

Pengalaman Afektif Sebagai Mediator antara Penggunaan Media Sosial terhadap *Alexithymia* pada Mahasiswa di Pekanbaru

Ismi Nur Mawahdah Ihsani *, Nurul Aiyuda, Itto Nesyia Nasution

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Abdurrah Pekanbaru, Indonesia.

*Ismiurmasany9898@gmail.com, nurul.aiyuda@univrab.ac.id, itto.nesyia.nasution@univrab.ac.id

Abstract. Alexithymia is referred to as 'emotional deafness', a condition in which individuals do not have the ability to understand their own feelings and those of others. Alexithymia is reinforced by technological developments, alexithymia is associated with excessive use of social media. The social media usage can lead to reduced ability to manage affective experiences when individuals tend to be more individualistic and have low socialization. When individuals do not have the ability to manage affective experiences well, it can cause alexithymia. This study aims to examine the mediating effect of social media use on alexithymia through affective experiences. This research is a quantitative research with mediation analysis. The research sample was 204 people (109 women) and 95 people (men) with an age range of 18 to 33 years. using the Quota Sampling sampling technique. The research data were taken using the affective experience scale, the social media use scale and the alexithymia scale. The results showed that affective experience can partially mediate the use of social media on alexithymia (partial mediation) with Value = 0.556 and $p = 0.000$.

Keywords: *Alexithymia, Social Media Usage, Affective Experience.*

Abstrak. *Alexithymia* disebut sebagai 'tuli emosional', kondisi dimana individu tidak memiliki kemampuan untuk memahami perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain. *Alexithymia* diperkuat dengan adanya perkembangan teknologi, *alexithymia* berhubungan dengan penggunaan media sosial secara berlebihan. Penggunaan media sosial dapat menyebabkan berkurangnya kemampuan mengelola pengalaman afektif ketika individu cenderung lebih individualis dan sosialisasi yang rendah. Ketika individu tidak memiliki kemampuan mengelola pengalaman afektif dengan baik dapat menyebabkan *alexithymia*. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh mediasi penggunaan media sosial terhadap *alexithymia* melalui pengalaman afektif. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan analisis mediasi. Sampel penelitian berjumlah 204 orang (perempuan 109 orang) dan (laki-laki 95orang) dengan rentang usia 18 sampai dengan 33 tahun menggunakan teknik pengambilan sampel *Quota Sampling*. Data penelitian diambil menggunakan skala pengalaman afektif, skala penggunaan media sosial dan skala *alexithymia*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman afektif dapat memediasi penggunaan media sosial terhadap *alexithymia* secara *partial (partial mediation)* dengan Value= 0.556 dan $p=0.000$.

Kata Kunci: *Alexithymia, Penggunaan Media Sosial, Pengalaman Afektif.*

A. Pendahuluan

Mahasiswa adalah individu yang berada pada fase dewasa awal, dengan rentang usia 18-40 tahun, masa dewasa awal diharapkan memainkan peran baru, mengembangkan sikap-sikap baru, keinginan-keinginan dan nilai-nilai baru sesuai dengan tugas-tugas baru ini, selain itu orang dewasa awal juga diharapkan mampu menyesuaikan diri secara mandiri (Hurlock, 2004).

Sebuah riset yang dilakukan 1000 individu dewasa awal dengan usia 18-25 tahun menunjukkan bahwa dewasa awal menghabiskan sebagian besar waktu mereka dengan mengkhawatirkan uang, penampilan, karier, dan ketakutan akan masa depan yang disertai dengan perasaan cemas dan tertekan (Francis, 2018). Akan tetapi, jika kecemasan, perasaan tertekan dan perasaan-perasaan lainnya yang dirasakan oleh individu sulit untuk disampaikan, dipahami dan diidentifikasi, hal ini akan menyebabkan individu mengalami masalah psikologis salah satunya *alexithymia* yang merupakan ketidakmampuan memahami dan mengidentifikasi emosi yang dirasakan, mengarah pada penurunan empati, kecemasan, perilaku kompulsif, dan memutuskan hubungan antar pribadi (Mahapatra & Sharma 2018).

Alexithymia disebut sebagai ‘tuli emosional’, kondisi dimana individu tidak memiliki kemampuan untuk memahami perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain (Koven, 2014). Scimeca *et al.*, (2014) mengatakan bahwa *Alexithymia* mengarah pada kurangnya empati dan kecemasan. Selain itu gangguan-gangguan yang berkaitan dengan *alexithymia* antara lain kesulitan mengelola stres dan lebih mudah frustrasi (Posse, Hallstrom, & Ohsako, 2002; Sullivan, Camic, & Brown, 2015), masalah hubungan interpersonal (Karakis, & Levant, 2012; Holder, Love, & Timoney, 2014).

