

**HUBUNGAN ANTARA ADIKSI INTERNET DENGAN
KESEPIAN PADA GENERASI ALPHA DI JAKARTA**



Intelligentia - Dignitas

Oleh

SEVA ANJOE BAIHAQI (1106620014)

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan**

BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2025

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

Judul : Hubungan Antara Adiksi Internet dengan
Keseharian pada Generasi Alpha di Jakarta

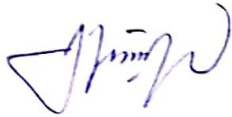
Nama Mahasiswa : Seva Anjoe Baihaqi

Nomor Induk Mahasiswa : 1106620014

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Tanggal Ujian : 21 Januari 2025

Dosen Pembimbing 1,



Dr. Herdi, M.Pd

NIP. 198408052009121004



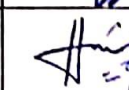
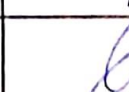

Dosen Pembimbing 2,



Dr. Aip Badrujaman, M.Pd

NIP. 197911292008121002

Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Aip Badrujaman, M.Pd (Penanggungjawab)*		12-2-2025
Karta Sasmita, M.Si., Ph.D (Wakil Penanggungjawab)**		12-2-2025
Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons. (Ketua Penguji)***		31/1/2025
Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D. (Anggota)****		31/1/2025
Dr Eka Wahyuni, MAAPD (Anggota)****		3/2/2025

Catatan: * Dekan FIP
 ** Wakil Dekan I
 *** Koordinator Program Studi
 **** Dosen Penguji Selain Pembimbing dan Koordinator Program Studi

HUBUNGAN ANTARA ADIKSI INTERNET DENGAN KESEPIAN PADA GENERASI ALPHA DI JAKARTA

(2025)

SEVA ANJOE BAIHAQI

ABSTRAK

Di dalam dunia yang sempurna, internet merupakan sebuah teknologi yang dapat memberikan ragam manfaat termasuk dalam membantu individu yang sedang kesepian. Namun kenyataannya, internet bukan menjadi obat melainkan menjadi penyakit yang membuat seseorang yang sudah kesepian semakin kesepian. Sehingga penelitian ini hadir untuk mengidentifikasi korelasi positif antara adiksi internet terhadap kesepian pada generasi alpha di Jakarta. Penelitian ini menggunakan metode korelasi kuantitatif. Sampel pada penelitian ini berjumlah 362 generasi *alpha* di Jakarta. Penelitian ini menggunakan *incidental sampling*. Pengumpulan data dilaksanakan menggunakan survei dengan menggunakan dua instrument, yakni UCLA *loneliness scale (version 3)* dan *the internet addiction test* yang keduanya telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia. Instrumen ini telah diuji validitas serta reliabilitasnya dengan koefisien validitas kedua instrumen sebesar 0.232-0.579 untuk UCLA *loneliness scale (version 3)* serta 0.433-0.669 untuk *the internet addiction test* dengan *r* tabel sebesar 0.1381 yang dinyatakan valid. Untuk reliabilitas menggunakan *cronbach's alpha* dan dihasilkan reliabilitas pada variabel kesepian sebesar 0.826 yang masuk dalam kategori reliabilitas yang baik, dan untuk reliabilitas pada variabel adiksi internet sebesar 0.889 yang juga masuk dalam kategori reliabilitas yang baik. Hasil penelitian yang diperoleh dari adiksi internet terhadap kesepian pada generasi *alpha* di Jakarta memiliki hubungan positif signifikan dengan signifikansi sebesar 0.362, yang jika dikategorikan akan masuk dalam kategori korelasi rendah. Nilai rata-rata dari kesepian generasi *alpha* di Jakarta sebesar 45.9 yang masuk dalam kategori kesepian sedang, serta rata-rata adiksi internet sebesar 37.9 yang masuk dalam kategori adiksi internet ringan.

Kata kunci: kesepian, adiksi internet, generasi *alpha*.

**CORRELATION BETWEEN INTERNET ADDICTION WITH LONELINESS
ON GENERATION ALPHA IN JAKARTA**

(2025)

SEVA ANJOE BAIHAQI

ABSTRACT

In a perfect world, internet was such an innovative technology that could give thousands benefit including helping someone that having trouble with loneliness. But in reality, internet does not act as a cure but instead make those who suffer in loneliness keep stay in one and even making it worse. This research is trying to find a positive correlation between internet addiction and loneliness on generation alpha in Jakarta. This research used a kuantitative approach with a sample of 362 generation alpha in Jakarta. This research also used incidental sampling and use two surveys as its main information gatherer, which is UCLA loneliness scale (version 3) and the internet addiction test which both had been translated into Indonesian. Those instruments already been validated and reliable with the validity coefficient of both instrument 0.232-0.579 for UCLA loneliness scale (version 3) and 0.433-0.669 for the internet addiction test with an r table of 0.1381 which state both of them valid. For the reliable which use cronbach's alpha and it concluded it result for the loneliness variable 0.826 which in "good" category and for the internet addiction variable, 0.889 which in also "good" category. The result of this research had a coefficient sig. of 0.362, which in category is in low correlation. The mean score of the loneliness scale of generation alpha in Jakarta is about 45.9 which goes in a "intermediate loneliness" category, and also the mean score of the internet addiction about 37.9 which goes in a "low addiction" category.

