

**HUBUNGAN *SOCIAL ANXIETY* DAN *LONELINESS* DENGAN
PROBLEMATIC INTERNET USE PADA MAHASISWA PENGGUNA
MEDIA SOSIAL TIKTOK DI SURABAYA RAYA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Menyusun Skripsi dalam Proses Studi S-1 Psikologi (S.Psi)



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

Oleh :

Retno Edya Permatasari

J91219122

Dosen Pembimbing:

Dr. H. Jainudin, M.Si

NIP. 196205081991031002

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

2023

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan penelitian yang berjudul, “Hubungan *Social Anxiety* dan *Loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial Tiktok di Surabaya Raya” merupakan karya penelitian yang diajukan untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini dalam pengetahuan penulis tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain yang sama persis dengan karya ini kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebabkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 29 Juni 2023



Retno Edya Permatasari

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**Hubungan *Social Anxiety* dan *Loneliness* dengan *Problematic internet use* pada
Mahasiswa Pengguna Media Sosial Tiktok di Surabaya Raya**

Oleh:

Retno Edya Permatasari

J91219122

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 29 Juni 2023

Dosen Pembimbing



Dr. H. Jainudin, M.Si.
NIP. 196205081991031002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN SOCIAL ANXIETY DAN LONELINESS DENGAN
PROBLEMATIC INTERNET USE PADA MAHASISWA PENGGUNA
MEDIA SOSIAL TIKTOK DI SURABAYA RAYA**

Yang disusun oleh:

Retno Edya Permatasari
J91219122

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada tanggal 14 Juli 2023

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. Phil Khoirun Niam
NIP. 197007251996031004
Susunan Tim Penguji
Penguji I

Dr. H. Jainudin, M.Si.
NIP. 196205081991031002
Penguji II,

Dr. Lufiana Harnany Utami, S.Pd, M.Si
NIP. 197602272009122001
Penguji III,

Rizma Fithri, S.Psi, M.Si
NIP. 197403121999032001
Penguji IV,

Esti Novi Andyarini, M.Kes
NIP. 198411172014032003

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN AGAMA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300

E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : RETNO EDYA PERMATASARI
NIM : J91219122
Fakultas/Jurusan : PSIKOLOGI DAN KESEHATAN / PSIKOLOGI
E-mail address : retnoedya44@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan *Social Anxiety* dan *Loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial Tiktok di Surabaya Raya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 21 - Juli - 2023

Penulis

(Retno Edya Pematasari)

ABSTRAK

Problematic internet use is a multidimensional syndrome associated with behavioral and cognitive symptoms of excessive internet use. High problematic internet use can cause adverse effects for individuals in psychological, academic, health, and social. This study aims to determine the relationship between social anxiety and loneliness with problematic internet use. This research design uses quantitative correlation involving 230 students who use Tiktok social media in Greater Surabaya (Surabaya, Sidoarjo, Gresik). There are three instruments in this study, namely the Generalized Problematic Internet Use Scales 2 (GPIUS 2), Social Anxiety Scale Adolescence (SAS - A), and UCLA Loneliness Scale Version 3. Data were analyzed using multiple linear regression tests with the help of SPSS version 25. Sampling used purposive sampling. The results of this study indicate that social anxiety and loneliness each have a significant positive relationship with problematic internet use in Tiktok social media user students in Greater Surabaya with an R square value (coefficient of determination) obtained of 0.211 / 21.1%. Social anxiety and loneliness also jointly contribute to problematic internet use.

Keyword : Problematic internet use, Social Anxiety, Loneliness

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
INTISARI	x
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR TABEL	xvi
BAB I.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Keaslian Penelitian.....	10
D. Tujuan Penelitian	14
E. Manfaat Penelitian	15
F. Sistematika Pembahasan	16
BAB II	18
A. <i>Problematic internet use</i>	18
1. Definisi <i>Problematic internet use</i>	18
2. Simpton – Simpton <i>Problematic internet use</i>	20
3. Aspek – Aspek <i>Problematic internet use</i>	22
4. Faktor – Faktor yang mempengaruhi <i>Problematic internet use</i>	23
5. Karakteristik <i>Problematic internet use</i>	24
B. <i>Social Anxiety</i>	25
1. Definisi <i>Social Anxiety</i>	25
2. Aspek – Aspek <i>Social Anxiety</i>	27
3. Faktor – faktor yang mempengaruhi <i>Social Anxiety</i>	28
C. <i>Loneliness</i>	29
1. Definisi <i>Loneliness</i>	29
2. Aspek – aspek <i>loneliness</i>	30
3. Jenis – Jenis <i>Loneliness</i>	30

4. Faktor – faktor yang mempengaruhi <i>Loneliness</i>	31
D. Hubungan Social Anxiety dan Loneliness dengan Problematic Internet..	33
E. Kerangka Teoritik	35
F. Hipotesis.....	37
BAB III	39
A. Rancangan Penelitian	39
B. Identifikasi Variabel.....	39
C. Definisi Operasional	40
1. <i>Social Anxiety</i>	40
2. <i>Loneliness</i>	40
3. <i>Problematic internet use</i>	40
D. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel	41
1. Populasi.....	41
2. Teknik Sampling	41
3. Sampel.....	42
E. Instrumen Penelitian	44
1. Alat ukur <i>Social Anxiety</i>	44
2. Alat ukur <i>Loneliness</i>	47
3. Alat ukur <i>Problematic internet use</i>	51
F. Analisis Data Penelitian	55
1. Uji Normalitas	56
2. Uji Linieritas	57
3. Uji Multikolinieritas.....	59
4. Uji Heteroskedastisitas.....	60
5. Uji Hipotesis	61
BAB IV	62
HASIL DAN PEMBAHASAN	62
A. Hasil Penelitian	62
B. Pengujian Hipotesis.....	80
C. Pembahasan.....	86
BAB V.....	102
PENUTUP.....	102
A. Kesimpulan	102
B. Saran.....	102

DAFTAR PUSTAKA.....	105
LAMPIRAN.....	112



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2 1 Kerangka Teoritik	37
Gambar 3 1 Grafik Scatterplot Hasil analisis Uji Heteroskedastistitas.....	60



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint skala Social Anxiety	44
Tabel 3. 2 Skor Skala Likert Social Anxiety.....	44
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Item Variabel Social Anxiety.....	46
Tabel 3. 4 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Social Anxiety.....	47
Tabel 3. 5 Blueprint Skala Loneliness	48
Tabel 3. 6 Skor Skala Likert Loneliness	48
Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Item Variabel Loneliness	50
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Loneliness	51
Tabel 3. 9 Blueprint skala Problematic internet use	52
Tabel 3. 10 Skor Skala Likert Problematic internet use.....	52
Tabel 3. 11 Hasil Uji Validitas Item Variabel Problematic internet use.....	54
Tabel 3. 12 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Problematic internet use.....	55
Tabel 3. 13 Hasil Uji Normalitas	56
Tabel 3. 14 Hasil Uji Linieritas Problematic internet use dengan Social Anxiety	58
Tabel 3. 15 Hasil Uji Linieritas Problematic internet use dengan Loneliness	58
Tabel 3. 16 Hasil analisis Uji Multikolinieritas	59
Tabel 4 1 Pengelompokkan Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	64
Tabel 4 2 Pengelompokkan Subjek berdasarkan Usia	65
Tabel 4 3 Pengelompokkan berdasarkan Instansi	66
Tabel 4 4 pengelompokkan berdasarkan Domisili Kuliah.....	68
Tabel 4 5 pengelompokkan berdasarkan Durasi Penggunaan Tiktok.....	69
Tabel 4 6 Hasil Uji Deskriptif.....	69
Tabel 4 7 Rumus Kategorisasi	70
Tabel 4 8 Kategorisasi variabel Social Anxiety	71
Tabel 4 9 Kategorisasi variabel Loneliness	71
Tabel 4 10 Kategorisasi variabel Problematic internet use.....	72
Tabel 4 11 Kategorisasi Silang Jenis Kelamin dengan Problematic internet use	72
Tabel 4 12 Kategorisasi Silang Usia dengan Problematic internet use.....	73
Tabel 4 13 Kategorisasi Silang Domisili dengan Problematic internet use.....	74
Tabel 4 14 Kategorisasi Silang Instansi dengan Problematic internet use.....	75
Tabel 4 15 Kategorisasi Silang Durasi dengan Problematic internet use	78
Tabel 4 16 Kategorisasi Silang Social Anxiety dengan Problematic internet use	79
Tabel 4 17 Kategorisasi Silang Loneliness dengan Problematic internet use.....	80
Tabel 4 18 Hasil Uji T.....	82
Tabel 4 19 Hasil Uji F.....	83
Tabel 4 20 Hasil Uji Koefisien Determinasi	84

DAFTAR LAMPIRAN

A.	Lampiran 1. Tabel Kuisisioner	123
B.	Lampiran 2. Google Form.....	126
C.	Lampiran 3. Tabulasi Data	128
D.	Lampiran 4. Validitas dan Reliabilitas.....	146
E.	Lampiran 5. Uji Prasyarat	149
F.	Lampiran 6. Uji Hipotesis	150



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Internet membawa kemudahan dan kenyamanan dalam berkomunikasi, bekerja, belajar, bermain, dan mengakses informasi (Noya et al., 2022). Berdasarkan survei APJII, aplikasi internet yang paling banyak digunakan masyarakat Indonesia adalah media sosial. Pada periode tahun 2021-2022, tercatat sebanyak 89,15% dari responden mengakses konten media sosial (Mahmudan, 2022). Menurut data dari We Are Social, individu yang menggunakan media social di Indonesia pada tahun 2023 mencapai 167 juta orang atau sekitar 60,4 persen dari populasi, presentase tersebut merupakan yang tertinggi dibandingkan konten lainnya di internet (Clinten, 2023). Melalui media sosial masyarakat bisa melakukan bermacam kegiatan seperti berkomunikasi, berdagang, berbagi sesuatu, mempelajari sesuatu, dan memberikan pendapat secara online (Cahyono, 2016).

Menurut survei statistik *We Are Social* dan Hootsuite, media sosial Tiktok memiliki 1,6 miliar pengguna di seluruh dunia pada Januari 2023. Amerika Serikat memiliki jumlah pengguna Tiktok terbesar di dunia dengan 113,25 juta pengguna dan disusul oleh Indonesia di peringkat ke dua dengan 109,9 juta pengguna (Annur, 2023). Menurut survei *Business of Apps*, mayoritas pengguna TikTok secara global berusia 18 - 24 tahun dengan proporsi 20,9% perempuan dan laki-laki 17,5%. (Rizaty, 2023). Hal tersebut sesuai dengan penelitian Wijaya & Mashud; Bulele & Wibowo, (2020) yang memaparkan bahwa

pengguna aplikasi TikTok di Indonesia kebanyakan adalah anak usia sekolah dan mahasiswa. Berdasarkan penelitian dari Paul G. Brown yang berjudul *College Students, Social Media, Digital Identities, and the Digitized Self* (2016), dari subjek mahasiswa dengan usia 18-24 tahun ditemukan bahwa mereka secara sadar menggunakan media sosial untuk membentuk dan menampilkan identitas diri mereka secara online, selain itu dari penelitian ini juga didapati bahwa mahasiswa sebagai pengguna aktif media sosial menguasai atau memegang kendali secara penuh media sosial yang digunakan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Young, terdapat temuan yang menunjukkan bahwa sekitar 13 hingga 18,4% populasi mahasiswa di berbagai negara berisiko tinggi mengalami ketergantungan terhadap penggunaan internet, baik secara fisik maupun mental (Young, 2011). Mahasiswa menggunakan internet khususnya media sosial untuk mendapatkan berbagai macam manfaat baik itu akademik maupun non akademik, akan tetapi tanpa mereka sadari penggunaan internet yang secara berlebihan juga dapat menyebabkan permasalahan seperti gangguan fungsional terhadap kehidupan. Hal tersebut rentan membuat mahasiswa mengalami sebuah kecanduan terhadap internet (Sari, 2022).

Menurut Caplan (2010), penggunaan internet yang berlebihan dapat menyebabkan seseorang mengalami ketergantungan pada internet. Dalam penelitiannya, ia membedakan antara kecanduan internet dan problematic internet use, keduanya memiliki karakteristik yang berbeda. Kecanduan internet lebih merujuk pada kondisi yang patologis, sedangkan problematic internet use,

melibatkan pola pikir dan perilaku yang menjadi masalah dalam ranah psikososial, meskipun tidak termasuk dalam kategori patologis, tetapi melibatkan perilaku kognitif-perilaku (S. E. Caplan, 2010).

Menurut Caplan, Williams dan Yee (Caplan et al., 2009) *problematic internet use* adalah sindrom multidimensional yang dapat membuat individu kesulitan mengelola kehidupan kognitif, perilaku, dan emosional pada individu. *Problematic internet use* bisa terjadi ketika seseorang sulit mengendalikan durasi penggunaan internetnya, dan terutama ketika ia merasa kesulitan untuk mengendalikan keinginannya dalam menggunakan internet. Kondisi ini dapat dialami oleh mahasiswa yang tidak mampu mengontrol penggunaan internetnya (Davis et al., 2002).

Tanda - tanda bahwa penggunaan internet seseorang masuk dalam kategori bermasalah adalah ketidakmampuan individu untuk mengendalikan ketergantungan mereka pada internet, yang menyebabkan perasaan tertekan dan gangguan dalam fungsi aktivitas sehari-hari (Shapira et al., 2000). Menurut penelitian oleh (Cao et al., 2011), *problematic internet use* dapat menyebabkan individu menghabiskan banyak waktu secara online, dengan durasi penggunaan yang semakin meningkat. Hal ini kemudian dapat berujung pada penarikan diri sosial, pengabaian diri, pola makan yang buruk, serta potensi timbulnya masalah dalam lingkungan keluarga (S. Caplan et al., 2009).

Fenomena *problematic internet use* biasanya banyak terjadi pada kalangan mahasiswa, potensi terjadinya gejala *problematic internet use* pada mahasiswa berkisar antara 4 - 10% (Chou et al., 2005; Czincz & Hechanova, 2009; Astin

Sokang, 2016). Terdapat 59,1 persen mahasiswa Indonesia mengalami *problematic internet use* (Kompas.com, 2023). Beberapa hal yang mendukung terjadinya fenomena *problematic internet use* pada mahasiswa antara lain adalah persyaratan penggunaan internet sebagai sarana pembelajaran di perkuliahan yang membuat mahasiswa menggunakan internet dalam aktivitas sehari-harinya (Astin Sokang, 2016). Mahasiswa yang sering terpapar dengan internet sebagai tuntutan akademik lebih rentan mengalami *problematic internet use* (Rosliza et al., 2020). Mahasiswa yang mengalami *problematic internet use* cenderung merasa lebih nyaman dan percaya diri dalam berinteraksi sosial melalui media internet daripada secara langsung dengan tatap muka (Sari, 2022). Biasanya mahasiswa menggunakan internet untuk meregulasi mood, mengurangi rasa bosan, dan mengisi waktu luang mereka (Cahyani et al., 2015). Jika tidak bermain internet, mahasiswa yang mengalami *problematic internet use* akan merasa cemas dan gelisah bahkan kehilangan minat terhadap aktifitas (Aditiantoro & Wulayani, 2019). Menurut penelitian Garvin (2019) Mahasiswa yang mengalami *problematic internet use* mereka akan menjadikan media sosial sebagai pelarian kebutuhan sosial dan pemenuhan kebutuhan sosialnya.

Preliminary research yang dilakukan oleh peneliti dengan wawancara dan observasi kepada beberapa mahasiswa pengguna Tiktok di Surabaya Raya. Kelima mahasiswa tersebut memiliki kriteria usia yang sesuai yaitu berusia 18 – 22 tahun. 3 dari 2 subjek mengatakan bahwa mereka mengakses Tiktok dengan total waktu 4 – 5 jam per hari. Sedangkan 2 mahasiswa bisa mengakses

tiktok dengan waktu lebih dari 5 jam sehari. Rata – rata dari mereka mengakses tiktok karena memiliki waktu luang, merasa sendirian, dan bosan. 2 dari 3 mahasiswa mengatakan mengakses tiktok untuk membantu meredakan kepenatan dan stress di sela penugasan perkuliahan. 2 mahasiswa berkata mengakses tiktok untuk mencari hiburan karena ia sering merasa sendiri, tidak punya tempat untuk berkeluh kesah dan sulit untuk mengungkapkan perasaanya pada orang lain. Umumnya mereka mengakses tiktok untuk berkomunikasi secara virtual dengan teman daringnya dan saling berbagi konten informasi, fangirling, dan berbagi video / foto menarik yang telah mereka tonton.

Fenomena yang ditemukan dapat dijelaskan dalam psikologi bahwa dimana seseorang yang mengalami masalah psikososial seperti stress, loneliness, kebosanan, dan lain - lain akan mencari *coping mechanism* untuk meredakan masalah yang dialami (Halim & Sabri, 2013). Ketika individu merasa bahwa media sosial dapat membuat mereka lebih nyaman dan percaya diri dalam melakukan interaksi sosial daripada interaksi tatap muka serta motivasi dalam menggunakan media sosial ialah untuk meregulasi suasana hati maka dapat dikatakan bahwa mereka mengalami gejala dari *problematic internet use* (Namira, 2022). Hal tersebut selaras dengan Suryani (2021), dimana mahasiswa menggunakan aplikasi TikTok sebagai sarana untuk mengalihkan masalah dan sebagai media untuk bersenang - senang serta mengekspresikan kreativitas, yang bermanfaat dalam mengurangi kebosanan dan stres yang dirasakan. Namun jika penggunaan Tiktok digunakan tidak terkontrol dan memakan durasi yang lama, yaitu sampai lebih dari 5 jam sehari hal tersebut bisa menyebabkan

penggunanya mengalami *problematic internet use* (Kalkan, 2010). Seperti penelitian yang dilakukan Zalfikhe (2022) dimana pengguna TikTok di Kota Padang mengalami masalah penggunaan internet ketika menggunakan internet khususnya untuk mengatur suasana hati.

Problematic internet use terjadi ketika kebutuhan individu di dunia nyata tidak terpenuhi dan mereka mencari pemenuhan kebutuhan tersebut melalui internet, sebab internet memberikan rasa kepuasan (Ortuño-Sierra et al., 2022). Karena mudah diakses, internet menjadi sarana untuk mengatasi masalah sehari-hari (*daily hassles*) dan mengurangi ketegangan emosional, yang menyebabkan penggunaan internet yang berlebihan (Chen et al., 2017; Jatmika, 2020). *Problematic internet use* dapat menyebabkan individu menghabiskan waktu semakin lama dalam aktivitas online, yang berakibat pada penarikan diri sosial, pengabaian terhadap diri sendiri, pola makan yang tidak sehat, serta masalah dalam keluarga (Cao et al., 2011). Dampak tersebut bisa mengacaukan kehidupan sosial mahasiswa, terutama mereka yang sedang memasuki masa remaja akhir yang seharusnya mulai membangun hubungan yang lebih dewasa dengan teman atau orang lain untuk mempersiapkan masa depan (Deanna Putri et al., 2021). Namun, hal ini mungkin tidak berjalan secara optimal karena banyak waktu yang dihabiskan untuk aktivitas online, yang dapat menyebabkan penarikan diri sosial (Cahyani et al., 2015).

Social anxiety merupakan salah satu faktor penyebab individu menggunakan internet terlalu sering dalam kurun waktu yang tidak wajar (S. Caplan et al., 2009). Salah satu alasan memiliki keinginan untuk terus

mangakses internet adalah karena mereka memperoleh kepuasan dalam berinteraksi sosial di dunia maya (Warella & Pratikto, 2021). Hal ini pula yang mungkin menjadi pemicu beberapa mahasiswa untuk menghindari komunikasi tatap muka hingga lebih memilih untuk komunikasi online untuk menghadapi social anxiety yang berujung pada *problematic internet use* (Kristian Santoso et al., 2023).

