

Pengaruh Kesepian terhadap *Problematic Internet Use* pada Mahasiswa Tingkat Akhir Pengguna Media Sosial

Aghnia Rahmani Luthfiyyah*, Siti Qodariah

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*aghniagunawidjaja@gmail.com, siti.qodariah@yahoo.co.id

Abstract. The use of the internet provides an advantage for final year students to help them complete their final project, but their use often causes problems for their lives. Those who have problems in using the internet are due to using the internet to overcome problems such as loneliness, but students in the city of Bandung are known to be satisfied with their social relationships so they do not feel lonely. The researcher used causality analysis techniques using a quantitative approach. The population selected in this study were final year students in the city of Bandung who actively use social media for more than 5 hours a day outside of academic or professional interests. This research use accidental sampling with the number of research samples was 413 students, also the data collection technique was a questionnaire distributed online. The data analysis techniques used in this research are descriptive analysis techniques and simple linear regression inferential analysis techniques. The results of this study are: Loneliness has a significant and positive effect on problematic internet use in final year students of social media users in Bandung by 61.7% and the remaining 38.3% is influenced by other factors not examined with a prediction of $Y = 8.544 + 0.721X$ which means if the loneliness variable has increased by 1% then the problematic internet use variable will increase by 0.721.

Keywords: *Loneliness, Problematic Internet Use, Final Year College Student.*

Abstrak. Penggunaan internet memberikan keuntungan bagi mahasiswa tingkat akhir untuk membantunya menyelesaikan tugas akhir, namun sering kali penggunaannya menimbulkan masalah bagi kehidupannya. Mereka yang bermasalah dalam penggunaan internet dikarenakan menggunakan internet untuk mengatasi permasalahan seperti kesepian, namun mahasiswa di Kota Bandung diketahui merasa puas dengan hubungan sosialnya sehingga mereka tidak merasa kesepian. Peneliti menggunakan metode teknik analisis kausalitas dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi yang dipilih dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir di Kota Bandung yang aktif menggunakan media sosial diatas 5 jam dalam sehari diluar kepentingan akademik atau profesional. Dengan teknik pengambilan sampel yaitu *Accidental Sampling* diperoleh jumlah sampel penelitian sebanyak 413 mahasiswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang dibagikan secara *online*. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknis analisis deskriptif dan teknik analisis inferensial regresi linear sederhana. Hasil dari penelitian ini adalah: Kesepian berpengaruh secara signifikan dan positif terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa tingkat akhir pengguna media sosial di Kota Bandung sebesar 61.7% dan sisanya 38.3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dengan prediksi $Y = 8.544 + 0.721X$ yang berarti jika variabel kesepian mengalami peningkatan sebesar 1% maka variabel *problematic internet use* akan mengalami peningkatan sebesar 0.721.

Kata Kunci: *Kesepian, Problematic Internet Use, Mahasiswa Tingkat Akhir.*

A. Pendahuluan

Menurut data dari APJII [1] tercatat bahwa terdapat peningkatan pengguna internet di Indonesia sebesar 73.7% dari populasi penduduk di Indonesia atau setara dengan 196.7 juta penduduk Indonesia. Tercatat bahwa Kota Bandung merupakan kota yang penggunaan internetnya melebihi penggunaan di Jakarta. Penggunaan didominasi oleh mahasiswa sebesar 89.7% yang mana 97% mahasiswa menggunakannya untuk mengakses media sosial [2]. Menurut *We Are Social & Hotsuite* [3] media sosial yang paling banyak diakses adalah Whatsapp, Instagram, Facebook, dan Twitter. Mayoritas orang mengakses internet lebih dari 8 jam, dan terdapat lima alasan utama mereka menggunakan internet, yaitu untuk menggunakan media sosial, mengakses layanan publik, *chatting*, bermain *games*, dan melakukan belanja *online* [1].

