

**HUBUNGAN ANTARA GAYA KELEKATAN  
PENGHINDARAN DENGAN INTENSITAS  
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA MURID  
SEKOLAH MENENGAH ATAS  
DI KECAMATAN KEBAYORAN LAMA**



*Intelligentia - Dignitas*

**Oleh:**

**DIVA MUTIARA HIKMAH**

**1106622007**

**SKRIPSI**

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

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2026**

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

Judul : Hubungan antara Gaya Kelekatan Penghindaran dengan  
Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Murid Sekolah  
Menengah Atas di Kecamatan Kebayoran Lama

Nama Mahasiswa : Diva Mutiara Hikmah  
Nomor Registrasi : 1106622007  
Program Studi : S1 Bimbingan dan Konseling  
Tanggal Ujian : 20 Mei 2026

Pembimbing I

Dr. Herdi, M.Pd.  
NIP. 198408052009121004

Pembimbing II

Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D.  
NIP. 197104262001121002

**Panitia Ujian/Sidang Skripsi**

| Nama                                                            | Tandatangan | Tanggal      |
|-----------------------------------------------------------------|-------------|--------------|
| Dr. Aip Badrujaman, M.Pd.<br>(Penanggungjawab)*                 |             |              |
| Karta Sasmita, S.Pd., M.Si., Ph.D.<br>(Wakil Penanggungjawab)** |             |              |
| Dr. Eka Wahyuni, MAAPD.<br>(Ketua Penguji)***                   |             | 10 JUNI 2026 |
| Hilma Fitriyani, M.Pd.<br>(Dosen Penguji)****                   |             | 18 JUNI 2026 |
| Desriani Rahmania, M.Pd.<br>(Dosen Penguji)****                 |             | 10 JUNI 2026 |

**Catatan:**

\* Dekan FIP

\*\* Wakil Dekan I

\*\*\* Ketua Penguji

\*\*\*\* Dosen Penguji Selain Pembimbing dan Koordinator Program Studi

**HUBUNGAN ANTARA GAYA KELEKATAN PENGHINDARAN  
DENGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA MURID  
SEKOLAH MENENGAH ATAS DI KECAMATAN KEBAYORAN LAMA**

**Diva Mutiara Hikmah**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara gaya kelekatan penghindaran dengan intensitas penggunaan media sosial pada murid SMA di Kecamatan Kebayoran Lama. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Sampel penelitian berjumlah 369 responden yang memiliki kecenderungan gaya kelekatan penghindaran dan diperoleh melalui teknik sampling jenuh. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner *Adult Attachment Scale (AAS)* dan *Social Networking Time Use Scale (SONTUS)* yang disebarakan dengan bantuan Google Formulir. Data dianalisis menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara gaya kelekatan penghindaran dengan intensitas penggunaan media sosial ( $r = -0,675$ ;  $p < 0,001$ ). Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi gaya kelekatan penghindaran, maka semakin rendah intensitas penggunaan media sosial. Hasil penelitian ini memberikan implikasi bagi layanan Bimbingan dan Konseling dalam membantu murid mengembangkan hubungan interpersonal yang lebih sehat serta penggunaan media sosial yang adaptif.

Kata Kunci: Gaya Kelekatan Penghindaran, Intensitas Penggunaan Media Sosial, Murid SMA.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN AVOIDANT ATTACHMENT STYLE AND  
THE INTENSITY OF SOCIAL MEDIA USE AMONG SENIOR HIGH  
SCHOOL STUDENTS IN KEBAYORAN LAMA DISTRICT**

**Diva Mutiara Hikmah**

**ABSTRACT**

*This study aimed to identify the relationship between avoidant attachment style and the intensity of social media use among senior high school students in Kebayoran Lama District. The study employed a quantitative approach with a correlational research design. The sample consisted of 369 respondents who exhibited tendencies toward an avoidant attachment style and were selected using a saturated sampling technique. Data were collected using the Adult Attachment Scale (AAS) and the Social Networking Time Use Scale (SONTUS) questionnaires, which were distributed through Google Forms. The data were analyzed using the Pearson Product-Moment Correlation test. The results revealed a significant negative relationship between avoidant attachment style and the intensity of social media use ( $r = -0.675$ ;  $p < 0.001$ ). These findings indicate that higher levels of avoidant attachment style are associated with lower levels of social media use intensity. The findings of this study provide implications for Guidance and Counseling services in supporting students to develop healthier interpersonal relationships and more adaptive social media use.*