Social anxiety merujuk pada rasa kurang percaya diri dalam memperkenalkan diri dan keinginan untuk menciptakan kesan yang baik tentang diri sendiri di hadapan orang lain (S. E. Caplan, 2007). Sebagai hasilnya, mahasiswa yang mengalami *social anxiety* dapat merasa cemas saat berbicara langsung dengan orang lain, namun dapat merasa lebih nyaman dalam berkomunikasi secara online (Ramadhanti et al., n.d.). Menurut Azka, Firdaus, dan Kurniadewi (2018), mahasiswa yang mengalami *social anxiety* berusaha memberikan kesan yang positif saat berkomunikasi online untuk mendapatkan pengakuan dari orang lain. Ebeling-Witte et al. (2007) dan Whang et al. (2003), yang menunjukkan bahwa individu, terutama mahasiswa yang mengalami *social anxiety*, dapat menjadi terlalu bergantung pada internet dan media sosial, termasuk TikTok, sebagai cara untuk menghindari interaksi tatap muka. Adapun juga Penelitian yang dilakukan Sari (2022) menunjukkan hasil adanya hubungan positif yang dimana individu yang mengalami *social anxiety* dengan tingkat yang tinggi maka *problematic internet use* yang dialaminya semakin tinggi, sebaliknya semakin rendah *social anxiety* semakin rendah juga *problematic internet use* yang dialami.

Loneliness merujuk pada kurangnya keintiman dalam hubungan antar manusia yang dirasakan oleh individu sebagai sebuah pengalaman yang tidak menyenangkan (Pettigrew & Roberts, 2008). Menurut penelitian Garvin (2019) *loneliness* berhubungan secara signifikan dengan *problematic internet use*. Penelitian yang dilakukan Rini et al. (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara tingkat *loneliness* yang dirasakan oleh individu dengan tingkat *problematic internet use* yang dialaminya, dimana semakin tinggi tingkat *loneliness*, semakin tinggi pula tingkat *problematic internet use*, dan sebaliknya, semakin rendah tingkat *loneliness*, semakin rendah juga tingkat *problematic internet use* yang dialami. Namun, hasil penelitian Odaci & Celik (2013) menunjukkan hasil yang berbeda ketika meneliti hubungan antara *problematic internet use* dengan perasaan malu, *loneliness*, narsistik, agresi, dan *self perception*. Penelitian tersebut menemukan bahwa tidak ada hubungan antara *loneliness* dan *problematic internet use*.

Bruno (2000) mengungkapkan bahwa individu yang mengalami *loneliness* akan merasa terisolasi, ditolak, tidak dimengerti, tidak dicintai, tidak memiliki teman, enggan membuka diri, dan merasa bosan serta gelisah. Sehingga mahasiswa cenderung mencari cara untuk membangun hubungan pertemanan yang baru atau mempertahankan relasi yang telah terjalin, karena mereka tidak ingin mengalami penolakan dari orang lain (Naufal, 2021). Hal tersebut menjadikan penggunaan media sosial sebagai suatu kebutuhan bagi mahasiswa (Sari, 2022).

Bonsaksen dkk. (2021) dalam penelitiannya mengatakan, bahwa bagi mahasiswa, Tiktok merupakan sebuah media sosial yang berperan sebagai alternatif pengganti interaksi sosial secara langsung dalam kehidupan nyata, serta sebagai strategi untuk mencegah atau membantu mahasiswa mengatasi perasaan *loneliness*. Salah satu manfaat menggunakan media sosial adalah kemampuannya untuk membantu mengurangi rasa *loneliness* dengan memfasilitasi terbentuknya persahabatan melalui interaksi daring (Mohan & Ravindran, 2020). Namun, keadaan ini dapat menyebabkan peluang untuk berinteraksi secara langsung menjadi terbatas bagi seseorang (Weiten & Lloyd, 2006). Terbatasnya peluang untuk berinteraksi secara langsung dapat mempengaruhi persepsi negatif seseorang terhadap keterampilan sosial dan kemampuannya dalam berkomunikasi (Angel, 2019). Persepsi negatif tersebut dapat mendorong individu untuk berlebihan menggunakan internet sebagai pengganti interaksi sosial secara tatap muka yang dihindari (Rini et al., 2020).

Berdasarkan uraian fenomena di atas penelitian ini menjadi sebuah pembahasan yang menarik untuk diteliti. Oleh sebab itu, topik penelitian ini akan mengkaji Hubungan antara *Social Anxiety* dan *Loneliness* dengan *Problematic internet use* pada Mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Kota Surabaya Raya.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan *Social Anxiety* terhadap *Problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya ?

2. Apakah terdapat hubungan *Loneliness* terhadap *Problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya ?
3. Apakah terdapat hubungan *Social Anxiety* dan *Loneliness* terhadap *Problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya ?

C. Keaslian Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian – penelitian terdahulu yang berkaitan dengan *social anxiety*, *loneliness*, dan *problematic internet use* sebagai acuan dalam penelitian yang akan dilakukan, yaitu :

Penelitian Hubungan Antara *Social anxiety* dan *Problematic internet use* Pada Mahasiswa. Penelitian ini melibatkan 137 mahasiswa dari Universitas Padjadjaran yang terdaftar pada tahun 2017, yang dipilih secara acak menggunakan teknik *two-stage cluster sampling*. Untuk mengukur tingkat *social anxiety*, para peneliti menggunakan *Liebowitz Sosial Anxiety Scale Self Report* yang terdiri dari 24 item dan telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia, sedangkan untuk mengukur *problematic internet use*, peneliti menggunakan Indonesia *Problematic internet use* yang terdiri dari 63 item. Dari hasil penelitian, terlihat adanya hubungan positif yang signifikan antara tingkat *social anxiety* dan *problematic internet use*, walaupun kategori hubungan tersebut tergolong lemah. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat *social anxiety* yang dialami oleh seseorang, semakin tinggi pula kemungkinan dia mengalami *problematic internet use* (Naufal, 2021).

Penelitian Hubungan *Loneliness* dengan *Problematic internet use* pada *Emerging Adulthood* di Masa Pandemi yang diteliti menggunakan metode teknik analisis korelasional dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi yang dipilih adalah orang dewasa awal berusia 18-25 tahun yang tinggal di kota Bandung dan menggunakan internet selama lebih dari 5 jam sehari untuk tujuan non akademik atau non profesional. Sampel penelitian sebanyak 349 orang dipilih secara aksidental dan diukur menggunakan UCLA *loneliness* version 3 dan *Generalized Problematic internet use Scale 2*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *loneliness* dan penggunaan internet yang bermasalah ($p = 0,000 < 0,05$), dengan koefisien korelasi sebesar 0,259, menunjukkan hubungan yang lemah tetapi pasti (Putri Ramadhani et al., 2022).

Penelitian *Loneliness, Social anxiety* Dan *Problematic internet use* Pada Mahasiswa Pengguna Instagram yang meneliti 130 orang mahasiswa yang menggunakan media sosial Instagram minimal 5 jam dalam sehari. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *loneliness* dan *social anxiety* dengan *problematic internet use* sebesar 20.3%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *social anxiety* mempengaruhi penggunaan internet yang problematik lebih kuat daripada *loneliness*. Hal ini dikarenakan mahasiswa yang mengalami *social anxiety* membutuhkan hubungan yang stabil dan aman dalam berkomunikasi. Oleh

karena itu, Instagram dapat menjadi tempat virtual yang membantu mencari rasa aman dan menyembunyikan kekurangan (Sari, 2022).

Selanjutnya terdapat penelitian Hubungan Antara *Loneliness* dengan *Problematic internet use* pada Mahasiswa yang merupakan penelitian kuantitatif dengan metode korelasi. Dalam penelitian ini, dilakukan pengukuran pada 97 mahasiswa yang berusia antara 18-21 tahun dengan menggunakan skala yang diadaptasi dari *Generalized Problematic internet use Scale 2* dan *UCLA Loneliness Scale Version 3*. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan Spearman's Rho, dan hasilnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang lemah antara tingkat loneliness dan penggunaan internet yang bermasalah pada mahasiswa, dengan angka koefisien korelasi sebesar 0,250 dan nilai signifikansi sebesar 0,014 (Cahyani et al., 2015).

Penelitian *Social anxiety* pada remaja akhir: Bagaimana peranan adiksi media sosial merupakan sebuah penelitian kuantitatif dengan bentuk korelasional telah dilakukan terhadap 100 mahasiswa Universitas 17 Agustus Surabaya yang merupakan remaja akhir dan menggunakan Instagram. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi positif antara adiksi media sosial dan social anxiety (Kristian Santoso et al., 2023).

Penelitian Kecanduan TikTok dan Gangguannya di Kalangan Pemuda Pakistan yang meneliti 190 mahasiswa dengan pengumpulan data menggunakan survey. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan pengambilan teknik *Connivance sampling*. Hasil penelitian

ini menunjukkan bahwa TikTok memiliki pengaruh yang significant terhadap gangguan lainnya seperti vulgar, distribusi sosial, dan ciri kepribadian (Sabir et al., 2020a).

Penelitian *seeking safety on the internet: Relationship between social anxiety and problematic internet use* meneliti sebanyak 338 orang. Siswa dinilai dengan lembar data sosiodemografi, tes kecanduan internet, dan *Hamilton Anxiety Rating Scale*. Hasil dalam penelitian ini adalah Social anxiety dikonfirmasi sebagai prediktor signifikan penggunaan internet yang bermasalah saat mengendalikan depresi dan kecemasan umum. Social anxiety dikaitkan dengan persepsi kontrol yang lebih besar dan penurunan risiko evaluasi negatif saat berkomunikasi online, namun kualitas hubungan yang dirasakan tidak berbeda. Ekspektasi negatif selama interaksi tatap muka sebagian menyumbang hubungan antara *social anxiety* dan penggunaan internet yang bermasalah. Ada juga bukti awal bahwa preferensi untuk komunikasi online memperburuk penghindaran tatap muka (Lee & Stapinski, 2012).

Selanjutnya penelitian *Social Interactional Anxiety and Problematic internet use among Young Adults*, meneliti 200 kelompok usia 18-25 yang mendapat nilai tinggi pada Tes Kecanduan Internet, oleh Kimberly Young melalui metode *purposive sampling*. Untuk skala yang digunakan adalah kecemasan interaksi sosial yang dikembangkan oleh Mattick dan Clarke. Hasil penelitian ini adalah terdapat korelasi yang signifikan antara interaksional sosial dan masalah penggunaan internet dengan skor perempuan lebih tinggi dari pada laki laki. Hubungan tersebut juga bersifat positif (Sharma, n.d.).

Terakhir penelitian *Loneliness and Problematic internet use Among Young Adults* yang meneliti 212 subjek dari lembaga pendidikan dengan usia 18-25 tahun. Penelitian ini menggunakan metode *covience sampling*. Hasil dalam penelitian ini terdapat hubungan significant antara loneliness dan masalah penggunaan internet dimana tekanan psikologis dapat memicu masalah psikologis dan loneliness dapat memicu timbulnya masalah *problematic internet use* atau juga disebut *problematic internet use* (Mohan & Ravindran, 2020).

Penelitian terdahulu diatas telah meneliti beberapa variabel yang memiliki pengaruh dan hubungan terhadap *Problematic internet use*, dan variabel yang sering ditemukan adalah *Loneliness*. Namun masih jarang peneliti yang membahas lebih banyak mengenai variabel *social anxiety*. Hal tersebut membuat penelitian ini menggabungkan kedua variabel tersebut karena masih sedikit penelitian yang menggabungkan keduanya. Oleh sebab itu peneliti akan menjalankan penelitian dengan menggabungkan variabel *social anxiety* dan *loneliness* secara bersamaan untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel tersebut.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan *Social Anxiety* terhadap *Problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya Raya

2. Untuk mengetahui hubungan *Loneliness* terhadap *Problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya Raya
3. Untuk mengetahui hubungan *Social Anxiety* dan *Loneliness* terhadap *Problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya Raya

E. Manfaat Penelitian

Peneliti berharap hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat Secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian yang akan dilakukan ini diharapkan menjadi sebuah kajian ilmu psikologi dan dapat memperkaya informasi terutama pada bidang psikologi sosial dan klinis.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian yang dilakukan ini dapat menjadikan sebuah pengetahuan bagi mahasiswa akan dampak buruk dari penggunaan internet secara berlebihan

- b. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan sebuah pengetahuan dan masukan untuk penelitian selanjutnya yang meneliti hubungan *Social Anxiety* dan *Loneliness* dengan *Problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya Raya.

F. Sistematika Pembahasan

Penulisan skripsi ini dilakukan untuk menulis laporan penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti dari awal menentukan latar belakang permasalahan hingga kesimpulan yang membahas mengenai “Hubungan Antara *Social Anxiety* dan *Loneliness* dengan *Problematic internet use* Pada Mahasiswa Peneegguna Media Sosial Tiktok di Surabaya”. Sistematika pembahasan ini telah menyesuaikan pedoman penulisan skripsi program studi psikologi yang berlaku.

Bab I adalah pendahuluan yang membahas latar belakang permasalahan mengenai fenomena perilaku phubbing. Kemudian dilanjutkan dengan memaparkan rumusan masalah, keaslian penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika pembahasan.

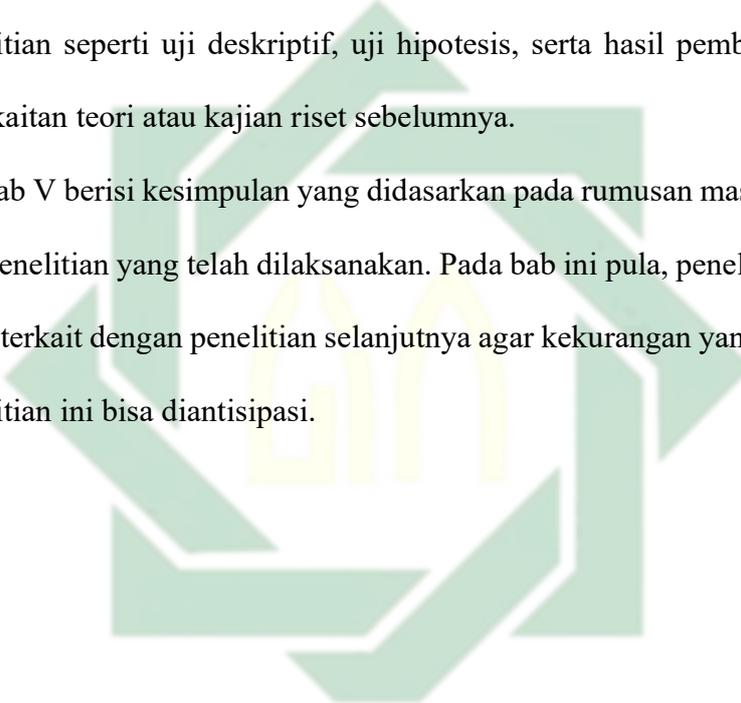
Bab II adalah tinjauan pustaka menjelaskan mengenai teori – teori dari berbagai sumber referensi yang peneliti gunakan sebagai materi dalam penelitian yang dilaksanakan. Adapun teori pada penelitian ini yakni teori perilaku phubbing, empati, dan kontrol diri yang terdiri dari definisi, faktor – faktor, dan aspek masing – masing variabel. Dengan demikian, tersusunlah kerangka teoritik dan hipotesis untuk menjadi dasar pada penelitian ini.

Bab III membahas mengenai metode penelitian meliputi variabel yang diteliti, definisi operasional pada masing – masing variabel, rancangan penelitian, kemudian populasi, sampel, dan teknik sampling pada penelitian. Tak hanya itu, pada bab ini juga terdapat penjelasan mengenai instrumen

penelitian, validitas dan reliabilitas penelitian, serta analisis data yang akan digunakan.

Bab IV berisi hasil yang telah didapatkan selama melaksanakan penelitian dan hasil uji hipotesis beserta pembahasannya. Pada bab ini terdiri atas persiapan dan pelaksanaan penelitian hingga akhir proses analisis data penelitian seperti uji deskriptif, uji hipotesis, serta hasil pembahasan dengan keterkaitan teori atau kajian riset sebelumnya.

Bab V berisi kesimpulan yang didasarkan pada rumusan masalah serta hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan. Pada bab ini pula, peneliti memberikan saran terkait dengan penelitian selanjutnya agar kekurangan yang terdapat pada penelitian ini bisa diantisipasi.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Problematic internet use*

1. Definisi *Problematic internet use*

Caplan (2010) menjelaskan bahwa *problematic internet use* adalah sebuah gejala pada perilaku dan kognitif berlebihan dalam penggunaan internet yang dapat menyebabkan dampak buruk bagi individu tersebut dalam psikologis, akademik, kesehatan dan sosial

Pendapat tersebut selaras dengan apa yang di kemukakan Young yaitu *problematic internet use* merupakan pemakaian internet dalam bermacam aktifitas online dengan berlebihan hingga pada tahap yang bisa memberikan dampak yang sangat buruk bagi psikologis dan fisik.

Caplan dkk (2009) juga mengemukakan bahwa *problematic internet use* merupakan sindrom multidimensional yang dapat menyebabkan individu sulit mengorganisir kehidupan pada dunia nyata yang dapat terdiri dari gejala emosional dan kognisi. Caplan juga setuju bahwa *problematic internet use* bukan gangguan psikologis tetapi termasuk pada permasalahan kognitif dan tingkah laku.

Martin (1999) menjelaskan bahwa *problematic internet use* merupakan pemakaian waktu dalam bermain internet secara berlebihan untuk keperluan pribadi yang dapat menyebabkan dampak buruk fisik. Dengan kata lain, individu dengan penggunaan internet yang bermasalah akan menjadikan internet sebagai sarana multiguna yang berujung pada menyia-nyiakan

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. *Problematic internet use* dapat menyebabkan seseorang menghabiskan waktunya untuk selalu bermain internet yang dapat mengarahkan pada penarikan sosial, masalah keluarga, dan dirinya terabaikan (Cao et al., 2011).

Menurut Shapira, Dkk (2000) menjelaskan *problematic internet use* dapat dilihat ciri - cirinya yaitu ketika tidak dapat mengontrol pemakaian internet yang dapat menyebabkan kesulitan dalam kehidupan di masyarakat. Beard dan Wolf (2001) juga memaparkan penjelasan bahwa *problematic internet use* dapat menimbulkan kesulitan dan gangguan sosial dalam kehidupan sehari harinya.

Berdasarkan dari beberapa penjelasan para ahli diatas, maka bisa disimpulkan bahwa *problematic internet use* adalah istilah yang terkait dengan masalah penggunaan internet. Individu yang mengalami *problematic internet use* akan menggunakan internet secara berlebihan (kompulsif) untuk berbagai aktivitas online sampai memberikan dampak negatif dimana ia tidak mampu untuk mengontrol dirinya dalam menggunakan internet. Sehingga menyebabkan kesulitan dalam kehidupan bermasyarakat. *Problematic internet use* merupakan sindrom

multidimensional yang dapat terdiri dari ciri - ciri kognitif yang maladaptive dan perilaku negatif dalam kehidupan sosial.

2. Simpton – Simpton *Problematic internet use*

Caplan (2003) menyebutkan terdapat gejala seseorang yang mengalami *problematic internet use* yaitu:

a. *Mood Alteration*

Pemakaian internet dapat memfasilitasi perubahan aspek afektif yang menjadi negatif. Sebuah kondisi saat seseorang mengalami emosi negatif seperti marah yang menyebabkan penggunaan internet untuk meluapkan emosi tersebut.

b. *Perception of Social Benefits Online*

Terdapat dampak positif yang dapat dirasakan pengguna internet yaitu mulai mencari informasi dengan mudah dan dapat menghasilkan uang

c. *Compulsive Use*

Simpton tersebut merupakan sebuah tingkah laku individu yang tidak dapat mengontrol penggunaan internet secara berlebihan dan sulit untuk meninggalkan internet

d. *Excessive Use*

Waktu penggunaan dalam bermain internet yang melebihi batas wajar, waktu tersebut biasanya berjam jam secara terus menerus akan meningkat.

e. *Withdrawal*

Simpton yang dimana seseorang kesulitan dalam menjauhi bermain internet. Simpton tersebut merupakan upaya individu untuk menarik diri selalu menggunakan internet.

f. *Perceived Social Control*

Seseorang yang lebih senang berkomunikasi secara online dibandingkan dengan interaksi secara langsung dengan orang lain, individu tersebut sering ditemui bahwa kehidupan maya tidak seperti kehidupan nyatanya.

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 *problematic internet use* lebih lanjut.