Hasil penelitian Cecchetto, Rumati, dan Aiello (2017) menyatakan bahwa 10% populasi di dunia menderita *alexithymia*, dimana kondisi psikologis yang ditandai dengan ketidakmampuan memproses emosi (perasaan) yang sedang melanda, *alexithymia* menyulitkan individu untuk menyampaikan kegembiraan, ketakutan, kemarahan, dan berbagai perasaan lainnya, selain itu penderita *alexithymic* pada penelitian tersebut dibandingkan dengan peserta *nonalexithymic* menunjukkan penurunan priming afektif dengan ekspresi wajah dan kata-kata emosional.

Fenomena *Alexithymia* ini diperkuat dengan adanya perkembangan teknologi, dimana penggunaan komunikasi melalui teknologi menjadi lebih disukai dari pada komunikasi tatap muka, ditambah lagi dimulainya penggunaan *Facebook* pada tahun 2006, proses ini telah memperoleh kecepatan informasi, dan berbagai media sosial yang digunakan untuk tujuan pendidikan, komunikasi, dan tujuan lainnya (Medrano, & Rosales, 2018), selain itu teknologi juga merubah nilai-nilai budaya khususnya di Indonesia yang berkaitan dengan pola interaksi antar individu (kolektif), lebih kearah individualis (Soliha, 2015).

Ditambah lagi survei yang dilakukan APJII (2018) bahwa pengguna internet di Indonesia sudah mencapai angka 171,17 juta jiwa dari total populasi penduduk Indonesia sebanyak 264,16 juta jiwa. Hal ini mengalami kenaikan yang signifikan dari tahun 2017 yaitu 143,26 juta jiwa. Sumatera sebagai salah satu wilayah yang menggunakan internet terbanyak setelah Pulau Jawa, menunjukkan bahwa 19,6% pengguna internet membutuhkan 7 sampai 8 jam per hari untuk menggunakan internet. Meningkatnya penggunaan internet atau media sosial, para peneliti telah memeriksa karakteristik perilaku *alexithymia* dari pengguna media sosial (Mahapatra, & Sharma, 2018; Gao *et al.*, 2017). Dalam hal ini pentingnya untuk memeriksa dampak penggunaan media sosial terhadap keterampilan komunikasi, karakteristik emosional serta kemampuan untuk mengekspresikan dan menafsirkan emosi (Mersin *et al.*, 2019). Selain itu bentuk minimnya sosialisasi, hubungan interpersonal yang disebabkan penggunaan media sosial (Holder, Love, & Timoney, 2014), dapat berpengaruh terhadap pengalaman emosional yang dirasakan (Rahmawati, & Halim, 2018).

Pengalaman emosional merupakan pengalaman afektif (Zhao, Yang, & Xiangru, 2019). Pengalaman afektif pada situs jejaring sosial secara konsisten memprediksi kesejahteraan emosional yang dirasakan individu, sifat-sifat kepribadian dan harga diri yang dikendalikan (Shi, 2018). Pengalaman afektif antara satu individu dengan individu yang lain pasti berbeda, begitu juga dengan respon yang diberikan terhadap pengalaman afektif tersebut (Shaleha, Yusainy, & Herani, 2018).

Pengalaman afektif akan menjadi masalah ketika individu melakukan rekonstruksi mental terhadap masa lalu, dan masa depan sebagai ancaman nyata dan harus diatasi saat ini (Williams, 2010). Hal ini berkaitan dengan pengaruh penggunaan media sosial yang cenderung lebih individualis, dan sosialisasi individu yang rendah, sehingga berkurangnya kemampuan untuk mengelola pengalaman afektif (Mahapatra, & Sharma, 2018; Soliha, 2015) ini membuat individu sulit mengekspresikan emosi yang dirasakan disebut *alexithymia*, yang berakar dari ketidakmampuan mengelola pengalaman afektif dengan baik (Yusainy, 2018).

Pengalaman afektif dalam penelitian ini merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya hubungan antara penggunaan media sosial dengan *alexithymia*, sehingga dalam penelitian ini pengalaman afektif menjadi mediator untuk menghubungkan keduanya, namun belum ada penelitian yang dapat dijadikan rujukan bahwa pengalaman afektif sebagai mediator. Penelitian terkait *alexithymia*, penggunaan media sosial atau internet, dan pengalaman pernah dilakukan oleh Schimmenti *et al.* (2015), yang menguji model mediasi yang dimoderasi dimana *alexithymia* memediasi hubungan antara pengalaman traumatis dengan penggunaan internet atau media sosial, hasil menunjukkan ada hubungan *alexithymia* menjadi mediasi antara pengalaman traumatis terhadap penggunaan internet.

