



Hubungan antara Loneliness dengan Problematic Internet Use pada Remaja Akhir Pengguna Sosial Media di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Correlation Between Loneliness and Problematic Internet Use in Late Adolescents Social Media Users in The Faculty of Psychology University of Medan Area

Tasya Namira & Shirley Melita Sembiring*

Fakultas Psikologi, Universitas Medan area, Indonesia

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk dapat mengetahui seberapa besar hubungan antara Loneliness dengan Problematic Internet Use pada remaja akhir pengguna sosial media di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara Loneliness dengan Problematic Internet Use pada remaja akhir. Subjek penelitian ini berjumlah 62 orang yang diambil menggunakan Purposive Sampling. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala yang terdiri dari skala Loneliness dan skala Problematic Internet Use. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi product moment pearson. Dari hasil analisis diketahui bahwa hipotesis penelitian diterima dengan nilai $(r_{xy}) = 0,705$ dengan signifikansi $p = 0.000 < 0.05$. Artinya terdapat hubungan positif antara Loneliness dengan Problematic Internet Use, dengan asumsi semakin tinggi Loneliness maka semakin tinggi Problematic Internet Use pada remaja akhir di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, begitupun sebaliknya semakin rendah Loneliness maka semakin rendah pula Problematic Internet Use pada remaja akhir di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Kata Kunci: Loneliness, Problematic Internet Use, Remaja Akhir, Pengguna Sosial Medan

Abstract

This study aims to determine how big the correlation between Loneliness and Problematic Internet Use in late adolescent using social media at the Faculty of Psychology University of Medan Area. The hypothesis in this study is that there is a positive relationship between Loneliness and Problematic Internet Use in late adolescent. The subjects of this study found 62 people who were taken using Purposive Sampling. The data collection method in this study is a scale consisting of the Loneliness scale and the Problematic Internet Use scale. The data analysis method used in this research is Pearson's product moment correlation technique. From the results of the analysis, it is known that the hypothesis is accepted with a value of $(r_{xy}) = 0.705$ with a significance of $p = 0.000 < 0.05$. This means that there is a positive relationship between Loneliness and Problematic Internet Use, with the assumption that the higher Loneliness, the higher the Problematic Internet Use in late adolescents at the Faculty of Psychology University of Medan Area and vice versa, the lower Loneliness the lower Problematic Internet Use in late adolescents at the Faculty of Psychology University of Medan Area. Loneliness contributes 49.7% to Problematic Internet Use.

Keywords: Loneliness, Problematic Internet Use, Late Adolescents, Medan Social Users

How to Cite: Namira, T. & Sembiring, S. M. (2023). Hubungan antara Loneliness dengan Problematic Internet Use pada Remaja Akhir Pengguna Sosial Media di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi, 5(2) 2023: 80-86,

*E-mail: shirleymelita@staff.uma.ac.id

PENDAHULUAN

Pada saat ini perkembangan teknologi telah memberikan banyak manfaat, hampir semua aspek kehidupan manusia telah dimudahkan dengan adanya fasilitas berbasis teknologi. Hal ini tentunya dapat membantu manusia dari segi waktu, biaya, dan tenaga dan menjadikan kehidupan manusia lebih efisien. Semakin majunya teknologi maka akan memudahkan interaksi jarak jauh dan menjadi sarana komunikasi antar individu, dan memudahkan setiap individu untuk mendapatkan informasi dengan cepat. Secara statistik pada laporan terbaru *We Are Social* (andi.link) ditemukan bahwa pada tahun 2020 sekitar 175,4 juta orang menggunakan media sosial dan internet di Indonesia. Dibandingkan tahun sebelumnya, terjadi peningkatan sebesar 17% atau sekitar 25 juta pengguna internet di Indonesia. Berdasarkan total penduduk Indonesia yang berjumlah 272,1 juta jiwa, dapat diartikan bahwa 64% (setengah dari penduduk Indonesia) pernah mengalami akses ke dunia maya.