Keywords: loneliness, internet addiction, generation alpha

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Time is relative, so everyone takes their own paces on life. Since it’s not always about achievement nor winning, it’s about living to the fullest.”

Prestasi ini tidak bisa dijauhkan dari hikmat dan karunia yang diberikan Allah SWT, karena hanya berkat bantuan-Nya penulis dapat terus melihat hari esok saat menulis skripsi ini. Skripsi ini merupakan salah satu dari pencapaian penulis yang tidak akan pernah terlupa, sebuah mahakarya kebanggaan penulis untuk menghasilkan sebuah tulisan yang sekiranya dapat bermakna bagi diri pribadi dan orang banyak. Skripsi ini juga dipersembahkan kepada orang-orang yang disayangi dan dicintai, kepada orang tua, keluarga besar, rekan dan sahabat, serta orang-orang yang telah membantu jalannya skripsi ini dengan baik. Mungkin skripsi ini bukanlah yang terbaik, tapi sekiranya skripsi ini menjadi bukti bahwa penulis mampu mendapatkan sebuah penghargaan yang sangat bernilai bagi pribadi penulis, dan skripsi ini mungkin tidak akan dapat melihat matahari di kemudian hari tanpa dukungan kalian.



SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Seva Anjoe Baihaqi
No. Registrasi : 1106620014
Program Studi : (S1) Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "**Hubungan Antara Adiksi Internet dengan Kesepian pada Generasi Alpha di Jakarta**" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian/ pengembangan pada bulan September 2024 – Januari 2025.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh 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 timbul jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 10 Februari 2025

Yang membuat pernyataan,



Seva Anjoe Baihaqi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021-4894221

Laman: 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 : Seva Anjoe Baihaqi
NIM : 1106620014
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Pendidikan/Bimbingan dan Konseling
Alamat email : sevalkreon@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 :

Hubungan Antara Adiksi Internet dengan Kesenian pada Generasi Alpha di 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, 19 Februari 2025

Penulis,

(SEVA ANJOE BAIHAQI)

KATA PENGANTAR


Puji dan syukur peneliti haturkan terhadap kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, serta hidayah-Nya yang tak terhingga. Tidak lupa juga, shalawat serta salam tercurahkan kepada Nabi besar Muhammad SAW. *Alhamdulillah* peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Hubungan Antara Adiksi Internet Dengan Kesenian Pada Generasi Alpha Di Jakarta*” dengan baik. skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan studi dalam mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan, pada jurusan Bimbingan dan Konseling.

Peneliti sadar bahwa ia tidak sendiri dalam menyelesaikan skripsi ini, banyak sekali bimbingan, bantuan, dukungan, motivasi, serta doa yang didapatkan peneliti dari awal hingga akhirnya tersusunlah skripsi ini. Dalam kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Dr. Aip Badrujaman, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta, Karta Sasmita M.Si., Ph.D selaku Wakil Dekan I, Dr. Cecep Kustandi, M.Pd selaku Wakil Dekan II, Dr. Siti Zulaikha, S. Ag., M.Pd selaku Wakil Dekan III, serta Dr. Karsih, M.Pd. selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling.

Lalu kepada Dr. Herdi, M.Pd, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak sekali arahan, bimbingan, serta waktu beliau untuk membantu peneliti menyelesaikan skripsinya. Dr. Aip Badrujaman, selaku dosen penasihat akademik yang senantiasa memberikan dukungannya serta ilmunya selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi. Kepada seluruh dosen yang mengampu mata kuliah bimbingan dan konseling yang peneliti tidak bisa sebutkan satu per satu yang telah memberikan ilmu dan wawasan yang bermanfaat bagi peneliti. Serta seluruh karyawan dan staf Universitas Negeri Jakarta.

Tentu, skripsi ini bukanlah skripsi terbaik yang pernah ada, peneliti menyadari kekurangan dan kelemahan dari skripsi ini. Besar harapan peneliti terhadap kritik dan saran dari berbagai pihak dalam proses penyempurnaan skripsi ini. Semoga penelitian ini tidak hanya memberikan manfaat bagi diri peneliti, tetapi juga orang lain terkait keilmuan dalam bimbingan dan konseling maupun tidak.

