

PROBLEMATIC INTERNET USE DIGUNAKAN KETIKA KESSEPIAN PADA REMAJA

Yashinta junita¹, Dwi Hurriyati²

Mahasiswa Universitas Bina Darma, Dosen Universitas Bina Darma
Jalan Jendral A. Yani No.12 Seberang Ulu Palembang
Surel : yashinta872@gmail.com¹, dwi.hurriyati@binadarma.ac.id²

Abstract: *This study aims to determine the relationship of loneliness with problematic internet use on boarding students on Silaberanti street in Siantan jaya Opposite Ulu 1 Palembang city. Research subjects numbered 220 people using random sampling methods. Data was collected using a 60 item problematic internet use scale and a 60 item loneliness. Realibility is generated on scale of problematic internet use of 0,955 and loneliness of 0,946. Hypothesis testing uses product moment correlation analysis techniques. Hypothesis test results showed a positive relationship between loneliness with problematic internet use on boarding students on Silaberanti street in Siantan jaya Opposite Ulu 1 Palembang city $r = 0,684$ with a significance level of 0,000 ($p < 0,01$). Loneliness in this study made an effective contribution of 46,8% to problematic internet use which can be seen from the coefficient of determination (r^2) that is equal to 0,468.*

Keywords: *problematic internet use, loneliness, students*

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kesepian dengan *problematic internet use* pada mahasiswa kost di jalan Silaberanti lorong Siantan Jaya Seberang Ulu 1 Kota Palembang. Subjek penelitian berjumlah 220 dengan menggunakan metode random sampling. Pengambilan data dilakukan menggunakan skala *problematic internet use* 60 aitem dan skala kesepian 60 aitem. Realibilitas yang dihasilkan pada skala *problematic internet use* 0,955 dan kesepian 0,946. Uji hipotesis menggunakan teknik analisis korelasi *product moment*. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan positif antara kesepian dengan *problematic internet use* pada mahasiswa kost di jalan Silaberanti lorong Siantan jaya Seberang Ulu 1 kota Palembang $r = 0,684$ dengan taraf signifikansi sebesar sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Kesepian pada penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 46,8% terhadap *problematic internet use* yang dapat dilihat dari koefisiensi determinasi (r^2) yaitu sebesar 0,468.

Kata kunci : kesepian, *problematic internet use*, mahasiswa

1. PENDAHULUAN

Interconnection Networking dari jaringan komputer yang terhubung menggunakan sistem standar transmission control protocol /Internet Protocol (TCP/IP) yang berfungsi sebagai protocol pertukaran paket untuk menghubungkan komputer di seluruh dunia. Internet merupakan jaringan

komputer yang menghubungkan jutaan atau bahkan milyaran komputer yang ada diseluruh dunia, jadi ketika komputer terhubung dengan koneksi internet maka komputer tersebut masuk kedalam jaringan global dan saling terhubung dengan komputer yang ada diseluruh dunia yang juga terhubung dengan internet.

Asosiasi penyelenggara jasa internet Indonesia mengungkapkan, pengguna internet di Indonesia tahun 2016 mencapai 88,1 juta orang dari total dari total penduduk Indonesia. Dari jumlah tersebut sebanyak 75,5 % berusia 10-24 tahun, 75,8% berusia 25-34 tahun, 54,7% berusia 35-44 tahun, 17,2% berusia 45-54 tahun, dan 2 % berusia 55 tahun keatas. Sebanyak 84% pengguna internet di Indonesia mengakses internet setidaknya sekali sehari, 13% mengakses sekali seminggu, dan 3% mengakses kurang dari sekali seminggu. Sebanyak 35% dari total pengguna internet di Indonesia menggunakan 1 jam per hari untuk mengakses internet. Pengguna internet di Indonesia mayoritas mengenal internet pertama kali pada rentang tahun 2006 sampai 2011 yaitu sebesar 59,39 (Ansari dkk, 2016).

Berdasarkan temuan tersebut dapat diketahui bahwa pengguna internet di Indonesia sebagian besar ialah remaja yang berusia antara 18 sampai 25 tahun. Rentang usia ini merupakan masa dewasa awal dimana individu mengalami transisi dari tahap remaja menuju tahap dewasa awal. Santrock (2003) berpendapat bahwa *adolescence* (remaja) diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional. Mahasiswa merupakan kelompok belajar yang sudah menyelesaikan pendidikan

menengah atas atau kejuruan yang mendaftar dan diterima di Universitas (Sarwono, 2002) dilihat dari usianya, sebagian mahasiswa masuk kedalam kategori remaja akhir (Monks & Knoers, 2001).

Salah satu tugas perkembangan pada remaja akhir ialah mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebayanya (Santrock, 2003). Upaya yang dapat dilakukan untuk mencapai tugas perkembangan tersebut ialah berinteraksi dengan orang lain maupun teman sebaya. Terkait dengan upaya atau cara pencapaian tugas perkembangan tersebut, salah satu media yang digunakan dan digemari saat ini untuk berinteraksi dengan orang lain maupun teman ialah melalui internet. Cao dan Su (2006) mengatakan bahwa mereka yang berada pada masa remaja akhir cenderung menggunakan internet sebagai media untuk bersosialisasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Aydin (2014) mengatakan bahwa mahasiswa memiliki akses yang lebih luas ke internet. Berdasarkan *survey pewproject* yang dilakukan sepanjang tahun 2010 melaporkan bahwa hampir 100% mahasiswa berusia 18-24 tahun di Amerika ialah pengguna internet di Indonesia sendiri, angka pertumbuhan pengguna internet pada tahun 2016 didominasi oleh kelompok usia 10-34 tahun dan sekitar 50 % hingga 75,8 % dari pengguna internet merupakan remaja khususnya mahasiswa. Asosiasi

penyelenggara jasa internet Indonesia (APJII) melaporkan bahwa pada tahun 2016, kota Palembang merupakan salah satu kota dengan pengguna internet terbanyak setelah Jakarta.

