

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Umum Tempat Penelitian

Tahapan yang harus dilalui sebelum melakukan penelitian dilaksanakan adalah memahami tempat dilakukannya penelitian dan mempersiapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan kelangsungan penelitian. Penelitian mengenai hubungan antara *loneliness* dan kecemasan sosial dengan kecenderungan adiksi media sosial pada kalangan generasi milenial dilakukan di lingkungan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Kampus Universitas Muhammadiyah Surabaya bertempat di Jl. Sutorejo No. 59 Kecamatan Mulyorejo, Surabaya. Universitas Muhammadiyah Surabaya merupakan salah satu perguruan tinggi swasta yang memiliki visi sebagai Universitas yang unggul dibidang moralitas, intelektualitas, dan memiliki jiwa wirausaha. Universitas Muhammadiyah Surabaya juga memiliki misi menyelenggarakan pendidikan yang unggul dalam bidang pendidikan, penelitian, pengabdian masyarakat, kerjasama dan menyelenggarakan pembinaan civitas akademika dalam kehidupan yang islami.

Menghasilkan lulusan yang beriman, berakhlak, berkompeten serta memiliki profesionalisme sesuai dengan bidang dan kebutuhan para pengguna jasa, serta mewujudkan civitas akademika yang menjadi teladan melalui dakwah islam amar makruf nahi munkar merupakan tujuan dari Universitas Muhammadiyah Surabaya.

2. Gambaran Umum Subjek Penelitian

Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah sebanyak 150 orang di Universitas Muhammadiyah Surabaya yang memiliki usia berkisar antara 18 tahun hingga 37 tahun. Jumlah tersebut berdasarkan jumlah individu yang berada di lingkungan Universitas Muhammadiyah Surabaya dan dinilai memenuhi karakteristik subjek, yaitu berusia antara 18 hingga 37 tahun.

Gambaran karakteristik populasi penelitian dijabarkan dalam tabel 4.1 sebagai berikut:

Tabel 4.1 Karakteristik Populasi Penelitian

Deskripsi	Keterangan	Jumlah
Jenis Kelamin	Laki-Laki	57
	Perempuan	93
Usia	18 – 23 tahun	95
	24 – 30 tahun	51
	31 – 37 tahun	4

B. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Uji Validitas Seluruh Alat Ukur

Uji validitas digunakan untuk menguji masing-masing variabel yang digunakan dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan 3 variabel atau 3 angket yang masing-masing terdiri dari kecenderungan adiksi media sosial sebanyak 20 aitem, *loneliness* sebanyak 20 aitem, dan kecemasan sosial sebanyak 40 aitem yang harus dijawab oleh responden. Pengujian validitas alat ukur menggunakan IBM SPSS Statistik versi 20. Masrun (dalam Sugiyono, 2016) menjelaskan bahwa syarat minimum aitem dianggap valid adalah jika r hitung minimal 0,3, dengan demikian jika r hitung memiliki nilai

dibawah 0,3 maka aitem dinyatakan gugur atau tidak valid. Validitas aitem pada masing-masing instrument variabel penelitian, adalah sebagai berikut:

a. Kecenderungan Adiksi Media Sosial

Aitem skala kecenderungan adiksi media sosial memiliki 20 pernyataan yang diujikan pada 150 responden, dimana hasil uji validitas yang dilakukan pada skala kecenderungan adiksi media sosial dalam satu kali putaran menghasilkan keseluruhan aitem dinyatakan valid.

b. *Loneliness*

Aitem skala *loneliness* memiliki 20 pernyataan yang diujikan pada 150 responden. Hasil uji validitas pada skala *loneliness* menghasilkan 19 aitem valid dan 1 aitem gugur. Uji validitas pada skala *loneliness* ini melalui 2 kali putaran uji validitas. Rincian dari aitem-aitem yang gugur, adalah sebagai berikut:

Tabel 4.2 Distribusi Aitem Skala *Loneliness*

No.	Aspek	Nomor Aitem	
		Valid	Gugur
1.	Kepribadian	3, 6, 8, 9, 13, 15, 16	17
2.	<i>Sosial Desirability</i>	1, 5, 7, 10, 19, 20	-
3.	Depresi	2, 4, 11, 12, 14, 18	-
TOTAL		19	1

c. Kecemasan Sosial

Aitem skala kecemasan sosial memiliki 40 pernyataan yang diujikan pada 150 responden. Hasil uji validitas pada skala kecemasan sosial

menghasilkan 33 aitem valid dan 7 aitem gugur. Uji validitas pada skala kecemasan sosial ini melalui 3 kali putaran uji validitas. Rincian dari aitem-aitem yang gugur, adalah sebagai berikut:

Tabel 4.3 Distribusi Aitem Pada Skala Kecemasan Sosial

No.	Aspek	Nomor Aitem	
		Valid	Gugur
1.	Ketakutan akan evaluasi negatif dari orang lain	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 31, 32	5, 8, 33
2.	Penghindaran sosial dan rasa tertekan dengan situasi sosial yang baru atau berhubungan dengan orang asing	9, 10, 11, 12, 13, 19, 24, 25, 26, 28, 35, 36, 37, 38, 40	34
3.	Penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum atau berhubungan dengan orang yang sudah dikenal	14, 15, 16, 17, 18, 20, 23, 27, 39	21, 22, 29
TOTAL		33	7

2. Uji Reliabilitas Seluruh Alat Ukur

Uji reliabilitas adalah pengujian instrumen yang digunakan dalam penelitian, dimana apabila instrumen tersebut digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, dan hasil pengukuran dari instrumen penelitian yang diperoleh menghasilkan data yang relatif sama. Pengujian reliabilitas dilakukan dengan menggunakan metode *Cronbach Alpha*, dimana dalam penelitian ini peneliti menggunakan IBM SPSS Statistik versi 20 untuk menguji reliabilitas instrumen.

Sebuah instrument dikatakan reliabel apabila nilai *Cronbach Alpha* lebih dari 0,6. Berikut ini reliabilitas pada masing-masing variabel penelitian:

- a. Kecenderungan Adiksi Media Sosial

Tabel 4.4

Hasil Uji Reliabilitas Kecenderungan Adiksi Media Sosial

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.912	.914	20

Berdasarkan hasil uji reliabilitas skala kecenderungan adiksi media sosial pada tabel 4.4 didapatkan hasil bahwa nilai *Cronbach Alpha* 0,912 dengan jumlah 20 aitem valid. Nilai tersebut lebih dari 0,6, maka dapat disimpulkan bahwa hasilnya reliabel.

- b. *Loneliness*

Tabel 4.5

Hasil Uji Reliabilitas *Loneliness*

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.901	.899	19

Berdasarkan hasil uji reliabilitas skala *loneliness* pada tabel 4.5 didapatkan hasil bahwa nilai *Cronbach Alpha* 0,901 dengan jumlah 19 aitem valid. Nilai tersebut lebih dari 0,6 , maka dapat disimpulkan bahwa hasilnya reliabel.

c. Kecemasan Sosial

Tabel 4.6

Hasil Uji Reliabilitas Kecemasan Sosial

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.942	.942	33

Berdasarkan hasil uji reliabilitas skala kecemasan sosial pada tabel 4.6 didapatkan hasil bahwa nilai *Cronbach Alpha* 0,942 dengan jumlah 33 aitem valid. Nilai tersebut lebih dari 0,6 , maka dapat disimpulkan bahwa hasilnya reliabel.

C. Hasil Uji Asumsi

1. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data bertujuan untuk melihat normal tidaknya sebaran data variabel penelitian dalam populasi. Uji normalitas pada penelitian ini adalah dengan menggunakan *one sample Shapiro-Wilk*. Pada uji *Shapiro-Wilk* normalitas data dapat dilihat dengan cara membandingkan nilai *Shapiro-Wilk*

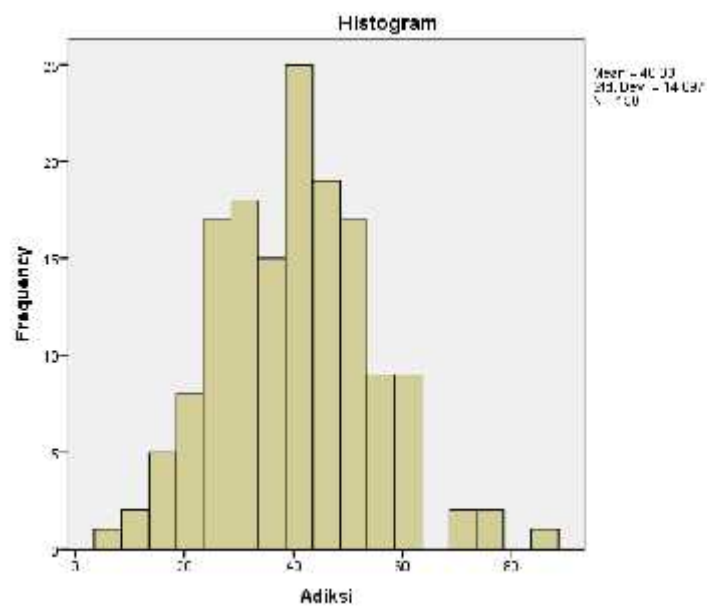
bagian signifikansi pada hasil statistik dengan nilai signifikansi $>5\%$ (0,05).

