

# BAB I

## PENDAHULUAN

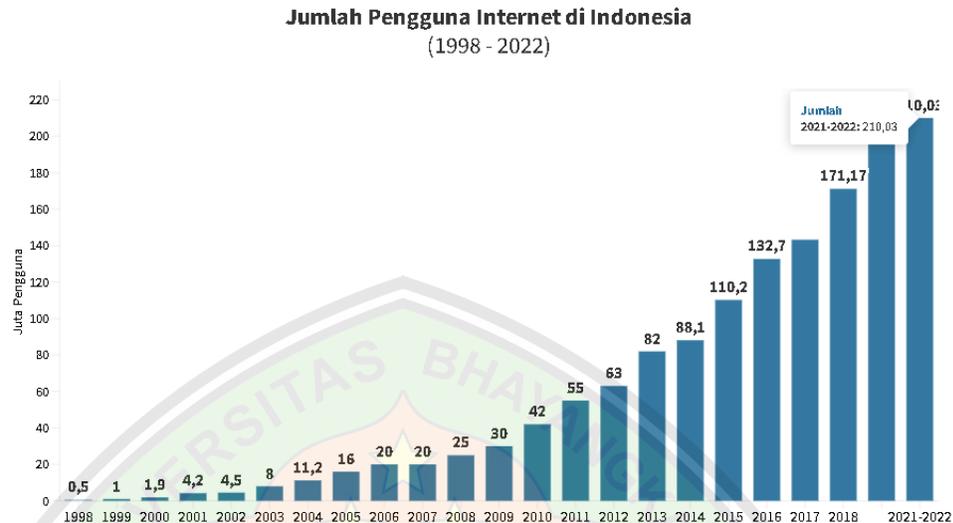
### 1.1 Latar Belakang

Perkembangan pesat teknologi komunikasi dan informasi membawa perubahan dalam segala aspek kehidupan manusia. Diantara kemajuan teknologi komunikasi dan informasi yang menjadi sorotan adalah layanan Internet. Dengan menggunakan internet, kita mungkin bisa untuk menjelajah dunia dengan akses yang mudah. Ellswort & Ellswort (Mawardah & Darma, 2019) menyatakan bahwa internet adalah suatu jaringan besar yang terdiri dari jaringan-jaringan komputer yang dapat menghubungkan komputer dan orang-orang diseluruh dunia melalui media telepon, satelit, dan sistem komunikasi lainnya.

Perkembangan teknologi internet semakin banyak diminati oleh masyarakat, baik di kalangan muda maupun kalangan orang tua. Kita bisa mengakses internet dengan menggunakan *gadget*, komputer, laptop, dan berbagai *smartphone* lainnya. Kemudahan mendapatkan berbagai macam informasi dan fasilitas serta melakukan komunikasi jarak jauh inilah yang membuat individu dapat bertahan dalam jangka waktu lama untuk mengakses internet di depan komputer, laptop, ataupun *smartphone*. Hal tersebut dapat mempengaruhi pada perilaku dan kehidupan individu dalam bersosialisasi di masyarakat.

Peningkatan penggunaan internet di Indonesia saat ini sangat signifikan. Berdasarkan data dari *Internet World Stats* pada tahun 2022 Indonesia merupakan negara keempat dengan penggunaan internet terbanyak dari seluruh negara didunia. Hal tersebut sejalan dengan survei yang telah dilakukan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2022 yang menyatakan bahwa pengguna internet di Indonesia mengalami peningkatan yang signifikan setiap tahunnya. Hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan bahwa Indonesia mengalami kenaikan sebanyak

6,78% dari tahun sebelumnya, ada 210,03 juta pengguna internet di dalam negeri pada periode 2021-2022.



**Gambar 1.1 Jumlah Pengguna Internet di Indonesia (APJII)**

Penggunaan internet dapat dikatakan normal jika digunakan untuk tujuan yang jelas dengan rentang waktu penggunaan dalam batas yang wajar tanpa merusak kenyamanan baik secara kognitif maupun perilaku. Sedangkan, penggunaan internet dikatakan “bermasalah” adalah ketika kondisi tersebut telah mempengaruhi pikiran menjadi maladaptif dan perilaku yang patologis atau menyimpang menurut Mustafa (dalam Kusumo & Jatmika, 2020). Meskipun internet memiliki banyak manfaat baik salah satunya yaitu melakukan komunikasi, tetapi di lain sisi seringkali internet juga dimanfaatkan untuk hal-hal yang menimbulkan dampak negatif serta internet dapat menimbulkan adiksi.