Bashir dkk (2008) berpendapat bahwa mayoritas mahasiswa menggunakan internet dan mereka merasa bahwa internet merupakan alat fungsional yang sangat berperan banyak dalam memberikan fasilitas untuk berinteraksi dengan orang lain dan memperoleh informasi terkait dengan pendidikan mereka.

Niemz dkk (2005) juga mengatakan bahwa sebagian besar mahasiswa menggunakan internet untuk tujuan akademis dan sosial seperti berkomunikasi dengan keluarga dan teman-teman. Manfaat yang diperoleh dari internet memang dapat membantu mahasiswa untuk memenuhi kebutuhan akan interaksi dengan keluarga dan teman-temannya serta mendapatkan berbagai informasi dan pengetahuan terkait pendidikan.

Berdasarkan angket yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 26 Maret 2019 angket yang didapat pada pernyataan intensitas penggunaan internet yang menjawab 1-5 jam sebanyak 28 %, 6-10 jam sebanyak 34% selanjutnya yang menjawab 11-15 jam sebanyak 22 % dan intensitas dalam penggunaan internet 16-20 jam sebanyak 16 %. Pernyataan selanjutnya aplikasi yang sering digunakan pada saat internet sebanyak

16% yang menjawab *whatsapp*, 52% menjawab medsos, 14% menjawab *game* dan 16% menjawab aplikasi yang sering digunakan yaitu youtube, pernyataan yang selanjutnya ialah durasi dalam menggunakan internet yang menjawab 1-3 jam sebanyak 20%, menjawab 3-4 jam sebanyak 28% yang menjawab 5-6 jam sebanyak 44% dan yang menjawab durasi lebih dari 7-8 jam sebanyak 8 %, pernyataan selanjutnya ialah rata-rata penggunaan internet dalam sehari ialah bermacam-macam jawaban ada 8 pilihan jawaban yang berbeda 1-2 jam 10 %, 4-5 jam sebanyak 36%, dan 6-7 jam sebanyak 38% dan yang menjawab lebih dari 16-20 jam sebanyak 10%, pernyataan yang selanjutnya ialah tempat yang sering dijadikan untuk mengakses internet ialah 18 % yang menjawab kampus dan hampir seluruhnya memilih kosan sebagai tempat yang dijadikan untuk mengakses internet sebanyak 76%.

Problematic internet use merupakan sindrom multidimensional yang terdiri dari gejala kognitif, emosional dan perilaku yang mengakibatkan kesulitan seseorang dalam mengolah kehidupannya saat *offline* (Caplan, 2010). Frangos dkk (2011) mengatakan bahwa mahasiswa dianggap sebagai kelompok yang rawan mengalami *problematic internet use* karena mahasiswa memiliki banyak waktu luang karena jadwal yang tidak terstruktur serta Universitas menyediakan akses yang tidak terbatas melalui wifi.

Problematic internet use dapat mengakibatkan individu menghabiskan jumlah waktu yang terus meningkat dalam aktivitas *online* yang mengarah kepenarikan sosial, pengabaian diri, pola makan yang buruk dan masalah keluarga (Cao dkk, 2011). Hasil penelitian dari Odac dan Kalkan (2010), mengatakan bahwa seseorang yang mengalami *problematic internet use* menggunakan internet lebih dari 5 jam perhari dan mereka akan merasa tidak senang ketika mereka tidak menggunakan internet. Cash dkk (2012) menyebutkan bahwa *problematic internet use* dapat menyebabkan masalah dalam pertemanan di dunia nyata, kesulitan tidur dan kelelahan, menurunkan kondisi fisik (kelebihan atau kekurangan berat badan), berkurangnya keterlibatan sosial dan interaksi tatap muka yang terbatas.

Problematic internet use atau pengguna internet bermasalah dapat diartikan sebagai penggunaan internet secara berlebihan yang dapat memberikan manfaat bagi seseorang (menghindari masalah atau meregulasi *mood*) dan dapat menyebabkan konsekuensi negatif dalam kehidupan seseorang (menarik diri dari interaksi sosial atau prestasi akademik yang menurun). Akin (2014) menyebutkan bahwa *problematic internet use* adalah ketertarikan individu terhadap internet, merasa mendambakan penggunaan internet, dan ketika individu sedang dalam keadaan *offline*, ia merasa bahwa internet adalah yang mengasyikan

problematic internet use juga dapat didefinisikan sebagai ketidakmampuan individu untuk melakukan regulasi diri yang kemudian menghasilkan dampak negatif terhadap individu tersebut (Young & Abreu, 2011).

Menurut Caplan (2010) seseorang yang mengalami *problematic internet use* memiliki karakteristik seperti: a) *Introversi* atau mengalami kecemasan sosial, situasi dimana pengguna internet berfungsi sebagai cara untuk menghindari merasa sendirian dan dapat mengintensifkan diskoneksi dari hubungan tatap-muka. b) *Physical dan Verbal Aggression* keadaan fisik dan bahasa yang agresif untuk terus menggunakan internet. c) Mendapatkan rasa kebersamaan dari teman sekelas dan rekan kerja, situasi dimana terdorong karena adanya pengaruh dari teman sekelas atau rekan kerja untuk terus menggunakan internet.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan pada hari Selasa 12 Maret 2019, karakteristik yang mengacu pada *problematic internet use* yang pertama ialah *introversi*, situasi dimana seseorang mengalami sendirian dan untuk menghindari masalah tersebut dan dapat mengintensifkan diskoneksi dari hubungan tatap-muka, bisa dilihat dari mereka lebih tertutup contohnya mereka lebih sering berada dikosan bila sudah waktunya pulang kuliah. Saat ada masalah pun lebih nyaman untuk menyimpannya sendiri dan pada saat

pengalihan untuk kesendiriannya dengan bermain *game*.

