

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada saat ini, yaitu di abad 20-an terdapat suatu fenomena yang muncul, yaitu mengenai generasi Y atau *Y Generation* yang juga biasa disebut oleh kalangan remaja saat ini dengan sebutan Generasi Milenial. Menurut Harovitz (2012), generasi milenial adalah sekelompok anak-anak muda yang lahir pada awal tahun 1980 hingga awal tahun 2000. Generasi milenial berusia kisaran belasan tahun hingga awal tiga puluhan. Generasi milenial adalah generasi yang tumbuh pada era *internet booming*, yaitu era dimana maraknya penggunaan teknologi instan seperti *email*, SMS, serta media sosial seperti *facebook*, dan *twitter* (Lyon, 2004).

Suryadi (2015) telah melakukan kajian mengenai karakteristik, masalah yang dihadapi, dan peran konselor pada generasi milenial. Hasil yang didapat menyatakan bahwa sebanyak 70% generasi milenial memiliki kesulitan fokus dalam belajar, 59% mengalami emosi yang mudah terganggu, 35% masalah pornografi, 30% pergaulan bebas, serta masalah yang paling besar dialami oleh generasi milenial adalah 80% adiksi *gadget*. Hal ini didukung oleh hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti, pada tanggal 26 Maret 2018 dimana dari 15 responden didapatkan gambaran bahwa rata-rata responden membuka *gadget* nya sebanyak 9 kali dalam rentang waktu 15 menit dan setiap kali membuka *gadget* nya responden menghabiskan waktu rata-rata dua sampai tiga menit setiap kali melihat *gadget* nya. Dapat disimpulkan bahwa rata-rata responden membuka

gadget nya sebanyak 576 kali dalam sehari diluar waktu tidur rata-rata individu. Data di atas menunjukkan bahwa masalah yang paling banyak dialami oleh generasi milenial adalah adiksi *gadget*.

Adiksi *gadget* yang dialami oleh generasi milenial tentunya erat kaitannya dengan banyak fitur yang bisa dinikmati oleh para pengguna *gadget*. Salah satu fitur yang paling sering digunakan oleh para pengguna *gadget* adalah internet. Hal ini dibuktikan melalui data yang didapat dari APJJI (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) yang menyatakan bahwa jumlah pengguna internet di Indonesia pada tahun 2016 adalah sebanyak 132,7 juta pengguna atau sekitar 51,5% dari total 256,2 juta jumlah penduduk Indonesia. Pengguna internet terbanyak ada di pulau Jawa dengan total pengguna sekitar 65% dari pengguna internet. Pengguna internet di Indonesia pada tahun 2016 mengalami kenaikan sekitar 44,6 juta, Jika dibandingkan dengan pengguna internet pada tahun 2014 sebesar 88,1 juta pengguna (www.isparmo.web.id).

Berdasarkan usia, jumlah pengguna internet di Indonesia pada tahun 2016, yaitu sebanyak 24,4 juta jiwa atau sekitar 18,4% adalah remaja yang berusia kisaran 18-24 tahun, sebanyak 32,3 juta jiwa atau sekitar 24,4% berusia 25-34 tahun (www.isparmo.web.id). Data ini menunjukkan bahwa sebanyak 42,8% pengguna internet adalah kalangan usia 18-34 yang termasuk dalam kalangan generasi milenial.

Banyak hal yang dapat diakses oleh para pengguna internet, seperti mengakses informasi, bermain *game online*, serta yang paling sering dilakukan oleh para pengguna internet adalah mengakses akun-akun sosial media yang mereka miliki,

seperti *facebook*, *twitter*, *instagram*, serta media sosial lain yang memungkinkan para penggunanya untuk bertukar pesan singkat seperti *whatsapp*, *line*, dan BBM. Hal ini sejalan dengan riset yang dilakukan oleh Kementrian Komunikasi dan Informatika yaitu sebanyak 63 juta orang di Indonesia menggunakan internet dan 95% diantaranya adalah pengguna situs jejaring sosial (www.kominfo.go.id).