Hasil nilai signifikansi pada masing-masing variabel, adalah sebagai berikut:

a. Kecenderungan Adiksi Media Sosial

Signifikansi *Shapiro-Wilk* dari IBM SPSS versi 20 , didapatkan hasil bahwa variabel kecenderungan adiksi media sosial memiliki nilai signifikansi 0,511. Nilai signifikansi $0,511 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa penyebaran data pada variabel kecenderungan adiksi media sosial dalam penelitian ini normal.

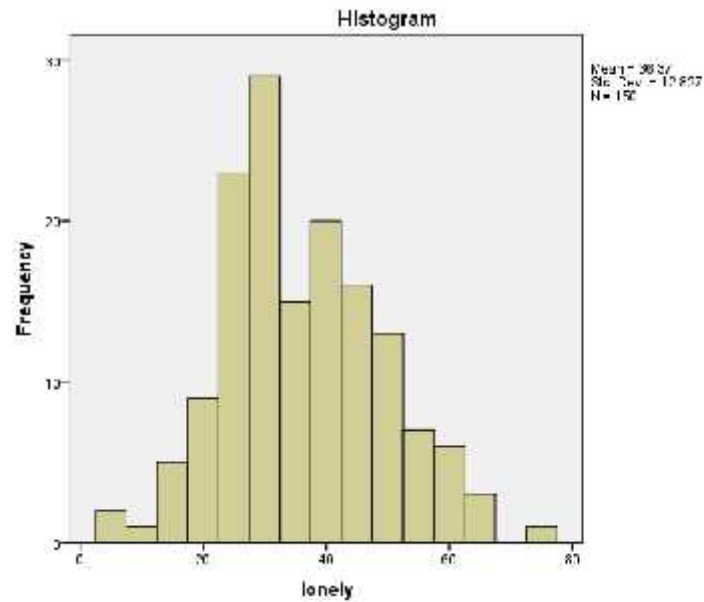
Gambar 4.1 Histogram Kecenderungan Adiksi Media Sosial



b. *Loneliness*

Signifikansi *Shapiro-Wilk* dari IBM SPSS versi 20 , didapatkan hasil bahwa variabel *loneliness* memiliki nilai signifikansi 0,225. Nilai signifikansi $0,225 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa penyebaran data pada variabel *loneliness* dalam penelitian ini normal.

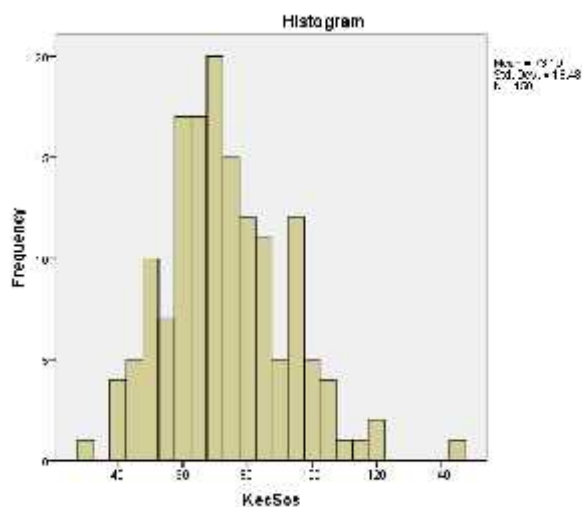
Gambar 4.3 Histogram *Loneliness*



c. Kecemasan Sosial

Signifikansi Shapiro-Wilk dari IBM SPSS versi 20 , didapatkan hasil bahwa variabel kecemasan sosial memiliki nilai signifikansi 0,227. Nilai signifikansi $0,227 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa penyebaran data pada variabel kecemasan sosial dalam penelitian ini normal.