Salah satu jenis internet adalah media sosial. Pengguna media sosial dapat dikatakan juga sebagai pengguna internet, mengingat syarat agar pengguna dapat mengakses media sosial yaitu harus terhubung dengan jaringan internet (Mawardah & Darma, 2019). Media sosial adalah salah satu media yang paling banyak digunakan dan menjadi alat komunikasi yang paling banyak diminati oleh masyarakat (Lisnawati et al., 2021).

Media sosial merupakan salah satu *platform* yang paling umum digunakan di internet dalam memperoleh informasi dan menjadi alat komunikasi serta interaksi yang paling penting (Zanah & Rahardjo, 2020). Media sosial bekerja dengan cara memodelkan bagaimana koneksi terbentuk di dunia nyata dan menyediakan informasi tersebut melalui serangkaian aplikasi yang memungkinkan orang untuk berbagi informasi, foto, atau video dari suatu peristiwa dengan mudah dan cepat (Young & Abreu, 2011).

Berdasarkan survey dari *We Are Social*, jumlah pengguna aktif media sosial di Indonesia sebanyak 191 juta orang pada Januari 2022. Jumlah tersebut meningkat 12,35% jika dibandingkan pada tahun sebelumnya yaitu sebanyak 170 juta orang. Saat ini, *whatsapp* merupakan media sosial yang paling banyak digunakan oleh masyarakat Indonesia dengan total persentasenya mencapai 88,7%. Media sosial yang juga banyak digunakan oleh masyarakat Indonesia selanjutnya ditempati oleh *Instagram* dengan persentase sebesar 84,8% dan *Facebook* dengan total persentase 81,3%. Media sosial lainnya seperti *TikTok* dan *Telegram* memiliki persentase pengguna berturut-turut sebesar 63,1% dan 62,8%.

Masyarakat Indonesia menggunakan media sosial rata-rata selama lebih dari 3 jam per harinya, sedangkan rata-rata penggunaan media sosial secara global hanya selama 2 jam 24 menit atau sekitar 144 menit per harinya, hal ini membuat Indonesia menduduki peringkat ketiga negara dengan penggunaan media sosial tertinggi di dunia (Miftahurrahmah & Harahap, 2020). Penggunaan media sosial yang dilakukan secara terus menerus dengan durasi yang lama ini memungkinkan akan menimbulkan adiksi pada penggunaannya.

Greenfield (2010) menyatakan bahwa pengguna yang diklasifikasikan sebagai pengguna internet yang mengalami ketergantungan atau kecanduan pada umumnya berlebihan dalam penggunaan internet dan menghabiskan waktu antara 40 jam sampai 80 jam perminggu. Semakin lama intensitas waktu yang digunakan untuk mengakses internet dan terus menerus maka hal ini yang dapat menimbulkan kecanduan internet (*internet addiction*). Kecanduan internet

mengacu pada penggunaan berlebihan jaringan internet yang dilakukan individu dan tidak bisa lepas dari penggunaan internet dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Griffiths (2000) adiksi internet adalah penggunaan internet yang tidak wajar ditandai dengan ketidakmampuan seseorang untuk mengatur waktu dalam penggunaan internet dan menganggap bahwa dunia maya lebih menarik dibandingkan dengan kehidupan nyata. *Internet Addiction Disorder* (IAD) atau gangguan adiksi internet meliputi segala macam hal yang berhubungan dengan internet seperti media sosial, *e-mail*, pornografi, judi *online*, *game online*, *chatting*, dan lain-lain (Kusumo & Jatmika, 2020). Pengguna internet yang mengalami ketergantungan (kecanduan) akan menghabiskan waktu untuk online dengan menggunakan aplikasi komunikasi interpersonal sinkron (Young, 2017). Kebanyakan orang yang kecanduan internet ini dikarenakan mereka menemukan kepuasan di internet, yang tidak mereka dapatkan di dunia nyata (Mawardah & Darma, 2019). Salah satu bagian dari adiksi internet yaitu adiksi pada media sosial.

