



HUBUNGAN LONELINESS DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL TIKTOK PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR DI UNIVERSITAS NEGERI PADANG

Atika Hardyani, Yuninda Tria Ningsih

Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

Abstrak

Kecanduan media sosial adalah ketika seseorang menunjukkan perilaku seperti memprioritaskan Tiktok dan mulai mengganggu aktivitasnya sehingga mengganggu kehidupannya. Salah satu faktor internal yang menyebabkan kecanduan media sosial Tiktok adalah loneliness yaitu perasaan subjektif yang tidak menyenangkan yang disebabkan berbagai hal seperti kesenjangan sosial dan keintiman yang diharapkan tidak terwujud. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan loneliness dengan kecanduan media sosial Tiktok pada mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Padang dan sampel sebanyak 310 orang yang dipilih dengan menggunakan teknik cluster sampling. Penelitian ini menggunakan skala UCLA loneliness ver. 3 yang berjumlah 15 item dengan nilai reliabilitas 0,908 dan skala kecanduan media sosial Tiktok (SMAS) yang berjumlah 14 item dengan nilai reliabilitas 0,954. Teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan uji korelasi product moment. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara loneliness dengan kecanduan media sosial Tiktok pada mahasiswa semester akhir. Terbukti dari hasil uji hipotesis didapatkan koefisien korelasi sebesar 0,313, $p=0,000$.

Kata Kunci: Loneliness, Kecanduan Media Sosial Tiktok, Mahasiswa.

PENDAHULUAN

Media sosial adalah alat yang memungkinkan orang berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain

melalui internet atau teknologi berbasis web. Contohnya termasuk YouTube, Instagram, Tiktok, Facebook, Twitter, Whatsapp, Line, Pinterest, dan Telegram,

*Correspondence Address : ahardyani1@gmail.com

DOI : 10.31604/jips.v11i2.2024. 708-711

© 2024UM-Tapsel Press

antara lain. Penggunaan internet di Indonesia mencapai 215,63 juta orang, dengan Tiktok menjadi pengguna media sosial terbesar dengan 23% (APJII, 2023). Tiktok biasanya disukai banyak orang karena kontennya kreatif dan menarik, seperti tantangan dengan durasi singkat 15 hingga 3 menit yang tidak membuat pengguna bosan dan memiliki tampilan yang mudah diakses.

Tiktok juga menumbuhkan harapan pada mahasiswa dalam proses pengalihannya sebagai media yang dapat menghibur, memotivasi, dan berbisnis, serta dapat digunakan sebagai sarana untuk pendidikan dan aktivisme (Neviyarni, 2023). Salah satu contoh dampak positif konten Tiktok adalah edukasi oleh @buiramira, yang berdampak pada pengetahuan mahasiswa tentang tugas akhir mereka (Vidayana, 2022). Penggunaan Tiktok dapat berdampak buruk jika dilakukan secara berlebihan atau tidak bijaksana; ini dapat menyebabkan lupa waktu dan kecanduan media sosial (Safni, 2022). Ini terlihat pada mahasiswa semester akhir yang memiliki jadwal penyusunan skripsi yang tidak terorganisir yang membuat mereka tertunda-tunda dalam menyelesaikan tugas mereka.

Selain itu, dampak negatif lainnya adalah meningkatkan budaya konsumtif dan tidak memperhatikan situasi karena ada fitur toko Tiktok juga (Nurmala, 2022). Apabila penggunaan media sosial mencapai tingkat yang mengganggu kehidupan sehari-hari, penggunaan media sosial dapat dianggap sebagai kecanduan (Al-Menayes, 2015). Data awal menunjukkan bahwa 76,7 persen mahasiswa semester akhir menggunakan Tiktok untuk hiburan, dan 21,4 persen menggunakannya untuk kegiatan luang. Ini merupakan perilaku bermasalah.

Sebanyak 20 responden setuju bahwa mereka tetap menggunakan Tiktok meskipun tahu ada tugas yang

harus dilakukan, 23 responden setuju bahwa mereka menggunakannya untuk menghilangkan perasaan negatif mereka, dan 16 responden lainnya setuju bahwa mereka menggunakannya untuk menghindari masalah yang muncul. Selain itu, 20 responden mengatakan bahwa mereka lupa waktu saat menggunakan Tiktok, dan 10 responden menyerah mengerjakan tugas karena menggunakan media sosial. Selain itu, sepuluh dari mereka gagal mengurangi jumlah waktu yang mereka habiskan untuk menggunakan jejaring sosial Tiktok. Karena dapat berdampak negatif pada kualitas keintiman atau keakraban dan dapat memperburuk kondisi kesehatan mental, penelitian ini penting dan mendesak untuk diteliti.