Indonesia menempati peringkat ke-4 sebagai negara dengan jumlah pengguna *facebook* terbanyak, yaitu sejumlah 65 juta pengguna aktif, sedangkan untuk jejaring sosial *twitter* Indonesia berada pada peringkat terbanyak ke lima di dunia, yaitu sejumlah 19,5 juta pengguna aktif. Penduduk Indonesia juga aktif pada berbagai situs jejaring sosial selain *facebook* dan *twitter*, seperti *blog*, *tumblr*, *path*, *instagram*, *line*, *whatsapp* dan yang lainnya (www.kominfo.go.id). Berita dari (www.liputan6.com) menyatakan bahwa selain angka pengguna internet di Indonesia pada tahun 2016 mencapai 132,7 juta, data lain diungkapkan oleh APJII berdasarkan hasil surveinya didapat ada tiga media sosial yang paling sering dikunjungi, yaitu di posisi pertama ada *facebook* dengan 71,6 juta pengguna atau sekitar 54%, disusul oleh media sosial untuk berbagi foto dan video pendek *instagram* mencapai 19,9 juta atau sekitar 15%, media sosial berikutnya adalah *youtube* sebanyak 14,5 juta pengguna atau sekitar 15%.

Berita dari laman situs berita (www.merdeka.com) Kominfo bersama UNICEF mengungkapkan bahwa sebanyak 30 juta pengguna internet di Indonesia adalah anak-anak dan remaja. Studi yang dilakukan oleh Kominfo untuk menelusuri aktivitas *online* pada anak dan remaja dengan rentang usia 10-19 tahun yang menggunakan 400 responden tersebar di seluruh wilayah Indonesia baik

meliputi perkotaan dan pedesaan yang menunjukkan bahwa sebanyak 80% responden merupakan pengguna internet. Berdasarkan penelitian yang pernah dilakukan oleh Kominfo tentang pengguna media sosial dan media digital terhadap gaya hidup anak-anak dan anak muda didapatkan fakta bahwa pengguna media sosial dan media digital telah menjadi bagian dalam kehidupan sehari-hari anak muda Indonesia, studi ini menemukan bahwa 98% dari anak-anak dan remaja yang mengikuti survei mengetahui tentang internet beserta konten apa saja yang ada di dalamnya dan sebanyak 79,5% diantaranya adalah pengguna internet.

Media sosial tentunya memberi dampak positif maupun negatif bagi para penggunanya. Dampak positif dari penggunaan media sosial salah satunya adalah media sosial mampu membuat jarak tidak menjadi halangan untuk individu menjalin hubungan dengan siapapun dan kapanpun sesuai keinginan individu itu sendiri. Dampak negatif dari penggunaan media sosial secara berlebihan tentunya akan meluangkan waktu khusus atau bahkan mengorbankan waktunya untuk kegiatan yang penting seperti kegiatan akademis atau pekerjaan kantor hanya untuk mengakses media sosial yang individu miliki.

Data statistik yang didapat dari laman berita *online* (www.icca.co.id) tahun 2016 menyebutkan bahwa pengguna aktif jejaring sosial rela menghabiskan waktu selama kurang lebih tiga jam dalam sehari untuk berinteraksi di jejaring sosial, hal ini menunjukkan bahwa dalam satu minggu seseorang menghabiskan waktu selama kurang lebih 21 jam hanya untuk berinteraksi di jejaring sosial ataupun mengakses sosial media yang dimiliki. Hal ini tentunya tidak seimbang dengan waktu yang digunakan oleh seorang pelajar untuk melakukan pembelajaran intens,

karena pada umumnya individu hanya menghabiskan waktu rata-rata sekitar tiga jam dalam seminggu untuk melakukan pembelajaran yang intens. Fakta ini membuat suatu hal yang ironi, mengingat bahwa seorang pelajar lebih mementingkan untuk mengakses jejaring sosial yang dimiliki dibandingkan melakukan pembelajaran secara intens.