Dalam hal ini masih perlunya meningkatkan penelitian terkait *alexithymia* dengan penggunaan media sosial yang dimediasi pengalaman afektif, peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengalaman afektif sebagai mediator antara penggunaan media sosial terhadap *alexithymia* pada mahasiswa.

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel jenis *quota sampling*, sehingga didapatkan 204 subjek penelitian berupa mahasiswa yang berada di Pekanbaru. Jumlah subjek penelitian ini adalah 204 orang dengan rincian jenis kelamin yaitu 109 laki-laki dan 95 perempuan. Peneliti menyebarkan skala penelitian melalui *google form*. Mahasiswa tersebut diminta untuk mengisi skala penelitian yang telah disediakan.

Penelitian ini menggunakan skala demografis, skala pengalaman afektif, skala penggunaan media sosial, dan skala *alexithymia*. Skala demografis mencakup informasi mengenai identitas subjek (misalnya : nama/inisial, usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, dan media sosial yang digunakan). Skala *alexithymia* merupakan skala adaptasi dari Bagby, Parker, dan Taylor (1994). Skala ini merujuk pada tiga aspek *alexithymia*, yaitu *Difficulty Identifying Feelings* (Kesulitan dalam mengidentifikasi perasaan), *Difficulty Describing Feelings* (Kesulitan dalam menggambarkan perasaan), dan *Externally Oriented Thinking* (Pemikiran berorientasi eksternal). Setelah uji coba, skala final *alexithymia* yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah total 17 aitem dengan koefisien Cronbach's Alpha 0,84.

Skala pengalaman afektif disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Westen *et al* (1997). Skala ini terdiri dari tiga dimensi, yaitu *Socialized Negative Affect* (Pengaruh negatif yang disosialisasikan), *Positive Affect* (Pengaruh positif), *Intense Negative Affect* (Pengaruh negatif yang kuat). Setelah uji coba, skala final pengalaman afektif yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah total 14 aitem dengan koefisien Cronbach's Alpha 0,74.

Skala penggunaan media sosial disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Jenkins-guarnieri, Wright, dan Johnson (2013). Skala ini terdiri dari dua dimensi, yaitu yaitu : *Social Integration and Emotional Connection* (SIEC) (Integrasi Sosial dan Koneksi Emosional) dan *Integration into Social Routines* (ISR) (Integrasi kedalam Rutinitas Sosial). Setelah uji coba, skala final penggunaan media sosial yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah total 13 aitem dengan koefisien Cronbach's Alpha 0,73.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

Jenis Kelamin	Jumlah Subjek	Persentase (%)
Perempuan (Pr)	109	53%
Laki-laki (Lk)	95	47%
Total	204	100%

Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat jenis kelamin subjek dalam penelitian ini yaitu jenis kelamin perempuan berjumlah 109 orang dan jenis kelamin laki-laki berjumlah 95 orang.

Tabel 2. Rentang Usia Subjek Penelitian

Usia	Jumlah Subjek	Persentase (%)
18-19	28	13,5%
20-21	112	55%
22-23	57	28%
24-25	6	3%
26-27	0	0%
28-29	0	0%
30-31	0	0%
32-33	1	0,5%
Total	204	100%

Pada tabel 2, dapat dilihat rentang usia subjek dalam penelitian ini dari usia 18 tahun sampai dengan 33 tahun. Subjek yang paling banyak rentangan yaitu 20-21 tahun sebanyak 112 orang dan paling sedikit rentangan 32-33 tahun sebanyak 1 orang.

Tabel 3. Kategorisasi Variabel *Alexithymia*

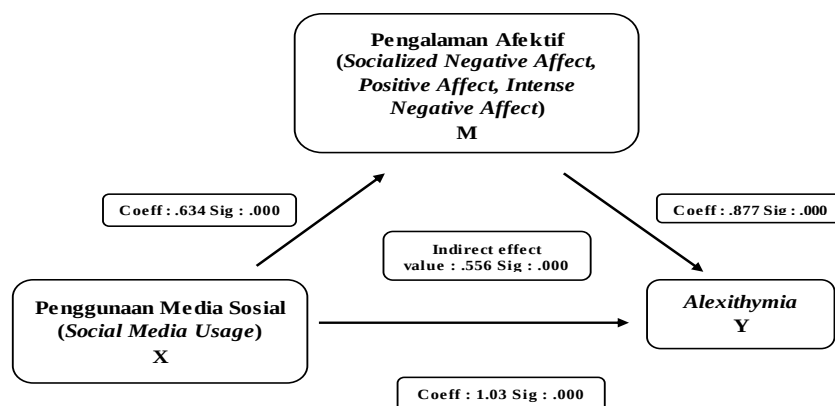
Kategori	Nilai	Frekuensi	Persentasi (%)
Rendah	<51	82	40%
Sedang	52-60	43	21%
Tinggi	>61	79	39%
Jumlah		204	100%

Pada pengkategorisasi skala *alexithymia*, dilakukan Bagby, James, Parker, dan Taylor (1994) penilaian TAS-20. Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa *alexithymia* pada mahasiswa di Pekanbaru dengan kategori rendah yaitu 40%, kategori sedang yaitu 21%, dan kategori tinggi yaitu 39%.