Pada umumnya mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang telah menyelesaikan mata kuliahnya dan sedang menyusun tugas akhir berupa penelitian atau skripsi sebagai syarat kelulusan, sehingga mereka tidak terikat dengan jadwal yang padat dan diharapkan mampu memanfaatkan waktu luangnya untuk menyelesaikan tugas akhir atau skripsinya [4]. Dengan adanya waktu yang lebih luang dan kewajiban menyelesaikan tugas akhir, mereka dapat menggunakan internet dan mengakses media sosial yang memudahkan mereka untuk mendapatkan informasi dan materi terkait dengan skripsinya [5]. Menurut Asrese & Mucho [6] bahan bacaan terkait materi yang mereka butuhkan membantu mereka untuk bisa menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu dengan nilai yang baik. Menurut Hysing et al. [7] selain waktu yang lebih luang, mahasiswa tingkat akhir dilaporkan merasakan penurunan relasi yang dimiliki karena mereka sudah tidak lagi terikat dengan jadwal perkuliahan yang padat dan memasuki masa peralihan menuju dunia kerja dimana saat itu teman – teman yang mereka miliki lebih banyak sibuk dengan kepentingannya sendiri sehingga mereka jarang berinteraksi dan membuat mereka merasa kesepian. Mahasiswa tingkat akhir kerap dilaporkan merasa memiliki kurangnya relasi yang membuat jumlah teman yang mereka miliki menurun dan merasa tidak dekat dengan temannya [8]. Sehingga salah satu cara bagi mahasiswa tingkat akhir untuk mengatasi ketidakpuasannya akan relasi yang dimiliki yaitu dengan menggunakan internet. Studi menyebutkan bahwa mahasiswa tingkat akhir juga menggunakan internet dengan tujuan yang berbeda dan bukan untuk mendapatkan informasi seperti mengatasi permasalahan psikososial seperti kesepian [5].

Sejalan dengan hasil pra survey didapatkan bahwa mahasiswa tingkat akhir menggunakan media sosial untuk mencari hiburan dan memperoleh kesenangan dengan tujuan memperbaiki suasana hati, mereka juga merasa lebih nyaman dan lebih mampu membangun relasi secara online. Mereka pun kerap kesulitan mengontrol penggunaannya dan sering merasa lupa waktu, menunda pekerjaan, konsentrasi belajar terganggu, sulit tidur, sakit mata dan kepala, dan badan terasa pegal. Sehingga penggunaan internet pada mahasiswa tingkat akhir ini telah berlebihan dan menimbulkan permasalahan dalam kehidupannya [9]. Salah satu faktor yang berkontribusi dalam seseorang mengalami permasalahan penggunaan internet adalah kesepian [9], [10], [11]. Studi terdahulu yang dilakukan oleh Caplan et al. [12] dan Prievara et al. [13] menyatakan bahwa kesepian merupakan faktor yang paling berpengaruh. Seseorang yang memiliki kesepian diketahui lebih nyaman untuk berinteraksi dan berekspresi di dunia maya dibandingkan di dunia nyata [14]. Menurut Russell et al. [15] seseorang yang mengalami kesepian diketahui memiliki ketidakpuasan akan hubungan sosialnya, dimana terdapat perasaan tidak nyaman, tertekan, dan adanya persepsi bahwa kurangnya hubungan yang dimiliki.

Menurut Arnett [16] mahasiswa merupakan kelompok yang paling rentan mengalami kesepian terlebih lagi pada mahasiswa tingkat akhir dimana mereka dituntut untuk mandiri dan memiliki tanggung jawabnya sendiri tanpa bergantung pada orang terdekatnya juga pada masa ini mereka kesulitan untuk berinteraksi karena kurang percaya diri dan takut berinteraksi dengan orang baru, serta kurangnya interaksi dengan teman – teman yang sudah mulai sibuk dengan kegiatan masing – masing [7], mereka juga sering kali merasa malu untuk berinteraksi secara langsung di lingkungan pertemanannya karena takut tidak dianggap [17].

Menurut Fauziyyah & Ampuni [18] dan Kundu et al. [19] mahasiswa tingkat akhir merasa tidak puas dengan hubungan pertemanannya dimana mereka merasa memiliki jumlah teman yang sedikit dan tidak dekat hal ini dikarenakan mereka seringkali merasa rendah diri

untuk berinteraksi dengan lingkungannya, menganggap pertemanannya tidak solid juga lebih individualis, merasa stress, tertekan, takut akan kegagalan, dan merasa ditinggalkan sehingga membuat mereka merasa kesepian dan menggunakan internet untuk mengatasi permasalahannya. Diketahui 72% orang Indonesia berusia 21-22 tahun mengungkapkan bahwa mereka tidak merasa dekat dengan teman-temannya. Sebesar 51% mengatakan bahwa mereka merasa lebih jauh dengan temannya karena tidak bisa bertemu langsung dan 78% menjawab cara mereka untuk mengatasi kesepiannya yaitu dengan menggunakan internet [20], [21].