Gambar 4.4 Histogram Kecemasan Sosial



2. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan linear atau tidak secara signifikan. Pengujian linearitas dalam penelitian ini menggunakan *test for linearity* dengan taraf signifikansi 0,05, dimana dalam penelitian ini peneliti menggunakan alat bantu IBM SPSS Statistik versi 20. Jika signifikansi lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa sebaran data penelitian linear.

Hasil uji linearitas pada masing-masing variabel *independent* (X_1 dan X_2) dengan variabel *dependent* (Y) adalah sebagai berikut:

- a. Hasil Uji Linearitas *Loneliness* (X_1) dan Kecenderungan Adiksi Media Sosial (Y)

Berdasarkan tabel hasil uji linearitas di atas, menunjukkan signifikansi pada *deviation from linearity* dengan nilai signifikansi 0,574 . Nilai signifikansi $0,574 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel *loneliness* dengan variabel kecenderungan adiksi media sosial.

- b. Hasil Uji Linearitas Kecemasan Sosial (X_1) dan Kecenderungan Adiksi Media Sosial (Y)

Berdasarkan tabel hasil uji linearitas di atas, menunjukkan signifikansi pada *deviation from linearity* dengan nilai signifikansi 0,649 . Nilai signifikansi $0,649 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel kecemasan sosial dengan variabel kecenderungan adiksi media sosial.

D. Hasil Uji Hipotesis

Untuk menguji hipotesis pada penelitian ini, maka dilakukan uji analisis statistik. Analisis uji hubungan antara dua variabel bebas dan satu variabel terikat, dilakukan dengan analisis regresi linier berganda. Azwar (2013) menjelaskan bahwa hubungan fungsional ataupun kausal antara dua variabel bebas dan satu variabel terikat, kesimpulan yang diperoleh bukan hanya berupa penolakan atau penerimaan hipotesis akan tetapi berupa suatu model persamaan yang berisi kombinasi prediktor terbaik guna memperoleh informasi mengenai besarnya kontribusi dari masing-masing variabel X1 dan X2 terhadap variabel Y. Adapun hasil dari pengolahan data dengan menggunakan IBM SPSS Statistik versi 20 sebagai berikut:

Tabel 4.7

Analisis Regresi Linier Berganda

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.604 ^a	.365	.356	11.311

a. Predictors: (Constant), X2, X1

b. Dependent Variable: Y

Tabel 4.8

Hubungan Antara *Loneliness* dan Kecemasan Sosial dengan Kecenderungan Adiksi Media Sosial

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	10805.011	2	5402.505	42.230	.000 ^b
	Residual	18805.823	147	127.931		
	Total	29610.833	149			

a. Dependent Variable: Y

b. Predictors: (Constant), X2, X1

Berdasarkan tabel 4.8 dapat dilihat bahwa $F = 42, 230$ dengan nilai signifikansi sama dengan $0,000$. Signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan secara bersama sama antara *loneliness* dan kecemasan sosial dengan kecenderungan adiksi media sosial.

Berdasarkan tabel 4.7 didapatkan data bahwa sumbangan variabel *loneliness* dan kecemasan dalam mempengaruhi variabel kecenderungan adiksi media sosial sebesar $36,5\%$ ($R \text{ Square} = 0,365$). Apabila *R error* dihilangkan maka pengaruh *loneliness* dan kecemasan sosial terhadap kecenderungan adiksi media sosial adalah sebesar $35,6\%$ ($R \text{ Square} = 0,356$).

Tabel 4.9
Koefisien Pengaruh Masing-Masing Variabel Bebas

Coefficients ^a						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	6.123	3.806		1.608	.110
	X1	.128	.093	.117	1.383	.169
	X2	.400	.064	.524	6.198	.000

a. Dependent Variable: Y

Pada tabel 4.9 dapat menunjukkan koefisien persamaan hasil penelitian, dimana *loneliness* = 0,128 , kecemasan sosial = 0,400 dan konstanta sebesar 6,123 dengan demikian persamaan regresinya adalah:

$$Y = 0,128 \cdot X_1 - 0,400 \cdot X_2 + 6,123$$

Dimana:

Y = Kecenderungan Adiksi Media Sosial

X_1 = *Loneliness*

X_2 = Kecemasan Sosial

Pengaruh pada masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat dapat dilihat pada tabel t dan signifikansinya, dimana didapatkan hasil sebagai berikut:

- a. Variabel *loneliness* memiliki nilai signifikansi $t = 0,169 > 0,05$, yaitu ada pengaruh yang tidak signifikan dari variabel *loneliness* terhadap variabel kecenderungan adiksi media sosial.