Studi ini berfokus pada remaja akhir yang usianya berkisar 18-22 tahun (Santrock, 2012). Remaja yang berasal dari kata latin "*adolescere*" yang berarti "tumbuh untuk mencapai kematangan" merupakan masa dimana seorang individu mulai menghadapi perubahan secara fisik, mental, biologis, emosional dan sosialnya (Ali dan Asrori, 2012). Periode ini ditandai dengan persiapan akhir individu untuk peran dewasa mereka. Menurut Havighurst (Sarwono, 2011), tantangan perkembangan remaja akhir antara lain mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya, mengemban peran sosial sebagai laki-laki/perempuan, menerima kondisi fisik dan keefektifannya. penggunaan, perilaku dan penerapan tanggung jawab sosial. Pada masa remaja akhir, seseorang mungkin sudah mengetahui mana yang positif dan mana yang negatif serta dapat menilai mana yang layak untuk dihormati maupun dihargai, dan bertanggung jawab penuh atas segala perbuatan, baik itu dari tingkah laku maupun kebiasannya dan dapat memposisikan dirinya di lingkungan sekitarnya (Harmalis, 2023; Prabowo et al., 2021; Surgana & Novita, 2023; Wulandari et al., 2021). Menurut Caplan (2010) disaat seseorang menggunakan internet yang terlalu sering dapat menyebabkan individu tersebut menjadi ketagihan akan internet. Dalam karya tulisnya, ia membedakan antara istilah kecanduan internet dan *problematic internet use*, yang mempunyai karakteristiknya masing-masing. Kecanduan internet lebih merupakan kondisi patologis, sedangkan *Problematic Internet Use* adalah pola pikir dan perilaku yang merupakan masalah psikososial, bukan patologis tetapi melibatkan perilaku kognitif-perilaku.

Selain itu, *Problematic Internet Use* dapat diidentifikasi sebagai pola penggunaan Internet yang tidak sesuai dengan penggunaan Internet yang tidak wajar yang berhubungan dengan kognitisi dan reaksi individu yang memengaruhi kehidupannya (Davis, 2001). Selain itu, Shapira et al. (Hakim, 2018) mengusulkan istilah baru dengan definisi terkait *Problematic Internet Use* daripada kecanduan internet, selanjutnya Penggunaan Internet yang bermasalah Didefinisikan sebagai: a) keasyikan yang maladaptif yang tidak benar dalam penggunaan Internet yang dianggap sebagai penggunaan yang tidak dapat dihindari lebih lama dari yang diharapkan (biasanya 2 jam / hari atau lebih) b) gangguan atau penurunan akibat perilaku tersebut c) tidak adanya kemunculan gejala patologis Axis I lainnya yang bisa menjelaskan tidak adanya perilaku mania atau hypomania (yang membedakan dari adiksi). *Problematic Internet Use* merupakan sindrom multidimensia yang memiliki berbagai indikasi yakni emosional, perilaku maupun kognitif yang menjadikan seseorang kesulitan saat mengatur tata kehidupannya sehari-hari pada saat sedang tidak menggunakan dan mengakses internet (Caplan, Williams, & Yee, 2009). Istilah *Problematic Internet Use* (PIU) digunakan untuk mengkarakterisasi kognisi dan perilaku maladaptif yang melibatkan pengguna internet mengalami konsekuensi akademis, profesional, dan sosial yang negatif (Caplan, 2003). Pada saat ini, hampir tidak ada seorang remaja yang tidak menggunakan internet dan sosial media. Pengguna internet di kalangan remaja lebih banyak dibandingkan dengan orang tua (Zai & Munir, 2022).