Hasil kajian yang dilakukan oleh mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga menggunakan 90 responden yang memiliki rentang usia 13-25 tahun didapat bahwa sebanyak 83% remaja tidak bisa lepas dari media sosial dan sebanyak 57% responden pernah mengalami tidak diperhatikan oleh temannya karena terlalu sibuk mengakses media sosial yang dimiliki (m.bisnis.com, 2016). Hal ini menunjukkan bahwa media sosial telah merubah pola komunikasi para generasi milenial di kehidupan nyata dan lebih menyukai hubungan sosial di dunia maya.

Berdasarkan data yang telah dipaparkan membuktikan bahwa pada zaman digital ini adiksi media sosial telah dialami oleh kebanyakan kalangan generasi milenial yang berada pada tahap remaja akhir hingga dewasa menengah. Andreassen dan Pallesen (2015) berpendapat bahwa kecanduan situs jejaring sosial atau sosial media adalah suatu bentuk perhatian yang berlebihan untuk situs jejaring sosial, motivasi yang kuat untuk *log in* ke situs jejaring sosial yang dimiliki, dan meluangkan begitu banyak waktu serta usaha untuk mengakses situs jejaring sosial sehingga mengganggu aktivitas sosial yang lainnya.

Turel dan Senreko (dalam Griffiths, 2013) merangkum tiga perspektif teori yang berkaitan dengan adiksi media sosial, yaitu *cognitive-behavioral model*, *social*

skill model, dan *socio-cognitive model*. Griffiths (2013) Adiksi media sosial adalah suatu gabungan dari beberapa gejala adiksi pada umumnya dengan perspektif *biopsychosocial*, yaitu: (1) Perubahan suasana hati (*mood modification*) adalah suatu keadaan dimana media sosial mampu menjadi strategi *coping* bagi para penggunanya; (2) Aktivitas terpenting (*saliency*), media sosial dijadikan sebagai aktivitas yang paling penting dalam kehidupan individu, mendominasi pikiran individu, perasaan (merasa sangat butuh) dan tingkah laku. Individu akan selalu memikirkan akun media sosial yang dimiliki, meskipun individu sedang melakukan kegiatan lain diluar mengakses media sosial; (3) Peningkatan jumlah penggunaan (*tolerance*) adalah suatu peningkatan jumlah penggunaan media sosial untuk mendapatkan efek perubahan dari mood; (4) Gejala penarikan (*withdrawal symptoms*) merupakan perasaan tidak menyenangkan yang terjadi karena penggunaan media sosial dikurangi atau tidak dilanjutkan (misalnya mudah marah, cemas atau tubuh bergoyang); (5) Konflik (*conflict*), individu yang mengalami adiksi media sosial akan mengalami konflik dengan lingkungan sekitarnya, konflik dalam tugas lainnya atau konflik yang terjadi dalam dirinya sendiri (merasa kurangnya kontrol) yang di akibatkan karena terlalu banyak menghabiskan waktu untuk mengakses media sosial yang dimiliki; (6) Kekambuhan (*relapse*), individu yang mengalami adiksi media sosial akan mengalami kecenderungan berulangnya kembali pola penggunaan media sosial setelah adanya kontrol.

Kecanduan media sosial adalah suatu gejala yang ditandai dengan seorang individu menghabiskan waktu secara berlebihan, serta individu tersebut tidak

mampu untuk mengontrol diri saat sedang *online*. Seorang individu yang mengalami kecanduan media sosial akan mengalami gejala seperti *stress*, cemas, serta gelisah ketika mereka tidak dapat *online* atau mengakses akun media sosial yang mereka miliki (Weiten & Liyod, 2008).