Adapun hasil survei Badan Pusat Statistik [22] didapati bahwa mahasiswa strata satu di Kota Bandung sebesar 81.59% merasa puas dengan hubungan sosial yang dimiliki dimana mereka merasa memiliki orang yang dipercaya, merasa dekat dengan orang sekitarnya dan mampu berinteraksi dengan orang lain sehingga membuat mereka tidak merasa kesepian, mereka pun merupakan pengguna internet aktif dimana sebesar 77.29% menggunakan internet dan 90.71% penggunaannya untuk mengakses media sosial, dengan lama penggunaan lebih dari 8 jam dalam sehari [23].

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, dapat diketahui terdapat kesenjangan antara fenomena dengan teori yang dikemukakan oleh Caplan [9] dimana seseorang yang menggunakan internet lebih lama menggunakan waktunya untuk mengakses internet diikuti oleh kesepian yang mereka rasakan sehingga berpotensi mengembangkan permasalahan penggunaan internet, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut dan mendapatkan data empiris mengenai seberapa besar pengaruh kesepian terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa tingkat akhir pengguna media sosial di Kota Bandung. Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran kesepian pada mahasiswa tingkat akhir pengguna media sosial di Kota Bandung?
2. Bagaimana gambaran *problematic internet use* pada mahasiswa tingkat akhir pengguna media sosial di Kota Bandung?
3. Seberapa besar pengaruh kesepian terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa tingkat akhir pengguna media sosial di Kota Bandung?

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif dengan jenis penelitian kausalitas non eksperimen sehingga pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi sederhana untuk melihat seberapa besar pengaruh kesepian terhadap *problematic internet use* menggunakan SPSS 26. Pada penelitian ini pengambilan data dilakukan secara *online* yang dilakukan dengan menyebarkan kuesioner melalui grup di media sosial dalam bentuk *google form*. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi penelitian adalah mahasiswa tingkat akhir di Kota Bandung yang aktif menggunakan media sosial lebih dari 5 jam per hari diluar kepentingan akademik ataupun profesional. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling*, dimana teknik sampling tersebut didasari tidak diketahuinya nilai pasti populasi mahasiswa tingkat akhir di Kota Bandung yang aktif menggunakan media sosial serta jumlah minimum sampel ditentukan oleh tabel Isaac & Michael sebesar 349 responden [24] dan didapati sebanyak 413 responden yang memenuhi kriteria.

Pengukuran kesepian pada penelitian ini menggunakan alat ukur UCLA *Loneliness* versi 3 yang dikonstruksi oleh Russell [25] yang terdiri dari 20 item pertanyaan dan tiga aspek yaitu *personality loneliness*, *social desirability loneliness*, dan *depression loneliness*. Alat ukur ini telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Hudyana et al. [26] terkait penelitiannya mengenai gambaran kesepian di Indonesia, Jerman, dan Amerika Serikat pada mahasiswa dengan empat pilihan jawaban yaitu tidak pernah (TP), jarang (J), biasanya (B), dan sering (S) yang memiliki besaran koefisien reliabilitas sebesar 0.91 dan koefisien validitas 0.35-0.73. Skor untuk item *favorable* adalah nilai 1-4 dengan urutan tidak pernah hingga sering dan untuk item *unfavorable* adalah nilai 4-1 dengan urutan tidak pernah hingga sering.