Untuk memperkuat data penelitian karakteristik peneliti menyebarkan angket terhadap 50 subjek penelitian dari karakteristik yang pertama, hasil dari angket yang telah disebar peneliti, 25 mahasiswa menjawab ya dengan persentase 50% dan 25 menjawab tidak, mahasiswa yang menjawab ya berpendapat bahwa pada saat waktunya pulang kuliah mereka lebih senang menghabiskan waktu dikosan, istirahat dikosan lebih baik sedangkan yang menjawab tidak pada saat pulang kampus mereka lebih tertarik dengan dunia organisasi, berbagi cerita dengan orang lain lebih baik daripada memendam sendiri sebuah masalah.

Fenomena mengenai *problematic internet use* yang mengacu pada karakteristik yang kedua yaitu *physical dan verbal aggresion*, berdasarkan observasi dan wawancara pada tanggal 26 Maret 2019 bisa dilihat dari dimana keadaan fisik dan bahasa mereka yang agresif untuk terus menggunakan internet mereka yang selalu menggunakan internet pada saat waktu makan, malam sebelum tidur internet, mandi pun kadang menggunakan internet sampai berlama-lama untuk bermain internet karena menonton *youtube* sampai lupa dengan waktukalau diganggu saat bermain *game* marah-marah, diajak teman keluar marah-marah.

Data penelitian karakteristik yang kedua peneliti menyebarkan angket terhadap 50 subjek penelitian, hasil dari angket yang telah disebar peneliti, sejumlah 35 mahasiswa dengan persentase 70,6% yang menjawab tidak, dan 15 mahasiswa yang menjawab iya, mahasiswa yang menjawab tidak beranggapan bahwa mereka selalu fokus terhadap apa yang mereka lakukan, pikiran mereka bukan hanya hal itu dan banyak hal lain yang dapat dilakukan selain internet sedangkan yang menjawab ya berpendapat karena memikirkan suatu tugas tapi belum dikerjakan, sudah menjadi candu, karena gabut dan sering terbayang apalagi *game*.

Problematic internet yang mengacu pada karakteristik yang terakhir yaitu mendapatkan rasa kebersamaan dari teman sekelas dan rekan kerja dari observasi dan wawancara yang dilakukan pada beberapa mahasiswa mereka mengaku bahwa situasi dimana mereka terdorong karena adanya pengaruh dari teman sekelas atau rekan kerja untuk terus menggunakan internet. Misalnya pada saat main *game* dan menonton drama korea teman mengajak untuk nonton bersama-sama. Bermain *game* pada saat jam yang tidak seharusnya karena terdorong dari adanya pengaruh dari teman.

Untuk memperkuat data penelitian karakteristik yang kedua peneliti menyebarkan angket terhadap 50 subjek penelitian, berdasarkan hasil dari angket yang telah disebar peneliti, sejumlah 20 mahasiswa dengan menjawab ya dan 30 menjawab tidak,

mahasiswa yang menjawab ya beranggapan bahwa selalu gagal dalam mengurangi waktu internet walaupun sudah dicoba untuk mengurangi tetapi ada saja yang membuat ingin berlama-lama membuka internet seperti menonton *youtube*, dan mengakses nya pun sekarang sangat mudah, sebagian yang menjawab tidak berpendapat mereka masih bisa mengatur waktunya dalam penggunaan internet.

Faktor yang menyebabkan *problematic internet use* antara lain ialah kesepian (Caplan, 2010) ia berpendapat bahwa individu kesepian cenderung merasa bahwa mereka dapat lebih mengekspresikan jati diri mereka kepada orang lain di internet daripada ketika mereka berada di dunia nyata. Individu yang ingin mendapatkan teman baru tetapi memiliki kepribadian yang tertutup cenderung menggunakan internet untuk menghindari perasaan negatif yang muncul karena adanya figur teman (Skues dkk, 2016) individu yang memiliki *self-esteem* yang rendah cenderung menggunakan internet untuk memperoleh kesenangan dan mencoba hal baru yang tidak dapat mereka lakukan di dunia nyata, hal ini kemudian menyebabkan individu lebih rentan untuk mengalami *problematic internet use* (Ayden & Sari, 2011).

Kim, dkk (2009) juga mengatakan bahwa faktor psikososial seperti depresi dan kesepian dapat membuat individu cenderung berkomunikasi secara online dan

menggunakan internet secara kompulsif yang mengarah pada *problematic internet use*. Kesepian dapat didefinisikan sebagai pengalaman negatif yang muncul sebagai hasil dari evaluasi kognitif terhadap ketidaksesuaian antara hubungan yang sudah ada dengan standar hubungan yang telah ditetapkan oleh individu, baik secara kualitas maupun kuantitas (Dejong dkk, 2006). Standar hubungan yang ditetapkan individu dapat berupa tujuan seseorang dalam menjalin sebuah hubungan, misalnya tingkat keintiman (kualitas) atau frekuensi pertemuan (kuantitas). Kesepian meliputi keadaan dimana kualitas hubungan yang tidak sesuai dengan yang diharapkan kesepian juga dapat berupa keadaan di mana tidak adanya keintiman sebagaimana yang diharapkan (De jong dkk, 2006).

