna Sosial Media Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.**" Dengan tetap mengikuti protokol Covid-19.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



Wakil Rektor Bidang Administrasi,

[Signature]
 Dr. Utay Maktarany Barus, S.H., M.Hum.

Tembusan :
 1. Mahasiswa Ybs
 2. File





UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 ☎ (061) 7368012 Medan 20223
 Kampus II : Jalan Setiaabadi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 ☎ (061) 8226331 Medan 20122
 Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

SURAT KETERANGAN Nomor : 5214/UMA/B/01.7/XII/2021

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Tasya Namira
 No. Pokok Mahasiswa : 178600422
 Fakultas : Psikologi
 Program Studi : Psikologi

Benar telah selesai Pengambilan Data di Universitas Medan Area pada tanggal 04 September sd 23 Oktober 2021 dengan Judul skripsi "*Hubungan Antara Loneliness Dengan Problematic Internet Use Pada Remaja Akhir Pengguna Sosial Media Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*". Dan kami harapkan Data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya.

Medan, 10 Desember 2021

An-Rektor,
 Wakil Rektor Bidang Administrasi,


 Maharyani Maharany Barus, S.H, M. Hum

Tembusan :
 1. Fakultas Psikologi
 2. Arsip