Pengukuran *problematic internet use* pada penelitian ini menggunakan alat ukur *Generalized Problematic Internet Use Scale 2* (GPIUS2) yang dikonstruksi oleh Caplan [27] yang terdiri dari 15 item pertanyaan dan empat aspek yaitu *preference for online social*

interaction (POSI), mood regulation, deficient self-regulation, dan negative outcome. Alat ukur ini telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Sokang [28] terkait penelitiannya mengenai *problematic internet use* pada mahasiswa di Jakarta dengan lima pilihan jawaban yaitu sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), netral (N), setuju (S), dan sangat setuju (S) yang memiliki besaran koefisien reliabilitas sebesar 0.808 dan koefisien validitas 0.308-0.648. Skor untuk item pertanyaannya adalah nilai 1-5.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pengaruh Kesepian (X) terhadap Problematic Internet Use (Y)

Tabel 1. Kategori Kesepian

Kategori	Kriteria	N	Persentase
Kesepian Rendah	20 – 50	103	25%
Kesepian Tinggi	51 – 80	310	75%
Total		413	100%

Berdasarkan tabel 1 tingkat kesepian mahasiswa tingkat akhir pengguna media sosial di Kota Bandung berada di kategori tinggi sebanyak 310 responden (75%).

Tabel 2. Kategori *Problematic Internet Use*

Kategori	Kriteria	N	Persentase
<i>Problematic Internet Use</i> Rendah	15 – 45	101	24.46%
<i>Problematic Internet Use</i> Tinggi	46 – 75	312	75.54%
Total		413	100%

Berdasarkan tabel 2 tingkat *problematic internet use* mahasiswa tingkat akhir pengguna media sosial di Kota Bandung berada di kategori tinggi sebanyak 312 responden (75.54%).

Tabel 3. Tabulasi Silang

		Kesepian		Total
		Rendah	Tinggi	
<i>Problematic Internet Use</i>	Rendah	92 (24.69%)	9 (2.43%)	101
	Tinggi	11 (2.66%)	301 (72.88%)	312
Total		103	310	413

Berdasarkan tabel 3 mayoritas mahasiswa tingkat akhir pengguna media sosial di Kota Bandung berada di kategori kesepian dan *problematic internet use* yang tinggi sebanyak 301 responden (72.88%).

Tabel 4. Uji Regresi Linear Sederhana

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficient	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	8.544	1.921		4.447	0
	Kesepian	0.721	0.028	0.786	25.759	0

Berdasarkan tabel 4 hasil penelitian ini menunjukkan nilai t-hitung kesepian sebesar 25.759 dengan nilai signifikansi sebesar $0,00 < 0,05$ (α) sehingga dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh kesepian terhadap *problematic internet use*.

Tabel 5. Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.786 ^a	0.617	0.617	3.87765

Berdasarkan tabel 5 hasil penelitian ini menunjukkan nilai *R Square* sebesar 0,617 sehingga dapat diketahui variabel kesepian memberikan pengaruh terhadap variabel *problematic internet use* sebesar 0,617 atau sebesar 61,7%. Sedangkan 38,3% sisanya merupakan pengaruh yang diberikan oleh faktor lainnya yang tidak diteliti. Menurut Kardefelt-Winther [29] seseorang menggunakan internet untuk mengatasi kurangnya relasi sosial yang mereka miliki. Menurut Skues et al. [30] dan Bonsaksen et al. [31] menyatakan seseorang yang merasa kesepian lebih sering menghabiskan banyak waktunya untuk menggunakan internet dan dari banyaknya waktu yang mereka habiskan untuk mengakses media sosial dikarenakan mereka berusaha untuk membangun relasi sosialnya agar tidak merasa kesepian. Mahasiswa tingkat akhir yang lebih jarang berinteraksi dengan lingkungan sosialnya ini kerap mengalami kesepian dan diikuti oleh perasaan negatif yang mereka rasakan sehingga salah satu cara untuk mengatasi perasaan tidak menyenangkan tersebut dengan menggunakan internet [5], [6]. Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Rakhmawati et al. [32] bahwa penggunaan internet untuk mengakses media sosial ini dijadikan sebagai bentuk *coping mechanism*, yang mana memberikan kepuasan sementara untuk menghilangkan rasa sepi, bosan, dan perasaan negatif lainnya [33].

D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Kesenian berpengaruh secara signifikan dan positif terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa tingkat akhir pengguna media sosial di Kota Bandung sebesar 61.7%.
2. Tingkat kesepian yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir pengguna media sosial di Kota Bandung Sebagian besar berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 75% responden memiliki skor tinggi.
3. Tingkat *problematic internet use* yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir pengguna media sosial di Kota Bandung Sebagian besar berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 75.54% responden memiliki skor tinggi.