**Keywords:** Avoidant Attachment Style, Social Media Use Intensity, Senior High School Students.



## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertandatangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Jakarta:

Nama : Diva Mutiara Hikmah  
NIM : 1106622007  
Program Studi : S1 Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **“Hubungan antara Gaya Kelekatan Penghindaran dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Murid Sekolah Menengah Atas di Kecamatan Kebayoran Lama”** adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian/pengembangan pada bulan Mei 2025 - April 2026.
2. Bukan merupakan duplikat 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, 17 April 2026

Yang Membuat Pernyataan,



Diva Mutiara Hikmah



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

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 : Diva Mutiara Hikmah  
NIM : 1106622007  
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Pendidikan/ S1 Bimbingan dan Konseling  
Alamat email : [divamutiara2019@gmail.com](mailto:divamutiara2019@gmail.com)

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

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

yang berjudul : Hubungan antara Gaya Kelekatan Penghindaran dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Murid Sekolah Menengah Atas di Kecamatan Kebayoran Lama

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 25 Juni 2026

Penulis,

(Diva Mutiara Hikmah)

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### Motto:

“Kehidupan adalah rangkaian proses yang diwarnai oleh berbagai tantangan dan kesulitan yang membentuk kekuatan diri. Dengan keyakinan dan usaha, setiap kesulitan akan disertai dengan kemudahan, dan Allah senantiasa memberikan pertolongan kepada hamba-Nya yang tidak berhenti berusaha dan percaya kepada-Nya.”

Penulis mempersembahkan tugas akhir ini untuk:

1. Allah subhanahu wa ta'ala atas karunia dan rahmat-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
2. Kedua orang tua saya yang selalu mendoakan dan memotivasi saya untuk dapat melakukan yang terbaik.
3. Dosen pembimbing skripsi saya Bapak Dr. Herdi, M. Pd., serta dosen pembimbing akademik saya Prof. Dede Rahmat Hidayat. M.Psi., Ph.D., yang telah membimbing saya sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
4. Fahmi, yang selalu mengingatkan saya untuk segera menyelesaikan tugas akhir ini, memotivasi, dan menemani saya selama proses mengerjakan tugas akhir.
5. Teman-teman terdekat saya di Prodi BK yaitu Salsabila Ramadhan Tanama, Najwa Robbaniyah, Khaula Irwanda Azzahra, dan Syakira Marsya Az-Zahra yang selama masa perkuliahan memberikan keceriaan dan warna baru di dalam hidup saya, serta membantu mulai dari tugas-tugas selama kuliah hingga tahap penyelesaian tugas akhir ini.
6. Teman-teman kelas BK A 2022 yang telah kebersamai perjalanan perkuliahan saya saat suka maupun duka.
7. Ka Rivanny Bunga Lesmana yang telah direpotkan dengan pertanyaan-pertanyaan selama proses perkuliahan, khususnya juga terkait pertanyaan-pertanyaan saat penyusunan tugas akhir ini.
8. Teman-teman PKM saya di SMA Bakti Mulya 400 yaitu Triangelita Nur Febriyanti, Hana Kamilia Izzati, dan Kalya Maheswari yang telah menemani dan memberikan dukungan pada salah satu tahapan di dalam proses perkuliahan.
9. Semua Dosen yang telah mendidik saya selama masa perkuliahan dan seluruh teman-teman BK angkatan 2022.

## KATA PENGANTAR

Segala puji hanyalah milik Allah SWT yang telah melimpahkan kasih dan sayang-Nya tanpa syarat kepada peneliti, serta berbagai kemudahan dan petunjuk dalam penyelesaian tugas akhir sehingga peneliti dapat menyelesaikannya dengan baik. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabatnya.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh semakin meningkatnya penggunaan media sosial di kalangan remaja yang tidak terlepas dari berbagai faktor psikologis, salah satunya adalah gaya kelekatan penghindaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara gaya kelekatan penghindaran dengan intensitas penggunaan media sosial pada murid SMA di Kecamatan Kebayoran Lama melalui pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling, khususnya dalam merancang intervensi yang berbasis pada pemahaman gaya kelekatan serta pengembangan keterampilan sosial dan penggunaan media sosial yang sehat pada remaja.

Peneliti menyadari masih terdapat banyak kekurangan dalam penelitian ini. Oleh sebab itu, peneliti mengucapkan permohonan maaf apabila terdapat kesalahan atau kekeliruan. Kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan untuk penyempurnaan penelitian ini. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak khususnya di bidang Bimbingan dan Konseling.