3. Aspek – Aspek *Problematic internet use*

Caplan (2003) menyebutkan bahwa terdapat empat aspek dalam menggambarkan *problematic internet use* yaitu sebagai berikut:

a. *POSI (Preference for Online Social Interaction)*

Aspek tersebut merupakan gejala kognisi dengan keyakinan individu yang lebih nyaman dan merasa aman berinteraksi secara online.

b. *Mood Regulation*

Aspek ini merupakan gejala kognitif yang dapat menggambarkan motivasi pada diri individu dalam pemakaian internet agar dapat merubah suasana hati. Hal tersebut dapat ditinjau dari segi sosial seseorang yang cemas ketika berinteraksi secara langsung dengan orang lain.

c. *Deficient Self-Regulation*

Sebuah kegagalan yang pernah dialami oleh individu ketika mencoba dalam mengendalikan diri saat bermain internet. Hal ini dapat terjadi karena individu mencoba mengurangi pemakaian internet dalam kehidupannya.

1) *Compulsive internet use*

Merupakan sebuah keinginan seseorang yang terus dalam penggunaan internet, bahkan saat seseorang tidak mempunyai keperluan dalam mengakses internet. Dalam perilaku tersebut individu akan kesulitan mengontrol penggunaan internet

2) *Cognitive preoccupation*

Sebuah pemikiran individu yang terobsesif dalam penggunaan internet, seperti ketika tidak bermain internet individu akan takut ketinggalan informasi yang terupdate.

d. Negative Outcomes

Sebuah dampak negatif yang disebabkan oleh pemakaian internet seperti susah mengatur kehidupan, gangguan kehidupan sosial dan masalah lainnya. Seseorang yang mengalami *problematic internet use* akan lebih tertarik pada media sosial yang menuju interaksi secara daring.

Berdasarkan pemaparan diatas, aspek – aspek *problematic internet use* meliputi POSI (*preference for online social interaction*), *mood regulation*, *deficient self regulation*, dan *negative outcome*.

4. Faktor – Faktor yang mempengaruhi *Problematic internet use*

Menurut Morahan-Martin,J (1999) ada beberapa faktor – faktor yang mempengaruhi *problematic internet use*, yaitu :

a. *Loneliness*

Loneliness merupakan timbulnya *problematic internet use* karena ketika seseorang mengalami perbedaan tingkat interaksi sosial di masyarakat dapat menyebabkan individu tersebut mencari sebuah interaksi sosial baru yang menyenangkan.

b. *Self Esteem* rendah

Karena kurangnya harga diri dan kepercayaan diri pada individu yang menyebabkan individu menjadi lebih nyaman berinteraksi pada dunia maya hal tersebut yang memicu *problematic internet use*.

c. Depresi

Seseorang yang mengalami depresi akan mencari sebuah pengalihan untuk mengalihkan suasana hatinya dengan hal yang menyenangkan seperti bermain internet, game atau media sosial.

d. *Social anxiety*

Individu yang memiliki *social anxiety* yang tinggi akan sulit untuk berinteraksi secara langsung dan sulit menjalin hubungan pertemanan secara langsung. Hal tersebut yang menyebabkan individu memilih berkomunikasi secara online karena akan lebih menciptakan kesan positif tentang diri sendiri.

5. Karakteristik *Problematic internet use*

Caplan (2003) memaparkan penjelasan bahwa seseorang yang mengalami *problematic internet use* akan merasa depresi dan loneliness, seseorang yang mengalami gangguan psikologis tersebut akan memiliki perasaan bersalah, tidak nafsu makan dan kesedihan.

Terdapat penelitian yang dilakukan oleh Caplan dkk (2009) dalam pemakaian internet yang bermasalah pada mahasiswa di University of Delaware yang menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki *Problematic internet use* bisa mengalami :

a. *Introversion* dan *loneliness*

Kondisi tersebut merupakan keadaan individu yang nyaman dalam menyimpan masalah sendiri dalam menghadapi suatu permasalahan. Individu akan lebih nyaman jika masalah tersebut tidak diperlihatkan pada orang lain. Hal tersebut yang dapat memicu rendahnya harga diri pada seseorang maka rendahnya harga diri termasuk faktor dalam *problematic internet use*

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

Perasaan individu yang mengalami gangguan psikologis yang dapat ditandai dengan menurunnya dalam penggunaan internet dengan terus menerus.

c. *Physical dan Verbal Agression*

Sebuah keadaan fisik dan pemakaian bahasa yang agresif dalam mengakses internet.

d. *Deriving a Sense of Community from Classmate dan Co-Workers*

Suatu kondisi seseorang yang menjadi teratrik dalam penggunaan internet karena terdapat pengaruh dari teman sebaya.

B. *Social Anxiety*

1. *Definisi Social Anxiety*

American Psychiatric Association (APA) mengatakan *social anxiety* merupakan rasa takut terhadap situasi sosial yang berhadapan dengan orang-orang baru pada dirinya dan ketakutan penilaian buruk dari orang-orang baru tersebut (La Greca & Lopez, 1998).

Social Anxiety didefinisikan sebagai ketakutan akan pengawasan sosial dan evaluasi negatif, yang ditandai dengan ketegangan dan kegugupan dalam lingkungan sosial. Individu dengan tingkat *social anxiety* yang lebih tinggi cenderung merasa cemas tidak diterima atau dikucilkan oleh orang lain, dan mereka cenderung menafsirkan rangsangan sosial sebagai permusuhan atau rasa tidak suka (Annoni et al., 2021). Menurut La Greca dan Lopez (dalam Junttila, Laakkonen, Niemi dan Ranta, 2011) *social anxiety* dapat menimbulkan perasaan takut, cemas, atau khawatir terhadap situasi sosial dan ketakutan akan dievaluasi oleh orang lain. Pengalaman negatif, konflik atau pengalaman dengan teman sebaya tertentu dapat memicu *social anxiety* yang dapat menghambat kemampuan individu untuk berinteraksi sosial dan berkembang secara sosio-emosional.

Sedangkan menurut Brecht (2000) *social anxiety* adalah perasaan takut pada penilaian negatif seseorang pada dirinya atau perilaku yang dilakukannya. Gangguan tersebut dapat menyebabkan seseorang lebih menghindari situasi sosial karena takut dinilai buruk oleh orang lain. Menurut Martin dan Richard, *social anxiety* dapat mengacu pada kurang nyamannya atau rasa gugup dalam situasi sosial di masyarakat. Hal tersebut dapat terjadi karena individu takut untuk melakukan hal yang memalukan sehingga dapat membuat kesan buruk bagi orang lain.

Dari semua penjelasan diatas dapat ditarik sebuah arti dari *social anxiety* adalah perasaan tidak nyaman pada seseorang di lingkungan sosial yang memaksanya untuk berinteraksi dengan orang baru dan interaksi

tersebut menyebabkan kecemasan karena takut mendapatkan penilaian buruk dari orang lain.

2. Aspek – Aspek *Social Anxiety*

La Greca dan Lopez (1998) memaparkan aspek *social anxiety* yaitu sebagai berikut:

a. Ketakutan akan penilaian negatif (*Fear of negative evaluation*)

Sebuah kecemasan dan ketakutan pada pandangan buruk dari orang lain. Individu khawatir atau takut pada penilaian buruk yang diberikan oleh orang lain seperti mengejek dan mengkritik.

b. Penghindaran dan tertekan secara khusus atau baru (*Social avoidance and distress in new*)

Penghindaran dalam situasi sosial yang tidak dikenal atau yang baru pada dirinya. Hal tersebut seperti selalu menghindar dari orang-orang asing di lingkungan sosial tersebut. Individu akan lebih menghindari tempat umum yang membuatnya merasa tidak nyaman.

c. Penghindaran dan tertekan secara umum (*Social avoidance and distress in general*)

Aspek ini merupakan kecemasan yang dapat mencerminkan suatu hal yang umum dari tekanan sosial dan hambatan sosial. Hal tersebut seperti menghindari orang yang sudah dikenal dalam lingkungan sosial.

3. Faktor – faktor yang mempengaruhi *Social Anxiety*

Leary (1983) mengemukakan bahwa terdapat faktor yang menyebabkan terjadinya social anxiety pada individu, yaitu :

- a. *Public self consciousness*, individu merasa selalu diamati dan dinilai buruk orang lain
- b. *Need for approval*, terdapat pengakuan dan penerimaan pada dirinya dari orang lain
- c. *Fear of negative evaluation*, perasaan individu ketika dinilai buruk oleh orang lain
- d. *Loneliness*, seseorang menjadi sensitive dan mempunyai dorongan untuk disukai banyak orang
- e. *Self esteem*, kepercayaan diri saat melakukan sebuah tindakan
- f. *Innaccurately perceived social difficulties*, perkiraan yang salah pada individu saat kurang tepat bertindak
- g. *Accurately perceived social difficulties*, perkiraan individu yang salah bahwa kurang tepat saat bertindak
- h. *Low physical attractiveness*, seseorang mempunyai daya tarik fisik yang kurang baik
- i. *Excessively high standards for self evaluation*, individu yang selalu mempunyai standart yang tinggi dalam apapun

C. *Loneliness*

1. Definisi *Loneliness*

Loneliness adalah sebuah keadaan yang dialami oleh seseorang dalam situasi kekurangan pada kualitas hubungan yang tidak menyenangkan. Menurut Russel (1996) dalam bukunya *loneliness* adalah sebuah hubungan social yang tidak sesuai keinginan yang dicapai seperti gelisah, pemikiran kurang hubungan social, dan tekanan. *Loneliness* merupakan persepsi individu yang terisolasi social. *Loneliness* juga merupakan sebuah emosi negative pada individu karena tidak seimbangny hubungan sosial dengan orang lain pada kualitas hidupnya.

Baron dan Byrne (2005) juga menjelaskan *loneliness* adalah kognitif dan perasaan emosi yang tidak bahagia yang disebabkan oleh keinginan untuk berhubungan secara akrab yang tidak dapat tercapai. Nowan (2008) juga mengemukakan bahwa *loneliness* merupakan perasaan yang muncul dari kebutuhan mendesak akan hadirnya seseorang untuk berkomunikasi, penghargaan diri, dukungan dan penerimaan. *Loneliness* merupakan sebuah keadaan yang negatif karena dapat menimbulkan kekosongan pada kehidupan dan dapat berdampak buruk bagi kesehatan fisik maupun psikologis.

Pettigrew dan Robert (2008) juga menjelaskan *loneliness* adalah perasaan kurangnya keintiman suatu hubungan yang dapat menyebabkan sebuah kegelisaan, rasa penolakan dan perasaan terasingkan. Karena kurangnya interaksi dengan orang lain individu akan mencari cara untuk

dapat berinteraksi dengan orang lain dengan lebih senang berinteraksi melewati media social. Hal tersebut yang dapat memunculkan masalah psikologis baru dan dapat memperburuk *loneliness*.

Dari pemaparan penjelasan diatas dapat diartikan bahwa *loneliness* adalah suatu perasaan individu yang selalu merasa sendirian, tidak diterima, dan terisolasi social yang sangat berdampak buruk bagi kesehatan psikologis dan fisik individu.

2. Aspek – aspek *loneliness*

Adapun aspek - aspek dari *loneliness* menurut Russell (1996) adalah sebagai berikut:

a. *Trait*

Karakter kepribadian yang cenderung selalu takut dan kurang rasa kepercayaan diri pada orang yang baru dikenal

b. *Social Desirability*

Suatu harapan seseorang untuk berhubungan dengan baik yang tidak sesuai dengan realitas sosial

c. *Depression*

Sebuah tekanan pada seseorang dan perasaan gelisah terhadap penolakan dalam hubungan dengan orang lain.

3. Jenis – Jenis *Loneliness*

Perlman dan Peplau (1998) menyebutkan bahwa *loneliness* dibagi menjadi dua yaitu:

a. Loneliness emosional

Berasal dari ketiadaan keterikatan emosional yang disediakan oleh hubungan intim. Kehilangan, perceraian, atau pernikahan yang hampa kemungkinan besar merupakan pendahulu dari bentuk loneliness ini. Gejala – gejala loneliness tersebut seperti kesendirian, selalu waspada, dan salah artikan niat orang lain pada dirinya.

b. Loneliness sosial

Berasal dari ketiadaan hubungan sosial yang memadai. Pindah tempat tinggal, kehilangan pekerjaan, dikucilkan oleh teman sebaya, dan tidak menjadi bagian dari organisasi masyarakat kemungkinan besar merupakan anteseden dari bentuk loneliness ini. Gejala - gejala isolasi sosial adalah perasaan bosan, gelisah, dan terpinggirkan.

4. Faktor – faktor yang mempengaruhi *Loneliness*

Faktor Penyebab Loneliness Menurut Burn (Burn, 1988) terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi loneliness, yaitu :

a. Perasaan tidak nyaman Perasaan rendah diri

Individu yang memiliki harga diri yang rendah akan selalu malu dan loneliness karena selalu dibandingkan dengan orang yang lebih hebat darinya dan lebih menarik. Hal tersebut membuat individu merasa bahwa dirinya tidak dicintai dan tidak layak.

b. Persaan yang selalu perfeksionis

Terlalu tingginya realitas pada dirinya yang tidak realistis yang menyebabkan loneliness. Hal tersebut diakarenakan banyak seseorang

yang loneliness percaya bahwa kehidupan yang sukses, rasa ketertarikan orang lain pada dirinya, kepintaran dan popularitas merupakan sebuah kunci dalam membentuk hubungan dengan orang lain

c. Perasaan malu

Perasaan malu yang muncul saat berada di kelompok. Banyak individu yang kurang nyaman berada dalam kelompok karena memiliki rasa tegang dan gugup yang dianggapnya sebagai hal yang memalukan sehingga individu tersebut mencoba untuk menutupi perasaan tersebut.

d. Perasaan tidak memiliki harapan

Banyak individu yang percaya bahwa individu yang tidak mempunyai kesempatan dalam mengembangkan dirinya pada lingkungan tersebut akan merasa loneliness.

e. Perasaan terisolasi dan dikucilkan

Individu yang mengalami loneliness akan sangat sulit dalam mencari pertemanan. Karena perasaan semakin mengenal dirinya semakin orang tersebut akan menolak dirinya.

Sedangkan menurut Baron dan Branscombe (dalam Bahari Putri, 2023), faktor - faktor yang mempengaruhi loneliness diantaranya :

a. Genetik

McGuire dan Clifford melakukan penyelidikan genetik perilaku *loneliness*. Data secara konsisten menunjukkan bahwa loneliness sebagian didasarkan pada faktor keturunan. Tetapi loneliness juga dipengaruhi oleh kondisi lingkungan. Kombinasi faktor genetik dan

kondisi lingkungan inilah yang secara harfiah membuat orang lain menjadi loneliness.

b. Gaya Keterikatan (Menghindar atau Menolak)

Dimana individu takut akan keintiman dan cenderung menghindar dalam membangun hubungan. Individu loneliness tidak memiliki kepercayaan yang cukup pada orang lain untuk mengambil resiko menjadi dekat dengan mereka. Secara umum, insecure attachment dikaitkan dengan *social anxiety* dan *loneliness*.

c. Gagal Dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial

Tanpa keterampilan sosial yang tepat, seseorang dapat terlibat dalam perilaku yang merugikan diri sendiri seperti menghindari orang lain, agresi verbal atau agresi fisik. Sebagai akibat dari tindakan tersebut, seseorang akan ditolak dalam lingkungan sosialnya, hal tersebut dapat menjadi sumber dari loneliness

D. Hubungan Social Anxiety dan Loneliness dengan Problematic Internet

Problematic internet use dapat dijelaskan merupakan sebuah gejala pada kognisi dan behaviour yang berlebihan dalam menggunakan internet yang dapat menyebabkan gejala buruk bagi seseorang dalam segi psikologis, akademik, social dan kesehatan. Caplan dkk (S. Caplan et al., 2009) juga mengemukakan bahwa problematic internet use merupakan sindrom multidimensional yang dapat menyebabkan individu sulit mengorganisir kehidupan pada dunia nyata yang dapat terdiri dari gejala emosional dan kognisi. Caplan juga setuju bahwa

problematic internet use bukan gangguan psikologis tetapi termasuk pada permasalahan kognitif dan tingkah laku.

Brecht (2000) menjelaskan *social anxiety* adalah perasaan takut pada penilaian negatif seseorang pada dirinya atau perilaku yang dilakukannya. Gangguan tersebut dapat menyebabkan seseorang lebih menghindari situasi sosial karena takut dinilai buruk oleh orang lain. Menurut Azka, Firdaus, dan Kurniadewi (2018), mahasiswa yang mengalami kecemasan sosial berusaha memberikan kesan yang menarik pada media social dan lebih nyaman dengan media social Tiktok dari pada secara langsung. Hal tersebut dapat dijelaskan bahwa *social anxiety* dapat memicu factor terbentuknya *problematic internet use* yaitu nyaman dalam berhubungan secara online dari pada tatap muka. Dalam penelitian Sari (2022) juga menghasilkan bahwa terdapat hubungan yang significant antara *social anxiety* dengan *problematic internet use* dan hubungan tersebut bersifat positif. Naufal 2021 juga menjelaskan bahwa semakin tinggi *social anxiety* pada seseorang maka semakin tinggi juga seseorang mengalami *problematic internet use* pada internet.

Problematic internet use tidak hanya berhubungan dengan *social anxiety* tetapi juga dengan *loneliness* dimana ketika seseorang mengalami *problematic internet use* maka keterampilan interaksi social akan berkurang yang dapat menyebabkan perasaan *loneliness*. Menurut Russel (1996) dalam bukunya *loneliness* adalah sebuah hubungan social yang tidak sesuai keinginan yang dicapai seperti gelisah, pemikiran kurang hubungan sosial, dan tekanan. *Loneliness* tersebut dapat menyebabkan seseorang terlalu nyaman dengan dunia

virtualnya dari pada dunia nyata. Terdapat penjelasan Bruno (2000) mengungkapkan bahwa seseorang yang mengalami *loneliness* akan merasa terisolasi dan tidak memiliki teman yang menyebabkan seseorang tersebut ingin membangun pertemanan tanpa adanya penolakan dengan cara bermain media social. Penjelasan tersebut juga selaras dengan penelitian Putri Ramadhani et al (2022) bahwa terdapat hubungan positif yang significant antara loneliness dan problematic internet use. Hasil tersebut juga sama dengan penelitian Mohan & Ravindran (2020) bahwa semakin tinggi *loneliness* seseorang maka *problematic internet use* juga akan semakin tinggi.

E. Kerangka Teoritik

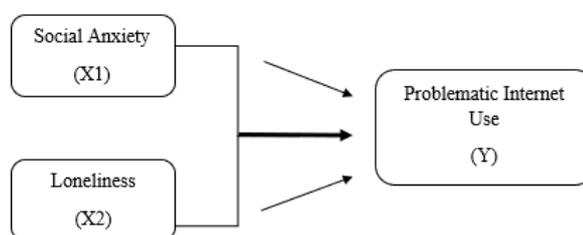
Penggunaan internet sudah menjadi hal yang umum di masyarakat Indonesia karena mudahnya akses internet yang membuat hampir semua orang dari berbagai usia, terutama mahasiswa, menggunakan internet. Menurut penelitian oleh Chou et al. (2005), Czincz & Hechanova (2009), dan Astin Sokang (2016), sekitar 4-10% mahasiswa memiliki potensi untuk mengalami gejala *Problematic internet use*. Mahasiswa cenderung merasa tidak nyaman dengan percakapan konvensional dan lebih memilih berinteraksi melalui media online. Namun, preferensi interaksi online dapat memicu perilaku kompulsif dan penggunaan internet yang berlebihan yang dapat meningkatkan masalah psikososial (S. E. Caplan, 2003). Masalah psikososial yang umum terjadi adalah social anxiety dan rasa *loneliness*. Mahasiswa yang memiliki kecenderungan untuk mengalami *problematic internet use* cenderung lebih rentan mengalami *social anxiety* dan *loneliness*.