Menurut Sri Yola Triska (2006) karakteristik kepribadian yang berperan dalam mengembangkan perasaan kesepian pada diri seseorang diantaranya ialah: a) Harga diri yang rendah, konsep harga diri berkaitan dengan konsep diri, yaitu prestasi, ide dan sikap individu terhadap dirinya sendiri, harga diri adalah bagaimana seseorang menilai dirinya, bila seseorang selalu merasa kesepian, maka ia akan bersikap sebagai orang yang kesepian; b) Kecemasan sosial, berdasarkan penelitian, orang yang mengalami kesepian mengalami kesulitan bersosialisasi dan menggambarkan dirinya sebagai orang memiliki masalah perilaku,

seperti merasa terabaikan dan kurang mampu membuka diri pada orang lain; c) Perasaan malu merasa lebih gugup bila berada ditengah orang dan situasi yang baru dikenalnya, karena sulit untuk menilai perkenalan baru, perasaan malu tersebut akhirnya menimbulkan kesepian.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan pada hari Selasa 12 Maret 2019, karakteristik yang mengacu pada kesepian yang pertama adalah harga diri yang ialah konsep harga diri berkaitan dengan konsep diri, yaitu prestasi, ide dan sikap individu terhadap dirinya sendiri, harga diri adalah bagaimana seseorang menilai dirinya. Bila seseorang selalu merasa kesepian, maka ia akan bersikap sebagai orang yang kesepian bisa dilihat dari mereka sering mengalami perasaan bersalah, merasa sendiri dan tidak ingin ada yang berteman dengannya, mudah tersinggung dan menarik diri secara sosial kadang juga perasaan tidak mampu untuk mengeluarkan pendapat. Untuk memperkuat data penelitian berdasarkan hasil dari angket yang telah disebar peneliti, 15 mahasiswa dengan menjawab ya dan 35 mahasiswa dengan menjawab tidak. Mahasiswa menjawab ya beranggapan bahwa karena adanya akses internet yang membuat orang tidak terlalu memikirkan orang sekitar, karena pemalu, ada yang berpendapat ujung-ujungnya diabaikan dan tidak didengar, dan yang menjawab tidak beranggapan karena senang dalam bersosialisasi.

Fenomena mengenai kesepian yang mengacu pada karakteristik orang yang mengalami kesepian yang kedua ialah kecemasan sosial berdasarkan observasi dan wawancara pada tanggal 26 Maret 2019 pada 10 mahasiswa mereka berpendapat bahwa diri mereka kadang merasa cemas saat bertemu dengan orang yang banyak dan lebih nyaman dengan tempat yang tidak terlalu ramai, subjek memandang dan khawatir bahwa orang lain akan mendapat penilaian yang negatif dari orang lain. Dilihat dari muka subjek yang memerah, sulit untuk menatap mata, suara bergetar dan berkeringat.

Untuk memperkuat data penelitian karakteristik peneliti menyebarkan angket terhadap 50 subjek penelitian dari karakteristik, hasil dari angket yang telah disebar peneliti. Berdasarkan dari angket yang disebar oleh peneliti, 26 mahasiswa dengan mahasiswa menjawab ya, 24 mahasiswa menjawab tidak. Mahasiswa yang menjawab ya beranggapan bahwa kadang orang ingin tahu permasalahannya saja tanpa memberikan solusi, hanya orang tertentu dan karena takut orang tersebut menceritakan permasalahan kepada orang lain. dan yang menjawab tidak beranggapan karena saat bercerita dengan orang lain beban berkurang dan merasa lega menurut mereka itu sangat membantu.

Kesepian yang mengacu pada karakteristik orang yang mengalami kesepian yang terakhir ialah perasaan malu

berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan pada 10 mahasiswa pada tanggal 26 Maret 2019 mereka mengatakan bahwa perasaan malu juga kadang muncul saat ingin pergi keluar dari kosan, dengan orang yang baru dikenal juga agak takut karena belum kenal terlalu baik.

Untuk memperkuat data penelitian karakteristik peneliti menyebarkan angket terhadap 50 subjek penelitian dari karakteristik yang pertama, hasil dari angket yang telah disebar peneliti. Berdasarkan dari angket yang disebar oleh peneliti, 20 mahasiswa menjawab ya dengan persentase 38,2% dan 30 mahasiswa menjawab tidak dengan persentase 61,8 %. Mahasiswa yang menjawab ya beranggapan bahwa karena belum menghasilkan sesuatu, hanya bisa menggunakan tidak bisa dipergunakan, saat ada orang lain yang meminta bantuan subjek tidak bisa membantunya disana subjek merasa tidak berguna. Subjek merasa paling tidak bisa berbuat sesuatu yang bermanfaat dibanding teman kelompok subjek. Subjek lambat berfikir dan mereka selalu bisa membawa suasana agar asik. Mereka mempunyai keahlian masing-masing dan asik. Lalu yang menjawab tidak beranggapan bahwa karena manusia saling membutuhkan dan teman juga membutuhkan bantuan subjek.