Tabel 4. Kategorisasi Variabel *Alexithymia*

Variabel	Coeff	s.e.	t	Sig(two)	
Direct effect					
Pengalaman Afektif terhadap Penggunaan Media Sosial	0.634	0.049	12.839	0	
Pengalaman Afektif terhadap <i>Alexithymia</i>	0.877	0.077	11.393	0	
Penggunaan Media Sosial terhadap <i>Alexithymia</i>	1.03	0.069	14.903	0	
Variabel	Coeff	s.e.	t	Sig(two)	
Direct effect					
Penggunaan Media Sosial terhadap <i>Socialized Negative Affect</i>	0.254	0.024	10.363	0	
Penggunaan Media Sosial terhadap <i>Positive Affect</i>	0.11	0.012	8.856	0	
Penggunaan Media Sosial terhadap <i>Intense Negative Affect</i>	0.27	0.028	9.405	0	
Variabel	Coeff	s.e.	t	Sig(two)	
Direct effect					
<i>Socialized Negative Affect</i> terhadap <i>Alexithymia</i>	1.66	0.16	10.363	0	
<i>Positive Affect</i> terhadap <i>Alexithimia</i>	1.48	0.377	3.933	0	
<i>Intense Negative Affect</i> terhadap <i>Alexithimia</i>	1.1	0.151	7.309	0	
Indirect effect		Value	s.e	z	Sig(two)
Penggunaan Media Sosial dan <i>Alexithymia</i> melalui Pengalaman Afektif (<i>socialized negative affect, positive affect, intense negative affect</i>)		0.556	0.065	8.507	0
Penggunaan Media Sosial dan <i>Alexithymia</i> melalui <i>Socialized Negative Affect</i>		0.423	0.057	7.31	0
Penggunaan Media Sosial dan <i>Alexithymia</i> melalui <i>Positive Affect</i>		0.163	0.045	3.575	0
Penggunaan Media Sosial dan <i>Alexithymia</i> melalui <i>Intense Negative Affect</i>		0.298	0.051	5.751	0
Catatan : n : 204* p< 0,05** p< 0,01					

Berdasarkan tabel 4 di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi secara keseluruhan 0,000 ($p < 0,05$), yang artinya dapat menunjukkan bahwa pengalaman afektif (*socialized negative affect, positive affect, intense negative affect*) dapat memediasi secara partial penggunaan media sosial dengan *alexithymia*.

**Gambar 1.** Mediating Effect Framework

Sesuai yang diprediksi, penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman afektif dapat memediasi hubungan antara penggunaan media sosial terhadap *alexithymia* pada mahasiswa di Pekanbaru. Namun, mediasi yang terjadi dalam penelitian ini adalah *partial mediation*. Pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen signifikan, setelah mengontrol variabel mediator dan nilai c' tetap signifikan maka dinyatakan terjadi *partial mediation* (Baron, & Kenny, 1986; Preacher, & Hayes, 2004). Selain itu pengalaman afektif tanpa pemisahan faktor dapat berhubungan dengan penggunaan media sosial dan *alexithymia*. Begitupun ketika pengalaman afektif menggunakan dimensi *socialized negative affect* dapat memediasi hubungan antara penggunaan media sosial terhadap *alexithymia*, pengalaman afektif menggunakan dimensi *positive affect* dapat memediasi hubungan antara penggunaan media sosial terhadap *alexithymia*, dan pengalaman afektif dengan menggunakan dimensi *intense negative affect* dapat memediasi hubungan antara penggunaan media sosial terhadap *alexithymia*. Dalam penelitian ini hubungan mediasi yang terjadi menggunakan Preacher dan Hayes (2008) yang menyatakan bahwa hubungan mediasi dapat dilihat melalui efek total tidak langsung atau efek indirect. Sehingga secara keseluruhan dimensi dari pengalaman afektif dapat memediasi maupun mempengaruhi penggunaan media sosial dengan *alexithymia*. Hal ini sesuai dengan penelitian Westen *et al* (1997) yang menjelaskan bahwa pengalaman afektif dengan tiga faktor yaitu, *socialized negative affect*, *positive affect*, dan *intense negative affect* dapat mempengaruhi mekanisme dari variabel *affect* regulasi.

