

**PENGARUH KESEPIAN TERHADAP INTENSITAS PENGGUNAAN  
MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA DI DKI JAKARTA**



**Oleh:**

**Nanda Rahma Anillah**

**1801618138**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh**

**Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2022**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG  
SKRIPSI**

“Pengaruh Kesepian Terhadap Intensitas Penggunaan Media Sosial Pada Mahasiswa di DKI  
Jakarta”

Nama Mahasiswa : Nanda Rahma Anillah  
 Nomor Registrasi : 1801618138  
 Jurusan/Program Studi : Psikologi  
 Tanggal Ujian : 2 Februari 2022

Pembimbing I


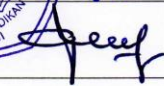

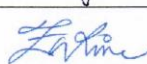
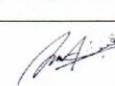
Pembimbing II




Ernita Zakiah, M.Psi  
 NIDK. 8891680018

Dr. Gantina Komalasari, M.Psi  
 NIP. 195703281986032001

**PANITIA SIDANG SKRIPSI**

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi. (Penanggung Jawab)*		20 feb 22
Dr. Gungum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. (Wakil Penanggung Jawab)**		23 feb 22
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi. (Ketua Penguji)***		22 Februari 2022
Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi (Dosen Penguji I)****		22 Februari 2022
Adhissa Qonita, M.Psi (Dosen Penguji II)****		22 Februari 2022

Catatan:  
 \*Dekan FPPsi  
 \*\*Wakil Dekan I  
 \*\*\*Ketua Penguji  
 \*\*\*\*Dosen Penguji selain pembimbing

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Nanda Rahma Anillah  
NIM : 1801618138  
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh Keseharian Terhadap Intensitas Penggunaan Media Sosial Pada Mahasiswa di DKI Jakarta” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Oktober 2021 sampai dengan bulan Januari 2022.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Serang, 28 Januari 2022



Nanda Rahma Anillah



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nanda Pahma Anillah  
NIM : 1801618138  
Fakultas/Prodi : Psikologi  
Alamat email : rahmananda512@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

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

yang berjudul : Pengaruh Kecepan Terhadap Intensitas  
Penggunaan Media Sosial Pada Mahasiswa  
di DKI Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, 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 Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 7 Maret 2022

Penulis

(Nanda Pahma Anillah)  
nama dan tanda tangan

## LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

خَيْرُ النَّاسِ أَنْفَعُهُمُ لِلنَّاسِ

Sebaik-baik manusia adalah mereka yang memberikan manfaat untuk orang lain.



Skripsi ini saya persembahkan untuk diri saya, kedua orang tua saya, dan kakak saya tercinta yang selalu memberikan doa dan dukungan dalam setiap proses kehidupan saya hingga saat ini.

**PENGARUH KESEPIAN TERHADAP INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA  
SOSIAL PADA MAHASISWA DI DKI JAKARTA**

**Nanda Rahma Anillah**

**Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas  
Negeri Jakarta**

**2022**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kesepian terhadap intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa di DKI Jakarta. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian non-eksperimen. Metode analisis data yang digunakan ialah analisis regresi sederhana. Teknik pengambilan sampelnya menggunakan *purposive sampling*. Subyek dalam penelitian ini terdiri dari 345 subyek yang merupakan mahasiswa di DKI Jakarta usia 18 – 25 tahun.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kesepian responden ialah alat ukur *UCLA Loneliness Scale Version 3* yang diadaptasi dari Raissa (2018) berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Russell (1996). Adapun intensitas penggunaan media sosial dalam penelitian ini diukur menggunakan alat ukur *Social Network Time Use Scale* (SONTUS) yang diadaptasi dari Maria (2019) berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Olufadi (2015). Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara kesepian terhadap intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa di DKI Jakarta, dengan nilai *R square* sebesar 0.000. Artinya, kesepian tidak memberikan pengaruh sama sekali terhadap intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa di DKI Jakarta.

Kata Kunci: Kesepian, Intensitas Penggunaan Media Sosial

**THE EFFECT OF LONELINESS ON THE INTENSITY OF SOCIAL MEDIA  
USE ON COLLEGE STUDENTS IN DKI JAKARTA**

**Nanda Rahma Anillah**

**Jakarta: Psychology Study Program, Faculty of Psychology Education, Jakarta  
State University**

**2022**

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the effect of loneliness on the intensity of social media use among students in DKI Jakarta. This research is a quantitative research with a non-experimental research design. The data analysis method used is simple regression analysis. The sampling technique used was purposive sampling. The subjects in this study consisted of 345 subjects who were college students in DKI Jakarta aged 18-25 years.*