Berdasarkan hasil wawancara subjek tersebut mengatakan bahwa ia mengalami kesulitan untuk berfokus dalam proses pembelajaran karena terdistraksi oleh *gadget/media sosial*. Selain itu subjek tersebut mengatakan bahwa ia sering merasa bosan sehingga ia menghabiskan waktu dengan menjelajahi media sosial seperti instagram dan tiktok untuk menghilangkan kebosanan dan menghibur diri. Kemudian subjek tersebut mengatakan bahwa ia sering merasa sendiri dan sulit mengungkapkan perasaannya pada orang lain, bahkan saat sedang sedih atau merasakan perasaan negatif, subjek tersebut ingin melupakan kesedihannya yaitu dengan cara mencari hiburan di dunia maya karena ia merasa tidak punya tempat untuk berkeluh kesah.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi singkat dan mendasar yang peneliti lakukan terhadap beberapa remaja akhir pengguna sosial media, mereka sering terlihat sedang mengakses internet. Saat sedang berkumpul dengan keluarga ataupun teman, tak jarang mereka memfokuskan diri pada *smartphone* nya masing-masing. Mereka mengaku mengalami kesulitan berfokus pada pembelajaran yang sedang diajarkan oleh guru maupun dosennya, karena teralihkan oleh *gadgetnya*. Mereka berkata bahwa saat tidak ada yang perlu mereka lakukan, mereka akan menghabiskan waktu di dunia maya merupakan satu-satunya pilihan untuk menghilangkan kebosanan dan hal ini juga yang menyebabkan mereka mengalami kesulitan dalam mengontrol diri dan merasa terjebak dalam penggunaan internet. Pada saat merasa sedih, salah satu dari remaja akhir pengguna sosial media tersebut mengatakan bahwa ia ingin melupakan kesedihannya dan mencari hiburan dengan membuka aplikasi *Youtube*, Instagram, dan sosial media lainnya. Namun kemudian ia juga mengalami kesulitan untuk mengontrol penggunaannya.

Loneliness merupakan salah satu faktor penyebab individu menggunakan internet terlalu sering dalam kurun waktu yang tidak wajar (Caplan, 2010). Menurut Peplau, Sears, dan Taylor (dalam Rahman, 2020) Kesepian mengacu pada kecemasan subjektif yang dirasakan ketika hubungan sosial kehilangan kualitas penting, baik secara kualitatif maupun kuantitatif. Secara kualitatif artinya kita akan merasa kesepian jika memiliki banyak teman, tapi sifatnya dangkal yang berarti individu akan merasakan kesepian jika tidak memiliki teman yang bisa dipercaya, saling memahami, dan berbagi dalam suka duka (Rahmania et al., 2019). Sedangkan secara kuantitatif artinya individu akan merasakan kesepian jika tidak memiliki cukup teman seperti yang diharapkan. Kesepian adalah masalah sosial yang menyebar luas dan dialami secara universal, terlepas dari ras, jenis kelamin, usia atau latar belakang budaya seseorang (Rokach & Neto, 2000).

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Populasi ditetapkan setelah screening dengan tujuan memetakan remaja akhir mahasiswa dan mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang mengalami *Problematic Internet Use* saja, screening dilakukan dengan menyebarkan kuesioner yang merujuk pada ciri ciri *Problematic Internet Use* kepada subjek. Selanjutnya, terdapat 120 remaja akhir yang mengisi kuesioner. Oleh karena itu, populasi pada penelitian ini adalah sebanyak 120 orang.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Sampel dari penelitian ini adalah remaja akhir mahasiswa dan mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area pengguna internet dengan jumlah 62 orang. Data dalam penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan skala psikologi. Skala yang digunakan adalah skala kesepian dan skala *Problematic Internet Use* pada remaja akhir pengguna internet. Untuk mengukur hubungan antara variable peneliti menggunakan *correlation product moment*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa ukuran data penelitian adalah *loneliness* dengan nilai 0,074, dan *Problematic Internet Use* dengan nilai 0,200 yang dapat dikatakan normal. Dari hasil uji linearitas dibawah ini menunjukkan bahwa *loneliness* dengan *Problematic Internet Use* memiliki nilai signifikansi yakni $> 0,076$ yang berarti mempunyai hubungan yang linear. Berdasarkan hasil korelasi *r Product Moment*, diketahui ada hubungan positif antara *loneliness* dengan *Problematic Internet Use* dimana r_{xy} 0,705 dengan signifikansi $p = 0,000 < 0,05$. Artinya hipotesis yang diajukan semakin tinggi *Loneliness* maka akan semakin tinggi *Problematic Internet Use* dinyatakan benar. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan variabel bebas dengan variabel terikat ini adalah $r^2 = 0,497$.