Penelitian ini juga menunjukkan adanya hubungan signifikan antara penggunaan media sosial dengan *socialized negative affect*, adanya hubungan signifikan penggunaan media sosial dengan *positive affect*, dan adanya hubungan signifikan penggunaan media sosial dengan *intense negative affect*. Sesuai dengan penelitian Shi (2018) terdapat hubungan signifikan antara pengalaman afektif dengan penggunaan SNS atau penggunaan media sosial, selain itu penelitian tersebut juga mengungkapkan hubungan positif antara pengalaman afektif, SNS atau penggunaan media sosial dan *well-being*.

Temuan mediasi pada penelitian ini juga diikuti dengan temuan tidak langsung hubungan antara penggunaan media sosial dengan *alexithymia*. Sesuai dengan penelitian Mersin *et al.* (2019) menyatakan bahwa meningkatnya penggunaan media sosial mempengaruhi emosi, mental dan menyebabkan seseorang mengalami *alexithymia*.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *alexithymia* adalah fenomena yang tergantung pada keadaan orang yang depresi (Honkalampi, Hintikka, Laukkanen, & Viinamäki, 2001) dan sebagian merupakan fenomena yang bergantung pada keadaan pada pasien dengan gangguan zat adiktif (de Haan *et al.*, 2012). Individu dengan negatif emosi, seperti kegelisahan atau depresi, dapat menggunakan media sosial untuk meringankan emosi-emosi ini secara eksternal dan menyebabkan individu mengalami *alexithymia* sebagai mekanisme pertahanan secara internal ketika melakukan interaksi dengan individu lainnya (Selfhout, Branje, Delsing, ter Bogt, & Meeus, 2009). Sebaliknya, hasil penelitian yang dilakukan pada populasi umum mendukung asumsi bahwa *alexithymia* mewakili kepribadian yang sifatnya stabil dan dapat meningkatkan kerentanan terhadap gejala depresi (Tolmunen *et al.*, 2011).

Sehingga dalam penggunaan internet atau media sosial individu yang mengalami *alexithymia* merasa nyaman, hal ini dikarenakan tidak adanya kehadiran fisik, kedekatan dan pengamatan langsung terhadap orang lain, dapat memberikan lebih banyak bentuk media komunikasi yang nyaman (McKenna, & Bargh, 2000).

Selain itu juga hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sekitar 40% mahasiswa yang ada di Pekanbaru mengalami *alexithymia* dengan kategorisasi rendah, sekitar 21% mahasiswa yang ada di Pekanbaru mengalami *alexithymia* dalam kategorisasi sedang, dan sekitar 39% mahasiswa yang ada di Pekanbaru mengalami *alexithymia* dalam kategorisasi tinggi. Kategorisasi tinggi sudah mencapai 39% tidak jauh bedanya dengan kategorisasi rendah, sehingga hal ini perlu diantisipasi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Soliha (2015) di Indonesia pola interaksi dari sisi kolektif sudah mulai berubah ke sisi individualis. Individu dengan pola interaksi individualis lebih memperdulikan dirinya sendiri, lebih fokus dengan pada tujuan personal dibandingkan kelompok, dan berperilaku sesuai dengan sikap individu dari pada

norma masyarakat (Jatmika, 2017).

Hal ini akan menyebabkan individu sulit berinteraksi dengan sosialnya, dan mengekspresikan emosi yang dirasakannya, dikarenakan emosi yang timbul dalam kehidupan sehari-hari terbentuk oleh konteks budaya dimana emosi tersebut muncul, sehingga perbedaan budaya dapat mempengaruhi emosi (Chudari, 2013). Inilah yang menjadi kendala ketika individu menghindari interaksi sosial dan mengalami kesulitan untuk mengekspresikan emosinya ketika berinteraksi, akan menyebabkan individu mengalami *alexithymia*, keadaan dimana individu sulit untuk mengekspresikan emosi yang dirasakannya (Mahapatra & Sharma, 2018).