- b. Variabel kecemasan sosial memiliki nilai signifikansi $t = 0,000 < 0,05$, yaitu ada pengaruh yang signifikan dari variabel kecemasan sosial terhadap variabel kecenderungan adiksi media sosial.

E. Hasil Kategorisasi Jenjang

Peneliti melakukan pengkategorisasian data berdasarkan data yang telah diperoleh, dimana pengkategorisasian ini bertujuan untuk menempatkan individu kedalam kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur. Kategori bersifat relatif, sehingga luas kategori yang diinginkan dapat ditetapkan secara subyektif oleh peneliti selama penetapan itu berada dalam batas kewajaran.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan lima kategorisasi. Azwar (2012) menjelaskan bahwa norma lima kategorisasi yang dapat digunakan adalah sebagai berikut:

$X - (Mean - 1,5SD)$: Kategori Sangat Rendah

$(Mean - 1,5SD) - X - (Mean - 0,5SD)$: Kategori Rendah

$(Mean - 0,5SD) - X - (Mean + 0,5SD)$: Kategori Sedang

$(Mean + 0,5SD) - X - (Mean + 1,5SD)$: Kategori Tinggi

$X - (Mean + 1,5SD)$: Kategori Sangat Tinggi

Berdasarkan norma lima kategorisasi yang digunakan, maka kategorisasi jenjang dari masing-masing variabel diuraikan sebagai berikut:

1. Kecenderungan Adiksi Media Sosial

Jumlah aitem valid	: 20	Nilai Skala	: 0, 1, 2, 3, 4, 5
Skor Minimum	: $0 \times 20 = 0$	Luas Jarak Sebaran	: $100 - 0 = 100$
Skor Maksimum	: $5 \times 20 = 100$		
Standar Deviasi	: $100/5 = 20$		
Mean	: 40,033		

Tabel 4.10**Kategorisasi Data Kecenderungan Adiksi Media Sosial**

Pedoman	Skor	Kategorisasi	N
X (Mean – 1,5SD)	X 10,033	Sangat Rendah	1
(Mean – 1,5SD) X (Mean – 0,5SD)	10,033 X 30,033	Rendah	39
(Mean – 0,5SD) X (Mean + 0,5SD)	30,033 X 50,033	Sedang	75
(Mean + 0,5SD) X (Mean + 1,5SD)	50,033 X 70,033	Tinggi	31
X (Mean + 1,5SD)	X 70,033	Sangat Tinggi	4

Berdasarkan uraian data di atas didapatkan bahwa nilai standar deviasi dari data kecenderungan adiksi media sosial memiliki nilai 20 dan mean 40,033. Pada tabel 4.10 menunjukkan bahwa ada satu subjek di kategorisasi adiksi media sosial sangat rendah, 39 subjek dalam kategori adiksi media sosial rendah, 75 subjek dalam kategori adiksi media sosial sedang, 31 subjek dalam

ketegorisasi adiksi media sosial tinggi, dan 4 subjek dalam kategorisasi adiksi media sosial sangat tinggi.

Young dan Abreu (2017) mengkategorisasi untuk kecenderungan adiksi berdasarkan total poin yang didapat oleh setiap individu, dimana kategori tersebut diuraikan sebagai berikut:

Rentang normal : 0 - 30 poin
 Ringan : 31 - 49 poin
 Sedang : 50 – 79 poin
 Berat : 80 – 100 poin

Berdasarkan kategorisasi yang dikemukakan oleh Young, maka jawaban subjek dapat dikategorikan sebagai berikut:

Tabel 4.11

Kategorisasi Data Kecenderungan Adiksi Media Sosial Menurut Young

Nilai Poin	Kategorisasi	N
0 – 30 Poin	Normal	42
31 – 49 Poin	Ringan	73
50 – 79 Poin	Sedang	34
80 – 100 Poin	Berat	1

2. *Loneliness*

Jumlah aitem valid : 19 Nilai Skala : 0, 1, 2, 3, 4, 5
 Skor Minimum : $0 \times 19 = 0$ Luas Jarak Sebaran : $95 - 0 = 95$
 Skor Maksimum : $5 \times 19 = 95$