Jakarta, Desember 2024



Seva Anjoe Baihaqi



DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT.....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	v
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GRAFIK.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Manfaat/Kegunaan Penelitian	4
1. Manfaat bagi generasi <i>alpha</i>	5
2. Manfaat bagi guru bimbingan dan konseling	5
3. Manfaat bagi peneliti selanjutnya	5
BAB II KAJIAN TEORITIK, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS.....	6
A. Kajian Teoritik	6
1. Kesepian.....	6
2. Adiksi Internet.....	14
3. Generasi <i>Alpha</i>	17
B. Hasil Penelitian Relevan	20
C. Kerangka Berpikir	22
D. Hipotesis Penelitian.....	23
BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Tujuan Penelitian	24
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	24
C. Metode Penelitian.....	24

D.	Populasi Dan Sampel	25
1.	Populasi	25
2.	Sampel	25
E.	Teknik Pengumpulan Data	26
1.	Definisi Konseptual Variabel	26
2.	Definisi Operasional	26
3.	Kisi-kisi Instrumen	27
4.	Validitas dan reabilitas	29
F.	Teknik Analisis Data	32
1.	Statistika Deskriptif	33
2.	Statistika Korelasional	34
G.	Hipotesis Statistika	35
BAB IV	37
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	37
A.	Deskripsi Data	37
1.	Kesepian	37
2.	Adiksi Internet	39
B.	Pengujian Persyaratan Analisis	42
1.	Uji Normalitas	42
2.	Uji Linearitas	43
C.	Pengujian Hipotesis	44
1.	<i>Spearman correlation test</i> untuk keseluruhan data	44
2.	Berdasarkan kategori kesepian	45
3.	Berdasarkan kategori adiksi internet terhadap kesepian	46
D.	Pembahasan Hasil	47
E.	Keterbatasan Penelitian	56
1.	Keterbatasan sampel	57
2.	Keterbatasan instrumen pengukuran	57
3.	Keterbatasan waktu penelitian	57
BAB V	58
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	58
A.	Kesimpulan	58
B.	Implikasi	59
C.	Saran	60
1.	Bagi generasi <i>alpha</i>	60

2. Bagi orang tua, guru, dan guru BK.....	60
3. Bagi peneliti selanjutnya	61
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN.....	73



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Kegiatan Penelitian	24
Tabel 3.2 Kisi-kisi kuisisioner UCLA	28
Tabel 3.3 Kisi-kisi kuisisioner IAT	29
Tabel 3.2 Reabilitas UCLA <i>Loneliness Scale (Version 3)</i>	30
Tabel 3.3 Validitas UCLA <i>Loneliness Scale (Version 3)</i>	30
Tabel 3.4 Reabilitas The Internet Addiction Test.....	31
Tabel 3.5 Validitas The Internet Addiction Test	32
Tabel 4.1 Hasil data kesepian	37
Tabel 4.2 Kategori persentase skor	37
Tabel 4.3 Hasil data adiksi internet	39
Tabel 4.4 Kategori persentase skor	40
Tabel 4.5 Uji Normalitas	43
Tabel 4.6 Uji Linearitas	43
Tabel 4.7 Uji korelasi peringkat Spearman	44
Tabel 4.8 kategori kesepian sampel adiksi internet	45
Tabel 4.9 jumlah sampel kesepian berdasarkan adiksi internet.....	46
Tabel 4.10 3 pernyataan tertinggi pada aspek kesepian	48

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Persentase skor kesepian	38
Grafik 4.2 Perbandingan tingkat kesepian laki-laki dan perempuan	38
Grafik 4.3 tingkat kesepian berdasarkan aspek kesepian.....	39
Grafik 4.4 Persentase skor adiksi internet.....	40
Grafik 4.5 persentase skor aspek adiksi internet keseluruhan responden	41
Grafik 4.6 Perbandingan tingkat adiksi internet laki-laki dan perempuan	41
Grafik 4.7 kegiatan responden saat menggunakan gawai.....	42
Grafik 4.8 perbandingan persentase adiksi internet berdasarkan kategori kesepian	45
Grafik 4.9 persentase jumlah sampel kesepian berdasarkan adiksi internet	46



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen penelitian adiksi internet	73
Lampiran 2. Lampiran instrumen kesepian	75
Lampiran 3. Formulir Kuisisioner	78
Lampiran 4. Perhitungan hasil uji coba instrumen	79
Lampiran 5. Perhitungan pengujian persyaratan analisis.....	88
Lampiran 6. Perhitungan pengujian hipotesis.....	89
Lampiran 7. Daftar Riwayat hidup.....	90