Greenfield (dalam Young, 2007) mengungkapkan bahwa individu yang mengalami kecanduan untuk melakukan *online* tidak mampu untuk mengelola aspek utama dalam kehidupan dikarenakan terlalu asyik untuk melakukan kegiatan *online*, serta individu yang mengalami kecanduan untuk *online* memiliki kecenderungan untuk menarik diri dari kehidupan nyata dan rutinitas normal yang seharusnya.

Menurut Montang & Router (dalam Marlina, 2017) salah satu faktor yang mempengaruhi adiksi terhadap media sosial adalah faktor psikologis, yang berupa permasalahan interpersonal. Young (dalam Subagio, 2017) menjelaskan bahwa permasalahan interpersonal yang dapat menyebabkan adiksi adalah kesepian dan kecemasan sosial. Media sosial dijadikan strategi *coping* bagi para penggunanya yang mengalami masalah interpersonal.

Menurut Paplau & Perlman (1998) kesepian merupakan suatu perasaan yang dirugikan dan tidak terpuaskan yang dihasilkan dari kesenjangan antara hubungan sosial yang dimiliki. Weiss (dalam Ariana, 2015) menyatakan bahwa *loneliness* tidak disebabkan oleh kesendirian, namun disebabkan karena tidak terpenuhinya kebutuhan akan hubungan yang pasti atau karena tidak adanya hubungan yang dibutuhkan oleh individu. Russel (1996) mendefinisikan *loneliness* sebagai suatu keadaan yang dialami oleh individu yang ditandai dengan adanya depresi sebagai

akibat dari sistem-sistem psikofisik yang menentukan karakteristik pikiran dan perilaku serta adanya harapan akan kehidupan sosial yang memuaskan.

Kesepian sebagai salah satu penyebab dari kecanduan yang sering dialami oleh individu yang termasuk dalam golongan generasi milenial, terutama pada mahasiswa yang berusia sekitar 18-24 tahun, dimana pada usia ini individu dapat digolongkan dalam fase dewasa awal pada tahap perkembangan. Pada tahap dewasa awal ini, baik pria maupun wanita akan sering merasa kesepian. Hal ini dikarenakan pada tahap ini individu dituntut untuk mandiri dimana individu harus mampu mengerjakan segala sesuatu tanpa bergantung oleh orang lain (Santrock, 2012). Pada masa dewasa awal ini individu juga akan menemui lingkungan baru, yaitu ketika individu memasuki bangku perkuliahan, hal ini menyebabkan individu merasa kesepian karena berpisah dengan teman-teman lama dan banyak diantara teman-teman lama yang sudah sibuk dengan lingkungan barunya bahkan dengan pasangannya masing-masing.

Individu yang mengalami kesepian akan merasakan ketidakpuasan, kehilangan, dan *distress*. Individu yang mengalami *loneliness* menghadapi keadaan yang dialaminya dengan cara yang berbeda-beda sehingga mampu membuat individu yang bersangkutan merasakan kenyamanan. Brehm (1992) menjelaskan bahwa individu yang mengalami *loneliness* akan melakukan beberapa cara untuk menghadapi kesepian yang dialaminya seperti melakukan kegiatan aktif, kegiatan pasif, melakukan kegiatan selingan, atau dengan membuat kontak sosial. Salah satu kegiatan kontak sosial individu yang mengalami *loneliness* adalah melalui aplikasi *chatting* di media sosial, seperti *whatsapp*, *line*,

BBM, atau aplikasi *chatting* yang lainnya. Hal ini dikarenakan melalui aplikasi *chatting* atau media sosial individu yang mengalami *loneliness* dapat terhubung dengan orang-orang lain yang berada jauh darinya, melalui media sosial individu akan mendapatkan suatu hiburan, atau dapat juga tergabung dalam sebuah grup untuk berdiskusi sehingga mampu menghilangkan rasa *lonely* yang dialaminya.