Standar Deviasi : $95/5 = 19$

Mean : 36,367

Tabel 4.12
Kategorisasi Data *Loneliness*

Pedoman	Skor	Kategorisasi	N
X (Mean – 1,5SD)	X 7,867	Sangat Rendah	2
(Mean – 1,5SD) X (Mean – 0,5SD)	7,867 X 26,867	Rendah	31
(Mean – 0,5SD) X (Mean + 0,5SD)	26,867 X 46,367	Sedang	88
(Mean + 0,5SD) X (Mean + 1,5SD)	46,367 X 64,867	Tinggi	26
X (Mean + 1,5SD)	X 64,867	Sangat Tinggi	3

Berdasarkan uraian data di atas didapatkan bahwa nilai standar deviasi dari data *loneliness* memiliki nilai 19 dan mean 36,367 . Pada tabel 4.11 menunjukkan bahwa ada dua subjek di kategorisasi *loneliness* sangat rendah, 31 subjek dalam kategorisasi *loneliness* rendah, 88 subjek dalam kategori *loneliness* sedang, 26 subjek dalam kategorisasi *loneliness* tinggi, dan 3 subjek dalam kategorisasi *loneliness* sangat tinggi.

3. Kecemasan Sosial

Jumlah aitem valid : 37 Nilai Skala : 0, 1, 2, 3, 4, 5

Skor Minimum : $0 \times 37 = 0$ Luas Jarak Sebaran : $185 - 0 = 185$

Skor Maksimum : $5 \times 37 = 185$
 Standar Deviasi : $185/5 = 37$
 Mean : 73,187

Tabel 4.13

Kategorisasi Data Kecemasan Sosial

Pedoman	Skor	Kategorisasi	N
X (Mean – 1,5SD)	X 17,687	Sangat Rendah	0
(Mean – 1,5SD) X (Mean – 0,5SD)	17,687 X 54,687	Rendah	23
(Mean – 0,5SD) X (Mean + 0,5SD)	54,687 X 91,687	Sedang	100
(Mean + 0,5SD) X (Mean + 1,5SD)	91,687 X 128,687	Tinggi	26
X (Mean + 1,5SD)	X 128,687	Sangat Tinggi	1

Berdasarkan uraian data di atas didapatkan bahwa nilai standar deviasi dari data kecemasan sosial memiliki nilai 37 dan mean 73,187 . Pada tabel 4.12 menunjukkan bahwa tidak ada subjek di kategorisasi kecemasan sosial sangat rendah, 23 subjek dalam kategori kecemasan sosial rendah, 100 subjek dalam kategori kecemasan sosial sedang, 26 subjek dalam ketegorisasi kecemasan sosial tinggi, dan satu subjek dalam kategorisasi adiksi media sosial sangat tinggi.

F. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data mengenai hubungan antara *loneliness* dan kecemasan sosial dengan kecenderungan adiksi media sosial didapatkan hasil bahwa *loneliness* dan kecemasan sosial secara bersama-sama mempengaruhi kecenderungan adiksi media sosial pada kalangan generasi milenial di Universitas Muhammadiyah Surabaya, dengan $F = 42,230$ dan nilai signifikansi sama dengan $0,000$. Hasil analisis data juga menunjukkan bahwa variabel *loneliness* dan kecemasan dalam mempengaruhi variabel kecenderungan adiksi media sosial sebesar $35,6\%$.

Terbuktinya hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan antara *loneliness* dan kecemasan sosial dengan kecenderungan adiksi media sosial, sejalan dengan pendapat Montang & Router (dalam Marlina, 2017) yang menjelaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi adiksi terhadap media sosial adalah faktor sosial, yang berupa permasalahan interpersonal. Young (dalam Subagio, 2017) menjabarkan bahwa beberapa permasalahan interpersonal yang dapat menyebabkan adiksi yaitu kesepian dan kecemasan sosial. Young beranggapan bahwa individu yang mengalami permasalahan interpersonal seperti *loneliness* dan kecemasan sosial memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengalami adiksi terhadap media sosial.

Russel (1996) menjelaskan bahwa *loneliness* merupakan adanya kepribadian dinamis dalam diri individu dari sistem-sistem psikofisik yang menentukan karakteristik perilaku dan cara berpikir, kemudian disebabkan oleh adanya keinginan individu pada kehidupan sosial dan kehidupan dilingkungannya yang

tidak terpenuhi sehingga individu yang mengalaminya akan merasakan sedih, murung, tidak bersemangat, merasa tidak berharga, dan memiliki orientasi pada kegagalan.