*The measuring instrument used to measure respondents's loneliness is the UCLA Loneliness Scale Version 3 which was adapted from Raissa (2018) based on the theory proposed by Russell (1996). The intensity of social media use in this study was measured using the Social Network Time Use Scale (SONTUS) which was adapted from Maria (2019) based on the theory proposed by Olufadi (2015). The results of this study indicate that there is no significant effect of loneliness on the intensity of social media use among college students in DKI Jakarta, with an R square value of 0.000. It means that loneliness has no effect at all on the intensity of social media use among college students in DKI Jakarta.*

*Keywords: Loneliness, Intensity of Use of Social Media*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat serta karunia-Nya lah penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Kesepian Terhadap Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Mahasiswa di DKI Jakarta”. Maksud dan tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi syarat agar mendapatkan gelar sarjana psikologi dari Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari sekali bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam skripsi ini. Adapun keberhasilan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini tentu tidak lepas dari bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi. selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gungum Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan I, Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi selaku Ketua Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Ernita Zakiah, M.Psi selaku Dosen Pembimbing I. Terima kasih telah banyak membimbing, mengarahkan, memotivasi, memberikan saran, dan meluangkan banyak waktunya selama proses penulisan skripsi berlangsung.
5. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi Dosen Pembimbing II. Terima kasih telah banyak membimbing, mengarahkan, memotivasi, memberikan saran, dan meluangkan banyak waktunya selama proses penulisan skripsi berlangsung.
6. Ibu Santi Yudhistira, M.Psi selaku Dosen Pembimbing Akademik penulis.
7. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan banyak ilmu kepada penulis selama perkuliahan.



8. Seluruh staf administrasi dan karyawan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu terkait urusan administrasi selama perkuliahan dan selama penyelesaian skripsi ini.
9. Mamah, Apa, dan Kakakku tercinta yang selalu memberikan doa, dukungan, motivasi, dan cinta kasihnya kepada penulis yang tiada henti.
10. Afifah dan Rey yang telah banyak memberikan dukungan, motivasi, masukan, dan diskusi selama proses penulisan skripsi berlangsung.
11. Teman-teman *happy ending*, Shafa, Adel, Wulan, Deya, Rey, dan Pipeh yang telah memberikan banyak bantuan, dukungan, motivasi, dan warna dalam kehidupan penulis selama menjalani perkuliahan.
12. Budy Prasetyo yang selalu memberikan *support* dan menemani penulis selama proses penulisan skripsi berlangsung.
13. Bunga Rohiyatun yang tak henti-hentinya menyemangati penulis dan mendengarkan keluh kesah penulis di kala suasana hati sedang kacau.
14. Teman-teman Psikologi UNJ Angkatan 2018 dan kelas A yang telah berbagi pengalaman dan cerita selama perkuliahan.
15. Seluruh responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam penelitian dengan mengisi dan membantu menyebarkan kuisioner.
16. Seluruh pihak yang terlibat dalam penelitian ini dan tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih banyak atas bantuan dan dukungannya.

Serang, 26 Januari 2022

Nanda Rahma Anillah

## DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	iv
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK .....	vi
<i>ABSTRACT</i> .....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR TABEL .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	10
1.3 Batasan Masalah.....	11
1.4 Rumusan Masalah .....	11
1.5 Tujuan Penelitian .....	11
1.6 Manfaat Penelitian .....	12

1.6.1 Manfaat Teoritis .....	12
1.6.2 Manfaat Praktis .....	12
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>13</b>
2.1 Media Sosial .....	13
2.1.1 Definisi Media Sosial .....	13
2.1.2 Manfaat dan Kegunaan Media Sosial .....	14
2.1.3 Dampak Penggunaan Media Sosial .....	15
2.1.4 Klasifikasi Media Sosial .....	17
2.1.5 Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	19
2.1.6 Faktor-faktor yang Dapat Mempengaruhi Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	19
2.1.7 Aspek-aspek Intensitas .....	20
2.2 Kesepian .....	23
2.2.1 Definisi Kesepian .....	23
2.2.2 Jenis-jenis Kesepian .....	25
2.2.3 Aspek-aspek Kesepian .....	26
2.2.4 Penyebab Kesepian .....	28
2.2.5 Perasaan Individu Ketika Mengalami Kesepian .....	29
2.2.6 Dampak Kesepian .....	30
2.3 Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Kesepian .....	30
2.4 Kerangka Pemikiran .....	33
2.5 Hipotesis .....	36