Berdasarkan pembahasan diatas menunjukkan bahwa mahasiswa di Pekanbaru mengalami *alexithymia* pada tingkatan rendah, sedang dan tinggi. Dengan persentase 40%, 21%, dan 39%. Selain itu penelitian ini juga menunjukkan pengalaman afektif dapat memediasi secara *partial* penggunaan media sosial dengan *alexithymia*, dan penggunaan media sosial secara langsung juga dapat mempengaruhi *alexithymia*.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan analisis mediator menunjukkan bahwa pengalaman afektif (*socialized negative affect*, *positive affect*, *intense negative affect*) dapat memediasi secara *partial* antara penggunaan media sosial terhadap *alexithymia*. Begitupun pengalaman afektif secara terpisah dengan menggunakan dimensi *socialized negative affect* dapat memediasi secara *partial* hubungan antara penggunaan media sosial terhadap *alexithymia*, pengalaman afektif menggunakan dimensi *positive affect* dapat memediasi secara *partial* hubungan antara penggunaan media sosial terhadap *alexithymia*, dan pengalaman afektif dengan menggunakan dimensi *intense negative affect* dapat memediasi secara *partial* hubungan antara penggunaan media sosial terhadap *alexithymia*. Sedangkan pada hipotesis minor secara keseluruhan diterima. Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa di Pekanbaru mengalami *alexithymia* pada tingkatan rendah, sedang dan tinggi, dengan persentase 40%, 21%, dan 39%.

Daftar Pustaka

- [1] Aditya, R. (2015) 'Pengaruh Media Sosial Instagram Terhadap Minat Fotografi Pada Komunitas Fotografi Pekanbaru', 2(2), Pp. 1–14.
- [2] APJII, (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) (2014) *Profil Pengguna Internet Indonesia 2014*.
- [3] APJII, (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) (2017) *Penetrasi & Perilaku Pengguna Internet Indonesia*.
- [4] APJII, (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) (2018) 'Penetrasi & Profil Perilaku Pengguna Internet Indonesia'.
- [5] Azwar, S. (2018) *Dasar-Dasar Psikometri*. Edisi II. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [6] Bagby, M., Parker, J. D. A. And Taylor, G. J. (1994) 'The Twenty-Item Item Selection Toronto And Cross-Validation Structure', 38(1), Pp. 23–32.
- [7] Baron, R. M. And Kenny, D. A. (1986) 'The Moderator-Mediator Variable Distinction In Social Psychological Research: Conceptual , Strategic , And Statistical Considerations', 51(6), Pp. 1173–1182.
- [8] Beyens, I., Frison, E. And Eggermont, S. (2016) 'Computers In Human Behavior "I Don ' T Want To Miss A Thing " : Adolescents ' Fear Of Missing Out And Its Relationship To Adolescents ' Social Needs , Facebook Use , And Facebook Related Stress', *Computers In Human Behavior*. Elsevier Ltd, 64, Pp. 1–8. Doi: 10.1016/J.Chb.2016.05.083.
- [9] Boyd, R. And Richerson, P. J. (2009) 'Culture And The Evolution Of Human Cooperation', 364, Pp. 3281–3288. Doi: 10.1098/Rstb.2009.0134.
- [10] BPS, (Badan Pusat Statistik) Provinsi Riau. 2015. Jumlah Mahasiswa Universitas Riau. <https://Riau.Bps.Go.Id/Statistictable/2015/03/16/36/Jumlah-Mahasiswa-Universitas-Riau-Menurut-Fakultas-Dan-Jenis-Kelamin-2012-2012---2013.2014.Html>