Kecanduan media sosial didefinisikan sebagai ketergantungan seseorang terhadap media sosial dan munculnya perasaan tidak menyenangkan apabila tidak bisa menggunakan media sosial tersebut (Longstreet & Brooks, 2017). Andreassen, Pallesen, & Griffiths (2017) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki adiksi pada media sosial akan memikirkan media sosial secara terus menerus, mendorong individu untuk memakai media sosial dalam waktu yang banyak sehingga dapat mempengaruhi aktivitas yang penting (Schou et al., 2017). Adiksi media sosial dapat juga didefinisikan sebagai ketergantungan psikologis pada penggunaan media sosial yang mengganggu kegiatan penting lainnya dan menghasilkan konsekuensi negatif (Moqbel & Kock, 2018).

Young (2015) berpendapat bahwa, penyebab munculnya adiksi salah satunya adalah masalah sosial berupa masalah interpersonal seperti kesepian dan masalah intrapersonal seperti kemampuan komunikasi yang rendah. Young dan Abreu (2011) mengungkapkan bahwa mahasiswa adalah kelompok yang paling rentan mengalami adiksi dengan prevalensi 13% hingga 18,4%. Sedangkan

prevalensi pada kalangan remaja sebesar 4,6% hingga 4,7%, serta 6% hingga 15% pada masyarakat umum. Tiek Budysan (2019) menyatakan bahwa tingginya resiko mahasiswa mengalami adiksi internet dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal dikarenakan mahasiswa sedang berada dalam masa *emerging adulthood*, yaitu tahapan yang berada diantara remaja akhir dan dewasa awal dengan batas usia 18 hingga 25 tahun, dimana ini merupakan masa terakhir untuk memantapkan jati diri dikarenakan mereka memiliki kebebasan sebagai orang dewasa namun mereka belum memiliki tanggung jawab sebagai orang tua. Hal ini membuat mahasiswa mengalami stress, sehingga menggunakan media sosial sebagai tempat untuk pelarian. Kemudian, faktor eksternal nya adalah mahasiswa dapat dengan mudah mengakses internet secara gratis tanpa ada pengawasan dari orang tua ataupun pihak lain (Budysan, 2019).

Fenomena internet ini dapat mengganggu perkembangan mental mahasiswa saat mereka mencari identitas mereka sendiri, serta pembentukan citra diri. Penggunaan internet yang berlebihan bisa berkembang menjadi kecanduan internet. Sindrom mengenai penggunaan media interaktif kompulsif disebut penggunaan media interaktif bermasalah. Dalam sindrom ini, ada empat presentasi yang menonjol yakni permainan, media sosial, pornografi, dan pencarian informasi, dan itu termasuk pencarian online yang tidak terkendali dari setiap informasi tekstual atau visual, termasuk menonton video atau serial televisi. Pola perilaku yang berlebihan dari penggunaan internet memiliki banyak kesamaan mendasar dengan kecanduan zat (Young, 2017).

Seseorang yang telah terpapar oleh adiksi terhadap media sosial biasanya menghabiskan banyak waktu secara online di media sosial biasanya menyediakan waktu yang lebih sedikit untuk hubungan tatap muka di dunia nyata. Menurut Peele & Brodsky (1991), individu yang mengalami adiksi media sosial cenderung sulit untuk mengembangkan keintiman dan hubungan yang kuat dengan orang lain, merasa kurang puas dalam hidup mereka, kurang percaya diri atau tidak memiliki minat yang kuat, atau kehilangan harapan. Tidak adanya

keintiman atau hubungan yang kuat dalam relasi sosial berkaitan dengan kemampuan individu untuk menjalin hubungan akrab dengan orang lain.

Salah satu faktor psikologis yang dialami oleh mahasiswa akibat dari kecanduan pada media sosial adalah kesepian. Kesepian merupakan kondisi ketidakseimbangan psikoemosional yang ditandai dengan perasaan kosong atau merasa hampa akibat kurangnya ikatan dengan orang lain (Ariani et al., 2019). Kesepian secara langsung memengaruhi cara individu berinteraksi secara *online*. Karena individu yang kesepian percaya bahwa mereka dapat mengekspresikan perasaan mereka dengan lebih baik di dunia maya daripada secara langsung (Destiyana & Coralia, 2018).