Rangkuman Perhitungan Korelasi r Product Moment

Statistik	Koefisien (r_{xy})	P	Koef. Det. (r^2)	BE%	Ket
X - Y	0.705	0,000	0,497	49,7%	Signifikan

Hal ini menunjukkan bahwa *Loneliness* berkontribusi terhadap *Problematic Internet Use* sebesar 49,7%. Untuk variabel *problematic internet use*, jumlah aitem yang valid sebanyak 15 aitem yang diformat ke dalam skala *likert* dengan 5 pilihan jawaban, maka mean hipotetiknya adalah $\frac{(15 \times 1) + (15 \times 5)}{2} = 45$. Kemudian untuk variabel *loneliness* jumlah item yang valid adalah 24

item yang diformat dalam skala Likert 5 pilihan, maka mean hipotetiknya adalah $\frac{(24 \times 1) + (24 \times 5)}{2} = 72$

Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Empirik				
Variabel	SD	Nilai Rata-rata/Mean		Keterangan
		Hipotetik	Empirik	
<i>Loneliness</i>	11,040	72	84,05	Tinggi
<i>PIU</i>	10,936	45	58,32	Tinggi

Dari hasil analisis data yang diperoleh melalui uji normalitas distribusi, dapat ditemukan bahwa mean empirik variabel Problematic Internet Use adalah 58,32, sedangkan empirik variabel loneliness adalah 84,05. Untuk variabel Problematic Internet Use nilai SD-nya adalah 10,936 dan untuk variabel loneliness nilai SD-nya adalah 11,040. Melalui hasil analisis penelitian di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, diketahui bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara Loneliness dengan PIU yang dapat dilihat dari nilai koefisien yang memiliki nilai 0,705 dengan p atau signifikannya $0.000 < 0.050$ Artinya ada hubungan positif dan signifikan antara Loneliness dengan PIU, dan dapat dikatakan bahwa semakin tinggi Loneliness maka semakin tinggi PIU pada remaja akhir di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Begitu juga dengan nilai koefisien determinan yang memiliki nilai 0.497, hal ini setara dengan 49,7% artinya Loneliness pada remaja akhir di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area tersebut memiliki kontribusi sebesar 49,5% terhadap PIU pada remaja akhir di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Melihat dari hasil penelitian ini diketahui bahwa Loneliness berdampak pada tingginya hasil PIU pada remaja akhir di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Dimana Loneliness memberikan kontribusi sebesar 49,7% terhadap PIU. Artinya ada 50,3% faktor lain yang dapat mempengaruhi PIU yang tidak dapat terlihat dalam penelitian ini.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis pembahasan, peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

Berdasarkan hasil analisis r product moment, diketahui adanya hubungan yang positif dan signifikan antara Loneliness dengan Problematic Internet Use pada remaja akhir di Fakultas Psikologi Universitas Medan area, dimana $r_{xy} = 0,705$ dengan signifikansi $p = 0.000 < 0.05$. Artinya terdapat hubungan positif antara Loneliness dengan Problematic Internet Use, semakin tinggi Loneliness maka semakin tinggi Problematic Internet Use pada remaja akhir di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dinyatakan diterima.

Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara Loneliness dan Problematic Internet Use adalah sebesar $r^2 = 0,497$. Berdasarkan perhitungan kategorisasi didapatkan variabel Problematic Internet Use tergolong tinggi dengan mean empirik = 58,32 > mean hipotetik = 45 dimana selisihnya lebih dari bilangan SD = 10,936 dan untuk Loneliness tergolong tinggi dengan mean empirik = 84,05 > mean hipotetik = 72 dimana selisihnya lebih dari bilangan SD = 11,040.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditiantoro, M., & Wulanyani, N. M. S., 2019, Pengaruh problematic internet use dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 205-215.
- Agustiani, Hendriati., 2006, *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*, Bandung: PT. Refika Aditama.
- Agusti, Riska Dwi C.W & Leonardi, Tino., 2015, *Hubungan Antara Kesepian dengan Problematic Internet Use pada Mahasiswa*, *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. Vol.4. No.1. Universitas Airlangga.
- Alheneidi, H., AlSumait, L., AlSumait, D., & Smith, A. P., 2021, Loneliness and problematic internet use during COVID-19 lock-down. *Behavioral Sciences*, 11(1), 5. <https://doi.org/10.3390/bs11010005>
- Al-Mighwar, M., 2006, *Psikologi Remaja*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Ali, M & Asrori, M., 2012, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara
- Ali, Muhammad & Mohammad, A., 2004, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Andi Dwi Riyanto., 2020, *Hootsuite (We are Social): Indonesian Digital Report 2020*. <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2020/> Diakses 21 September 2020. Pukul 21.30 WIB.
- Asosiasi Penggunan Jasa Internet Indonesia., 2018, Hasil survey penetrasi dan perilaku pengguna internet Indonesia 2018, Jakarta : Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia

- Azwar, S., 2013, *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S., 2007, *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baron, R.A. & Byrne, D., 2005, *Psikologi Sosial (Social Psychology)*. Edisi Kesepuluh. Penerjemah: Dra. Ratna Djuwita, Dipl. Psychl., dkk. Jakarta Erlangga.
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J., & Tao, F., 2011, *Problematic Internet Use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction*. BMC public health, 11(1), 802.
- Caplan, S. E., 2003, *Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being*. Communication Research, 30(6), 625-648. <https://doi.org/10.1177/0093650203257842>.
- Caplan, S. E., 2007, *Relations Among Loneliness, Social Anxiety and Problematic Internet Use*. CyberPsychology & Behavior. Vol. 10. No. 2. Hlm. 234-242.
- Caplan, S. E., 2010, *Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A twostep approach*. Computers in Human Behavior, 26, 1089-1097.
- Caplan, S., Williams, D., & Yee, N., 2009, *Problematic Internet Use and Psychosocial Well Being among MMO Players*. Journal of Computers in Human Behavior
- Costa, R. M., Patrão, I., & Machado, M., 2019, *Problematic internet use and feelings of loneliness*. International Journal of Psychiatry in Clinical Practice, 23(2), 160-162. <https://doi.org/10.1080/13651501.2018.1539180>