Alasan individu menggunakan internet antara lain untuk meredakan masalah psikososial yang dialami, seperti kesepian

atau depresi, akan tetapi alih-alih dapat mengobati kesepian yang dirasakan, penggunaan internet secara berlebihan cenderung menyebabkan masalah lain. Individu yang kesepian tidak hanya mengalami kesulitan untuk mengatur penggunaan internet mereka. Individu yang kesepian atau tidak memiliki kemampuan sosial yang memadai dapat terjerumus ke dalam penggunaan yang negatif yang terjadi dapat berupa terganggunya aktivitas penting seperti kegiatan akademik atau pekerjaan dan berkurangnya kualitas dan kuantitas hubungan sosial dengan orang terdekat. Hal ini dapat menyebabkan individu semakin terisolasi dari aktivitas sosial yang sehat dan menjadikan individu semakin kesepian (Kim dkk, 2009).

Fenomena mengenai kesepian bahwa individu yang mengalami kesepian cenderung menggunakan internet secara berlebihan yang kemudian mendorong individu tersebut mengalami *problematic internet use* (Odac & Kalkan, 2010). Sebuah penelitian menyebutkan semakin tinggi kesepian yang dirasakan oleh mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa tersebut untuk menggunakan internet secara berlebihan, yang kemudian hal ini mengakibatkan mahasiswa tersebut mengalami *problematic internet use*.

Berdasarkan temuan yang ada penulis kemudian tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan kesepian

dengan *problematic internet use* pada mahasiswa di Jalan Silaberanti Lorong Siantan Jaya Seberang Ulu 1 kota Palembang

2. METODOLOGI PENELITIAN

Problematic internet use merupakan penggunaan internet secara berlebihan yang membentuk keadaan kognitif individu yang maladaptif, menyebabkan kesulitan secara psikologis dan sosial serta dapat memberikan hasil yang negatif pada mahasiswa kost di Siantan jaya.

Problematic internet use akan diungkap dengan menggunakan skala yang dibuat sendiri oleh peneliti dengan acuan aspek-aspek *problematic internet use* yang dikemukakan oleh Caplan (2010) mengatakan bahwa aspek *problematic internet use* adalah ; 1) *POSI*, 2) *mood regulation*, 3) *deficient self-regulation*, dan 4) *negative outcomes*.

Kesepian dapat didefinisikan sebagai perasaan kehilangan dan ketidakpuasan mahasiswa seberang ulu 1 yang dihasilkan oleh ketidaksesuaian antara jenis hubungan sosial yang diinginkan dan jenis hubungan sosial yang dimiliki mahasiswa di lorong siantan jaya silaberanti lorong siantan jaya seberang ulu 1 Kota Palembang.

Kesepian akan diungkap dengan menggunakan skala yang dibuat sendiri oleh peneliti dengan acuan aspek-aspek kesepian yang dikemukakan oleh Bruno (2000) yaitu a)Isolasi b).Penolakan c).Merasa disalah mengerti d).Merasa tidak dicintai e).Tidak mempunyai sahabat, f).Malas membuka diri g).Bosan h).Gelisah.

Populasi ialah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek yang mempunyai kualitas dan

karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya, sedangkan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2013).

Teknik sampling merupakan teknik pengambi Adapun teknik pengambilan *sample* yang di gunakan pada penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Sugiyono (2013) *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Artinya setiap subjek yang diambil dari populasi dipilih dengan sengaja berdasarkan tujuan dan pertimbangan tertentu. Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa kost di Silaberanti Palembang yang berjumlah 220 orang yang berumur 17-25 tahun. Sebelum melaksanakan penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji coba skala atau TO (*Try Out*) dengan berdasarkan pada tabel *Isaac* dan *Michael* (Sugiyono, 2013) dengan taraf kesalahan 5%, maka sebanyak 220 orang dengan 85 orang sebagai TO (*Try out*) dansisinya 135 orang sebagai sampel penelitian.

Metode pengumpulan data merupakan suatu cara yang digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan data. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode skala. Azwar (2012) menjelaskan bahwa skala adalah perangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah bersifat tertutup, yaitu subjek diminta untuk memilih salah satu dari beberapa pilihan jawaban yang tersedia. Skala *problematic internet use* dan

skala kesepian dalam penelitian ini menggunakan skala *likert* yang dibuat dalam bentuk *checklist*. Skala ini terdiri dari dua bentuk pernyataan, yaitu berupa pernyataan yang mendukung (*favourable*) dan pernyataan yang tidak mendukung (*unfavourable*).

Azwar (2014) menyebutkan bahwa validitas adalah aspek kecermatan pengukuran. Suatu tes dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila tes tersebut menjalani fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai dengan maksud dikenakannya tes tersebut. Suatu tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan diadakannya pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah. Valid berarti instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2015)

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif, pengukuran validitas terhadap suatu alat ukur psikologi dapat dilakukan dengan menggunakan program SPSS (*Statistical Package Sosial Science*) version 20.0 for windows. Penelitian konsistensi aitem total akan menghasilkan koefisien korelasi aitem total atau daya beda aitem dengan menghitung koefisien korelasi antara skor total tes (koefisien aitem total) definisi yang tepat mengenai kawasan ukur yang diinginkan menjadi tumpang-tindih (*overlap*) dengan kawasan ukur atribut lain sehingga skala yang nantinya dihasilkan ternyata mengukur banyak hal yang tidak relevan dengan tujuan semula. Ketidaktepatan identifikasi kawasan ukur dapat mengakibatkan skala menjadi tidak cukup komprehensif dalam mengungkap atribut yang dikehendaki.

Koefisien validitas mempunyai makna jika bergerak dari 0,00 sampai 1,00 dan batas koefisien korelasi minimum sudah dianggap memuaskan jika mencapai 0,30. Namun apabila jumlah aitem yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria 0,30 menjadi 0,25 (Azwar, 2006).