Naufal (2021) menemukan adanya hubungan yang signifikan positif antara social anxiety dan *problematic internet use* ($p=0.000$, $r=0.344$) yang berkategori lemah. Hal ini berarti semakin tinggi social anxiety, maka semakin tinggi pula *problematic internet use* pada responden. Bernardi dan Pallanti (2009) menemukan bahwa 15,0% dari kasus *problematic internet use* pada orang remaja dan dewasa muda juga muncul dengan kemungkinan klasifikasi gangguan *social anxiety*. Milani dan Di Osualdella (2009) juga melaporkan bahwa remaja dengan gejala penggunaan Internet yang bermasalah memiliki hubungan interpersonal yang lebih buruk. Hal ini terjadi karena pada mahasiswa yang memiliki social anxiety ditambah dengan adanya kebutuhan untuk bersosialisasi, akan mencari media alternatif supaya kemungkinan untuk dinilai atau diperhatikan lebih kecil. Oleh karena itu, mereka akan memilih internet sebagai media komunikasi.

Menurut temuan Rini (2019), terdapat hubungan positif antara tingkat loneliness dan penggunaan internet yang bermasalah pada mahasiswa. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat loneliness seseorang, semakin tinggi pula kemungkinannya untuk mengalami penggunaan internet yang bermasalah, dan sebaliknya, semakin rendah tingkat loneliness seseorang, semakin rendah pula kemungkinannya untuk mengalami penggunaan internet yang bermasalah. Dalam sebuah penelitian oleh McKenna & Bargh (dalam Weiten & Lloyd, 2006), disebutkan bahwa penggunaan internet dianggap sebagai salah satu cara untuk mengatasi loneliness.

Menurut Morahan-Martin, J (1999) salah satu faktor yang mempengaruhi *Problematic internet use* adalah *Social Anxiety* dan *Loneliness*, dimana individu yang mengalami social anxiety yang tinggi akan susah dalam berinteraksi dan berteman oleh karena itu dia akan memilih media online sebagai alat komunikasi untuk membangun kesan positif dalam diri, sedangkan loneliness merupakan penyebab timbulnya *problematic internet use* karena ketika seseorang mengalami perbedaan tingkat interaksi sosial di masyarakat, dapat menyebabkan individu tersebut mencari sebuah interaksi sosial baru yang menyenangkan. Penggunaan internet oleh orang yang merasa loneliness seringkali membawa manfaat seperti mengurangi rasa loneliness dan membentuk persahabatan secara online. Namun, hal tersebut dapat mengurangi kesempatan seseorang untuk melakukan interaksi sosial secara langsung. Oleh karena itu, Mahasiswa seharusnya menjalin hubungan akrab dengan orang lain, namun kemampuan mereka dalam bersosialisasi terbatas karena lebih banyak berkomunikasi melalui media online.

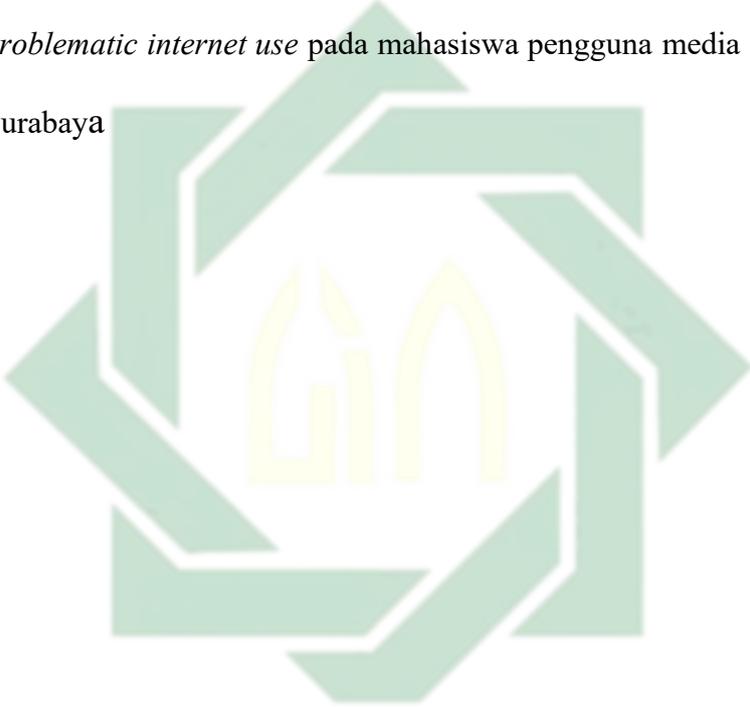
Gambar 2. 1 Kerangka Teori



F. Hipotesis

Berdasarkan kajian teori dan asumsi yang telah dipaparkan diatas, maka hipotesis yang diajukan penulis pada penelitian ini, yaitu:

1. Terdapat hubungan signifikan antara *social anxiety* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya
2. Terdapat hubungan signifikan anantara *loneliness* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya
3. Terdapat hubungan signifikan antara *social anxiety* dan *loneliness* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial tiktok di Surabaya



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan dalam riset yang akan dilakukan ini adalah menggunakan metode kuantitatif korelasional. Metode kuantitatif merupakan metode pengujian teori dengan mencari hubungan instrument data yang didapatkan berbebtuk angka untuk dianalisis (Creswell, 2014).

Riset ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan melakukan pengujian pada teori dan meneliti variabel yang diukur dalam riset memakai instrument penelitian. Pada riset yang akan dilakukan ini terdapat 3 variabel, diantaranya ada *Problematic internet use* sebagai variabel terikat (dependen), *Social Anxiety* dan *Loneliness* sebagai variabel bebas (Independen). Untuk itu tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan atau tidak antara *Social Anxiety* dan *Loneliness* dengan *Problematic internet use* pada Mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya Raya.

B. Identifikasi Variabel

Penelitian ini menggunakan dua variabel bebas (Independen) dan satu variabel terikat (Dependen) yang akan di teliti, anantara lain :

Variabel (X1) : *Social Anxiety*

Variabel (X2) : *Loneliness*

Variabel (Y) : *Problematic internet use*

C. Definisi Operasional

1. *Social Anxiety*

Social anxiety adalah perasaan kekawatiran, ketakutan dan gelisah pada penilaian buruk seseorang pada dirinya saat di lingkungan sosial. *Social anxiety* dapat diukur dengan alat ukur dari La Greca & Lopez (1998) perasaan takut untuk dinilai secara negatif (FNE), menghindari dari situasi sosial dan merasa dibawah tekanan dalam kondisi lingkungan yang baru atau dengan individu lain yang baru dikenalnya (SAD-N), menghindari dari situasi sosial dan merasa dibawah tekanan yang dirasakan secara general ataupun dengan individu yang sudah dikenal (SAD-G).

2. *Loneliness*

Loneliness adalah perasaan individu yang selalu merasa sendirian, tidak diterima, dan perasaan terisolasi pada hubungan sosialnya yang dapat berdampak buruk bagi psikologis dan fisiknya. Skala loneliness mengacu pada UCLA *Loneliness Scale* (Russell, 1996), yaitu : Kepribadian (*Personality*), Keinginan Sosial (*Social desirability*), dan Depresi (*Depression*).

3. *Problematic internet use*

Problematic internet use adalah sebuah penggunaan teknologi internet yang bermasalah yang dapat memberikan dampak yang negatif dalam menjalani kegiatan sehari-hari. *Problematic internet use* dapat diukur dengan skala *Generalized Problematic internet use Scale* oleh

Chaplan (2010) dan telah ditransalasi oleh Andangsari & Dhowi (2016) yang memuat aspek-aspek dari Chaplan (2003) yakni (1) *Preference for Online Social Interaction*, (2) *Mood Regulation*, (3) *Deficient Self-Regulation*, (4) *Negative Outcomes*.

D. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel

1. Populasi

Populasi pada penelitian yang akan dilakukan ini menggunakan populasi infinit. Menurut Supardi (1993) Populasi yang memiliki subjek tidak terbatas dan jumlahnya tidak diketahui secara pasti maka dapat disebut sebagai populasi infinit (Nazir, 2013). Dalam penelitian ini menggunakan populasi infinit karena jumlah mahasiswa pengguna media sosial TikTok di Surabaya Raya (Gresik, Surabaya, Sidoarjo) tidak diketahui secara pasti dan tidak terbatas.

2. Teknik Sampling

Riset ini memakai pengambilan sampling dengan *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik dalam pengambilan sampel yang ditentukan dengan kriteria yang ditetapkan oleh peneliti kepada subjek yang akan diteliti (Sugiyono, 2014). Kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti sebagai berikut:

- a. Mahasiswa Aktif
- b. Mahasiswa berumur 18 – 22 tahun
- c. Mahasiswa berjenis kelamin laki – laki atau perempuan
- d. Mahasiswa yang menggunakan media sosial Tiktok

- e. Mahasiswa yang menggunakan media sosial Tiktok minimal 3 jam sehari
- f. Mahasiswa yang berkuliah di Surabaya Raya (Gresik, Surabaya, Sidoarjo)
- g. Mahasiswa yang bersedia terlibat dalam penelitian

Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel yang akan digunakan adalah insidental sampling. Insidental sampling didefinisikan sebagai teknik pengambilan sampel berdasarkan secara kebetulan, yang mana diartikan bahwasanya siapa saja yang kebetulan bertemu dengan peneliti dan memiliki kriteria yang sesuai sebagai sumber data maka dapat digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2018). Insidental sampling digunakan dalam penelitian populasi tidak diketahui secara pasti (Sugiyono, 2018). Adapun kriteria sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif pengguna media sosial Tiktok dan berkuliah di Surabaya Raya dengan kriteria usia 18 - 22 tahun yang bersedia mengisi kuisisioner melalui google form.

3. Sampel

Jumlah sampel yang akan diambil menggunakan rumus Lameshow karena sampel yang tidak terbatas dapat dihitung dengan rumus Lameshow (Slamet Riyanto, 2020). Berikut rumus Lameshow:

$$n = \frac{Z^2_{1-\alpha/2} P (1-P)}{d^2}$$

Keterangan :

N : Ukuran sampel atau jumlah minimum responden

$Z^2_{1-\alpha/2}$: Skor z pada taraf kepercayaan 95% = 1,96

p : maksimal estimasi 50 % = 0,5

d : *Tolerance error* atau tingkat kesalahan, yaitu 7% atau 0,07.

Dalam rumus tersebut, maka jumlah sampel yang akan diambil adalah:

$$n = \frac{z^2 P(1-P)}{d^2}$$

$$n = \frac{1,962^2 \cdot 0,5(1-0,5)}{0,07^2}$$

$$n = \frac{3,8416 \cdot 0,25}{0,07^2}$$

$$n = 196$$

Maka jumlah sampel minimal yang dibutuhkan untuk penelitian ini berjumlah 196. Menurut Roscoe dalam Sugiyono (2018), ukuran sampel >30 dan <500 adalah tepat untuk kebanyakan penelitian. Sesuai dengan teori tersebut maka penelitian ini akan menggunakan 230 sampel. Angka 230 ini lebih dari angka minimal 196 dan kurang dari 500 sesuai dengan teori Roscoe.

E. Instrumen Penelitian

1. Alat ukur *Social Anxiety*

Skala social anxiety yang digunakan penelitian ini adalah *Social Anxiety Scale* (SAS) oleh La Greca dan Lopez (1998) yang telah diadaptasi dari penelitian Firdausi (2018) yang mempunyai reliabel sebesar 0,924. SAS terdiri dari 18 item yang semua itemnya adalah item favorable

Tabel 3. 1 Blueprint skala Social Anxiety

No	Aspek	Indikator	Aitem	Total
1	Ketakutan terhadap evaluasi yang negativ	Merefleksikan ketakutan akan evaluasi negatif pada diri individu, seberapa besar individu memandang negatif dirinya ketika berinteraksi dengan orang lain.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	8
2	Penghindaran sosial dan tertekan terhadap lingkungan sosial yang baru	Merefleksikan kekhawatiran pada diri individu dalam situasi yang baru atau ketika berhadapan dengan orang yang tidak dikenal	9, 10, 11, 12, 13, 14	6
3	Penghindaran sosial dan tertekan secara umum dengan orang yang dikenal	Merefleksikan perasaan tidak nyaman pada diri individu dalam berinteraksi sosial secara umum atau dengan orang/situasi yang baru dikenal.	15, 16, 17, 18	4
TOTAL			18	- 18

Tabel 3. 2 Skor Skala Likert Social Anxiety

Kategori Jawaban	Skor	
	Favorable (F)	Unfavorable (UF)

Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

a. Validitas dan Reliabilitas

Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan jenis validitas isi dan validitas item, dimana nilai validitas diperiksa dengan menguji relevansi dan ketepatan isi kepada pihak-pihak yang memiliki kompetensi atau hal dalam bidang yang sama, atau disebut juga dengan evaluasi ahli (Sugiyono, 2018). Dalam skala penelitian ini, uji validitas konstruk dilakukan dengan menggunakan evaluasi ahli oleh dua orang dosen psikologi profesional.

Aplikasi SPSS 25 digunakan untuk menguji validitas dan reliabilitas alat ukur *social anxiety*. Kriteria validasi sebesar >0.3 digunakan untuk mengidentifikasi item yang valid dan tidak valid. Setelah uji validasi selesai, reliabilitas item dapat diuji dengan menggunakan SPSS.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Item Variabel *Social Anxiety*

No Item	Corrected Item Total Correlation	Hasil Uji
Item 1	.584	Valid
Item 2	.579	Valid
Item 3	.636	Valid
Item 4	.603	Valid
Item 5	.680	Valid
Item 6	.567	Valid
Item 7	.496	Valid
Item 8	.639	Valid
Item 9	.669	Valid
Item 10	.573	Valid
Item 11	.687	Valid
Item 12	.588	Valid
Item 13	.467	Valid
Item 14	.625	Valid
Item 15	.623	Valid
Item 16	.470	Valid
Item 17	.487	Valid
Item 18	.635	Valid

Hasil uji validitas untuk social anxiety yang disajikan pada Tabel 3.3 menjelaskan bahwa seluruh 18 pertanyaan dianggap valid karena koefisien skornya $>0,3$. Hal ini sejalan dengan Muhid (2019) yang menjelaskan bahwa instrumen dengan koefisien skor $>0,3$ dapat digunakan dalam survei. Pemeriksaan validitas diikuti dengan pemeriksaan reliabilitas:

Tabel 3. 4 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Social Anxiety

Reliability Statistics	
Cronbach' Alpha	N of Items
.917	18

Pada Tabel 3.4, hasil uji reliabilitas dengan alat ukur *social anxiety* dapat dijelaskan bahwa alat ukur *social anxiety* terbukti reliabel. Hal ini terlihat dari nilai uji reliabilitas sebesar 0.917, yang tergolong sangat baik karena > 0.65 .

2. Alat ukur *Loneliness*

Skala *loneliness* yang digunakan penelitian ini adalah *UCLA Loneliness Scale Version 3* oleh Russell (1996) yang telah diadaptasi dari penelitian Putri (2019) yang mempunyai reliabel sebesar 0,856. Skala ini terdiri dari 20 item yang terdiri dari 11 item *favourable* dan 9 aitem *unfavorable*.

Tabel 3. 5 Blueprint Skala *Loneliness*

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Personality</i> (Kepribadian)	Memiliki kepercayaan diri yang kurang dan Ketakutan akan orang asing	4, 13, 17	6, 9	5
2	<i>Social desirability</i> (Keinginan Sosial)	Keinginan untuk diterima di lingkungan Keinginan untuk membangun hubungan sosial	7, 8, 18	1, 5, 10, 15, 19	8
3	<i>Depression</i> (Depresi)	Mengalami tekanan dalam diri Berkurangnya aktivitas Sering merasa kelelahan	2, 3, 11, 12, 14	16, 20	7
Jumlah			11	9	20

Tabel 3. 6 Skor Skala Likert *Loneliness*

Kategori Jawaban	Skor	
	<i>Favorable</i> (F)	<i>Unfavorable</i> (UF)
Sering (S)	4	1
Kadang – kadang (KK)	3	2
Jarang (J)	2	3
Tidak Pernah (TP)	1	4

a. Validitas dan Reliabilitas

Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan jenis validitas isi dan validitas item, dimana nilai validitas diperiksa dengan menguji relevansi dan ketepatan isi kepada pihak - pihak yang memiliki kompetensi atau hal dalam bidang yang sama, atau disebut juga dengan evaluasi ahli (Sugiyono, 2018). Dalam skala penelitian ini, uji validitas konstruk dilakukan dengan menggunakan evaluasi ahli oleh dua orang dosen psikologi profesional.

Aplikasi SPSS 25 digunakan untuk menguji validitas dan reliabilitas alat ukur *loneliness*. Kriteria validasi sebesar >0.3 digunakan untuk mengidentifikasi item yang valid dan tidak valid. Setelah uji validasi selesai, reliabilitas item dapat diuji dengan menggunakan SPSS.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Item Variabel *Loneliness*

No Item	Corrected Item Total Correlation	Hasil Uji
Item 1	.067	Tidak Valid
Item 2	.426	Valid
Item 3	.447	Valid
Item 4	.347	Valid
Item 5	.391	Valid
Item 6	.237	Tidak Valid
Item 7	.465	Valid
Item 8	.391	Valid
Item 9	.229	Tidak Valid
Item 10	.374	Valid
Item 11	.428	Valid
Item 12	.394	Valid
Item 13	.400	Valid
Item 14	.521	Valid
Item 15	.127	Tidak Valid
Item 16	.348	Valid
Item 17	.412	Valid

Item 18	.431	Valid
Item 19	.204	Tidak Valid
Item 20	.095	Tidak Valid

Pada Tabel 3.6, hasil uji validitas skala item *loneliness* menunjukkan bahwa terdapat 14 item yang valid karena nilai koefisiennya $>0,3$ dan 6 item yang tidak valid karena nilai koefisiennya $<0,3$. Hal ini sependapat dengan yang dijelaskan oleh Muhid (2019) yang menyatakan bahwa instrumen dengan nilai koefisien $>0,3$ dapat digunakan dalam penelitian. Uji validitas dilanjutkan dengan uji reliabilitas:

Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen *Loneliness*

Reliability Statistics	
Cronbach' Alpha	N of Items
.775	20

Pada Tabel 3.8 di atas, hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa alat ukur *loneliness* dapat dikatakan reliabel. Terlihat bahwa hasil uji reliabilitas adalah 0.775, yang dianggap sangat baik karena >0.65 .

3. Alat ukur *Problematic internet use*

Skala *problematic internet use* yang digunakan penelitian ini adalah *Generalized Problematic internet use Scales 2* (GPIUS 2) oleh Chaplan (2010) yang mempunyai reliabel sebesar 0,850. GPIUS 2 terdiri dari 15 item yang semuanya item *favourable*.

Tabel 3. 9 Blueprint skala *Problematic internet use*

NO	Aspek	Indikator	Aitem	Total
1	Posi (<i>Preference for Online Social Interaction</i>)	Keyakinan bahwa seseorang merasa lebih aman, percaya diri, lebih nyaman bila melakukan relasi interpersonal secara online daripada secara tatap muka	1, 6, 15	3
2	<i>Mood Regulation</i>	Strategi atau cara untuk mengalihkan kecemasan yang ada pada diri seseorang melalui penggunaan internet	2, 7, 12	3
3	<i>Cognitive Preoccupation</i>	Pikiran yang obsesif terhadap internet. Pemikiran untuk senantiasa menggunakan internet	3, 8, 13	3
4	<i>Compulsive Internet Use</i>	Seseorang yang tidak dapat mengendalikan dorongan terkait internet sehingga berdampak pada perilaku yang kompulsi terhadap penggunaan interne	4, 9, 14	3
5	<i>Negative Outcomes</i>	Dampak yang dirasakan oleh seseorang akibat penggunaan internet yang tidak terkendali	5, 10, 15	3
Total				15

Tabel 3. 10 Skor Skala Likert *Problematic internet use*

Kategori Jawaban	Skor	
	Favorable (F)	Unfavorable (UF)
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

a. Validitas dan Reliabilitas

Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan jenis validitas isi dan validitas item, dimana nilai validitas diperiksa dengan menguji relevansi dan ketepatan isi kepada pihak-pihak yang memiliki kompetensi atau hal dalam bidang yang sama, atau disebut juga dengan evaluasi ahli (Sugiyono, 2018). Dalam skala penelitian ini, uji validitas konstruk dilakukan dengan menggunakan evaluasi ahli oleh dua orang dosen psikologi profesional.