- Creswell, John W., 2016, *Research Design, Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Davis, R. A., 2001, *A cognitive-behavioral model of pathological internet use*. Computer in Human Behavior, 17: 187-195. doi: 10.1016/S07475632(00)00041.8.
- Elizabeth B. Hurlock., 1980, *Psikologi Perkembangan suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Terjemahan oleh Istiwidiyanti dan Soedjarwo. Jakarta: Airlangga.
- Fadillah, Hemi, dan Ario Buntaran., 2015, *Peran Kepercayaan Interpersonal Remaja yang Kesepian dalam Memoderasi Pengungkapan Diri pada Media Jejaring Sosial Online*. Jurnal Gama Cop. 1(2): 106-119.
- F.J. Monks, Knoers, Siti Rahayu Haditono., 2014, *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*, Yogyakarta: UGM Press.
- Gierveld, J. D., Tilburg, V. J., & Dykstra, P. A., 2006, *Loneliness and social isolation*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Gresle, C. & Lejoyeux, M., 2011, *Phenomenology of internet addiction*. Dalam H.O. Price (Ed.), *Internet addiction: Psychology of emotions, motivations, and actions* (h. 85-94). New York: Nova Science Publishers, Inc.
- Hakim, A., R., 2018, *Penanganan Problematic Internet Use (Piu) Pada Anak Usia Pre-Adolescent Dengan Metode Peer Tutorial*. Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Hakim, S. N., & Raj, A. A., 2017, *Dampak kecanduan internet (internet addiction) pada remaja*. Peran Psikologi Perkembangan dalam Penumbuhan Humanitas pada Era Digital.
- Hanurawan, F., 2010, *Psikologi sosial*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Hapsari, A & Ariana, A. D., 2015, *Hubungan antara Kesepian dan Kecenderungan Kecanduan Internet pada Remaja*. Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental. Vol. 4. No. 3. Hlm. 20-40.
- Harmalis. (2023). *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi Hubungan Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosi dengan Perilaku Prosocial pada SMP Negeri 3 Kota Binjai Sumatera Utara Relationship between Social Support and Emotional Intelligence with Prosocial Behavior at SMP*. *Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 5(1), 43-52. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v5i1.1599>
- Hardie, E., 2007, *Excessive internet use: The role of personality*. Australian Journal of Emerging Technologies and Society, 5(1), pp. 34-47.
- Hurlock, E. B., 2003, *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Jahja, Yudrik., 2011, *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Prenada Media
- 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.
- Laursen, B., & Hartl, A. C., 2013, *Understanding loneliness during adolescence: Developmental changes that increase the risk of perceived social isolation*. Journal of Adolescence, 36(6), 1261-1268. doi:10.1016/j.adolescence.2013.06.003.
- Miller, R. S., Perlman, D., & Brehm, S. S., 2007, *Intimate relationship* (4th eded.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Morahan-Martin, J., 1999, *The relationship between loneliness and Internet use and abuse*. Cyber Psychology and Behavior, 2, 431-440.
- Muhid, A., 2014, *Analisis Statistik 5 langkah praktis analisis statistik dengan SPSS for windows*. Surabaya: UINSA PRESS.
- Noor, J., 2011, *Metode Penelitian*. Jakarta: Kencana.
- Panicker, J., & Sachdev, R., 2014, *Relation among loneliness, depression, anxiety, stress, and problematic internet use*, 9(2), 1-10