Jakarta, 17 April 2026



Peneliti,  
Diva Mutiara Hikmah

## DAFTAR ISI

|                                                                   |             |
|-------------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI.....</b>             | <b>i</b>    |
| <b>ABSTRAK.....</b>                                               | <b>ii</b>   |
| <b><i>ABSTRACT</i>.....</b>                                       | <b>iii</b>  |
| <b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....</b>                     | <b>iv</b>   |
| <b>LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....</b>               | <b>v</b>    |
| <b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....</b>                                 | <b>vi</b>   |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                        | <b>vii</b>  |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                            | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                         | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                                         | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>                                       | <b>xiii</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                                     | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang Masalah .....                                   | 1           |
| B. Identifikasi Masalah .....                                     | 8           |
| C. Pembatasan Masalah .....                                       | 9           |
| D. Perumusan Masalah .....                                        | 9           |
| E. Tujuan Umum Penelitian.....                                    | 9           |
| F. Kegunaan Penelitian .....                                      | 10          |
| <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS.12</b> |             |
| A. Kajian Pustaka.....                                            | 12          |
| 1. Intensitas Penggunaan Media Sosial.....                        | 12          |
| a. Definisi Intensitas Penggunaan Media Sosial .....              | 12          |
| b. Aspek Intensitas Penggunaan Media Sosial .....                 | 13          |
| c. Faktor Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial.....        | 14          |
| 2. Gaya Kelekatan Penghindaran.....                               | 16          |
| a. Definisi Gaya Kelekatan Penghindaran.....                      | 16          |
| b. Aspek Gaya Kelekatan Penghindaran.....                         | 18          |
| c. Faktor Pengaruh Gaya Kelekatan Penghindaran .....              | 19          |
| B. Hasil Penelitian Yang Relevan.....                             | 20          |

|                                                           |           |
|-----------------------------------------------------------|-----------|
| C. Kerangka Berpikir .....                                | 24        |
| D. Hipotesis Penelitian .....                             | 26        |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>                | <b>27</b> |
| A. Tujuan Penelitian .....                                | 27        |
| B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....                       | 27        |
| 1. Tempat Penelitian .....                                | 27        |
| 2. Waktu Penelitian .....                                 | 27        |
| C. Metode Penelitian.....                                 | 27        |
| D. Populasi Dan Sampel .....                              | 27        |
| 1. Populasi.....                                          | 27        |
| 2. Sampel.....                                            | 28        |
| E. Teknik Pengumpulan Data.....                           | 29        |
| 1. Definisi Konseptual.....                               | 29        |
| a. Gaya Kelekatan Penghindaran .....                      | 29        |
| b. Intensitas Penggunaan Media Sosial.....                | 30        |
| 2. Definisi Operasional Variabel.....                     | 30        |
| a. Gaya Kelekatan Penghindaran .....                      | 30        |
| b. Intensitas Penggunaan Media Sosial.....                | 32        |
| 3. Kisi-Kisi Instrumen.....                               | 34        |
| a. <i>Adult Attachment Scale (AAS)</i> .....              | 34        |
| b. <i>Social Networking Time Use Scale (SONTUS)</i> ..... | 34        |
| F. Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen.....          | 35        |
| 1. Uji Validitas .....                                    | 35        |
| 2. Uji Reliabilitas .....                                 | 36        |
| G. Teknik Analisis Data.....                              | 37        |
| 1. Analisis Deskriptif .....                              | 37        |
| 2. Analisis Inferensial .....                             | 38        |
| 3. Pengujian Prasyarat Analisis.....                      | 39        |
| a. Uji Normalitas.....                                    | 39        |
| b. Uji Linearitas .....                                   | 39        |
| 4. Pengujian Hipotesis .....                              | 40        |
| a. Uji Korelasi.....                                      | 40        |