Aplikasi SPSS 25 digunakan untuk menguji validitas dan reliabilitas alat ukur *problematic internet use*. Kriteria validasi sebesar >0.3 digunakan untuk mengidentifikasi item yang valid dan tidak valid. Setelah uji validasi selesai, reliabilitas item dapat diuji dengan menggunakan SPSS.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Tabel 3. 11 Hasil Uji Validitas Item Variabel *Problematic internet use*

No Item	Corrected Item Total Correlation	Hasil Uji
Item 1	.315	Valid
Item 2	.410	Valid
Item 3	.394	Valid
Item 4	.364	Valid
Item 5	.370	Valid
Item 6	.450	Valid
Item 7	.395	Valid
Item 8	.451	Valid
Item 9	.436	Valid
Item 10	.413	Valid
Item 11	.341	Valid
Item 12	.401	Valid
Item 13	.386	Valid
Item 14	.404	Valid
Item 15	.289	Tidak Valid

Pada Tabel 3.9, hasil uji validitas Skala *Problematic internet use* menunjukkan bahwa terdapat 14 aitem yang valid, dengan nilai koefisiennya >0.3 , dan 1 aitem yang tidak valid, dengan nilai koefisiennya <0.3 . Hal ini sesuai dengan Muhid (2019) yang menyatakan bahwa instrumen dengan nilai koefisien $>0,3$ dapat

digunakan dalam penelitian. Uji validitas dilanjutkan dengan uji reliabilitas:

Tabel 3. 12 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen *Problematic internet use*

Reliability Statistics	
Cronbach'Alpha	N of Items
.785	15

Pada tabel 3.12 di atas hasil uji reliabilitas dalam menggunakan instrumen *Problematic internet use* dapat dijelaskan bahwa instrumen *Problematic internet use* dinyatakan reliabel. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil uji reliabilitas sebesar 0,785 yang dikategorikan sangat baik karena $> 0,65$.

F. Analisis Data Penelitian

Apabila data responden telah berhasil dikumpulkan, maka dilanjutkan dengan analisis data. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik uji analisis regresi linier berganda. Teknik analisis regresi linear berganda didefinisikan sebagai metode untuk menguji besarnya koefisien yang dihasilkan dari persamaan yang sifatnya linier. Pada umumnya, teknik analisis regresi linier berganda melibatkan dua atau lebih variabel independen yang akan digunakan untuk menentukan besarnya nilai variabel dependen (Muhid, 2019).

Uji prasyarat atau bisa disebut uji asumsi klasik dilakukan terlebih dahulu sebelum peneliti melanjutkan ke tahap analisis, adapun uji prasyarat yang akan dilakukan yaitu uji normalitas, linieritas, multikolinieritas, serta

uji heteroskedastisitas, peneliti menggunakan uji prasyarat sebagai persyaratan dan untuk mengetahui apakah uji hipotesis dapat dilanjutkan.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilaksanakan untuk mengetahui terdapat data variabel penelitian yang berdistribusi normal atau tidak normal. Dalam Uji Kolmogorov-smirnov 0,05 ($p > 0,05$) maka data dapat dikatakan berdistribusi secara normal jika kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) maka berdistribusi tidak normal (Yusuf, 2018).

Uji normalitas dilakukan melalui aplikasi SPSS 25. Adapun gambaran tabel hasil uji normalitas data sebagai berikut :

Tabel 3. 13 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		230
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.58193589
Most Extreme Differences	Absolute	.047
	Positive	.028
	Negative	-.047
Test Statistic		.047
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan tabel 3.13 di atas dapat dijelaskan hasil uji normalitas memiliki nilai signifikansi $0,200 > 0,05$. Hal tersebut dapat dibuktikan bahwa data yang ada pada tabel di atas berdistribusi normal dan memenuhi uji normalitas.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas memiliki tujuan guna mengetahui arah hubungan antara variabel bebas (independen) dengan variabel terikat (dependen) dengan cara mengkomparasikan regresi linier dengan kuadratik. Tolak ukur untuk melakukan uji linearitas suatu hubungan adalah ketika nilai signifikans *deviation from linearity* (p) > 0.05 maka dapat dinyatakan terdapat hubungan yang linier, sedangkan bila nilai signifikansi *deviation from linearity* (p) < 0.05 diartikan tidak terdapat hubungan linier (Ghozali, 2018).

Uji linieritas dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS 25 Apabila data terdistribusi normalitas dan linier, maka akan dilanjutkan dengan teknik uji analisis regresi linier berganda. Adapun gambaran tabel hasil uji linieritas data sebagai berikut :

Tabel 3. 14 Hasil Uji Linieritas *Problematic internet use* dengan *Social Anxiety*

		ANOVA Table					
			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
Problematic internet use * Social Anxiety	Between Groups	(Combined)	1869.438	40	46.736	2.090	.001
		Linearity	1011.505	1	1011.505	45.242	.000
		Deviation from Linearity	857.933	39	21.998	.984	.504
	Within Groups		4225.610	189	22.358		
	Total		6095.048	229			

Dari hasil uji linearitas diperoleh nilai signifikansi *deviation from linearity* antara variabel *problematic internet use* dengan *social anxiety* sebesar $0.504 > 0.05$, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut linier.

Tabel 3. 15 Hasil Uji Linieritas *Problematic internet use* dengan *Loneliness*

		ANOVA Table					
			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
<i>Problematic internet use * Loneliness</i>	Between Groups	(Combined)	1696.362	27	62.828	2.885	.000
		Linearity	977.081	1	977.081	44.870	.000
		Deviation from Linearity	719.281	26	27.665	1.270	.181
	Within Groups		4398.686	202	21.776		
	Total		6095.048	229			

Dari hasil uji linearitas diperoleh nilai signifikansi *deviation from linearity* antara variabel *problematic internet use* dengan *Loneliness*

sebesar $0.181 > 0.05$, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut linier.

3. Uji Multikolinieritas

Pengujian tersebut dilakukan dalam menguji apakah terdapat model regresi korelasi dengan variabel independen. Model regresi yang independen multikolinieritas adalah yang memiliki nilai VIF <10 dan angka tolerance $>0,1$. Jika nilai VIF >10 dan nilai tolerance $<0,1$ maka hal tersebut terjadi multikolinieritas (Azwar, 2016).

Pada uji multikolinieritas yang dilakukan dengan aplikasi SPSS 25 menyatakan hasil sebagai berikut:

Tabel 3. 16 Hasil analisis Uji Multikolinieritas

Model	Coefficients ^a					Collinearity Statistics		
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	Sig.	Tolerance	VIF
	B	Std. Error	Beta					
1 (Constant)	30.057	2.394			12.557	.000		
Social Anxiety	.150	.039	.269		3.828	.000	.703	1.422
Loneliness	.226	.063	.254		3.609	.000	.703	1.422

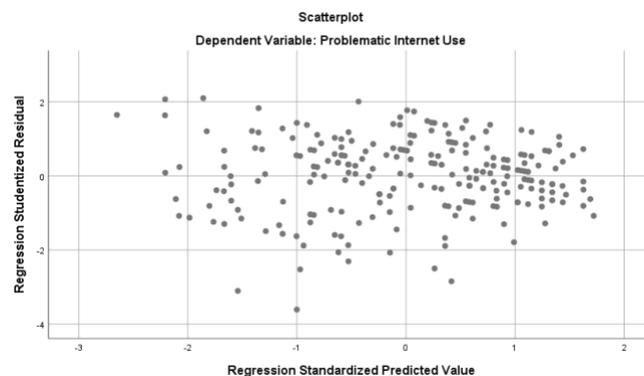
a. Dependent Variable: Problematic internet use

Hasil dari uji di atas dapat dijelaskan bahwa skor tolerance dari *social anxiety* dan *loneliness* sebesar $0.703 > 0,10$ dan skor VIF pada kedua variabel tersebut sebesar $1.422 < 10,00$. Maka dari itu dapat dikatakan bahwa kedua variabel tidak terjadi multikolinieritas.

4. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas adalah untuk mengetahui apakah suatu model regresi memiliki varians residual yang tidak konsisten dari satu pengamatan terhadap pengamatan lainnya. Model regresi yang baik memiliki varian yang homokidastitas (Arifin, 2017). Maka untuk dapat mengetahui hal tersebut dapat melihat pola bergelombang, menyempit atau melebar. Jika terjadi pola yang teratur maka dapat dikatakan terjadi heterokedastisitas dan apabila tidak berpola, titik tersebar di bawah dan atas angka 0 di sumbu Y maka tidak terjadi heterokedastisitas (Muhid, 2019).

Gambar 3 1 Grafik Scatterplot Hasil analisis Uji Heteroskedastistitas



Pada gambar 3.1 hasil grafik dapat diamati bahwa titik-titik tersebar secara merata ke berbagai arah baik dibawah dan diatas angka 0 pada sumbu Y. Pada grafik tersebut titik - titik juga secara acak dan tidak membentuk sebuah pola. Oleh sebab itu dapat dijelaskan bahwa tidak terjadi heterokedastisitas pada model regresi dan model regresi layak digunakan untuk penelitian.

5. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis pada riset ini memakai regresi linier berganda. Dalam uji tersebut dua variabel dapat dilakukan analisis regresi linier berganda dengan persamaan linier (Azwar, 2016b). Rumus uji analisis regresi linier berganda dalam penelitian ini sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2$$

Keterangan:

$Y = \textit{Problematic internet use}$

$a = \textit{Konstanta}$

$b_1, b_2 = \textit{Koefisien regresi berganda}$

$X_1 = \textit{Social anxiety}$ sebagai variabel independen pertama

$X_2 = \textit{Loneliness}$ sebagai independen kedua

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Peneliti melakukan segala upaya yang diperlukan untuk mencapai hasil penelitian yang maksimal, dengan melakukan persiapan yang matang. Rangkaian kegiatan penelitian ini antara lain:

1. Persiapan dan pelaksanaan Penelitian

- a. Tahap awal dalam penelitian ini dimulai dengan melakukan riset dan observasi terhadap fenomena yang ada di masyarakat terutama di kalangan mahasiswa. Fenomena yang ditemukan adalah teknologi yang semakin canggih dan menyebabkan perkembangan digital secara menyeluruh merujuk pada perubahan besar dalam gaya hidup dan kegiatan sehari-hari. Dengan adanya kemudahan dan luasnya akses internet, membuat banyak mahasiswa terlibat dalam berbagai aktivitas online seperti browsing web, media sosial, bermain game online, streaming video, dan mengakses konten digital lainnya. Salah satu dampak dari fenomena ini adalah ketidakseimbangan dalam penggunaan internet, di mana mahasiswa cenderung menghabiskan waktu yang berlebihan dan mengabaikan tanggung jawab akademik atau kewajiban lainnya. Hal ini dapat menyebabkan munculnya gejala *Problematic internet use*.

- b. Peneliti mengidentifikasi permasalahan yang hendak diteliti, dengan merumuskan masalah dan membuat tujuan penelitian. Selanjutnya peneliti menentukan metode yang akan digunakan, dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kuantitatif komparatif korelasional sebagai metode karena hendak meneliti hubungan antar variabel. Selanjutnya peneliti menentukan tema penelitian, variabel penelitian, dan hipotesis. Lalu peneliti melakukan literasi pada beberapa referensi baik buku hingga jurnal penelitian yang berguna untuk memudahkan memahami teori, mempelajari hipotesis serta data untuk mendukung variabel yang diteliti.
- c. Peneliti kemudian menentukan subjek yang sesuai dengan kriteria, supaya subjek tersebut dapat menjawab rumusan masalah yang telah dibuat. Adapun fokus permasalahan pada penelitian ini ialah kecenderungan *problematic internet use* pada mahasiswa di Surabaya Raya pengguna media sosial Tiktok yang berumur 18 – 22 tahun.
- d. Peneliti menyiapkan tiga instrumen yaitu *problematic internet use*, *social anxiety* dan *loneliness* dengan cara memodifikasi instrumen yang sudah ada guna menyesuaikan dengan penelitian yang dilakukan. Modifikasi dilakukan dengan *expert judgement*. Penentuan populasi dan sampel juga sudah ditentukan oleh peneliti guna keperluan keakuratan data.

e. Pada tanggal 30 Mei 2023 – 10 Juni 2023 peneliti melakukan pengambilan data dengan menyebarkan kuesioner melalui *google form* kepada mahasiswa yang aktif berkuliah di Surabaya Raya (Gresik, Surabaya, Sidoarjo). Setelah mendapatkan data yang sesuai dengan kriteria dan jumlah sample yang ditentukan maka dilakukan pengolahan data dengan aplikasi SPSS 25 dan menganalisa serta menyusun bab selanjutnya untuk menyelesaikan penelitian.

2. Deskripsi Data Demografi Subjek

Pada penelitian ini, subjek adalah mahasiswa aktif yang berkuliah di Surabaya Raya (Gresik, Surabaya, Sidoarjo) dan aktif menggunakan media sosial Tiktok. Subjek dalam penelitian ini berjenis kelamin laki – laki dan perempuan yang berada dalam rentang usia 18 hingga 22 tahun. Subjek yang ditentukan oleh peneliti berjumlah 230 mahasiswa.

a. Pengelompokkan Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil dari data demografi subjek berdasarkan jenis kelamin sebagai berikut :

Tabel 4 1 Pengelompokkan Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah Subjek	Persen
Laki – laki	115	50%
Perempuan	115	50%

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat diketahui terdapat 115 mahasiswa berjenis kelamin laki – laki dengan jumlah presentase 50%. kemudian juga terdapat jumlah yang sama pada mahasiswa perempuan sebanyak 115 mahasiswa dengan presentase 50%.

b. Pengelompokkan Subjek Berdasarkan Usia

Berdasarkan usia subjek penelitian memiliki rentang usia 18 sampai 22 tahun. Deskripsi subjek berdasarkan usia akan ditampilkan pada tabel berikut :

Tabel 4 2 Pengelompokkan Subjek berdasarkan Usia

Usia	Jumlah Subjek	Persen
18	23	10%
19	29	12,6%
20	46	20%
21	65	28,3%
22	67	29,1%
Total	230	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui dari 230 mahasiswa yang menjadi subjek penelitian, dapat dilihat bahwa jumlah subjek dengan usia 18 tahun sebanyak 23 mahasiswa dengan presentase 10%, usia 19 tahun berjumlah 29 mahasiswa dengan presentase 12,6%, subjek dengan usia 20 tahun berjumlah 46 mahasiswa dengan presentase sebesar 20%, kemudian subjek yang berusia 21 tahun sebanyak 65 mahasiswa dengan presentase 28,3%, dan terakhir subjek yang berusia 22 tahun berjumlah 67 mahasiswa dengan presentase 29,1%.

c. Pengelompokkan Subjek Berdasarkan Instansi

Berdasarkan data yang diperoleh terdapat beberapa mahasiswa yang berkuliah di Surabaya Raya (Gresik, Sidoarjo, Surabaya). Berikut merupakan gambaran subjek berdasarkan instansi :

Tabel 4 3 Pengelompokkan berdasarkan Instansi

Instansi	Jumlah Subjek	Presentase
Institut Teknologi Sepuluh Nopember	3	1,3%
Universitas Islam Ngeri Sunan Ampel Surabaya	71	30,9%
Universitas Negeri Surabaya	10	4,3%
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya	7	3%
Universitas Muhammadiyah Surabaya	6	2,6%
Universitas Airlangga	7	3%
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya	4	1,7%
Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur	4	1,7%
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	4	1,7%
Universitas Hang Tuah Surabaya	4	1,7%
Universitas Muhammadiyah Gresik	17	7,4%
Universitas Internasional Semen Indonesia	16	7,0%
Universitas Gresik	13	5,7%
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo	42	18,3%
STKIP PGRI Sidoarjo	9	3,9%
Institut Teknologi Insan Cendekia Mandiri	13	5,7%
Total	230	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa subjek yang berkuliah di Surabaya yaitu dari Institut Teknologi Sepuluh Nopember sebanyak 3 mahasiswa dengan presentase 1,3%. Mahasiswa dari Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya sebanyak 71 mahasiswa dengan presentase 30,9% dan Universitas Negeri Surabaya sebanyak 10 mahasiswa dengan presentase 4,3%. Adapun mahasiswa dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

sebanyak 7 mahasiswa dengan presentase 3%. Kemudian dari Universitas Muhammadiyah Surabaya sebanyak 6 mahasiswa dengan presentase 2,6%. Terdapat juga mahasiswa Universitas Airlangga sebanyak 7 orang dengan presentase 3% dan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya sebanyak 4 orang dengan presentase 1,7%. Selanjutnya Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur sebanyak 4 mahasiswa dengan presentase sebesar 1,7% dan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya sebanyak 4 mahasiswa dengan presentase 1,7% serta dari Universitas Hang Tuah Surabaya sebanyak 4 mahasiswa dengan presentase 1,7%. Kemudian subjek yang berkuliah di Gresik yaitu dari Universitas Muhammadiyah Gresik sebanyak 17 mahasiswa dengan presentase 7,4% dan Universitas Internasional Semen Indonesia sebanyak 16 mahasiswa dengan presentase 7% serta dari Universitas gresik yang berjumlah 13 mahasiswa dengan presentase 5,7%. Selanjutnya adalah subjek yang berkuliah di Sidoarjo yaitu dari Universitas Muhammadiyah Sidoarjo sebanyak 42 mahasiswa dengan presentase 18,3% dan STKIP PGRI Sidoarjo berjumlah 9 mahasiswa dengan presentase 3,9% serta yang terakhir dari Institut Teknologi Insan Cendekia Mandiri sebanyak 13 mahasiswa dengan presentase 5,7%.

d. Pengelompokkan Subjek berdasarkan Domisili Kuliah

Berdasarkan data yang dikumpulkan berikut klasifikasi sebaran data mahasiswa yang berkuliah di Surabaya Raya (Gerik, Sidoarjo, Surabaya :

Tabel 4 4 pengelompokkan berdasarkan Domisili Kuliah

Domisili	Jumlah Subjek	Presentase
Surabaya	120	52,2%
Gresik	46	20%
Sidoarjo	64	27,8%
Total	230	100%

Berdasarkan tabel yang sudah dipaparkan, dapat dilihat bahwasannya 120 subjek dengan persentase 52,2% berdomisili Surabaya, 46 subjek dengan persentase 20% berdomisili Gresik, dan 64 subjek dengan persentase 27,8% berdomisili Sidoarjo.

e. Pengelompokkan Subjek berdasarkan Durasi pengguna

Berdasarkan data durasi penggunaan Tiktok yang dihabiskan oleh subjek. Hal tersebut untuk mengetahui seberapa lama durasi penggunaan media sosial Tiktok yang dihabiskan selama sehari.

Berikut gambaran datanya :

Tabel 4 5 pengelompokan berdasarkan Durasi Penggunaan Tiktok

Durasi Penggunaan Tiktok perhari	Jumlah Subjek	Presentase
3 Jam	54	23,5%
4 Jam	40	17,4%
5 jam	90	39,1%
Lebih dari 5 Jam	46	20%
Total	230	100%

Berdasarkan data yang sudah diperoleh, dapat diketahui sebanyak 90 subjek dengan presentase 39,1% mengakses tiktok selama 5 jam dalam sehari. Kemudian 54 subjek dengan presentase 23,5% mengakses tiktok dalam selama 3 jam dalam sehari. Selanjutnya 46 subjek dengan presentase 20% mengakses tiktok selama lebih dari 5 Jam sehari dan yang terakhir yaitu 40 subjek dengan presentase 17,4% mengakses tiktok sealam 4 jam sehari. Sehingga dapat diketahui bahwa lebih banyak subjek yang mengakses tiktok selama 5 jam sehari.

3. Deskripsi data statistic

Deskripsi data dalam penelitian ini merupakan hasil uji deskriptif yang mempunyai skor minim, skor max, mean dan standart deviasi dalam variabel yang akan diteliti. Berikut hasil uji:

Tabel 4 6 Hasil Uji Deskriptif

Variabel	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
<i>Social Anxiety</i>	230	27	70	52.33	9.273
<i>Loneliness</i>	230	24	54	44	5.790
<i>Problematic internet use</i>	230	29	56	47.83	5.159
Valid N (listwise)	230				

Hasil tabel 4.6 di atas dapat ditarik penjelasan total seluruh subjek berjumlah 230 mahasiswa. Hasil uji deskriptif social anxiety menunjukkan skor minimum sebesar 27, skor maksimum sebesar 70, skor mean 52,33 dan standart deviasi sebesar 9,273. Hasil loneliness skor minimum sebesar 24, skor maksimum 54, mean 44 dan standart deviasi 5,790. Untuk hasil deskriptif *problematic internet use* skor minimum 29, skor maksimum 56, mean 47,83 dan standart deviasi 5,159.