Menurut Brehm dan Kassin (1992) Kesepian adalah perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna individu dengan orang lain yang diakibatkan ketidakpuasan dengan hubungan sosial yang ada. Kesepian dapat muncul dari pengalaman pribadi dengan teman-teman, terutama teman seumuran yang cenderung penerimaannya buruk dan memiliki jenis hubungan yang rendah (Destiyana & Coralia, 2018). Rokach (2019) berpendapat bahwa faktor yang mempengaruhi kesepian diantaranya adalah ketidakmampuan personal, permasalahan di masa perkembangan, tidak terpenuhinya kebutuhan akan hubungan akrab, pindah ke tempat baru atau perpisahan, dan marginalitas. Kesepian akan meningkat sejalan dengan penggunaan sosial media (Miftahurrahmah & Harahap, 2020). Menurut Russell, Peplau, dan Cutrona (1980) kesepian memiliki tiga aspek yaitu *personality*, *social desirability*, dan *depression*. Aspek-aspek kesepian tersebut dapat dialami oleh mahasiswa.

Untuk memperkuat fenomena, peneliti melakukan wawancara terhadap tiga orang mahasiswa Universitas X di Bekasi terdiri dari dua wanita dan satu pria. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap tiga mahasiswa, dapat disimpulkan bahwa rata-rata mahasiswa menggunakan media sosial lebih dari 3 jam perharinya bahkan salah satu mahasiswa pria menyebutkan rata-rata perharinya bisa menyentuh 6 hingga 8 jam. Berikut beberapa

wawancara yang dilakukan pada mahasiswa pengguna media sosial yang mengatakan ;

*“tiap hari saya main media sosial, terkadang suka lupa waktu kalau sedang main media sosial terkadang suka ga sadar karna sudah keasikan buka media sosial terlebih lagi ketika sedang membuka aplikasi Instagram entah itu hanya sekedar melihat aktifitas story temen saya atau bahkan melakukan siaran langsung, penggunaan harian bisa melebihi 6 hingga 8 jam dalam sehari.”*

Penggunaan media sosial dalam jangka waktu yang lama dapat mengganggu aktivitasnya dan berpengaruh negatif terhadap produktivitas mahasiswa. Alasan mereka menggunakan media sosial dalam jangka waktu yang lama salah satunya adalah karena merasa bosan dan kurang nyaman berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Hal ini adalah salah satu pernyataan yang diungkapkan mahasiswa perempuan, sebagai berikut;

*“iya ngerasa kayak ada yang kurang aja, kayak misalnya nih gak buka Instagram gitukan kayak gak senang aja gitu ada yang kurang rasanya sehari aja gak buka sosmed, jangankan sehari beberapa jam aja kalau gak buka sosmed ya kayak ada yang kurang aja gitu.”*

Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Al- Menayes (2015) adiksi media sosial didefinisikan sebagai perilaku bermasalah dalam penggunaan media sosial sehingga munculnya perilaku kompulsif serta mempengaruhi beberapa aspek dalam kehidupan sehari-hari. Individu terbiasa berbicara mengenai media sosial yang sering mereka gunakan seperti *Instagram*. Sementara faktor yang menyebabkan mahasiswa kecanduan media sosial salah satunya adalah bosan dan kurang nyaman dengan lingkungan sekitar nya, Rasa bosan dan ketidakpuasan individu dalam melakukan interaksi sosial dalam lingkungan sekitar nya merupakan salah satu aspek dalam kesepian.

Kesepian menurut Russell (dalam Lou et al., 2012) diartikan sebagai perasaan subjektif atas ketidakpuasan yang terjadi dalam diri individu karena ketidakcocokan antara bentuk interaksi sosial yang individu mau dengan bentuk interaksi sosial yang dipunyainya. Kesepian merupakan salah satu faktor

psikologis terkait masalah emosional seseorang yang menyebabkan individu tersebut mengalami adiksi media sosial (Sahin,2018).

(Masi et al., 2011) menyatakan individu yang tidak memiliki koneksi sosial yang bermakna beresiko akan mengalami kesepian, yaitu suatu pengalaman yang tidak menyenangkan yang kemungkinan bisa dialami oleh semua individu. Dari waktu ke waktu orang-orang mulai merasakan sakitnya kesepian. Mungkin setiap orang pernah merasakan pada suatu waktu ketika tidak ada seorangpun yang bisa diajak bicara, tidak ada orang yang datang menghampiri ketika kita sedang ingin ditemani, atau ketika semua hubungan yang dimiliki terlihat palsu dan semu (Berger, 1963).