2.6 Hasil Penelitian Yang Relevan .....	36
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>40</b>
3.1 Tipe Penelitian .....	40
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	40
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian .....	40
3.2.1.1 Variabel Bebas .....	40
3.2.1.2 Variabel Terikat .....	40
3.2.2 Definisi Konseptual Variabel Penelitian .....	41
3.2.2.1 Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	41
3.2.2.2 Kesepian.....	41
3.2.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	41
3.2.3.1 Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	41
3.2.3.2 Kesepian.....	42
3.3 Populasi dan Sampel .....	42
3.3.1 Populasi Penelitian .....	42
3.3.2 Sampel Penelitian .....	42
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	43
3.4.1 Instrumen Kesepian .....	43
3.4.2 Instrumen Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	44
3.5 Uji Coba Instrumen .....	48
3.5.1 Hasil Uji Coba Instrumen Kesepian .....	49

3.5.2 Hasil Uji Coba Alat Ukur Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	51
3.6 Analisis Data .....	52
3.6.1 Analisis Deskriptif .....	52
3.6.2 Uji Normalitas .....	53
3.6.3 Uji Linearitas .....	53
3.6.4 Uji Hipotesis .....	53
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>54</b>
4.1 Gambaran Responden Penelitian .....	54
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia .....	54
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	55
4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili .....	56
4.1.4 Gambaran Responden Berdasarkan Durasi Penggunaan Media Sosial .....	57
4.1.5 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Media Sosial yang Digunakan .....	57
4.2 Prosedur Penelitian .....	58
4.2.1 Persiapan Penelitian .....	58
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian .....	60
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian .....	61
4.3.1 Hasil Analisis Deskriptif Kesepian .....	61
4.3.2 Hasil Analisis Deskriptif Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	63
4.3.3 Uji Normalitas .....	65

4.3.4 Uji Linearitas .....	66
4.3.5 Uji Hipotesis .....	67
4.3.6 Tabulasi Silang Kesepian .....	69
4.3.7 Tabulasi Silang Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	71
4.4 Pembahasan.....	73
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	77
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN .....</b>	<b>78</b>
5.1 Kesimpulan .....	78
5.2 Implikasi.....	78
5.3 Saran.....	79
5.3.1 Bagi Responden Penelitian.....	79
5.3.2 Bagi Penelitian Selanjutnya.....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>80</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>86</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1	Grafik Histogram Variabel Kesepian .....	62
Gambar 4.2	Grafik Histogram Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	64



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Penilaian Skala UCLA <i>Loneliness Scale Version 3</i> .....	44
Tabel 3.2	Blueprint Skala UCLA <i>Loneliness Scale Version 3</i> .....	44
Tabel 3.3	Penilaian 5 Komponen Skala <i>Social Network Time Use Scale</i> (SONTUS) .....	45
Tabel 3.4	<i>Blueprint</i> Skala <i>Social Network Time Use Scale</i> (SONTUS).....	47
Tabel 3.5	Kategorisasi Reliabilitas <i>Guilford</i> .....	48
Tabel 3.6	Hasil Uji Validitas Skala UCLA <i>Loneliness Scale Version 3</i> .....	50
Tabel 3.7	Hasil Uji Validitas Skala <i>Social Network Time Use Scale</i> (SONTUS) .....	51
Tabel 4.1	Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	54
Tabel 4.2	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	55
Tabel 4.3	Gambaran Responden Berdasarkan Domisili .....	56
Tabel 4.4	Gambaran Responden Berdasarkan Durasi Penggunaan Media Sosial.....	57
Tabel 4.5	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Media Sosial yang Digunakan.....	57
Tabel 4.6	Hasil Analisis Deskriptif Variabel Kesepian .....	61
Tabel 4.7	Kategorisasi Variabel Kesepian.....	62
Tabel 4.8	Hasil Analisis Deskriptif Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	63
Tabel 4.9	Kategorisasi Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	65
Tabel 4.10	Hasil Uji Normalitas .....	66



Tabel 4.11	Hasil Uji Linearitas.....	67
Tabel 4.12	<i>Anova</i> Kesenian – Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	67
Tabel 4.13	<i>Model Summary</i> Kesenian – Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	68
Tabel 4.15	Tabel Tabulasi Silang Kesenian .....	69
Tabel 4.16	Tabulasi Silang Intensitas Penggunaan Media Sosial .....	71



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Uji Coba Instrumen.....	86
Lampiran 2. Hasil Analisis Deskriptif .....	88
Lampiran 3. Hasil Uji Normalitas.....	90
Lampiran 4. Uji Linearitas .....	90
Lampiran 5. Hasil Analisis Regresi .....	91
Lampiran 6. Hasil Tabulasi Silang.....	91
Lampiran 7. Kuesioner Penelitian.....	94
Lampiran 8. Riwayat Hidup Penulis.....	103