Setelah dilakukan analisis deskriptif maka dapat dilakukan uji kategorisasi dengan rumus Azwar, berikut rumus beserta hasil

Tabel 4 7 Rumus Kategorisasi

Kategori	Rumus
Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1 SD \leq X < M + 1 SD$
Tinggi	$M + 1 SD \leq X$

Keterangan:

X: Skor Subjek

M: Mean

SD: Standar Deviasi

Dari penentuan rumus di atas dapat ditentukan kategorisasi nilai rendah, sedang dan tinggi pada setiap variabel sebagai berikut:

a. Variabel *Social Anxiety*

Berikut adalah tabel kategorisasi skor variabel *Social Anxiety* dihasilkan berdasarkan rumus di atas:

Tabel 4 8 Kategorisasi variabel *Social Anxiety*

Kategori	Rumus	N	Persentase
Rendah	$X < 43$	43	18.7%
Sedang	$43 \leq X < 61$	146	63.5%
Tinggi	$61 \leq X$	41	17.8%

Menurut tabel 4.8 di atas dapat dijelaskan bahwa terdapat kategori rendah pada variabel *social anxiety* sebanyak 43 subjek dengan presentase sebesar 18,7%. Kategori sedang sebanyak 146 subjek dengan presentase 63,5% sedangkan kategori tinggi sebanyak 41 subjek dengan presentase sebesar 17,8%.

b. Variabel *Loneliness*

Berikut adalah tabel kategorisasi skor variabel *loneliness* yang dihasilkan berdasarkan rumus di atas:

Tabel 4 9 Kategorisasi variabel *Loneliness*

Kategori	Rumus	N	Persentase
Rendah	$X < 39$	49	21,3%
Sedang	$39 \leq X < 49$	137	59,6%
Tinggi	$49 \leq X$	44	19,1%

Hasil kategorisasi pada tabel 4.9 di atas dapat dijelaskan bahwa pada variabel *loneliness* terdapat kategori rendah sebanyak 49 subjek dengan presentase 21,3%. Kategori sedang sebanyak 137 subjek dengan presentase sebesar 59,6% dan kategori tinggi sebanyak 44 subjek dengan presentase 19,1%.

c. Variabel *Problematic internet use*

Berikut adalah tabel kategorisasi skor variabel *problematic internet use* yang dihasilkan berdasarkan rumus di atas:

Tabel 4 10 Kategorisasi variabel *problematic internet use*

Kategori	Rumus	N	Persentase
Rendah	$X < 42$	39	17%
Sedang	$42 \leq X < 52$	152	66,1%
Tinggi	$52 \leq X$	39	17%

Menurut hasil kategorisasi pada tabel 4.10 dapat dilihat bahwa variabel *problematic internet use* terdapat skor rendah sebanyak 39 subjek dengan presentase 17%. Kategori sedang sebanyak 152 subjek dengan presentase sebesar 66,1% sedangkan kategori tinggi sebanyak 39 subjek dengan presentase 17%.

Tabel 4 11 Kategorisasi Silang Jenis Kelamin dengan *Problematic internet use*

Jenis Kelamin	Problematic Internet Use			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Perempuan	9 3.90%	81 35.20%	25 10.90%	115 50%
Laki-laki	30 13%	71 30.90%	14 6.10%	115 50%
Total	39 17%	152 66.10%	39 17%	230 100%

Berdasarkan tabel 4.11 di atas dapat ditarik penjelasan bahwa terdapat 25 subjek perempuan yang mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 10,90% untuk laki – laki terdapat 71 subjek yang mengalami *problematic internet use* tinggi.

Sehingga dapat disimpulkan tingkat *problematic internet use* yang tinggi dirasakan oleh subjek berjenis kelamin perempuan

Tabel 4 12 Kategorisasi Silang Usia dengan *Problematic internet use*

Usia	Problematic Internet Use			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
18	5 2.20%	15 6.50%	3 1.30%	23 10%
19	1 0.40%	20 8.70%	8 3.50%	29 12.60%
20	6 2.60%	29 12.60%	11 4.80%	46 20%
21	15 6.50%	39 17%	11 4.80%	65 28.30%
22	12 5.20%	49 21.30%	6 2.60%	67 29.10%
Total	39 17%	152 66.10%	39 17%	230 100%

Hasil pada tabel 4.12 diatas dapat dijelaskan bahwa pada usia 18 tahun subjek yang memiliki *problematic internet use* tinggi sebanyak 3 subjek dengan presentase 1,30%, untuk usia 19 tahun terdapat 8 subjek yang memiliki *problematic internet use* tinggi dengan presentase 3,50%, usia 20 tahun terdapat 11 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 4,80%, pada usia 21 tahun terdapat 11 subjek dengan *problematic internet use* tinggi dengan presentase 4,80%, terakhir usia 22 tahun sebanyak 6 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 2,60%. Sehingga bisa disimpulkan bahwa

kebanyakan tingkat *problematic internet use* yang tinggi dirasakan oleh kelompok usia 20 dan 21 tahun.

Tabel 4 13 Kategorisasi Silang Domisili dengan *Problematic internet use*

Domisili	Problematic Internet Use			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Gresik	4 1.70%	32 13.90%	10 4.30%	46 20%
Sidoarjo	8 3.50%	39 17%	17 7.40%	64 27.80%
Surabaya	27 11.70%	81 35.20%	12 5.20%	120 52.20%
Total	39 17%	152 66.10%	39 17%	230 100%

Pada hasil tabel 4.13 di atas dapat dijelaskan bahwa domisili Gresik terdapat 10 subjek dengan *problematic internet use* tinggi dengan presentase 4,30%, domisili Sidoarjo sebanyak 17 subjek dengan presentase 7,40%, terakhir domisili Surabaya sebanyak 12 subjek memiliki *problematic internet use* tinggi dengan presentase 5,20%. Sehingga bisa disimpulkan bahwasannya tingkat *problematic internet use* yang tinggi dirasakan oleh subjek yang berdomisili di Sidoarjo.

Tabel 4 14 Kategorisasi Silang Instansi dengan *Problematic internet use*

Instansi	Problematic Internet use			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
ITICM	1 0.40%	6 2.60%	6 2.60%	13 5.70%
ITS	0 0%	3 1.30%	0 0%	3 1.30%
POLTEKKES	2 0.90%	2 0.90%	0 0%	4 1.70%
STKIP PGRI Sidoarjo	2 0.90%	6 2.60%	1 0.40%	9 3.90%
UHT	1 0.40%	3 1.30%	0 0%	4 1.70%
UINSA	15 6.50%	49 21.30%	7 3%	71 30.90%
UISI	2 0.90%	9 3.90%	5 2.20%	16 7.00%
UMGresik	1 0.40%	13 5.70%	3 1.30%	17 7.40%
UMSIDA	5 2.20%	27 11.70%	10 4.30%	42 18.30%
UMSurabaya	0 0%	5 2.20%	1 0.40%	6 2.60%
UNAIR	1 0.40%	5 2.20%	1 0.40%	7 3.00%
UNESA	4 1.70%	4 1.70%	2 0.90%	10 4.30%
UNIGRES	1 0.40%	10 4.30%	2 0.90%	13 5.70%
UNIPA	1 0.40%	5 2.20%	1 0.40%	7 3.00%
UNTAG	1 0.40%	3 1.30%	0 0%	4 1.70%
UPN	2 0.90%	2 0.90%	0 0%	4 1.70%
Total	39	152	39	230

17%	66.10 %	17%	100%
-----	------------	-----	------

Hasil pada tabel 4.14 di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat mahasiswa Institut Teknologi Insan Cendekia Mandiri (ITICM) mengalami *problematic internet use* tinggi sebanyak 6 subjek dengan presentase 2,60%, mahasiswa ITS sebanyak 0 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 0%, mahasiswa Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surababaya (POLTEKKES) sebanyak 0 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 0%, mahasiswa STKIP PGRI Sidoarjo terdapat 1 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 0,40%, mahasiswa Universitas Hang Tuah Surabaya (UHT) sebanyak 0 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 0%, mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (UINSA) terdapat 7 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 3%, mahasiswa Universitas Internasional Semen Indonesia (UISI) sebanyak 5 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 2,20%, mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik (UM Gresik) terdapat 3 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 1,30%, mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo (UMSIDA) terdapat 10 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi

dengan presentase 4,30%, mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surabaya (UM Surabaya) terdapat 1 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 0,40%, mahasiswa Universitas Airlangga (UNAIR) terdapat 1 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 0,40%, mahasiswa Universitas Negeri Surabaya (UNESA) terdapat 2 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 0,90%, mahasiswa Universitas Gresik (UNIGRES) terdapat 2 subjek dengan *problematic internet use* tinggi dengan presentase 0,90%, mahasiswa Universitas Universitas PGRI Adi Buana Surabaya (UNIPA) terdapat 1 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 0,40%, mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya (UNTAG) terdapat 0 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 0%, mahasiswa Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur (UPN) terdapat 0 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 0%. Sehingga dapat diketahui bahwa tingkat *problematic internet use* tinggi dirasakan oleh subjek yang berkuliah di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Tabel 4 15 Kategorisasi Silang Durasi dengan *Problematic internet use*

Durasi	<i>Problematic Internet Use</i>			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
3 Jam	14 6.10%	33 14.30%	7 3.00%	54 23.50%
4 Jam	10 4.30%	27 11.70%	3 1.30%	40 17.40%
5 Jam	6 2.60%	63 27.40%	21 9.10%	90 39.10%
Lebih dari 5 jam	9 3.90%	29 12.60%	8 3.50%	46 20%
Total	39 17%	152 66.10%	39 17%	230 100%

Hasil tabel 4.15 di atas dapat dijelaskan bahwa subjek yang menggunakan Tiktok selama 3 jam terdapat 7 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 3%, subjek yang menggunakan Tiktok selama 4 jam sebanyak 3 subjek dengan presentase 1,30%, sedangkan pengguna 5 jam terdapat 21 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 9,10%, terakhir pengguna lebih dari 5 jam lebih terdapat 8 subjek mengalami *problematic internet use* tinggi dengan presentase 3,50%. Sehingga dapat diketahui tingkat *problematic internet use* tinggi didominasi oleh mahasiswa yang menggunakan Tiktok selama 5 jam sehari.

Tabel 4 16 Kategorisasi Silang *Social Anxiety* dengan *Problematic internet use*

<i>Social Anxiety</i>	<i>Problematic Internet Use</i>			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Rendah	17 7.40%	24 10.40%	2 0.90%	43 18.70%
Sedang	20 8.70%	98 42.60%	28 12.20%	146 63.50%
Tinggi	2 0.90%	30 13%	9 3.90%	41 17.80%
Total	39 17%	152 66.10%	39 17%	230 100%

Hasil pada tabel 4.16 di atas dapat dijelaskan bahwa subjek yang memiliki *social anxiety* yang rendah rata-rata memiliki *problematic internet use* sedang sebanyak 24 subjek dengan presentase 10,40%, sedangkan subjek yang memiliki *social anxiety* sedang rata-rata memiliki *problematic internet use* sedang sebanyak 98 subjek dengan presentase 42,60%, terakhir subjek yang mempunyai *social anxiety* yang tinggi rata-rata memiliki *social anxiety* sedang sebanyak 30 subjek dengan presentase 13%.

Tabel 4 17 Kategorisasi Silang *Loneliness* dengan *Problematic internet use*

<i>Loneliness</i>	Problematic internet use			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Rendah	18 7.80%	26 11.30%	5 2.20%	49 21.30%
Sedang	21 9.10%	92 40%	24 10.40%	137 59.60%
Tinggi	0 0%	34 14.80%	10 4.30%	44 19.10%
Total	39 17%	152 66.10%	39 17%	230 100%

Hasil pada tabel 4.17 di atas dapat dijelaskan bahwa subjek yang memiliki *loneliness* yang rendah rata-rata memiliki *problematic internet use* sedang sebanyak 26 subjek dengan presentase 11,30%, sedangkan subjek yang memiliki *loneliness* sedang rata - rata memiliki *problematic internet use* sedang sebanyak 92 subjek dengan presentase 40%, terakhir subjek yang mempunyai *loneliness* yang tinggi rata rata memiliki *problematic internet use* sedang sebanyak 34 subjek dengan presentase 14,80%.

B. Pengujian Hipotesis

Uji hipotesis ini memakai uji analisis regresi linier berganda dengan persamaan linier untuk mengetahui hubungan *social anxiety* dan *loneliness* dengan *problematic internet use*. Hpotesis dalam penelitian ini berbunyi “Terdapat hubungan antara *social anxiety* dan *loneliness*

dengan *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya Raya.”

Atas dasar tersebut, maka:

Ho:

- 1) Tidak terdapat hubungan signifikan antara *social anxiety* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya Raya
- 2) Tidak terdapat hubungan signifikan antara *loneliness* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya Raya
- 3) Tidak terdapat hubungan signifikan antara *social anxiety* dan *loneliness* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial tiktok di Surabaya Raya

Ha:

- 1) Terdapat hubungan signifikan antara *social anxiety* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya Raya
- 2) Terdapat hubungan signifikan antara *loneliness* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya Raya
- 3) Terdapat hubungan signifikan antara *social anxiety* dan *loneliness* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial tiktok di Surabaya Raya

Dalam uji hipotesis menggunakan uji T, uji simultan atau uji F, dan uji koefisien determinan (Arifin, 2017). Berikut hasilnya:

a. Uji Regresi Simultan (Uji T)

Penelitian menggunakan uji t yang digunakan untuk apakah terdapat hubungan yang significant pada variabel dan hubungan tersebut bersifat positif atau negatif. Syarat untuk dapat dikatakan signifikan jika nilai Sig. < 0,05.

Tabel 4 18 Hasil Uji T

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	30.057	2.394		12.557	.000
Social anxiety	.150	.039	.269	3.828	.000
Loneliness	.226	.063	.254	3.609	.000

a. Dependent Variable: Problematic internet use

Berdasarkan tabel diatas hasil analisis koefisien antara variabel *social anxiety* dan *problematic internet use* sebesar 3.828 dengan nilai signifikansi $0.000 < 0.05$ sehingga dapat dikatakan bahwa variabel *social anxiety* memiliki hubungan yang signifikan dengan *problematic internet use* dan Hipotesis pertama diterima, yakni terdapat hubungan signifikan antara *social anxiety* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya Raya.

Selanjutnya didapatkan hasil analisis koefisien antara variabel *loneliness* dan *problematic internet use* sebesar 3.609 dengan nilai signifikansi $0.000 < 0.05$ sehingga dapat dikatakan bahwa variabel *loneliness* memiliki hubungan yang signifikan dengan *problematic internet use* dan hipotesis kedua diterima, yakni terdapat hubungan signifikan antara *loneliness* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok di Surabaya Raya.

Persamaan regresi yang didapat adalah

$$Y = 30.057 + 0.150 X_1 + 0.226 X_2$$

Keterangan :

Y : *Problematic internet use*

X₁ : *Social Anxiety*

X₂ : *Loneliness*

b. Uji Regresi Simultan (Uji F)

Uji F bertujuan untuk melihat hubungan secara bersama - sama antara variabel X₁ dan X₂ dengan Y. Syarat untuk dapat dikatakan signifikan jika nilai Sig. < 0.05 . Bisa dikatakan terdapat hubungan yang simultan, berikut hasil uji F :

Tabel 4 19 Hasil Uji F

		ANOVA ^a				
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1287.391	2	643.695	30.393	.000 ^b
	Residual	4807.657	227	21.179		
	Total	6095.048	229			

a. Dependent Variable: Problematic internet use

b. Predictors: (Constant), Loneliness, Social Anxiety

Pada tabel 4.19 di atas dapat dilihat bahwa F hitung sebesar 30.393 dengan nilai Sig. $0.000 < 0.05$ yang dapat diartikan bahwa variabel *social anxiety* dan *loneliness* secara bersama - sama memiliki hubungan dengan variabel *problematic internet use* secara signifikan.

c. Uji Koefisien Determinasi (*R square*)

Uji tersebut bertujuan untuk melihat seberapa besar kapasitas yang diberikan oleh variabel X bersamaan pada variabel Y.

Tabel 4 20 Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.460 ^a	.211	.204	4.60208

a. Predictors: (Constant), Loneliness, Social anxiety

b. Dependent Variable: Problematic internet use

Menurut hasil uji koefisien determinan tabel 4.20 di atas, dapat dilihat bahwa nilai *R square* 0.211. Nilai tersebut dapat membuktikan bahwa pengaruh variabel *social anxiety* dan *loneliness* dengan variabel *problematic internet use* sebesar 21.1%,

sedangkan sisanya sebesar 78.9% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Adapun sumbangan efektif masing – masing variabel bebas terhadap variabel terikat akan dihitung dengan rumus berikut :

Gambar 4. 1 Rumus Sumbangan Efektif X-Y

$$SE X_i = \left(\frac{b_{xi} \cdot \text{cross product} \cdot R^2}{\text{Regression}} \right) \cdot 100\%$$

Keterangan :

SE Xi = Sumbangan efektif variabel Xi

B_{xi} = Koefisien B variabel xi

CP = Crossproduct variabel Xi

R² = Nilai regresi

Regression = Sumbangan efektif total

Berdasarkan analisis regresi berganda diperoleh kesimpulan sebagaimana berikut :

Variabel	Koefisien (B)	Cross Product	Nilai Regresi	R ²
<i>Social Anxiety</i>	0,150	4463,387	1287,391	21,1%
<i>Loneliness</i>	0,226	2739,161		

Setelah dihitung berdasarkan rumus pada gambar 4.1 maka diperoleh perhitungan sebagai berikut :

$$\text{Social Anxiety (X1)} : \frac{0,150 \times 4463,387 \times 21,1}{1287,391} \times 100\% = 11\%$$

$$\text{Loneliness (X2)} : \frac{0,226 \times 2739,161 \times 21,1}{1287,391} \times 100\% = 10,1\%$$

Berdasarkan perhitungan sumbangan efektif pada masing-masing variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) maka dapat disimpulkan bahwa variabel *social anxiety* memiliki pengaruh sebesar 11% terhadap *problematic internet use*, sedangkan variabel *loneliness* memiliki pengaruh sebesar 10,1% terhadap variabel *problematic internet use*. Sehingga total pengaruh kedua variabel bebas (*Social Anxiety* dan *Loneliness*) terhadap *Problematic internet use* yakni sebesar 21,1 %.

C. Pembahasan

Penelitian yang dilakukan ini mengkaji tentang korelasi antara *social anxiety* dan *loneliness* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial tiktok di Surabaya Raya. Pengambilan data pada penelitian ini dengan melakukan penyebaran kuisisioner yang menggunakan skala *social anxiety*, *loneliness*, dan *problematic internet use*. Penyebaran kuisisioner menggunakan google form dengan kriteria yang telah ditentukan dan mendapatkan responden sebanyak 230. Penelitian yang dilakukan ini juga melalui uji validitas, reliabilitas, uji normalitas, linieritas, multikolineritas, dan heterokedastisitas. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji parsial (Uji T), uji simultan (Uji F), dan uji determinasi koefisien (Uji R^2).