Kesepian secara umum terkait dengan perasaan negatif tentang hubungan interpersonal. Orang yang kesepian dianggap kurang kompeten secara interpersonal dibandingkan dengan orang yang tidak kesepian. Mahasiswa baru perlu melakukan penyesuaian dengan kehidupan kampus, mengembangkan kontak sosial yang baru dan mendapatkan teman yang baru. Keberadaan relasi sosial yang baik dikampus bisa membuat mahasiswa menjadi lebih semangat belajar dan terhindar dari rasa kesepian (Misrawati et al., 2018).

Berdasarkan latar belakang diatas mengenai variabel yang berhubungan dengan Kesepian dan Adiksi Sosial Media pada mahasiswa serta didukung oleh beberapa data yang telah diuraikan diatas. Maka peneliti tertarik untuk meneliti apakah terdapat hubungan antara Kesepian dengan Adiksi Media Sosial. Dengan demikian, penulis mengangkat judul dalam penelitian ini yaitu “Hubungan Antara Kesepian dengan Adiksi Media Sosial Pada Mahasiswa di Universitas X Bekasi”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Dalam melaksanakan penelitian berjudul Hubungan Antara Kesepian dengan Adiksi Media Sosial, maka diperlukan peninjauan terhadap penelitian terdahulu yang pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya dengan tema yang sama, baik kesepian dan adiksi media sosial sebagai berikut :

Dalam penelitian berjudul “Hubungan Antara Kesepian dengan Adiksi Media Sosial pada Remaja di Kota Bandung” yang dilakukan oleh Alifiananda Kartika Destiyana dan Farida Coralia pada tahun 2020, menghasilkan bahwa terdapat adanya Hubungan positif yang signifikan antara variabel kesepian dengan variabel adiksi media sosial pada remaja di kota Bandung adalah signifikan dan positif. Hasil penelitian pada hipotesis penelitian menyatakan bahwa adanya keeratan hubungan antara adiksi media sosial dengan kesepian pada remaja di kota Bandung dengan nilai  $r$  sebesar 0,202 yang berarti keeratan korelasinya lemah, ini ditunjukkan melalui hasil perhitungan data yaitu  $r = 0,202$  dan signifikansi 0,024. Hasil tersebut menunjukkan bahwa keeratan hubungan korelasi antara kesepian dengan adiksi media sosial lemah. Artinya ada perubahan terhadap variabel adiksi media sosial yang akan berpengaruh terhadap variabel kesepian. Dengan kata lain, kesepian bukan faktor utama remaja mengalami adiksi media sosial.

Dalam penelitian berjudul “Hubungan Kecanduan Sosial Media dengan Kesepian pada Mahasiswa” yang dilakukan oleh Habibah Miftahurrahmah dan Farida Harahap pada tahun 2020, menghasilkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kecanduan sosmed dengan kesepian ( $p = 0,306$ ). *WhatsApp* menjadi sosial media yang paling banyak digunakan oleh mahasiswa (90%). Korelasi kedua variabel tersebut bertanda positif, yang menunjukkan hubungan yang searah. Apabila kecanduan sosial media meningkat maka kesepian juga akan mengalami kenaikan, hal yang sama juga berlaku apabila kesepian meningkat maka kecanduan sosial media juga mengalami kenaikan. Penelitian mengenai kecanduan sosial media dan kesepian ini memiliki korelasi yang rendah dikarenakan adanya beberapa hal. Data mengenai tingkat kecanduan sosial media maupun kesepian pada mahasiswa keduanya berada pada kategori sedang. Ini menunjukkan bahwa mahasiswa tidak mengalami kecanduan sosial media maupun kesepian dalam taraf yang cukup serius, sehingga korelasi antara kedua variabel tersebut tergolong rendah.