Acknowledge

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing Ibu Dr. Siti Qodariah, M.Psi., Psikolog yang senantiasa selalu meluangkan waktu untuk memberikan arahan, masukan, bimbingan, serta ilmu yang bermanfaat dalam penelitian ini.

Daftar Pustaka

- [1] Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, "Laporan Survei Internet APJII 2019 – 2020," *apjii.or.id*, 2020. <https://apjii.or.id/survei> (accessed Sep. 26, 2021).
- [2] Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, "Laporan Survei Internet APJII 2018," *apjii.or.id*, 2018. <https://apjii.or.id/survei> (accessed Dec. 12, 2021).
- [3] We Are Social & Hotsuite, "DIGITAL 2021 INDONESIA," *datareportal.com*, Feb. 11, 2021.
- [4] O. Destiny Apuke and T. Onosahwo Iyendo, "University students' usage of the internet resources for research and learning: forms of access and perceptions of utility," *Heliyon*, vol. 4, p. e01052, 2018, doi: 10.1016/j.heliyon.2018.

- [5] S. Basri, I. T. Hawaldar, R. Nayak, and H. U. Rahiman, "Do Academic Stress, Burnout and Problematic Internet Use Affect Perceived Learning? Evidence from India during the COVID-19 Pandemic," *Sustainability*, vol. 14, no. 3, p. 1409, Jan. 2022, doi: 10.3390/su14031409.
- [6] K. Asrese and H. Mucbe, "Online activities as risk factors for Problematic internet use among students in Bahir Dar University, North West Ethiopia: A hierarchical regression model," *PLoS ONE*, vol. 15, no. 9 September, Sep. 2020, doi: 10.1371/journal.pone.0238804.
- [7] M. Hysing, K. J. Petrie, T. Bøe, K. J. Lønning, and B. Sivertsen, "Only the lonely: A study of loneliness among university students in Norway," *Clinical Psychology in Europe*, vol. 2, no. 1, Mar. 2020, doi: 10.32872/cpe.v2i1.2781.
- [8] K. Diehl, C. Jansen, K. Ishchanova, and J. Hilger-Kolb, "Loneliness at universities: Determinants of emotional and social loneliness among students," *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 15, no. 9, Sep. 2018, doi: 10.3390/ijerph15091865.
- [9] S. E. Caplan, "Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being," *Communication Research*, vol. 30, no. 6, pp. 625–648, Dec. 2003, doi: 10.1177/0093650203257842.
- [10] R. M. Costa, I. Patrão, and M. Machado, "Problematic internet use and feelings of loneliness," *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, vol. 23, no. 2, pp. 160–162, Apr. 2019, doi: 10.1080/13651501.2018.1539180.
- [11] J. Deutrom, V. Katos, and R. Ali, "Loneliness, life satisfaction, problematic internet use and security behaviours: re-examining the relationships when working from home during COVID-19," *Behaviour and Information Technology*, 2021, doi: 10.1080/0144929X.2021.1973107.
- [12] S. Caplan, D. Williams, and N. Yee, "Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players," *Computers in Human Behavior*, vol. 25, no. 6, pp. 1312–1319, Nov. 2009, doi: 10.1016/j.chb.2009.06.006.
- [13] D. K. Prieara, B. F. Piko, and A. Luszczynska, "Problematic Internet Use, Social Needs, and Social Support Among Youth," *International Journal of Mental Health and Addiction*, vol. 17, no. 4, pp. 1008–1019, Aug. 2019, doi: 10.1007/s11469-018-9973-x.
- [14] K. Y. A. Mckenna, A. S. Green, and M. E. J. Gleason, "Relationship Formation on the Internet: What's the Big Attraction?," 2002.
- [15] D. Russell, L. A. Peplau, and C. E. Cutrona, "The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and Discriminant Validity Evidence," 1980.
- [16] J. J. Arnett, *Adolescence and Emerging Adulthood: A Cultural Approach*, 5th ed. New Jersey: Pearson Education, 2012.
- [17] S. E. McComb, J. O. Goldberg, G. L. Flett, and A. L. Rose, "The Double Jeopardy of Feeling Lonely and Unimportant: State and Trait Loneliness and Feelings and Fears of Not Mattering," *Frontiers in Psychology*, vol. 11, Dec. 2020, doi: 10.3389/fpsyg.2020.563420.
- [18] A. Fauziyyah and S. Ampuni, "Depression Tendencies, Social Skills, and Loneliness among College Students in Yogyakarta," *Jurnal Psikologi*, vol. 45, no. 2, p. 98, Aug. 2018, doi: 10.22146/jpsi.36324.
- [19] S. Kundu *et al.*, "Depressive symptoms associated with loneliness and physical activities among graduate university students in Bangladesh: findings from a cross-sectional pilot study," *Heliyon*, vol. 7, no. 3, Mar. 2021, doi: 10.1016/j.heliyon.2021.e06401.
- [20] Y. Wijanarko, "Semakin Banyak Orang Kesepian, Pandemi Covid-19 Pengaruhi Pertemanan," *pikiran-rakyat.com*, Aug. 24, 2021. <https://www.pikiran-rakyat.com/gaya-hidup/pr-012456434/semakin-banyak-orang-kesepian-pandemi-covid-19-pengaruhi-pertemanan> (accessed Sep. 26, 2021).