Brehm (1992) menjelaskan bahwa individu yang mengalami *loneliness* akan beranggapan bahwa media sosial memberikan banyak dampak positif bagi kehidupannya, karena melalui media sosial individu yang mengalami *loneliness* merasakan adanya dukungan sosial serta dapat menjalin hubungan baru dengan orang lain secara virtual. Media sosial yang dijadikan *coping* bagi penderita *loneliness* mampu menjadikan individu semakin jauh dengan lingkungan sekitarnya karena individu merasa asyik dan nyaman dengan orang-orang di dunia maya yang dia tidak dapatkan di kehidupan nyatanya.

Gangguan interpersonal lainnya yang dapat menyebabkan adiksi menurut Young (dalam Subagio dan Hidayati, 2017) adalah individu yang memiliki harga diri rendah serta kemampuan komunikasi yang lemah serta tidak mampu melakukan hubungan sosial secara *face to face*. Menurut Leary dan Dobbins (1983) ketidakmampuan melakukan hubungan sosial secara *face to face* merupakan salah satu bentuk atau gejala dari kecemasan sosial.

American Psychiatric Association (dalam Urani, 2003) mendefinisikan bahwa kecemasan sosial adalah sebuah rasa takut yang menetap pada suatu situasi sosial yang membuat individu harus berhadapan dengan orang-orang yang tidak dikenal, merasa takut diamati oleh orang lain, serta merasa takut dihina dan dipermalukan

oleh orang lain dalam bentuk performa. Richards (2001) menjelaskan bahwa kecemasan sosial adalah ketakutan untuk dievaluasi secara negatif oleh orang lain yang menyebabkan munculnya perasaan tidak mampu, merasa kecil, malu-malu, dan depresi pada diri individu, serta individu yang mengalami kecemasan sosial memiliki rasa cemas yang tidak wajar dalam situasi sosial. Midwest Centre (2001) mengungkapkan bahwa gangguan kecemasan sosial merupakan suatu karakter dari kekhawatiran yang terlalu berlebihan karena adanya perhatian dari orang lain, atau rasa khawatir yang berkepanjangan terhadap adanya penghinaan dan keadaan yang memalukan dilingkungan sosial.

Kecemasan sosial timbul dari adanya keinginan untuk dipandang positif oleh orang lain yang bersumber dari rendahnya kepercayaan diri dari individu tersebut (Caplan, 2007). Caplan (2007) menghipotesiskan bahwa individu yang mengalami kecemasan sosial memiliki kemungkinan yang besar untuk menggunakan media sosial secara berlebihan, dimana media sosial digunakan sebagai salah satu strategi dalam mengatasi permasalahan yang dialami berupa ketakutan untuk melakukan hubungan secara *face to face*, dimana media sosial ini berfungsi sebagai pengganti hubungan secara *face to face* yang tidak dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari dikarenakan rasa takut untuk melakukan kontak langsung dengan orang lain, sehingga lebih memilih melakukan komunikasi secara *online* melalui media sosial.

Robbins (dalam Soliha, 2015) menjelaskan bahwa individu yang mengalami kecemasan sosial secara oral akan mengalami kecemasan ketika harus berkomunikasi lewat telepon atau suara, maka individu akan memilih melakukan

komunikasi melalui media komunikasi yang dapat dilakukan secara tulisan, seperti *whatsapp*, *line*, BBM, dan media sosial yang lainnya yang dapat menyampaikan pesan melalui tulisan. Keamanan yang didapatkan melalui komunikasi secara tulisan menjadikan individu yang mengalami kecemasan sosial selalu mengakses media sosial yang dapat memenuhi kebutuhan komunikasi secara tulisan secara terus menerus, karena merasa aman dan nyaman dengan menggunakan media tersebut.