Dalam penelitian berjudul “Peran Kesepian dan Pengungkapan Diri *Online* Terhadap Kecanduan Internet Pada Remaja Akhir” yang dilakukan oleh Mulia Dwi Ariani, Ratna Supradewi dan Diany Ufieta Syafitri pada tahun 2019, menghasilkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara pengungkapan diri *online* dengan kecanduan internet. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan dengan nilai korelasi  $R = 0,305$  dengan  $F_{hitung} = 4,963$  dengan signifikansi  $0,009$  (dengan  $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kesepian terhadap kecanduan internet. Analisis hipotesis ketiga menunjukkan skor  $r_{xy} = 0,261$  dengan  $p = 0,005$  (dengan  $p < 0,01$ ). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan penjabaran dalam pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama pada penelitian ini dapat diterima yaitu kesepian dan pengungkapan diri *online* memiliki peran yang signifikan terhadap kecanduan internet pada remaja akhir. Namun, disisi lain hipotesis kedua pada penelitian ini tidak diterima. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara kesepian dengan kecanduan internet. Sedangkan hipotesis ketiga pada penelitian ini diterima. Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang mengungkapkan bahwa ada hubungan antara pengungkapan diri *online* dengan kecanduan internet. Kesepian serta pengungkapan diri *online* menyumbang sebesar  $9,3\%$  terhadap kecanduan internet.

Dalam penelitian berjudul “Hubungan Antara Kesepian Dengan Adiksi *Smartphone* Pada Siswa SMA Negeri 2 Bekasi” yang dilakukan oleh Angga Wirajaya Subagio dan Farida Hidayati pada tahun 2017, menghasilkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara kesepian dengan adiksi *smartphone* ( $r = 0,189$ ;  $p = 0,004$ ). Hasil tersebut menunjukkan semakin tinggi kesepian maka semakin tinggi adiksi *smartphone* yang dialami oleh siswa SMA Negeri 2 Bekasi. Hasil koefisien determinan ( $R^2$ ) menunjukkan  $0,036$ . Hal ini berarti sumbangan efektif kesepian dengan adiksi *smartphone* sebesar  $3,6\%$ . Jadi, adiksi *smartphone*  $16\%$  dipengaruhi oleh kesepian, sedangkan  $96,4\%$  dipengaruhi

faktor lain yang tidak diungkap di dalam penelitian ini, seperti gender, tujuan penggunaan, waktu, finansial, dan psikologis.

Dalam penelitian berjudul “Adiksi Internet dan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja” yang dilakukan oleh Pradinata Kusumo dan Devi Jatmika pada tahun 2020, menghasilkan bahwa adanya korelasi negatif antara internet adiktif dengan keterampilan komunikasi interpersonal namun dalam kategori sangat rendah. Hal ini terlihat dari nilai koefisien  $r$  pearson sebesar  $-0.167$  dengan nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar  $0.001$  dimana  $r < 0$  dan  $r > -1$  yang berarti hubungan antara kedua variabel merupakan korelasi negatif ( $-1 < r < 0$ ) dan signifikan  $p < 0.01$ ,  $H_0$  ditolak yang berarti ada hubungan antara internet adiktif dengan keterampilan komunikasi interpersonal. Hubungan antara dua variabel saling bertolak belakang yaitu semakin tinggi tingkat internet adiktif maka semakin rendah tingkat keterampilan komunikasi interpersonal atau sebaliknya.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian yang membahas mengenai adiksi media sosial, serta hanya ada satu penelitian yang membahas mengenai hubungan antara kesepian dengan adiksi media sosial pada mahasiswa dengan subjeknya adalah remaja di kota Bandung, maka dari itu peneliti tertarik melakukan penelitian dengan membahas mengenai hubungan antara kesepian dengan adiksi media sosial pada mahasiswa. Adapun rumusan masalah untuk penelitian ini adalah “Apakah ada Hubungan Antara Kesepian dengan Adiksi Media Sosial Pada Mahasiswa di Universitas X Bekasi?”.

### **1.3. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan adiksi media sosial pada mahasiswa di Universitas X Bekasi.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran ilmu dalam bidang psikologi, khususnya di bidang psikologi sosial yang berkaitan dengan kesepian dan adiksi media sosial pada mahasiswa dengan menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi mahasiswa jurusan psikologi yang akan melakukan penelitian lebih lanjut mengenai topik yang berhubungan dengan judul penelitian tersebut.

### **1.4.2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai upaya untuk mengurangi kesepian dan mencegah adiksi pada media sosial khususnya bagi mahasiswa.