Berdasarkan hasil analisis data yang menunjukkan bahwa adanya hubungan positif namun tidak signifikan antara *loneliness* dengan kecenderungan adiksi media sosial pada kalangan generasi milenial di Universitas Muhammadiyah Surabaya dengan koefisien sebesar 0,128 dengan taraf signifikansi 0,169 . Artinya *loneliness* memiliki hubungan dengan adiksi media sosial, namun pada kalangan generasi milenial di Universitas Muhammadiyah Surabaya *loneliness* bukan merupakan faktor besar yang dapat menyebabkan adiksi media sosial.

Beberapa faktor lain yang dapat memicu seseorang mengalami kecenderungan adiksi media sosial adalah sebagai berikut:

1. Faktor Sosio-Kultural

Adiksi media sosial dapat disebabkan karena pengaruh lingkungan sekitar, serta adanya model atau contoh dari panutan penderita adiksi, seperti orang tua, saudara, serta teman dekat. Keterampilan saat *online*, mengunggah status, ketenaran, memiliki fungsi sebagai simbol dari daya tarik pribadi dan budaya, sehingga menjadikan adanya perbandingan sosial dan manajemen kesan bahwa memiliki teman yang banyak di media sosial adalah suatu hal yang menjadi daya tarik dan mampu memicu terjadinya adiksi media sosial.

2. Faktor Konten

Berbagai konten di media sosial yang melimpah sangat menstimulasi terjadi adiksi terhadap media sosial pada individu, dimana konten-konten

dalam media sosial ini berfungsi sebagai bahan mentah psikoaktif yang memicu terjadinya adiksi media sosial.

3. Faktor Proses dan Akses atau Ketersediaan

Secara umum akses dan ketersediaan media sosial selalu menyediakan keterbukaan dan tanpa batas bagi para penggunanya. Otak seorang individu memiliki kemampuan untuk menikmati akses yang tanpa batas serta tanpa adanya kendala ruang dan waktu, hal ini lah yang membuat media sosial memiliki daya tarik dimata penggunanya, sehingga mampu memicu adiksi terhadap media sosial itu sendiri.

4. Stimulus dan Keterlibatan

Media sosial yang merupakan bagian dari internet adalah satu satu media yang menarik dan menyenangkan untuk digunakan, seingga mampu merangsang seorang individu untuk mengalami kecanduan terhadap media sosial.

5. Keinginan Untuk Bersosialisasi

Seorang individu memiliki keinginan bawaan untuk bersosialisasi. Media sosial yang mampu memfasilitasi interaksi sosial individu, menyebabkan individu mudah untuk mengalami kecanduan terhadap media sosial. Hal ini terutama berlaku pada individu yang mangalami kesulitan dalam interaksi tatap muka.

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.

Individu yang memiliki ketakutan untuk melakukan komunikasi secara *face to face* tentunya akan memilih menggunakan media komunikasi yang tidak mengharuskan individu tersebut harus bertemu secara langsung dengan orang yang ingin dihubungnya. Hal ini menyebabkan seorang individu dengan kecemasan sosial memiliki kecenderungan untuk mengakses media sosial secara berlebihan, karena melalui media sosial individu yang mengalami kecemasan sosial menggunakan media sosial sebagai pengganti hubungan tatap muka yang tidak didapat di kehidupan nyatanya.

Hasil analisis data juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan sosial dengan kecenderungan adiksi media sosial pada kalangan generasi milenial di Universitas Muhammadiyah Suarabaya dengan koefisien sebesar 0,400 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,005$). Artinya semakin tinggi kecemasan sosial yang dimiliki oleh individu maka semakin tinggi pula kecenderungan adiksi media sosial yang akan dialami oleh individu tersebut, sebaliknya semakin rendah kecemasan sosial yang dimiliki oleh individu maka

semakin rendah pula kecenderungan individu untuk mengalami adiksi media sosial.

Hasil penelitian pada penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Silvia Fardila Soliha mengenai tingkat ketergantungan media sosial dan kecemasan sosial tahun 2015 , dimana terdapat hasil yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kecemasan sosial dan tingkat ketergantungan pada media sosial dengan tingkat hubungan cukup kuat yakni sebesar 31,4% meskipun memiliki pengaruh yang sangat kecil, dimana hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai R Square 12,7%