Studi ini menyelidiki bagaimana mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi menunjukkan gejala *loneliness* dan kecanduan media sosial Tiktok.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif. Populasi adalah seluruh mahasiswa semester akhir di Universitas Negeri Padang dan sampel adalah departemen jurusan Psikologi, Ilmu Administrasi Negara, Pendidikan Sosiologi, Pendidikan Luar Sekolah, Pendidikan Guru Anak Usia Dini, Kurikulum & Teknologi Pendidikan, Desain Komunikasi Visual, Pendidikan Bahasa Inggris, Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Akuntansi, Ekonomi Pembangunan, dan Pendidikan Ekonomi. Teknik pengumpulan data penelitian ini menggunakan kuesioner dalam bentuk skala likert. Penelitian ini menggunakan instrumen skala UCLA 3 yang telah dialih bahasakan dan diadaptasi oleh Valencia (2023) dan SMAS yang dialih bahasakan oleh Rahardjo (2020). Teknik analisis data penelitian yaitu dengan korelasi *product moment*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata empiris skala *loneliness* subjek penelitian, 111 dari mereka, menunjukkan tingkat *loneliness* yang tinggi. Selain itu, rerata empiris kecanduan media sosial Tiktok dari subjek penelitian, 105 dari mereka menunjukkan kecanduan media sosial Tiktok yang sangat tinggi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan, subjek penelitian memiliki kecanduan media sosial Tiktok yang sangat tinggi.

Hasil dari uji normalitas sebaran variabel *loneliness* dan kecanduan media sosial di Tiktok menunjukkan nilai sig 0,091 dengan $p > 0,05$, yang menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, yang berarti subjek telah mewakili populasi yang ada.

Untuk mengevaluasi linieritas variabel tersebut, model statistik digunakan. Ini menunjukkan bahwa nilai linier $F=17.321$ untuk *loneliness* dengan kecanduan media sosial, dengan $p < 0,05$, yang menunjukkan korelasi linier, dan $p=0,00$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa variabel *loneliness* dan kecanduan media sosial Tiktok dalam penelitian ini memiliki korelasi linier. Koefisien korelasi $r=0,313$ ditemukan, dan $p=0,000$ ($p1$) menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa, pada mahasiswa semester akhir di Universitas Negeri Padang, ada korelasi positif yang signifikan antara *loneliness* dan kecanduan media sosial Tiktok.

Menurut Russel (1996), *loneliness* adalah perasaan subjektif yang disebabkan oleh kurangnya kedekatan dengan orang lain. Ini dapat menjadi kondisi sementara yang dapat menyebabkan perubahan signifikan pada kehidupan sosial seseorang. Studi ini menyelidiki *loneliness* mahasiswa semester akhir di Universitas Negeri

Padang yang menggunakan Tiktok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek penelitian secara umum mengalami tingkat *loneliness* yang tinggi. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Permata (2023) menunjukkan bahwa ada tingkat *loneliness* yang tinggi saat mulai dewasa muda. Perilaku seperti "sering merasa sendirian", "sulit menemukan sahabat", "merasa tidak ada orang yang dapat diandalkan", dan "merasa orang sekitarnya tidak ada untuknya" adalah contoh perilaku *loneliness*.

Loneliness yang ditemukan oleh mahasiswa yang hanya mengambil mata kuliah skripsi adalah kondisi *loneliness* sosial yang disebabkan oleh kesendirian dan sudah dapat mengatasi *loneliness* yang dirasakan saat sendirian (Herianda, 2021). Menggunakan media sosial Tiktok adalah salah satu cara untuk mengatasi *loneliness*-nya.

Menurut Al-Menayes (2015), kecanduan media sosial adalah ketika seseorang mengalami perilaku kompulsif sebagai hasil dari penggunaan sosial media. Studi ini menunjukkan bahwa mahasiswa semester akhir di Universitas Negeri Padang yang kecanduan media sosial Tiktok termasuk dalam kategori kecanduan yang tinggi. Sejalan dengan penelitian Puspitasari (2023), remaja kecanduan media sosial yang merupakan tingkat yang sangat tinggi. Ini menunjukkan bahwa mahasiswa semester akhir memiliki masalah dengan cara mereka menggunakan media sosial Tiktok. Contoh perilaku bermasalah yaitu "merasa sibuk dengan media sosial Tiktok", "meningkatnya jumlah waktu yang dibutuhkan untuk mengakses internet", "upaya yang gagal untuk menghentikan penggunaan media sosial", dan "tetap online lebih lama dari yang dibutuhkan".