- [11] BPS, (Badan Pusat Statistik) Provinsi Riau. 2015. Jumlah Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau. [https://Riau.Bps.Go.Id/StatisticTable/2015/03/16/36/Jumlah-Mahasiswa-Universitas-Islam-Negeri-Uin-Sultan-Syarif-Kasim-Menurut Fakultas-Dan-Jenis-Kelamin-2012-2012---20132014.Html](https://Riau.Bps.Go.Id/StatisticTable/2015/03/16/36/Jumlah-Mahasiswa-Universitas-Islam-Negeri-Uin-Sultan-Syarif-Kasim-Menurut-Fakultas-Dan-Jenis-Kelamin-2012-2012---20132014.Html)
- [12] Cecchetto, C., Rumiati, R. I. And Aiello, M. (2017) 'Alexithymia And Emotional Reactions To Odors', *Scientific Reports*. Springer US, Pp. 1–12. Doi: 10.1038/S41598-017-14404-X.
- [13] Chudari, I. N. (2013) 'Perbandingan Ekspresi Emosi Pada Mahasiswa Yang Berasal Dari Pesisir Pantai Dengan Yang Berasal Dari Pegunungan Di Banten Barat (Studi Awal Konseling Multikultural Pada Mahasiswa Pgsd Upi Kampus Serang)', 16.
- [14] Cordova, J. V And Warren, L. Z. (2005) 'Emotional Skillfulness In Marriage : Intimacy As A Mediator Of The Relationship Between Emotional Skillfulness And Marital Satisfaction', 24(2), Pp. 218–235.
- [15] Crocker, L. And Algina, J. (2008) *Introduction To Classical And Modern Test Theory*. United States Of America: Cengage Learning.
- [16] Dalbudak, Ercan. Evren, Cuneyt. Aldemir, Secil. Coskun, Kerem Senol. Ugurlu, Hilal. Yildirim, Fatma Gul (2013) 'Relationship Of Internet Addiction Severity With Depression, Anxiety, And Alexithymia, Temperament And Character In University Students', 16(4), Pp. 272–278. Doi: 10.1089/Cyber.2012.0390.
- [17] Deveney, C. M. And Deldin, P. J. (2006) 'Major Depressive Disorder And Nonpsychiatric Controls A Preliminary Investigation Of Cognitive Flexibility For Emotional Information In Major Depressive Disorder And Non-Psychiatric Controls', (September). Doi: 10.1037/1528-3542.6.3.429.
- [18] Dhir, Amandeep. Yossatarn, Yossiri. Kaur, Puneet. Chen, Sufen. (2018) 'International Journal Of Information Management Online Social Media Fatigue And Psychological Wellbeing A Study Of Compulsive Use , Fear Of Missing Out , Fatigue , Anxiety And Depression', *International Journal Of Information Management*. Elsevier, 40(December 2017), Pp. 141–152. Doi: 10.1016/J.Ijinfomgt.2018.01.012.
- [19] Efendić, E., Drače, S. And Ric, F. (2019) 'The Combination Of Multiple Affective Experiences And Their Impact On Valuation Judgments', *Cognition And Emotion*. Taylor & Francis, 0(0), Pp. 1–16. Doi: 10.1080/02699931.2019.1675597.
- [20] Firat, S. And Gul, H. (2018) 'The Relationship Between Problematic Smartphone Use And Psychiatric Symptoms Among Adolescents Who Applied To Psychiatry Clinics'. Doi: 10.1016/J.Psychres.2018.09.015.
- [21] Fox, J. And Moreland, J. J. (2015) 'Computers In Human Behavior The Dark Side Of Social Networking Sites : An Exploration Of The Relational And Psychological Stressors Associated With Facebook Use And Affordances', *Computers In Human Behavior*. Elsevier Ltd, 45, Pp. 168–176. Doi: 10.1016/J.Chb.2014.11.083.
- [22] Francis, G. (2018) *Young Adults Spend More Than Six Hours Per Day Feeling 'Stressed Out', Finds Mental Health Study, The Independent Website*. Available At: <https://www.independent.co.uk/life-style/mental-health-young-adults-stress-depression-anxiety-ocd-study-a8233046.html>.
- [23] Frewen, Paul A. Lanius, Ruth A. Dozois, David J A. Neufeld, Richard W J. Pain, Clare. Hopper, James W. Densmore, Maria. Stevens, Todd K. (2008) 'Clinical And Neural Correlates Of Alexithymia In Posttraumatic Stress Disorder', 117(1), Pp. 171–181. Doi: 10.1037/0021-843X.117.1.171.
- [24] Furtak, R. A. (2018) *Knowing Emotions 'Truthfulness And Recognition In Affective Experience'*. United States Of America: Oxford University Press.
- [25] Gao, Tingting. Li, Jiaomeng. Zhang, Han. Gao, Jinglei. Kong, Yixi. Hu, Yueyang. Mei, Songli. (2017) 'The Influence Of Alexithymia On Mobile Phone Addiction: The Role Of Depression, Anxiety And Stress', *Journal Of Affective Disorders*. Elsevier B.V. Doi: 10.1016/J.Jad.2017.08.020.