Azwar (2014) mengatakan bahwa salah satu ciri instrumen ukur yang berkualitas baik adalah reliabel (*reliable*), yaitu mampu menghasilkan skor yang cermat dengan *error* pengukuran kecil. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi maksudnya adalah pengukuran yang dapat menghasilkan data yang reliabel. Ide pokok dalam konsep reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya.

Azwar (2014) menyebutkan bahwa semakin tinggi koefisien korelasi antara hasil ukur dari dua tes yang paralel, berarti konsistensi diantara keduanya semakin baik dan kedua alat ukur itu disebut sebagai alat ukur yang reliabel. Sebaliknya, apabila korelasi antara hasil dari dua alat ukur yang paralel ternyata tidak tinggi maka disimpulkan bahwa reliabilitasnya rendah. Walaupun secara teoritik besarnya koefisien reliabilitas berkisar antara 0 sampai dengan 1,00 akan tetapi pada kenyataannya koefisien sebesar 1,00 tidak pernah dijumpai.

Dalam program SPSS, teknik yang disediakan untuk pengujian reliabilitas adalah *alpha* formula umum *cronbach* alasan menggunakan *alpha cronbach* Metode *alpha* sangat cocok digunakan pada skor berbentuk skala (misal 1-4, 1-5) atau skor rentangan (misal 0-20, 0-50). Koefisien reliabilitas (r_{xx}) berada dalam rentang angka dan 0 sampai dengan

1,00. sekalipun bila koefisien reliabilitas semakin tinggi mendekati angka 1,00 berarti pengukuran semakin reliabel.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengukuran validitas ini dilakukan dengan cara menghitung koefisien skor subjek aitem yang bersangkutan. menurut Sugiyono (2014) valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Hasil penelitian yang valid bila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti. Melalui indeks daya beda aitem atau koefisien korelasi, maka dapat ditemukan aitem-aitem yang layak untuk digunakan untuk penelitian dan aitem-aitem yang tidak layak atau gugur dalam penelitian. Pengujian validitas aitem-aitem alat ukur dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik Reabilitas dengan batas minimum koefisien korelasi atau daya beda sudah dianggap memuaskan jika mencapai 0,30 (Azwar, 2014). Skala *Problematic Internet Use* yang berjumlah 60 pernyataan setelah dilakukan analisis, penelitian menggunakan batas minimum koefisien korelasi 0,30 sehingga diperoleh 49 pernyataan yang valid. Selanjutnya Skala Kesepian yang berjumlah 60 aitem setelah di analisis validitas dengan batas minimum koefisien korelasi 0,30. Sehingga tersisa 54 aitem yang valid dan terdapat 6 aitem yang tidak valid atau gugur dimana dilakukan analisis sebanyak dua kali.

Uji reliabilitas pada skala *problematic internet use* ini menunjukkan nilai reliabilitas alpha sebesar 0,955 sedangkan uji reliabilitas pada skala kesepian menunjukkan reliabilitas alpha

sebesar 0,946 dengan demikian kedua skala tersebut dapat dikatakan memiliki konsistensi hasil ukur yang baik karena nilai reliabilitasnya mendekati angka 1,00.

Bahwa hasil dari kedua data variabel yang diperoleh melalui alat ukur yang diuat oleh peneliti berdistribusi normal karena memenuhi syarat $p > 0,05$. Dapat dilihat dari nilai p alat ukur tersebut yaitu *Problematic Internet Use* $P=0,690 (P > 0,05)$, $KS-Z= 0,713$ dan variabel Kesepian mendapatkan nilai $P= 0,906 (p > 0,05)$ dengan $KS-Z= 0,566$.

Hasil dari linieritas koefisien yang menunjukkan hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat dengan nilai $P = 0,000 (p < 0,05)$ dan $F = 117,099 p = 0,000 (p < 0,05)$. Nilai p merupakan nilai yang menunjukkan seberapa linier hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.

Hasil dari nilai korelasi antara variabel kesepian dengan *problematic internet use*, yaitu $r = 0,684$ dengan nilai $R \text{ square} = 0,468$ dan $p = 0,000$ dimana $p < 0,01$. Ini berarti bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kesepian dengan *problematic internet use* pada mahasiswa kost di jalan Silaberanti Lorong Siantan Jaya kecamatan seberang Ulu 1 Kota Palembang. Besarnya sumbangan yang diberikan oleh kesepian terhadap *problematic internet use* adalah sebesar 46,8%. Jadi masih terdapat 54,2% pengaruh dari faktor –faktor lain yang berhubungan dengan *problematic internet use* namun tidak diteliti oleh peneliti.

Berdasarkan data penelitian yang dilakukan *problematic internet use* ini menggunakan uji regresi sederhana yang bertujuan untuk menguji hipotesis tentang adanya hubungan antara kesepian dengan

problematic internet use mahasiswa kost Rt 34 Rw 08 Lorong Siatan jaya Seberang Ulu 1 Kota Palembang. Hasil analisis yang diperoleh dari penelitian ini adanya penerimaan pada hipotesis yang diajukan, Hasil tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi $R= 0,684$ dengan signifikan $p=0,000$ atau dengan kata lain $p \leq 0,01$. Ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kesepian dengan *problematic internet use* pada mahasiswa kost di Jalan silaberanti lorong siatan jaya kecamatan Seberang Ulu 1 Kota Palembang.