Komunikasi yang dilakukan secara *online* mampu membuat individu merasa lebih mudah untuk mengespresikan dirinya. Melalui komunikasi *online* individu yang mengalami kecemasan sosial akan merasa aman ketika melakukan hubungan sosial, dikarenakan media komunikasi *online* tidak menuntut untuk terjadinya komunikasi secara tatap muka, oleh karena itu individu yang mengalami kecemasan sosial mengalami kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengalami adiksi media sosial.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Siti Rochman pada tahun 2011 yang berjudul “Pengaruh Komunikasi Interpersonal dan *Loneliness* terhadap Adiksi *Games Online*”. Tujuan penelitian tersebut adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh komunikasi interpersonal dan *loneliness* terhadap adiksi *games online* pada sampel sebanyak 250 orang yang memenuhi kriteria tertentu, yaitu berusia 8-35 tahun yang telah bermain *games online* selama satu bulan. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, dimana adiksi *games online* diukur dengan kuesioner model skala *Likert* yang di dasarkan pada aspek Griffiths, Terry, dan Szabo (2003), sedangkan alat ukur komunikasi interpersonal yang digunakan

adalah ICI, kemudian untuk alat ukur *loneliness* yang digunakan adalah UCLA *Loneliness Scale Version-3*.

Penelitian lain sebelumnya yang dilakukan oleh Soliha pada tahun 2015 yang berjudul “Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial Dan Kecemasan Sosial”. Tujuan penelitian tersebut adalah untuk mengetahui hubungan dan pengaruh antara kecemasan sosial dan ketergantungan pada media sosial di kalangan mahasiswa di kota Semarang. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif untuk menjelaskan hubungan sebab akibat dua variabel dengan cara mengumpulkan data yang telah disebar kepada 100 responden yang dipilih secara random menggunakan *multistage random sampling*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada 100 responden sebagai data primer, sedangkan data sekunder diperoleh melalui kajian pustaka dan literatur. Kemudian data tersebut dianalisis dengan menginventarisir ke dalam bentuk perhitungan tabulasi frekuensi melalui uji statistik dan analisis regresi sebagai metode untuk menginterpretasi tingkat pengaruh antara kecemasan sosial sebagai variabel independen dan tingkat ketergantungan sebagai variabel dependen.

Tabel 1.1 Penelitian-Penelitian Terdahulu

Judul	Variabel Penelitian	Sampel Penelitian	Instrumen Penelitian	Teknik Analisis Data
1. Pengaruh Komunikasi Interpersonal Dan <i>Loneliness</i>	Vy : Kecanduan bermain <i>games online</i>	250 orang yang berusia 8-35 tahun yang sudah mengenal <i>games online</i>	Adiksi <i>Games Online</i> : Skala yang dibuat	Analisis Regresi Berganda

<p>Terhadap Adiksi <i>Games Online</i> (Siti Rochmah, 2011)</p>	<p>V_x : <i>Loneliness</i> dan Komunikasi Interpersonal</p>	<p>selama satu bulan</p>	<p>berdasarkan aspek dari Griffiths dkk <i>Loneliness: UCLA Loneliness Scale Version-3</i> Komunikasi Interpersonal: ICI <i>scale</i> dari Millard (1987)</p>	
<p>2. Hubungan Antara <i>Loneliness</i> dan Internet Addiction Melalui Penggunaan <i>Facebook</i> Pada Remaja (Irine Ayamiseba, 2016)</p>	<p>V_y : <i>Internet Addiction</i> (penggunaan <i>facebook</i>) V_x : <i>Loneliness</i></p>	<p>Siswa SMA di kelurahan Sidorejo-lor yang berusia 15-18 tahun yang menggunakan <i>Facebook</i> sebanyak 100 responden</p>	<p><i>Loneliness: Skala kesepian dari Russel yang dijabarkan oleh McWhirter</i> <i>Internet Addiction: Skala IAT disusun oleh Young, kemudian dijabarkan aspek-aspek nya oleh Widyanto & McMurrans</i></p>	<p>Uji korelasi <i>Pearson Product Moment</i></p>
<p>3. Hubungan Antara <i>Loneliness</i> Dengan <i>Mobile Phone Addict</i></p>	<p>V_y : <i>Mobile Phone Addict</i> V_x : <i>Loneliness</i></p>	<p>150 mahasiswa yang berkuliah S1 di beberapa Universitas Negeri di</p>	<p><i>Mobile Phone Addict: Skala adopsi dari Mobile</i></p>	<p>Analisis Korelasi <i>Product Moment</i></p>