- [21] A. F. Indrawan, "Snapchat: Loneliness In Friends Rises During A Pandemic," *void.id*, 2020. <https://voi.id/en/technology/18416/snapchat-loneliness-in-friends-rises-during-a-pandemic> (accessed Jun. 19, 2022).
- [22] Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat, "Indeks Kebahagiaan 2021," 2021. Accessed: Jun. 13, 2022. [Online]. Available: <https://www.bps.go.id/publication/2021/12/27/ba1b0f03770569b5ac3ef58e/indeks-kebahagiaan-2021.html>
- [23] Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, "Profil Internet Indonesia 2022," *apjii.or.id*, 2022. <https://apjii.or.id/survei> (accessed Jun. 24, 2022).
- [24] S. Azwar, *Metode Penelitian*, 1st ed., vol. 1. Yogyakarta: PUSTAKA PELAJAR, 2014.
- [25] D. W. Russell, "UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure," *Journal of Personality Assessment*, vol. 66, no. 1, pp. 20–40, 1996, doi: 10.1207/s15327752jpa6601_2.
- [26] J. Hudiyana *et al.*, "How Universal Is a Construct of Loneliness? Measurement Invariance of the UCLA Loneliness Scale in Indonesia, Germany, and the United States," *Assessment*, 2021, doi: 10.1177/10731911211034564.
- [27] S. E. Caplan, "Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach," *Computers in Human Behavior*, vol. 26, no. 5, pp. 1089–1097, Sep. 2010, doi: 10.1016/j.chb.2010.03.012.
- [28] Y. Astin Sokang, "Mahasiswa dan Internet: Dua Sisi Mata Uang? Problematic Internet Use pada Mahasiswa," 2016. doi: 10.22146/jpsi.17276.
- [29] D. Kardefelt-Winther, "A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use," *Computers in Human Behavior*, vol. 31, no. 1, pp. 351–354, 2014, doi: 10.1016/j.chb.2013.10.059.
- [30] J. Skues, B. Williams, J. Oldmeadow, and L. Wise, "The Effects of Boredom, Loneliness, and Distress Tolerance on Problem Internet Use Among University Students," *International Journal of Mental Health and Addiction*, vol. 14, no. 2, pp. 167–180, Apr. 2016, doi: 10.1007/s11469-015-9568-8.
- [31] T. Bonsaksen *et al.*, "Loneliness and its associated factors nine months after the covid-19 outbreak: A cross-national study," *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 18, no. 6, pp. 1–1, Mar. 2021, doi: 10.3390/ijerph18062841.
- [32] W. Rakhmawati, C. E. Kosasih, R. Widiasih, S. Suryani, and H. Arifin, "Internet Addiction Among Male Adolescents in Indonesia: A Qualitative Study," *American Journal of Men's Health*, vol. 15, no. 3, 2021, doi: 10.1177/15579883211029459.
- [33] K. Siste *et al.*, "Implications of COVID-19 and Lockdown on Internet Addiction Among Adolescents: Data From a Developing Country," *Frontiers in Psychiatry*, vol. 12, May 2021, doi: 10.3389/fpsy.2021.665675.
- [34] Halimah, Dzar Nurul, Nawangsih, Endah. (2021). Studi Deskriptif Mengenai *Happiness* pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial di Kota Bandung. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(1), 7-11.