Dalam penelitian ini, mahasiswa semester akhir di Universitas Negeri Padang menunjukkan kecanduan media sosial Tiktok sebagai akibat dari rasa kehilangan. Jumlah mahasiswa semester

akhir yang kecanduan media sosial Tiktok meningkat sebagai akibat dari tingkat *loneliness* yang tinggi yang dialami oleh individu ini. Hasil uji hipotesis penelitian menunjukkan bahwa, pada mahasiswa semester akhir di Universitas Negeri Padang, terdapat korelasi positif yang signifikan antara *loneliness* dan kecenderungan untuk kecanduan media sosial Tiktok. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat mahasiswa yang *loneliness* di semester akhir, semakin besar kemungkinan mereka menjadi kecanduan media sosial Tiktok, dan sebaliknya, semakin rendah tingkat *loneliness* maka semakin rendah pula tingkat kecanduan media sosial Tiktoknya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian serta analisis data mengenai hubungan antara *loneliness* dengan kecanduan media sosial TikTok pada Mahasiswa semester akhir di Universitas Negeri Padang, didapatkan hasil bahwasanya: *Loneliness* pada mahasiswa semester akhir di Universitas Negeri Padang digolongkan kategori tinggi, Kecanduan media sosial Tiktok pada mahasiswa semester akhir di Universitas Padang dikategorikan sangat tinggi dan terdapat hubungan yang positif yang signifikan antara *loneliness* dengan kecanduan media sosial TikTok pada Mahasiswa semester akhir di Universitas Negeri Padang artinya semakin tinggi tingkat *loneliness* pada mahasiswa semester akhir maka semakin tinggi pula kecenderungan kecanduan media sosial Tiktok.

DAFTAR PUSTAKA

Al-Menayes, J. (2015). Psychometric Properties and Validation of the Arabic Social Media Addiction Scale. *Journal of Addiction*, 1-6.

APJII. (2023). Diambil kembali dari Survei Internet APJII 2023: <https://survei.apjii.or.id/home>

Herianda, I. P., Wungu, E., & Dewi, R. (2021). Gambaran Kondisi Kesepian Mahasiswa yang Hanya Mengambil Mata Kuliah SKRIPSI Program Pendidikan S-1. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi (Journal Psychology of Science and Profession)*, 203-212.

Neviyarni, G. R. (2023). Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Identitas Diri Pengguna Aplikasi Tiktok. *Journal on Education*, 5.

Nurmala, M. D. (2022). Dampak Penggunaan Aplikasi Tiktok terhadap Perubahan Perilaku Sosial Mahasiswa. *Jurnal Hermeneutika*, 8

Permata, N. &. (2023). Hubungan Loneliness dengan Adiksi Platform Tiktok pada Emerging Adulthood Pengguna Tiktok Kota Bandung. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 299-306.

Puspitasari, W., & Fikry, Z. (2023). Kontribusi Kontrol Diri terhadap Kecanduan Media Sosial Tiktok pada Remaja di Kabupaten Bekasi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 13958-13964

Safni, L. H. (2022). Pengaruh Penggunaan Aplikasi Tiktok pada Konsentrasi dan Prestasi Belajar Mahasiswa/i Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4462-4465.

Rahardjo, W., Qomariyah, N., Andriani, I., Hermita, M., & Zanah, F. N. (2020). Adiksi media sosial pada remaja pengguna Instagram dan WhatsApp: Memahami peran need fulfillment dan social media engagement. *Jurnal psikologi sosial*, 18(1), 5-16.

Russel, D. W. (1996). UCLA *Loneliness Scale*. *Journal of Personality Assesment*, 20-40.

Valencia, N., & Pratiwi, M. (2023). Tipe Kepribadian Agreeableness Terhadap Kesepian Pada Mahasiswa Rantau. *Psychology Journal of Mental Health*, 4(2), 124-139.

Vidayana, A. N. (2022). Pengaruh Konten Edukasi Tiktok terhadap Pengetahuan Mahasiswa : Sebuah Kajian Sosiologi Pendidikan. *Jurnal Basicedu*, 7131-7144.