<p>Pada Mahasiswa Universitas Negeri di Malang (Dewi Misyaroh, 2016)</p>		<p>Malang dan memiliki <i>handphone</i> lebih dari 2 tahun</p>	<p><i>Phone Addict Index</i> oleh Louis Leung <i>Loneliness: UCLA Loneliness Scale</i> oleh Russel & Peplau</p>	
<p>4. Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial dan Kecemasan Sosial (Silvia Soliha, 2015)</p>	<p>Vy : Ketergantungan Pengguna Media Sosial Vx: Kecemasan Sosial</p>	<p>100 mahasiswa pengguna media sosial di kota Semarang, Baik PTN maupun PTS</p>	<p>-</p>	<p>Inventasir dalam bentuk perhitungan tabulasi frekuensi melalui uji statistik dan analisis regresi</p>

Penelitian sekarang yang akan dilakukan oleh peneliti adalah mengenai “Hubungan *Loneliness* dan Kecemasan Sosial dengan Kecenderungan Adiksi Media Sosial pada Kalangan Generasi Milenial di Universitas Muhammadiyah Surabaya” dimana penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional menggunakan subjek sebanyak 150 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *insidental sampling*. Teknik pengumpulan data yang dilakukan menggunakan kuesioner, dimana kecenderungan adiksi media sosial diukur menggunakan skala IAT dari Young. Alat ukur *loneliness* yang digunakan adalah *UCLA Loneliness Scale Version-3*, sedangkan alat ukur kecemasan sosial

diukur menggunakan kuesioner yang didasarkan pada aspek dari La Greca & Lopez (1998).

Uraian mengenai perbedaan penelitian diatas meunjukkan bahwa penelitian dahulu dan penelitian sekarang memiliki perbedaan dari beberapa hal seperti, jumlah variabel yang digunakan, dimana dalam penelitian sekarang peneliti menggunakan dua variabel bebas. Untuk subjek yang digunakan, penelitian sekarang menggunakan generasi milenial sebagai subjek penelitian, hal ini dikarenakan kecenderungan adiksi media sosial dapat dialami tidak hanya oleh remaja, melainkan individu yang berada pada usia dewasa.

Dari uraian latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan *loneliness* dan kecemasan sosial dengan kecenderungan adiksi media sosial pada kalangan generasi milenial serta untuk mengetahui variabel bebas mana yang memiliki pengaruh lebih tinggi untuk mempengaruhi adiksi media sosial.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *loneliness* dan kecemasan sosial dengan kecenderungan adiksi media sosial pada kalangan generasi milenial ?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan secara bersama-sama antara *loneliness* dan kecemasan sosial dengan kecenderungan adiksi media sosial pada kalangan generasi milenial di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

2. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara *loneliness* dengan kecenderungan adiksi media sosial pada kalangan generasi milenial di Universitas Muhammadiyah Surabaya.
3. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara kecemasan sosial dengan kecenderungan adiksi media sosial pada kalangan generasi milenial di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi pengembangan ilmu psikologi klinis terutama mengenai kecanduan media sosial dan hal hal yang mempengaruhinya serta memperluas bidang penelitian mengenai masalah masalah dalam penggunaan media sosial.

2. Manfaat Secara Praktisi

Apabila hasil penelitian ini terbukti diharapkan dapat memberikan wawasan kepada para pembaca mengenai dampak-dampak yang diperoleh ketika seorang individu mengakses media sosial secara berlebihan, oleh karena itu individu diharapkan dapat lebih meminimalisir penggunaan gadget terutama dalam mengakses media sosial, serta lebih bijak dalam menggunakan media sosial.