|                                                                                                                            |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>                                                                         | <b>41</b> |
| A. Deskripsi Data Hasil Penelitian .....                                                                                   | 41        |
| 1. Deskripsi Gaya Kelekatan Penghindaran Murid Sma Di Kecamatan<br>Kebayoran Lama.....                                     | 41        |
| 2. Deskripsi Intensitas Penggunaan Media Sosial Murid Sma Di<br>Kecamatan Kebayoran Lama.....                              | 43        |
| B. Pengujian Prasyarat Analisis Data .....                                                                                 | 45        |
| 1. Uji Normalitas.....                                                                                                     | 46        |
| 2. Uji Linearitas .....                                                                                                    | 46        |
| C. Uji Korelasi .....                                                                                                      | 47        |
| 1. Uji Korelasi Gaya Kelekatan Penghindaran dan Intensitas Penggunaan<br>Media Sosial.....                                 | 47        |
| 2. Uji Korelasi Gaya Kelekatan Penghindaran dan Intensitas Penggunaan<br>Media Sosial Berdasarkan Lima Kondisi Utama ..... | 48        |
| D. Pembahasan Hasil Penelitian .....                                                                                       | 51        |
| 1. Profil Kecenderungan Gaya Kelekatan Penghindaran.....                                                                   | 51        |
| 2. Profil Kecenderungan Intensitas Penggunaan Media Sosial .....                                                           | 51        |
| 3. Hubungan antara Gaya Kelekatan Penghindaran dengan Intensitas<br>Penggunaan Media Sosial .....                          | 62        |
| 4. Hubungan Gaya Kelekatan Penghindaran dengan Intensitas<br>Penggunaan Media Sosial Berdasarkan Lima Kondisi Utama .....  | 66        |
| E. Keterbatasan Penelitian .....                                                                                           | 74        |
| <b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN .....</b>                                                                        | <b>76</b> |
| A. Kesimpulan .....                                                                                                        | 76        |
| B. Implikasi.....                                                                                                          | 77        |
| C. Saran.....                                                                                                              | 78        |
| 1. Bagi Murid .....                                                                                                        | 79        |
| 2. Bagi Orang Tua .....                                                                                                    | 79        |
| 3. Guru Bimbingan dan Konseling (BK) .....                                                                                 | 79        |
| 4. Bagi Penelitian Selanjutnya .....                                                                                       | 80        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                                                                                                | <b>82</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                                                                                                       | <b>91</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                                                          |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3.1 Anggota Populasi .....                                                                                                                                         | 28 |
| Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrument <i>Adult Attachment Scale (AAS)</i> .....                                                                                                 | 34 |
| Tabel 3.3 Kisi-Kisi Instumen <i>Social Networking Time Use Scale (SONTUS)</i> .....                                                                                      | 35 |
| Tabel 3.4 Norma Skor <i>Social Networking Time Use Scale (SONTUS)</i> .....                                                                                              | 35 |
| Tabel 3.5 Kriteria Koefisien Korelasi .....                                                                                                                              | 39 |
| Tabel 4.1 Hasil Data Gaya Kelekatan Penghindaran .....                                                                                                                   | 41 |
| Tabel 4.2 Kategori Persentase Skor Gaya Kelekatan Penghindaran.....                                                                                                      | 41 |
| Tabel 4.3 Hasil Data Intensitas Penggunaan Media Sosial.....                                                                                                             | 43 |
| Tabel 4.4 Kategori Persentase Intensitas Penggunaan Media Sosial .....                                                                                                   | 43 |
| Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas Data.....                                                                                                                                 | 46 |
| Tabel 4.6 Hasil Uji Linearitas Data.....                                                                                                                                 | 46 |
| Tabel 4.7 Hasil Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i> Gaya Kelekatan<br>Penghindaran Dan Intensitas Penggunaan Media Sosial .....                                   | 47 |
| Tabel 4.8 Hasil Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i> Gaya Kelekatan<br>Penghindaran Dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Berdasarkan Lima<br>Kondisi Utama ..... | 48 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                                                          |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....                                                       | 26 |
| Gambar 4.1 Persentase Skor Gaya Kelekatan Penghindaran.....                              | 42 |
| Gambar 4.2 Perbandingan Tingkat Gaya Kelekatan Penghindaran Laki-Laki Dan Perempuan..... | 42 |
| Gambar 4.3 Persentase Skor Intensitas Penggunaan Media Sosial.....                       | 44 |
| Gambar 4.4 Perbandingan Intensitas Penggunaan Media Sosial Laki-Laki Dan Perempuan.....  | 44 |
| Gambar 4.5 Intensitas Penggunaan Media Sosial Berdasarkan Lima Kondisi Utama .....       | 45 |



## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                            |     |
|------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1. Instrumen Penelitian .....                     | 91  |
| Lampiran 2. Uji Reliabilitas Instrumen.....                | 97  |
| Lampiran 3. Hasil Data Penelitian .....                    | 99  |
| Lampiran 4. Perhitungan Pengujian Prasyarat Analisis ..... | 121 |
| Lampiran 5. Perhitungan Pengujian Hipotesis.....           | 122 |
| Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian .....              | 124 |
| Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian.....                    | 130 |
| Lampiran 8. Daftar Riwayat Hidup.....                      | 131 |