1. Hubungan *Social Anxiety* dengan *Problematic internet use*

Berdasarkan hasil uji analisis regresi linier berganda yang sudah dilakukan, dapat diketahui bahwa variabel *social anxiety* memiliki

hubungan dengan variabel *problematic internet use*. Hal ini dikarenakan nilai signifikasnsi *social anxiety* pada uji T adalah $0.000 < 0.05$, yakni berarti hipotesis pertama bisa diterima.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dillakukan oleh Sari (2022) yang menunjukkan bahwa *social anxiety* secara bersama – sama memiliki hubungan substansial dengan *problematic internet use*. ini menunjukkan bahwa mereka yang memiliki *social anxiety* terutama yang mengalami ketakutan berlebihan akan penilaian negatif dari orang lain, maka akan lebih nyaman berkomunikasi atau berinteraksi secara daring daripada langsung. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Mozafari, Sepahvandi, dan Ghazanfari (2018) dimana individu, dengan *social anxiety*, sangat membutuhkan hubungan yang aman dan tetap, sehingga para mahasiswa tersebut memilih untuk bersembunyi, dan mencoba menutupi kekurangan yang dimilikinya, dengan mencari kedamaian melalui ruang virtual, seperti media sosial. Oleh sebab itu, individu, khususnya mahasiswa yang memiliki *social anxiety*, cenderung memilih untuk berinteraksi secara daring daripada tatap muka, dikarenakan mahasiswa tersebut merasa lebih dapat mengontrol diri saat pertemuan secara daring, dibandingkan saat pertemuan secara langsung. Ketika individu sudah asik menggunakan internet karena berbagai fasilitas yang ditawarkan, maka individu tersebut merasa tidak peduli pada konsekuensi berbahaya ketika menggunakan interaksi secara daring untuk mengurangi *social anxiety*. Hasil ini didukung oleh wang dkk (2011) yang meyakini bahwa interaksi secara daring yang dilakukan

dengan terus – menerus interaksi dapat menimbulkan keasyikan, dan menyebabkan terjadinya penggunaan internet yang berlebihan pada individu, khususnya mahasiswa. Sehingga, dapat menimbulkan dampak negatif pada kehidupan sosial para mahasiswa, terutama dalam fungsi interpersonalnya.

Mahasiswa dengan gangguan *social anxiety* yang tinggi mungkin merasa terlalu khawatir dengan bagaimana orang lain melihat mereka, menyebabkan kesadaran diri yang ekstrim dan takut dipermalukan, takut mendapat penilaian negatif karena tindakan atau perkataan yang akan mereka lakukan, membuat kesalahan, atau terlihat bodoh. Hal ini disebabkan oleh kekhawatiran bahwa orang lain akan menilai mereka dengan cara yang negatif. Hal tersebut selaras dengan penelitian Sari (2022) yang mengatakan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat *social anxiety* tinggi atau memiliki gangguan kondisi sosial pada lingkungannya akan mengalami rasa ketakutan, malu, dan kekhawatiran berlebihan saat berada di situasi sosial tertentu di mana ada kehadiran orang lain. Sehingga mendorong mereka untuk mencari cara komunikasi yang aman dengan menggunakan internet khususnya media sosial tiktok secara berlebihan dan terlibat dalam komunikasi online yang mendalam.

Melalu media internet dan media sosial mereka akan merasa aman dengan cara masuk dan berinteraksi dalam dunia maya. Hal tersebut sesuai dengan studi yang dilakukan oleh Halim dan Sabri (2013) bahwa perilaku yang ditunjukkan oleh individu ketika berinteraksi secara berlebihan dengan

aktivitas di media sosial atau online, juga merupakan bentuk coping strategy yang mereka terapkan dalam merespon lingkungan mereka. sehingga suatu kewajaran jika hal tersebut terjadi di era globalisasi seperti ini Gedam, Shivji, Goyal, Modi, & Ghosh (2016). Oleh karena itu dari hasil yang peneliti peroleh menunjukkan bahwa semakin tinggi *social anxiety* yang dimiliki individu maka akan semakin tinggi pula *problematic internet use* pada individu tersebut. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian Mohan & Ravindran (2020) yang menyatakan bahwa semakin tinggi *social anxiety*, maka semakin tinggi pula *problematic internet use* pada responden. Karena individu yang cemas secara sosial sangat rentan terhadap penggunaan internet yang bermasalah, dan kerentanan ini mungkin berhubungan dengan persepsi komunikasi online sebagai cara berinteraksi yang lebih aman. Sehingga individu dengan *social anxiety* mungkin lebih cenderung menggunakan internet secara berlebihan sebagai cara untuk mengatasi kecemasan mereka.

Berdasarkan hasil uji kategorisasi *social anxiety* yang didapat, responden dengan kategori *social anxiety* yang tinggi sebanyak 41 responden, kemudian kategori *social anxiety* sedang sebanyak 146 responden, dan kategori *social anxiety* rendah sebanyak 43 responden. Maka dalam penelitian ini total keseluruhan mahasiswa pengguna media sosial tiktok di Surabaya Raya yang menjadi responden lebih di dominasi oleh mahasiswa dengan *social anxiety* sedang. Pada penelitian yang dilakukan Siegel, Greca, dan Harrison (Siegel et al., 2009), mereka

menemukan bahwa terdapat faktor yang memengaruhi timbulnya social anxiety pada individu, terutama mahasiswa. Salah satu faktor tersebut adalah masalah dalam hubungan pertemanan, yang memiliki peran penting dalam menghasilkan respon emosional yang tidak sehat, termasuk munculnya gejala depresi dan social anxiety.

Selanjutnya, hasil tabulasi silang antara *social anxiety* dengan *problematic internet use* menunjukkan terdapat 146 responden dengan kategori sedang. Kemudian sebanyak 41 responden menunjukkan pada kategori tinggi. Hasil tersebut selaras dengan penelitian Lee & Stapinski (2012) yang menyatakan bahwa individu yang cemas secara sosial sangat rentan terhadap *problematic internet use*, dan kerentanan ini mungkin berhubungan dengan persepsi komunikasi daring sebagai cara berinteraksi yang lebih aman. Sehingga *problematic internet use* dapat memperburuk atau memperkuat ketakutan sosial dan menghindari interaksi sosial secara langsung.

2. Hubungan Loneliness dengan Problematic internet use

Berdasarkan hasil uji regresi linier berganda pada variabel kedua, dapat dikatakan terdapat hubungan antara *loneliness* dengan *problematic internet use*. Hal ini dikarenakan nilai signifikasnsi *loneliness* pada uji T adalah $0.000 < 0.05$, yakni berarti hipotesis kedua bisa diterima. Mahasiswa dengan tingkat prevelansi loneliness tinggi akan cenderung mengalami *problematic internet use* yang tinggi. Hal ini yang mampu memicu para mahasiswa untuk bermain tiktok berlama – lama karena ini merupakan

suatu coping strategi untuk mengatasi rasa kesendirian. Hasil penelitian ini searah dengan penelitian yang dilakukan oleh Cahyani (2015) dengan subjek penelitian adalah mahasiswa yang berusia 18 – 21 tahun, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara loneliness dengan *Problematic internet use*, dimana *loneliness* menjadi salah satu penyebab penggunaan internet yang berlebihan dan bermasalah sehingga bisa menyebabkan gangguan dalam fungsi kesehariannya.

Loneliness yang dirasakan mahasiswa dapat memunculkan proses perubahan perasaan sehingga dapat menjadi pendorong mahasiswa untuk menggunakan internet secara berlebihan hingga menjadi kecanduan. Menurut penelitian Putri Ramadhani (2022) Mereka yang mempunyai gangguan psikososial seperti *loneliness*, kecemasan, atau kurangnya keterampilan sosial yang cenderung mengembangkan POSI (salah satu aspek *problematic internet use*) yang lebih tinggi karena keyakinan seseorang akan merasa lebih aman, dapat diandalkan, nyaman, efektif, dan tidak merasa terancam dibandingkan dengan tatap muka.

Berdasarkan hasil uji kategorisasi *loneliness* yang didapat, responden dengan kategori *loneliness* yang tinggi sebanyak 44 responden, kemudian kategori *loneliness* sedang sebanyak 137 responden, dan kategori *loneliness* rendah sebanyak 49 responden. Maka dalam penelitian ini total keseluruhan mahasiswa pengguna media sosial tiktok di Surabaya Raya yang menjadi responden lebih di dominasi oleh mahasiswa dengan *loneliness* sedang.

Mahasiswa yang memiliki tingkat *loneliness* tinggi mereka cenderung merasa tidak bahagia dan berujung memperoleh kebahagiaan dengan mencari hiburan dengan berselancar melalui internet, khususnya media sosial Tiktok. Tiktok dapat menjadi alat untuk menjalin koneksi sosial dengan orang lain. Melalui video dan fitur interaksi, pengguna dapat berinteraksi dengan pengguna lainnya, menonton konten mereka, memberikan komentar, dan melakukan duet atau kolaborasi. Ini dapat memberikan rasa keterhubungan dan mengurangi perasaan *loneliness*. Ketika mahasiswa merasa *loneliness*, mereka dapat menggunakan Tiktok sebagai bentuk hiburan dan distraksi dari perasaan tersebut. Sesuai dengan penelitian Sabir (2020) dimana menonton video yang lucu, kreatif, atau menarik di Tiktok dapat mengalihkan perhatian mereka dan memberikan hiburan yang sederhana dan menghibur. Selain itu Tiktok memungkinkan pengguna untuk mengungkapkan diri secara kreatif. Mahasiswa yang merasa *loneliness* dapat menggunakan platform ini untuk menciptakan video yang mencerminkan minat, bakat, dan kepribadian mereka. Melalui proses ini, mereka dapat merasa lebih diterima dan dihargai oleh komunitas Tiktok.

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian Rini (2020), dimana mahasiswa yang mengalami *loneliness*, terutama dengan *emotional loneliness* memanfaatkan internet untuk untuk mengelola emosi dan perasaan negatif yang dirasakannya agar dapat menghilangkan *loneliness* yang dirasakannya namun hal tersebut menyebabkan masalah lain.

Permasalahan lain yang timbul dapat berupa kesulitan untuk mengatur penggunaan internet, kesulitan untuk mengelola hubungan sosial yang sehat di dunia nyata, terganggunya aktivitas penting seperti kegiatan akademik ataupun pekerjaan dan berkurangnya kualitas maupun kuantitas hubungan sosial dengan orang terdekat hal tersebut bisa menjadikan individu semakin jauh dari interaksi sosial yang sehat dan semakin loneliness sehingga bisa menyebabkan individu mengalami *problematic internet use*.

Adapun juga mahasiswa yang tidak puas dengan hubungan pertemanan mereka karena mereka percaya bahwa mereka memiliki sejumlah kecil teman dan tidak dekat karena mereka sering merasa rendah diri untuk berinteraksi dengan lingkungan mereka, menganggap persahabatan mereka tidak solid serta lebih individualis, merasa stres, tertekan, takut gagal, ditinggalkan, dan tidak memiliki tempat berkeluh kesah menyebabkan mereka merasa loneliness dan beralih ke internet untuk mengatasinya. Hal ini sesuai dengan pendapat khademi & Afsaneh (dalam Rini et al., 2020) yang mengatakan bahwa individu yang mengalami loneliness terutama mahasiswa dengan *social loneliness* akan menghindari hubungan sosial dan interpersonal. Hal ini dikarenakan individu kesulitan dalam melakukan interaksi langsung sehingga individu lebih memilih untuk berinteraksi melalui media atau internet. Internet yang digunakan sebagai media untuk melakukan komunikasi akhirnya menimbulkan penggunaan internet yang bermasalah. Maka dari itu mahasiswa yang merasa loneliness menggunakan lebih banyak waktu di internet hingga menyebabkan

problematic internet use untuk membangun pertemanan baru dan menghindari perasaan negatif yang diasosiasikan dengan loneliness.

Selanjutnya, hasil tabulasi silang antara *loneliness* dengan *problematic internet use* menunjukkan terdapat 137 responden dengan kategori sedang. Kemudian sebanyak 44 responden menunjukkan pada kategori tinggi. Hal ini berarti, jika mahasiswa memiliki tingkat loneliness yang tinggi akan dapat meningkatkan *problematic internet use*. Mahasiswa yang tidak bisa mengatasi perasaan lonelinessnya akan memberikan dampak buruk pada kondisi fisik dan psikologisnya, dimana mereka dapat mengalami stres, kecemasan, dan depresi yang tinggi, dan dalam beberapa kasus, mereka mungkin berpikir untuk menyakiti diri sendiri. Adapun juga melarikan diri dari perasaan loneliness yang menyedihkan adalah salah satu kemungkinan penggunaan internet mengakses situs terlarang seperti pornografi, perjudian dan lain – lain. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Kahfi (dalam Sari, 2022) *problematic internet use* dapat menimbulkan masalah manajemen waktu bagi individu, khususnya mahasiswa dalam menjalani kehidupan sehari-harinya. Selain itu, individu, khususnya mahasiswa yang menggunakan internet, seperti media sosial secara berlebihan, juga dapat mengalami terjadinya peningkatan gangguan psikologis, seperti depresi dan loneliness.

3. Hubungan *Social Anxiety* dan *Loneliness* dengan *Problematic internet use*

Berdasarkan kategorisasi skala *problematic internet use*, mayoritas subjek penelitian mengalami *Problematic internet use* dalam tingkatan sedang, yakni sebanyak 159 subjek, kemudian 39 subjek pada tingkatan tinggi dan sisanya 39 subjek pada tingkatan rendah. Menurut Caplan & High (2007) menemukan bahwa menggunakan internet merupakan salah satu cara seseorang dalam menghadapi permasalahan hidup. Hal ini karena internet menyediakan hiburan bagi penggunanya. Maka dari itu, ketika mahasiswa mengalami *social anxiety* dan *loneliness* mereka membutuhkan strategi coping secara emosional ketika menghadapi masalah, maka mahasiswa akan menggunakan internet dan mencari hiburan. Apabila dibiarkan terus-menerus, maka mahasiswa bisa mengalami *problematic internet use*.

Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan uji F dapat diketahui jika nilai signifikansinya $0,000 < 0,05$, sehingga dapat diartikan bahwa hipotesis ketiga diterima yakni terdapat hubungan antara *social anxiety* dan *loneliness* dengan *problematic internet use*. Besaran nilai koefisien determinasi menunjukkan kontribusi sebesar 0,211 atau 21,1%. Hal ini menunjukkan bahwa bahwa variabel *social anxiety* dan variabel *loneliness* memiliki pengaruh sebesar 21,1% yang dapat dikatakan lemah. Adapun nilai sumbangan efektif variabel *social anxiety* dengan *problematic internet use* yakni sebesar 11%, sedangkan variabel *loneliness* dengan *problematic internet use* sebesar 10,1%. Dengan kata lain semakin tinggi *social anxiety* dan *loneliness* maka *problematic internet use* yang dimiliki juga semakin

tinggi begitupun sebaliknya, semakin rendah *social anxiety* dan *loneliness* maka *problematic internet use* yang dimiliki juga semakin rendah. Dapat diketahui bahwa *social anxiety* dan *loneliness* merupakan dua prediktor yang dapat memengaruhi terjadinya *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok. Hal ini selaras dengan pendapat Putri (dalam Sari, 2022) yang mengatakan bahwa individu, khususnya mahasiswa yang mengalami *social anxiety*, diketahui memiliki ketakutan yang berlebihan dalam penilaian negatif tentang dirinya dari lingkungan sosialnya, sehingga merasa tidak memiliki kemampuan yang baik dalam berkomunikasi tatap muka. Adapun individu khususnya mahasiswa yang mengalami *loneliness*, akan menghabiskan waktunya di internet, seperti media sosial, karena baginya media sosial merupakan wadah yang dapat menerima semua kondisi individu.

Dalam penelitian yang dilakukan ini memiliki sebuah kelemahan yang menyebabkan hasil uji regresi linier berganda lemah yaitu masih terlalu banyak item dalam instrumen penelitian yang menyebabkan responden bosan dalam mengisi instrument penelitian. Juga dalam penyebaran kuesioner menggunakan *google form* dimana peneliti tidak bisa melihat keadaan subjek dalam mengisi kuesioner. Hal ini memberikan kemungkinan bahwa responden ingin mengajukan pertanyaan terkait aitem yang tidak dipahami yang memungkinkan adanya perbedaan persepsi dalam memahami makna aitem tersebut.

4. Integrasi Hasil Penelitian pada Agama Islam

Penderita *social anxiety* menilai dirinya lebih buruk dari orang lain hingga menurunkan kemampuan dan performansinya. Kecemasan yang terjadi lebih banyak dipengaruhi oleh pola pikir seseorang yang menganggap dirinya tidak seperti orang lain, menilai dirinya sendiri begitu tajam sehingga sekilas dirinya tidak berani mencoba sesuatu yang tidak dikuasai dengan sangat sempurna dan mencoba mencari pelarian untuk menenangkan emosi negatifnya. Bahkan beberapa orang selalu mengingat terus-menerus sesuatu yang menakutkan sehingga mereka sering merasa was – was, khawatir, mengintimidasi diri dan menyendiri. Individu yang pemalu dan cemas secara sosial cenderung akan menarik diri dan kurang efektif dalam berintraksi sosial, karena ia selalu mempersepsikan adanya reaksi negatif dari orang lain. Jika dibiarkan, perasaan bersalah dan stress juga bisa timbul akibat dari rasa cemas tersebut.

Mencoba berprasangka baik dan berpikiran positif merupakan salah satu solusi yang bisa dilakukan. Dalam Al – qur’an surat al hujurat ayat 12 yang berbunyi :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا
وَلَا يَغْتَبِ بَعْضُكُم بَعْضًا أَيُّحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ
وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ

“Wahai orang-orang yang beriman! Jauhilah banyak dari prasangka, sesungguhnya sebagian prasangka itu dosa dan janganlah kamu mencari-cari kesalahan orang lain dan janganlah ada di antara kamu yang menggunjing sebagian yang lain. Apakah ada di antara kamu yang suka

memakan daging saudaranya yang sudah mati? Tentu kamu merasa jijik. Dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Penerima tobat, Maha Penyayang”. (Q.S Al-Hujurat : 12).(Al-qur’an)

Berdasarkan ayat diatas dapat diambil pelajaran bahwa Prasangka baik harus kita lakukan kepada siapa saja termasuk diri kita sendiri agar tidak merasakan *social anxiety*. Prasangka baik kepada diri sendiri, bahwa diri diciptakan sebagai makhluk sempurna oleh Allah dan memiliki kemampuan untuk menyelesaikan persoalan, memiliki kelebihan/kebaikan yang dapat terus ditingkatkan sehingga kebaikan tersebut menular, apalagi mahasiswa sebagai garda terdepan dalam membangun bangsa negara harus dmembawa perubahan yang baik bermanfaat untuk orang lain dan menjadi amalan utuk dirinya. Islam mendorong umatnya untuk menjalin hubungan sosial yang sehat dan saling mendukung. Rasulullah Muhammad SAW mengajarkan pentingnya berinteraksi dengan orang lain dan membina hubungan yang baik. Dalam konteks *social anxiety*, Islam mengajarkan untuk saling mendukung, memahami, dan memperlakukan orang lain dengan kasih sayang. Dengan memiliki hubungan sosial yang positif, seseorang dapat merasa lebih diterima dan mendapatkan dukungan, yang dapat membantu mengurangi *social anxiety*. Dan yang paling utama adalah bprasangka baik kepada Allah. Saat mendapatkan ujian dari-Nya, meyakini setiap kesulitan yang kita hadapi sebagai bentuk kasih sayang Allah dan diberikan-Nya jalan keluar selama kita berikhtiar dan menggenapinya

dengan doa. Ketetapan-Nya sudah pasti yang terbaik hanya saja sering kali kita lambat menemukan maknanya.

Selanjutnya terkait mengenai *loneliness*, apapun masalah yang kita hadapi, cobalah kembali dan berserah diri semata – mata kepada Allah. Karena *loneliness* yang kita rasakan sebagai umat muslim memang bisa menjadi sebuah hal yang wajar, namun jika hal itu berlangsung lama maka seseorang perlu mengambil sebuah langkah dan tindakan untuk menghadapinya. *Loneliness* yang terjadi dan dirasakan pada mahasiswa bisa membuat mereka muncul rasa terisolasi, mengalami tekanan dan tidak puas dengan hidupnya, padahal dalam islam kita diajarkan untuk mengambil langkah coping atau strategi yang baik dalam mengatasi *loneliness* atau biasa di sebut dengan uzlah. Oleh karena itu hal ini dijawab oleh Allah dalam al-qur'an surat Ar-Ra'd Ayat 28 yang berbunyi :

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”.