Besarnya sumbangan efektif yang diberikan variabel kesepian terhadap *problematic internet use* adalah sebesar 0,468 atau 46,8%. Jadi masih terdapat 53,2% faktor-faktor lain yang berhubungan dengan *problematic internet* pada mahasiswa kost namun tidak diteliti oleh peneliti. Caplan,william dkk,(2009) *problematic internet use* ialah sindrom multidimensional yang meliputi beberapa gejala seperti gejala kognitif,perilaku yang menyebabkan kesusahan individu pada pengelolaan hidupnya saat tidak bisa mengakses internet, dan gejala emosional. Mengakibatkan kesulitan seseorang dalam mengelolah kehidupannya disaat tidak dapat *online* di internet.

Berdasarkan hasil deskripsi Kategorisasi *problematic internet use* dari menunjukkan bahwa sebanyak 135 mahasiswa kost yang dijadikan subjek penelitian yang berusia 18- 25 tahun Berdasarkan temuan tersebut dapat diketahui bahwa pengguna internet di Indonesia sebagian besar ialah remaja yang berusia antara 18 sampai 25 tahun. Rentang usia ini merupakan masa dewasa awal dimana individu mengalami transisi

dari tahap remaja menuju tahap dewasa awal. Santrock (2003) berpendapat bahwa *adolescence* (remaja) diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional. Mahasiswa merupakan kelompok belajar yang sudah menyelesaikan pendidikan menengah atas atau kejuruan yang mendaftar dan diterima di universitas (Sarwono, 2002) dilihat dari usianya, sebagian mahasiswa masuk kedalam kategori remaja akhir (Monks dkk 2014). Terdapat 135 mahasiswa berjenis kelamin laki-laki yang berjumlah 50 mahasiswa dan yang berjenis yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 85, Yang berasal dari Universitas Bina Darma berjumlah 108 mahasiswa, Universitas Muhammadiyah Palembang berjumlah 20 mahasiswa dan sisanya Univeristas PGRI Palembang berjumlah 7 mahasiswa. Didapat sebanyak 71 atau 52,5% mahasiswa yang memiliki *problematic internet use* yang tinggi dan sisanya sebanyak 64 orang mahasiswa atau 47,4% memiliki *problematic internet use* yang sedang.

Tingkatan *problematic internet use* pada mahasiswa tergolong sedang hingga tinggi hal ini sesuai dengan hasil penelitian Morahan, Martin dan Schumacher(2002) yang membagi tingkatan *Problematic internet use* menjadi dua yaitu tingkat sedang dan tingkat tinggi.

Salah satu tugas perkembangan pada remaja akhir ialah mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebayanya (Santrock, 2003). Upaya yang dapat dilakukan untuk mencapai tugas perkembangan tersebut ialah berinteraksi dengan orang lain maupun teman

sebagai. Terkait dengan upaya atau cara pencapaian tugas perkembangan tersebut, salah satu media yang digunakan dan digemari saat ini untuk berinteraksi dengan orang lain maupun teman ialah melalui internet. Cao dkk (2011) mengatakan bahwa mereka yang berada pada masa remaja akhir cenderung menggunakan internet sebagai media untuk bersosialisasi.

Adapun bentuk perilaku mahasiswa kost di siantan jaya yang menunjukkan *problematic internet use* tinggi adalah Mahasiswa Kost di Jalan Silaberanti Lorong Siantan Jaya dalam keadaan *offline* bingung mau melakukan apapun, kadang lupa makan, uring-uringan dan akan berusaha untuk membeli paket data internet bila paket data habis. Bagi mahasiswa yang *problematic internet use* nya sedang masih bisa mengatur waktu saat menggunakan internet dan tidak terlalu uring-uringan saat dalam keadaan *offline*.

Menurut Tam & Walter (2013) berpendapat bahwa terdapat beberapa faktor yang memberikan pengaruh *problematic internet use*, yaitu tingginya rasa ketertarikan dengan teknologi, mengalami konflik interpersonal, adanya reward dari pengguna internet dan memiliki *self-esteem* yang rendah.

Kategorisasi kesepian menunjukkan dari 135 mahasiswa kost di jalan silaberanti lorong siantan jaya kecamatan seberang ulu 1 kota Palembang yang dijadikan subjek penelitian terdapat sebanyak 67 atau 49,6% mahasiswa yang memiliki kesepian yang stabil dan sisanya 68 atau 50,3% memiliki kesepian yang tidak stabil. Sehingga dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek dalam penelitian memiliki kesepian yang tidak stabil. Shaver & Rubeistein (Brehm dkk,2002) mengatakan kesepian dibagi menjadi

Berdasarkan fenomena di lapangan didapati mahasiswa kost di jalan silaberanti lorong siantan jaya kecamatan seberang ulu 1 kota Palembang yang memiliki kesepian stabil beranggapan bahwa dirinya merasa tidak menyenangkan, tidak dicintai dan tidak menarik, sedangkan bagi mahasiswa yang tidak stabil itu merasa dirinya kesepian tetapi hal tersebut tidak bertahan lama menurutnya semuanya akan berlalu ketika bertemu dengan orang disekitarnya. Dan percaya bahwa semua hal bisa dilewati dengan baik.

Penelitian tentang *problematic internet use* dilakukan oleh Annisa dan Budi (2016) di Yogyakarta dengan judul *Hubungan antara problematic internet use dengan prokrastinasi akademik* dengan menggunakan metode kuantitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara akademik sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima semakin tinggi tingkat *problematic internet use* maka akan semakin tinggi pula *problematic internet use*.