- Paramitha, R., 2018, *Hubungan Kesejahteraan Psikologis Dengan Kesepian Pada Mahasiswa Yang Merantau Di Yogyakarta*. Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia.
- Perlman, D., & Peplau, L. A., 1982, *Theoretical approaches to loneliness*. Research Gate, 123-133.
- Pinquart, M., & Sorensen, S., 2001, *Influences on Loneliness in Older Adults: A Meta-Analysis*. Basic and Applied Social Psychology, 23(4), 245-266. doi:10.1207/s15324834basp2304_2
- Pittman, M., & Reich, B., 2016, Social media and loneliness: Why an Instagram picture may be worth more than a thousand Twitter words. Computers in Human Behavior, 62, 155-167. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.084>
- Prabowo, A. D., R. daya, I., Darma, S., & Sahputra, D. (2021). Perspektif Komunikasi dalam Pengembangan Organisasi. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 3(1), 87-95. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v3i1.626>
- Putra, D. K., 2012, *Hubungan antara kesepian dengan kecenderungan kecanduan internet pada dewasa awal*. SKRIPSI, Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
- Putri, F. A., 2010, *Hubungan Kematangan Emosi dengan Agreivitas Remaja Akhir Laki-laki*. SKRIPSI, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Putrisyani, P. A., 2014, *Intimasi Pertemanan Versus Loneliness Pada Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta*. Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rahman, Agus Abdul., 2020, *Psikologi Sosial*. Jakarta :PT Raja GrafindoPersada
- Rahmania, R., Munir, A., & Budiman, Z. (2019). Hubungan Lokus Kendali Internal dan Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis pada Penyandang Disabilitas di Aceh Tengah. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 1(1), 49-58. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v1i1.275>
- Reinaldo & Sokang, Y. A., 2016, *Mahasiswa dan Internet: Dua Sisi Mata Uang? Problematic Internet Use pada Mahasiswa*. Jurnal Psikologi, 43 (2), 107-120.
- Rokach, A., & Neto, F., 2000, *Causes of Loneliness in Adolescence: A Cross-Cultural Study*. International Journal of Adolescence and Youth, 8(1), 65-80. doi:10.1080/02673843.2000.9747842
- Russell, D. W., 1996, *UCLA Loneliness Scale (Version 3):Reliability, Validity, and Factor Structure*. Journal of Personality Assessment, 66 (1), 10-40.
- Santock, J. W., 2012, *Life-span Development : Perkembangan masa hidup*. (Edisi 13, Jilid 1). Jakarta: Erlangga.
- Saputro, Khamim, Zarkasih, 2017, *Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja*. Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama, 17(1): 25-32
- Sarwono, S.W., 2006, *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sarwono, S. W., 2011, *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sears, dkk., 1994, *Psikologi Sosial*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck, P. E., J., Khosla, U. M., & McElroy, S. L., 2000, *Psychiatric features of individuals with problematic internet use*. Journal of Affective Disorders, 57(1), 267-272.
- Shapira, N.A, Lessig, M.C., Goldsmith, T.D., Szabo, S.T., Lazoritz, M., Gold, M.S., Stein, D.J., 2003, *Problematic internet use: Proposed classification and diagnostic criteria*. Depression and anxiety, 17, 207-216. doi: 10.1002/da.10094
- Skues, J., Williams, B., Oldmeadow, J., & Wise, L., 2016, The Effects of Boredom, Loneliness, and Distress Tolerance on Problem Internet Use Among University Students. Int J
- Sugiyono., 2011, *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta
- Sugiyono., 2017, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Surgana, A., & Novita, E. (2023). *Tabularasa : Jurnal Ilmiah Magister Psikologi Hubungan Dukungan Keluarga dengan Harga Diri Mantan Pecandu Narkoba Di BNN Sumatera Utara The Correlation of between Family Support and Self-Esteem of Former Drug Addicts at BNN North Sumatra*. 5(1), 53-58. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v5i1.1600>
- Tam, P., & Walter, G., 2013, *Problematic Internet Use in Childhood and Youth: evolution of a 21 century affliction*. Australasian Psychiatry 21(6).
- Wakhidah, Nurul Khusniyati & Adiyanti, Maria Goretti., 2017, *The Relationship Between Loneliness And Problematic Internet Use Among Emerging Adult*. Journal Psychology UGM.
- Weiten, W. & Lloyd, M.A., 2006, *Psychology Applied Modern Life: Adjustment In The 21st Century*. (8th Ed.). California: Thomson Higher Education.
- Wong, T. Y., Yuen, K. S. L., & Li, W. O., 2015, *A basic need theory approach to Problematic Internet Use and the mediating effect of psychological distress*. Frontiers in Psychology. 5, hlm 1-10. doi: 10.3389/fpsyg.2014.01562
- Wulandari, U., Lubis, L., & Munir, A. (2021). Pengaruh Permainan Pasir Dan Permainan Plastisin Terhadap Kreativitas Anak Usia Dini Di Paud Cemerlang Deli Serdang. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 3(1), 29-40. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v3i1.423>
- Young & Abreu., 2017, *Kecanduan internet panduan konseling dan petunjuk untuk evaluasi dan penanganan*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Yurni., 2015, *Perasaan Kesepian dan Self-Esteem pada mahasiswa*. Vol. 15. Hal. 4

Yusuf, Syamsu., 2017, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Zai, N., & Munir, A. (2022). *Tabularasa : Jurnal Ilmiah Magister Psikologi Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja Dilingkungan Jl. Enggang Perumnas Mandala Medan The Correlation Between Self-Control and Online Game Addiction In Teenagers Environment Jl . Engg. 4(2)*, 156–166. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v4i2.1347>