Berdasarkan ayat diatas menjelaskan bahwa dengan imanlah kita dapat menghilangkan dengan sendirinya segala macam rasa kegelisahan, pikiran kacau, tidak tenang, rasa *loneliness*, putus asa, ketakutan. Dari sinilah ketenteraman hati menjadi aset utama dalam diri sebagai pokok kesehatan jasmani maupun rohani. Artinya kepada seluruh remaja yang mengalami masalah *loneliness* alangkah baik-nya jika mampu menerapkan

dan menemukan coping yang tepat untuk mengatasi loneliness salah satunya yaitu mencari ketentraman hati dengan mendekati diri pada Allah dengan sesuai ajaran yang diajarkan dalam al-qur'an sebagai umat muslim seperti melalui zikir, mengingat kepada tuhan dilain itu juga bisa melakukan kegiatan aktivitas yang positif dan dapat mengembangkan nilai diri pada mahasiswa itu sendiri melalui berbagai kesibukan dan aktivitas yang disukai. Jangan hanya terpaku dengan bermain internet sampai lupa waktu hingga menyebabkan penggunaan yang berlebihan dan bermasalah. Dalam Al – Qur'an surat Al – Araf ayat 31 berbunyi :

يٰۤاٰدَمُ خُذْ وَاٰدَمَ خُذُوْا زِيْنَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَشَرِبُوْا وَاَلَّا تُسْرِفُوْا ۗ اِنَّهٗ
لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ

“Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) mesjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan”.

Berdasarkan ayat diatas dapat diambil pelajaran bahwa Allah tidak menyukai orang yang berlebih – lebih terutama dalam soal ini mengakses media sosial sampai lupa waktu hingga menyebabkan penggunaannya enggan untuk berinteraksi sosial secara langsung hingga *menyebabkan problematic internet use*. Memang perkembangan teknologi yang sangat cepat banyak menyebabkan orang menjadi lalai akan aktivitas penting untuk mencari kesenangan diri dalam konteks ini adalah bermain media sosial Tiktok. Islam menjelaskan bahwa mengakses sesuatu untuk sekedar menghibur diri boleh asalkan positif, tidak berlebih-lebihan, dan tidak melebihi batasan.

Islam mengajarkan pentingnya menggunakan waktu dengan bijaksana dan menjauhi segala bentuk perilaku yang merusak. Penggunaan internet yang bermasalah, seperti kecanduan media sosial, pornografi, atau konten yang bertentangan dengan nilai-nilai agama, bertentangan dengan ajaran Islam. Ayat di atas mengingatkan umat manusia agar tidak melampaui batas dalam segala hal. Dalam konteks penggunaan internet, ini bisa berarti menghindari kecanduan, mengelola waktu secara bijaksana, dan menjaga keseimbangan antara kehidupan online dan offline. Sebagai mahasiswa dianjurkan untuk menggunakan teknologi dengan cara yang bermanfaat, seperti untuk tujuan pendidikan, dakwah, dan mencari ilmu yang bermanfaat. Oleh karena itu, jika penggunaan internet menjadi masalah, penting untuk mengatur waktu dengan bijaksana, membatasi akses ke konten negatif, dan menghindari perilaku yang bertentangan dengan nilai-nilai agama. Penting juga untuk mencatat bahwa setiap individu memiliki keunikan dan pengalaman yang berbeda dalam menghadapi social anxiety, loneliness, dan problematic internet use. Jika seseorang mengalami social anxiety, loneliness, dan *problematic internet use* yang berat atau berkepanjangan, penting untuk mencari bantuan dari ahli kesehatan mental atau profesional yang dapat memberikan dukungan dan pengobatan yang diperlukan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang bisa diambil dari penelitian ini terdapat tiga yaitu:

1. Hipotesis pertama diterima *Social Anxiety* memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *Problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok.
2. Hipotesis kedua diterima *Loneliness* mempunyai hubungan yang signifikan dengan *Problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok dan korelasi tersebut bersifat positif.
3. Hipotesis ketiga diterima *Social anxiety* dan *Loneliness* memiliki hubungan secara bersamaan atau simultan dengan *Problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial Tiktok. Variabel *Social anxiety* dan *Loneliness* berhubungan secara simultan dengan *Problematic internet use* sebesar 21,1% yang artinya berhubungan positif lemah sedangkan 78,9% dipengaruhi oleh faktor lain yang masih belum diketahui. Untuk *Social anxiety* memiliki pengaruh sebesar 11% terhadap *Problematic internet use* dan *Loneliness* memiliki pengaruh sebesar 10,1% terhadap *Problematic internet use*.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian yang dilakukan ini dapat membantu para mahasiswa pengguna Tiktok untuk mengetahui dampak buruk penggunaan aplikasi

yang tidak terkontrol. Dari hasil penelitian ini juga mahasiswa disarankan untuk lebih berani dalam interaksi sosial secara tatap muka, mencoba pengalaman baru, berkumpul dengan teman, atau melakukan hobby bersama dengan teman. Hal tersebut yang dapat mengurangi tingkat *problematic internet use* dalam penggunaan media sosial Tiktok.

2. Bagi Responden

Hasil penelitian yang dilakukan ini dapat memberi sebuah pedoman dalam batasan penggunaan aplikasi Tiktok agar tidak berlebihan. Karena penggunaan berlebihan dapat menyebabkan dampak yang buruk tidak hanya *problematic internet use* saja tetapi gangguan kesehatan lainnya.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini masih memiliki kekurangan dan keterbatasan dalam menguji variabel social anxiety dan loneliness. Nilai sumbangsih kedua variabel yang tidak terlalu besar, membuka kontribusi bagi peneliti selanjutnya untuk menguji variabel lain yang dirasa memiliki hubungan dengan *problematic internet use*. Terdapat saran bagi penelitian selanjutnya sebagai berikut:

- a. Dalam instrument penelitian ini masih terlalu banyak item yang menyebabkan responden bosan dalam menjawab pertanyaan. Hal tersebut yang dapat mempengaruhi hasil akhir penelitian, sebaiknya penelitian selanjutnya melakukan pengurangan item dalam *expert judgement*

- b. Sebaiknya penelitian selanjutnya ditambahkan besar sampel yang lebih banyak dari penelitian ini nantinya mendapatkan data yang mewakili populasi yang diharapkan.
- c. Pengumpulan data hanya menggunakan kuisioner sebaiknya penelitian selanjutnya ditambahkan pengumpulan data seperti wawancara atau survey agar memperkaya data penelitian
- d. Sampel juga dapat diganti dengan sampel lain seperti remaja karena penggunaan media sosial tiktok terbanyak adalah remaja
- e. Penelitian selanjutnya sebaiknya meneliti variabel *problematic internet use* dengan variabel independen yang belum pernah diteliti agar menjadi sebuah tema baru yang menarik untuk diteliti
- f. Bisa menggunakan metode kualitatif agar mendapatkan gambaran *problematic internet use* pada mahasiswa pengguna media sosial lain secara berbeda dan menyeluruh.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Andangsari, E. W., & Dhowi, B. (2016). Two Typology Types of Loneliness and Problematic Internet Use (PIU): An Evidence of Indonesian Measurement Link to Your Paper (SCOPUS). *Advanced Science Letters*, 22(5), 1711–1714.
- Angel, D. (2019). Hubungan Antara Loneliness Dengan Kecenderungan Internet Addiction Pada Mahasiswa. *Skripsi: Universitas Negeri Semarang*.
- Ann, M., & Morahan-Martin, J. (1999). The Relationship Between Loneliness and Internet Use and Abuse. In *CyberPsychology & Behavior* (Vol. 2, Issue 5).
- Annoni, A. M., Petrocchi, S., Camerini, A. L., & Marciano, L. (2021). The relationship between social anxiety, smartphone use, dispositional trust and problematic smartphone use: A moderated mediation model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 1–16. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052452>
- Annur, C. M. (2023). Indonesia Sabet Posisi Kedua Sebagai Negara Pengguna TikTok Terbanyak di Dunia pada Awal 2023. *Databoks.Katadat.Co.Id*. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/02/27/indonesia-sabet-posisi-kedua-sebagai-negara-pengguna-tiktok-terbanyak-di-dunia-pada-awal-2023#:~:text=Berdasarkan%20negeranya%2C%20pengguna%20TikTok%20paling,mencapai%20109%2C9%20juta%20pengguna>.
- APJII. (2023, March 10). *Survei APJII Pengguna Internet di Indonesia Tembus 215 Juta Orang*. <https://apjii.or.id/berita/d/survei-apjii-pengguna-internet-di-indonesia-tembus-215-juta-orang#:~:text=Bisnis.com%2C%20JAKARTA%20%2D%20Survei,yang%20sebesar%20275.773.901%20jiwa>.
- Arifin, J. (2017). *SPSS 24 Untuk Penelitian Skripsi*. PT. Elex Media Komputindo.
- Astin Sokang, Y. (2016). Mahasiswa dan Internet: Dua Sisi Mata Uang? Problematic Internet Use pada Mahasiswa. In *Jurnal Psikologi* (Vol. 43, Issue 2).
- Azka, F., Firdaus, D. F., & Kurniadewi, E. (2018). Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 201–210. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i2.3315>
- Azwar, S. (2016a). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2016b). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Belajar yogyakarta.

- Bahari Putri, W. (2023). Hubungan Kesepian Dengan Kecanduan Internet Pada Mahasiswa Perantauan Di Fakultas Pertanian Angkatan 2020 Universitas Malikussaleh. *Skripsi : Universitas Medan Area*.
- Beard, K. W. D., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. In *CYBERPSYCHOLOGY & BEHAVIOR* (Vol. 4, Issue 3). Mary Ann Liebert, Inc.
- Bernardi, S., & Pallanti, S. (2009). Internet addiction: a descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. *Comprehensive Psychiatry*, 50(6), 510–516. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2008.11.011>
- Bonsaksen, T., Ruffolo, M., Leung, J., Price, D., Thygesen, H., Schoultz, M., & Geirdal, A. Ø. (2021). Loneliness and Its Association With Social Media Use During the COVID-19 Outbreak. *Social Media + Society*, 7(3), 205630512110338. <https://doi.org/10.1177/20563051211033821>
- Brown, P. G. (2016). *College Students, Social Media, Digital Identities, and the Digitized Self*.
- Bruno, F. J. (2000). *Conquer Loneliness (Menaklukkan Kesepian)*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Bulele, Y. N., & Wibowo, T. (2020). Analisis Fenomena Sosial Media Dan Kaum Milenial: Studi Kasus Tiktok (Vol. 1). <http://journal.uib.ac.id/index.php/cbssit>
- Burn, D. (1988). *Mengapa Kesepian*. Erlangga.
- Cahyani, R. D., Agusti, W., & Leonardi, T. (2015). Hubungan Antara Kesepian dengan Problematic Internet Use pada Mahasiswa.
- Cahyono, A. S. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat di Indonesia. 9(1).
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J., & Tao, F. (2011a). Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*, 11. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-802>
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J., & Tao, F. (2011b). Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*, 11. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-802>
- 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 and Behavior*, *10*(2), 234–242. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9963>
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, *26*(5), 1089–1097. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.012>
- Caplan, S., Williams, D., & Yee, N. (2009). Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behavior*, *25*(6), 1312–1319. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.06.006>
- Chou, C., Condron, L., & Belland, J. C. (2005). A Review of the Research on Internet Addiction. *Educational Psychology Review*, *17*(4), 363–388. <https://doi.org/10.1007/s10648-005-8138-1>
- Clinton, B. (2023, February 13). Pengguna Internet di Indonesia Tembus 212,9 Juta di Awal 2023. *Kompas.Com*. <https://tekno.kompas.com/read/2023/02/13/19300087/pengguna-internet-di-indonesia-tembus-212-9-juta-di-awal-2023?page=all>
- Creswell, J. W. (2014). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Pustaka Pelajar.
- Davis, R. A. (2001). *A cognitive-behavioral model of pathological Internet use*. www.elsevier.com/locate/comphumbeh
- Davis, R. A., Flett, G. L., & Besser, A. (2002). Validation of a New Scale for Measuring Problematic Internet Use: Implications for Pre-employment Screening. In *CYBERPSYCHOLOGY & BEHAVIOR* (Vol. 5, Issue 4).
- Deanna Putri, A., Halimah Prodi Psikologi, L., Psikologi, F., & Islam Bandung, U. (n.d.). *Pengaruh Kecemasan Sosial terhadap IGD pada Remaja*. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i3.3100>
- Ebeling-Witte, S., Frank, M. L., & Lester, D. (2007). Shyness, Internet Use, and Personality. *CyberPsychology & Behavior*, *10*(5), 713–716. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9964>
- Garvin. (2019). Hubungan Antara Kesenjangan Dengan Problematic Internet Use Pada Remaja. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, *8*(1), 15–19.
- Gedam, S. R., Shivji, I. A., Goyal, A., Modi, L., & Ghosh, S. (2016). Comparison of internet addiction, pattern and psychopathology between medical and dental students. *Asian Journal of Psychiatry*, *22*, 105–110. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2016.06.007>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IMB SPSS*. Universitas Diponegoro.
- Halim, M. H. A., & Sabri, F. (2013). Relationship Between Defense Mechanisms and Coping Styles Among Relapsing Addicts. *Procedia* -

Social and Behavioral Sciences, 84, 1829–1837.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.07.043>

Kristian Santoso, B., Noviekayati, I., & Pasca Rina, A. (2023). Kecemasan sosial pada remaja akhir: Bagaimana peranan adiksi media sosial? *INNER: Journal of Psychological Research*.

La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social Anxiety Among Adolescents: Linkages with Peer Relationships and Friendships. In *Journal of Abnormal Child Psychology* (Vol. 26, Issue 2).

Leary, M. R., & Kowalski, R. E. (1983). *Understanding Social Anxiety*. Sage publications.

Lee, B. W., & Stapinski, L. A. (2012). Seeking safety on the internet: Relationship between social anxiety and problematic internet use. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(1), 197–205.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.11.001>

Mahmudan, ali. (2022, June 12). Warga Indonesia Paling Sering Akses Media Sosial di Internet. *DataIndonesia.Id*.
<https://dataindonesia.id/digital/detail/warga-indonesia-paling-sering-akses-media-sosial-di-internet>

Milani, L., Osualdella, D., & Di Blasio, P. (2009). Quality of Interpersonal Relationships and Problematic Internet Use in Adolescence. *CyberPsychology & Behavior*, 12(6), 681–684.
<https://doi.org/10.1089/cpb.2009.0071>

Mohan, A., & Ravindran, S. K. (2020). Loneliness and problematic internet use among young adults. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning*, 10(2), 19–30.
<https://doi.org/10.4018/IJCBPL.2020040102>

Morahan-Martin, J. (1999). The Relationship Between Loneliness and Internet Use and Abuse. *Cyberpsychology & Behavior*, 2(5), 431–439.

Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik* (2nd ed.). Zifatma.

Namira, T. (2022). Hubungan Antara Loneliness Dengan Problematic Internet Use Pada Remaja Akhir Pengguna Sosial Media Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Naufal, M. F. (2021). Hubungan Antara Kecemasan Sosial Dan Problematic Internet Use (Piu) Pada Mahasiswa. [Skripsi]. Universitas Diponegoro.

Nazir, M. (2013). *Metode Penelitian*. Ghalia Indonesia.

Noya, R., Hari Soetjningsih, C., Studi Psikologi, P., Psikologi, F., Kristen Satya Wacana, U., & Info, A. (2022). Hubungan Antara Loneliness Dengan Problematic Internet Use Pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Imiah Psikologi*, 10(3), 645–653.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3>

- Odacı, H., & Çelik, Ç. B. (2013). Who are problematic internet users? An investigation of the correlations between problematic internet use and shyness, loneliness, narcissism, aggression and self-perception. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2382–2387. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.05.026>
- Ortuño-Sierra, J., Pérez-Albéniz, A., Ciarreta, A., Díez Gómez, A., & Fonseca Pedrero, E. (2022). Problematic Internet Use and wellbeing during adolescence. *European Psychiatry*, 65(S1), S296–S296. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2022.755>
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1998). *Loneliness*.
- Pettigrew, S., & Roberts, M. (2008). Addressing loneliness in later life. *Aging & Mental Health*, 12(3), 302–309. <https://doi.org/10.1080/13607860802121084>
- Putri Ramadhani, R., Qodariah Prodi Psikologi, S., Psikologi, F., & Islam Bandung, U. (2022). *Hubungan Kesepian dengan Problematic Internet Use pada Emerging Adulthood di Masa Pandemi*. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i3.3084>
- Ramadhanti, U., Rejeki, A., & Setiawan Wicaksono, A. (n.d.). *Pengaruh Kecemasan Sosial Terhadap Social Media Addiction Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2018-2020 Universitas X Dimasa Pandemi Covid-19*.
- Rini, E. S. (2019). *Hubungan Antara Kesepian Dengan Problematic Internet Use Pada Mahasiswa [Skripsi thesis]*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Rini, E. S., Abdullah, M., & Rinaldi, M. R. (2020a). Kesepian Dan Penggunaan Internet Bermasalah Pada Mahasiswa. <https://doi.org/10.24036/rapun.v1i12>
- Rizaty, M. A. (2023). Pengguna Aktif Tiktok Dunia Sentuh 1,6 Miliar pada 2022. *DataIndonesia.Id*. <https://dataindonesia.id/digital/detail/pengguna-tiktok-indonesia-terbesar-kedua-di-dunia-pada-awal-2023>
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2
- Sabir, I., Nasim, I., Majid, M. B., Mahmud, M. S. bin, & Sabir, N. (2020a). TikTok Addictions and Its Disorders among Youth of Pakistan. *Scholedge International Journal of Multidisciplinary & Allied Studies ISSN 2394-336X*, 7(6), 140. <https://doi.org/10.19085/sijmas070602>
- Sabir, I., Nasim, I., Majid, M. B., Mahmud, M. S. bin, & Sabir, N. (2020b). *TikTok Addictions and Its Disorders among Youth of Pakistan*.

Scholedge International Journal of Multidisciplinary & Allied Studies
ISSN 2394-336X, 7(6), 140. <https://doi.org/10.19085/sijmas070602>

- Sadya, S. (2023, March 9). APJII: Pengguna Internet Indonesia 215,63 Juta pada 2022-2023. *DataIndonesia.Id*.
<https://dataindonesia.id/digital/detail/apjii-pengguna-internet-indonesia-21563-juta-pada-20222023>
- Sari, C. (2022). Kesepian, Kecemasan Sosial Dan Problematic Internet Use Pada Mahasiswa Pengguna Instagram. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 67–78.
<https://doi.org/10.35760/psi.2022.v15i1.4430>
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck, P. E. M. D., Khosla, U. M., & Mcelroy, S. L. (2000). Psychiatric features of individuals with problematic internet use. In *Journal of Affective Disorders* (Vol. 57).
www.elsevier.com/locate/jadPreliminary communication
- 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(4), 207–216. <https://doi.org/10.1002/da.10094>
- Sharma, R. (n.d.). Social Interactional Anxiety and Problematic Internet Use among Young Adults. *JOURNAL OF EDUCATION: RABINDRA BHARATI UNIVERSITY*.
- Siegel, R. S., la Greca, A. M., & Harrison, H. M. (2009). Peer victimization and social anxiety in adolescents: Prospective and reciprocal relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(8), 1096–1109.
<https://doi.org/10.1007/s10964-009-9392-1>
- Slamet Riyanto, H. A. A. (2020). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian Di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan dan Eksperimen*. Deepublish.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Alfabeta.
- Suryani, A., Sari, L., & Dwi Nur Rahmah, D. (2021). Gambaran Strategi Coping Mahasiswa Pengguna Aplikasi Tik Tok yang Menjalani Social Distancing Wabah Covid-19. *Jurnal Imiah Psikologi*, 9(3), 685–691.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Wang, H., Zhou, X., Lu, C., Wu, J., Deng, X., & Hong, L. (2011). Problematic internet use in high school students in Guangdong Province, China. *PLoS ONE*, 6(5). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0019660>

- Warella, V. W., & Pratikto, H. (2021). Kesepian dan kecemasan sosial: Dapatkah menjadi prediktor kecanduan media sosial? In *INNER: Journal of Psychological Research E* (Vol. 1, Issue 1).
- Weiten, W., & Lloyd, M. A. (2006). *Psychology Applied Modern Life: Adjustment In The 21st Century* (8th ed.). Thomson Higher Education. .
- Whang, L. S.-M., Lee, S., & Chang, G. (2003). Internet Over-Users' Psychological Profiles: A Behavior Sampling Analysis on Internet Addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 6(2), 143–150. <https://doi.org/10.1089/109493103321640338>
- Young, K. S. , & A. C. N. (2011). *Internet addiction: a handbook and guide to evaluation and treatment*.
- Yusuf, F. (2018). Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(1).
- Zalfikhe, F. A. (2022). *Gambaran Problematic Internet Use Pada Remaja Pengguna TikTok di Kota Padang*. Universitas Andalas.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A