Selanjutnya penelitian ini dilakukan oleh Fitri (2016) di Jakarta yang berjudul *problematic internet use pada pengguna facebook di Jakarta*. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Sampel dari penelitian ini adalah 82 siswa SMA di Jakarta Barat. Hasil penelitian ini adalah sebagian besar remaja skor rendah pada penggunaan internet bermasalah terutama dalam penggunaan facebook, namun ada korelasi positif yang signifikan antara penggunaan *problematic internet use* dan perasaan remaja ketika *smartphone* mereka tertinggal di rumah.

Berdasarkan uraian dan hasil analisis data, peneliti menyimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti yaitu ada hubungan antara

keseharian dengan problematic internet use pada mahasiswa kost di Jalan Silaberanti Lorong Siantan Jaya Seberang Ulu 1 kota Palembang. dalam penelitian ini diterima. Adapun bunyi dari hipotesis penelitian ini berdasarkan hasil data yang telah dilakukan adalah ada hubungan yang sangat signifikan antara keseharian dengan *problematic internet use* pada mahasiswa kost di Jalan Silaberanti Lorong Siantan Jaya Seberang Ulu 1 kota Palembang.

4. SIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari analisis data dan pembahasan, maka peneliti menarik kesimpulan bahwa ada hubungan yang signifikan antara keseharian dengan problematic internet use pada mahasiswa kost di Jalan Silaberanti Lorong Siantan Jaya Seberang Ulu 1 Kota Palembang.

DAFTAR RUJUKAN

- Akin, I. 2014. *Relationship Problematic Internet Use with Alexithymia, Emotion Regulation, and Impulsivity*. Istanbul: Bahcesehir University
- Annisa Risqi Anggunani, Budi Purwanto, 2018. *Problematic Internet Use dan Prokrastinasi Akademik pada*

- Mahasiswa. Jurnal GamaJop. Vol 4, No 1
- Ansari, C dkk. 2016. Polling indonesia: Infografis penetrasi & perilaku pengguna internet indonesia. Jakarta: Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia
- Asosiasi Penyelenggara Jasa internet. 2016. Penetrasi dan perilaku pengguna internet indonesia. Survey 2016. Di download dari <http://www.apjii.or.id/survey2016> pada tanggal 20 april 2019
- Azwar,S.(2014). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: pustaka pelajar
- Bashir, S., Mahmood, K., &Shafique, F. 2008. Internet Use Among University Students: A Survey in University of the Punjab, Lahore. *Pakistan Journal of Library & Information Science*.Vol8. No 9
- Brehm, Miller, Perlman, Campbell. 2002. Intimate Relationship 3rdedition. USA : McGraw-Hill, Co
- Bruno, F.J.S. 2000. Conguer Loneliness: Cara Menaklukan Kesepian. (Alih Bahasa: Sitanggang). Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Cao, F., Su, L. 2006. Internet addiction among Chinese adolescents: prevalence and psychological features. Journal compilation Blackwell Publishing Ltd, Child: care, health and development,
- Caplan., S.E. 2010. Theory and Measurement of Generalized Problematic Internet Use: A Two-step Approach. *Computers in Human Behavior*. Vol 17. No 187-195
- Cash, H., Rae, C. D., Steel, A. H., & Winkler, A. (2012). Internet addiction: A brief summary of research and practice. *Current Psychiatry Reviews*, 8(4), 292-298.
- De Jong-Gierveld, J., van Tilburg, T. G., & Dykstra, P. A. 2006. Loneliness and Social Isolation. In D. Perlman, & A. Vangelisti (Eds.), *The Cambridge Handbook of Personal Relationships* (pp. 485-500). Cambridge: Cambridge University Press
- Frangos, C. C., &Sotiropoulos, I. 2011. Problematic Internet Use among Greek University Students: An Ordinal Logistic Regression with Risk Factors' Negative Psychological Beliefs, Pornographic Sites and Online Games *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*.Vol 14. No 51-58
- Kim,J., Larose, R., &Peng, W. 2009.Loneliness as the Cause and the Effect of Problematic Internet Use: The Relationship between Internet Use and Psychological Well-Being. *Cyberpsychology &Behavior*.Vol 12. No 4
- Monks, F.J., Knoers, A.M.P., Haditono, S.2014 o, *Perkembangan : Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. 2000. Incidents and correlates of pathological internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, 16, 13–29.
- Niemz, K., Griffiths, M., & Banyard, P. (2005). Prevalence of pathological internet use among university students and correlations with self-esteem, the General Health Ques-tionnaire (GHQ), and disinhibition. *CyberPsychology & Behavior*, 8(6), 562-570.
- Odac,H.,& Kalkan, M. 2010.Problematic Interne Use, Loneliness and Datin Anxiety Among Young Adult University Students : *Computer & Education*.Vol 55. No 1091-1097
- Santrock, John W. 2003 *Perkembangan : Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Sari, S. V. &Aydin, B. 2014.Problematic Internet Use and Body Mass Index in University Students.*Eurasian Journal of Educational Research*.Vol 54. No 135-150

- Sarwono, S. W. 2002. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rajawali
- Shapira, N, A., dkk. 2003. Problematic Internet Use: Proposed Classification and Diagnostic Criteria. *Depression and Anxiety*. Vol 17
- Skues, J. L., Williams, B., & Wise, L. 2012. The effects of personality traits, self-esteem, loneliness, and narcissism on Facebook use among university students. *Computers in Human Behavior*, 28,2414-2419
- Sri Yola Tiska, Hubungan Antara Kesepian Dan Kebutuhan Afiliasi Pada Remaja Akhir Yang Senang Clubbing, 2016. Skripsi Universitas Gunadarma Jakarta
- Sugiyono. 2013. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung. Alfabeta.
- Young, K.S and Abreu, C.N. 2011. *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. Hoboken, NJ: John.