- [26] Greenwood, S., Perrin, A. And Duggan, M. (2016) *Social Media Update 2016: Facebook Usage And Engagement Is On The Rise, While Adoption Of Other Platforms Holds Steady*, Pew Research Center. Available At: [Http://Www.Pewinternet.Org/2016/11/11/Social-Media-Update-2016](http://www.pewinternet.org/2016/11/11/social-media-update-2016).
- [27] Guttman, H. And Laporte, L. (2002) 'Alexithymia, Empathy, And Psychological Symptoms In A Family Context', 43(6), Pp. 448–455. Doi: 10.1053/Comp.2002.35905.
- [28] Haan, De H., Joosten, E., Wijdeveld, T., Boswinkel, P., Van Der Palen, J., & De Jong, C. (2012). Alexithymia Is Not A Stable Personality Trait In Patients With Substance Use Disorders. *Psychiatry Research*, 198(1), 123–129. [Http://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Psychres.2011.09.027](http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2011.09.027).
- [29] Hadi, S. (2015) *Statistik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [30] Hardy, B. W. And Castonguay, J. (2018) 'The Moderating Role Of Age In The Relationship Between Social Media Use And Mental Well-Being: An Analysis Of The 2016 General Social Survey', *Computers In Human Behavior*. Elsevier Ltd. Doi: 10.1016/J.Chb.2018.04.005.
- [31] Heaven, P. C. L., Ciarrochi, J., & Hurrell, K. (2010). The Distinctiveness And Utility Of A Brief Measure Of Alexithymia For Adolescents. *Personality And Individual Differences*, 49(3), 222–227. [Http://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Paid.2010.03.039](http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2010.03.039).
- [32] Hendryx, M. S., Haviland, M. G. And Shaw, D. G. (1991) 'Dimensions Of Alexithymia And Their Relationships To Anxiety And ~ Epression', 56(2), Pp. 227–237.
- [33] Holder, M. D., Love, A. B. And Timoney, L. R. (2014) 'The Poor Subjective Well-Being Associated With Alexithymia Is Mediated By Romantic Relationships', (2). Doi: 10.1007/S10902-014-9500-0.
- [34] Honkalampi, Kirsi. Hintikka, Jukka. Tanskanen, Antti. Lehtonen, Johannes. (2000) 'Depression Is Strongly Associated With Alexithymia In The General Population', 48, Pp. 99–104.
- [35] Honkalampi, K., Hintikka, J., Antikainen, R., Lehtonen, J., & Viinamäki, H. (2001). Alexithymia In Patients With Major Depressive Disorder And Comorbid Cluster C Personality Disorders: A 6-Month Follow-Up Study. *Journal Of Personality Disorders*, 15(3), 245–254.
- [36] Honkalampi, Kirsi. Koivumaa-Honkanen, Heli. Lehto, Soili M. Hintikka, Jukka. (2010) 'Is Alexithymia A Risk Factor For Major Depression , Personality Disorder , Or Alcohol Use Disorders ? A Prospective Population-Based Study', *Journal Of Psychosomatic Research*. Elsevier Inc., 68(3), Pp. 269–273. Doi: 10.1016/J.Jpsychores.2009.05.010.
- [37] Hurlock, E. B. (2004) *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Surabaya: Erlangga.
- [38] Jatmika, D. (2017) 'Hubungan Budaya Individualis-Kolektif Dan Motivasi Berbelanja Hedonik Pada Masyarakat Kota Jakarta', (April). Doi: 10.30813/Psibernetika.V10i1.1037.
- [39] James, Tabitha L. Lowry, Paul Benjamin. Wallace, Linda. Warkentin, Merrill. (2017) 'The {Bibliography}Effect Of Belongingness On Obsessive- Compulsive Disorder In The Use Of Online Social Networks The Effect Of Belongingness On Obsessive-Compulsive Disorder In The Use Of Online Social Networks', *Journal Of Management Information Systems*. Routledge, 34(2), Pp. 560–596. Doi: 10.1080/07421222.2017.1334496.
- [40] Jenkins-Guarnieri, M. A., Wright, S. L. And Johnson, B. (2013) 'Development And Validation Of A Social Media Use Integration Scale', 2(1), Pp. 38–50. Doi: 10.1037/A0030277.
- [41] Kanat-Maymon, Yaniv. Almon, Lian. Cohen, Rinat. Amichai-Hamburger, Yair. (2018) 'SC', *Computers In Human Behavior*. Elsevier Ltd. Doi: 10.1016/J.Chb.2018.07.011.
- [42] Kandri, Theodora A. Bonotis, Konstantinos S. Floros, Georgios D. Zafiropoulou, Maria

- M. (2014) 'Alexithymia Components In Excessive Internet Users : A Multi-Factorial Analysis', 220, Pp. 348–355. Doi: 10.1016/J.Psychres.2014.07.066.
- [43] Karakis, E. N. And Levant, R. F. (2012) 'Is Normative Male Alexithymia Associated With Relationship Satisfaction , Fear Of Intimacy And Communication Quality Among Men In Relationships ?', Pp. 179–186. Doi: 10.3149/Jms.2003.179.
- [44] Koven, N. S. (2014) 'Abnormal Valence Differentiation In Alexithymia', *Personality And Individual Differences*. Elsevier Ltd, 68, Pp. 102–106. Doi: 10.1016/J.Paid.2014.04.007.
- [45] Krystal, H. (1979) 'Alexithymia And Psychotherapy *', X(1), Pp. 17–31.
- [46] Krystal, H. (1988) *Integration & Self-Healing 'Affect, Trauma, Alexithymia'*. Edited By J. H. Krystal.
- [47] Lane, Richard D. Ahern, Geoffrey L. Schwartz, Gary E. Kaszniak, Alfred W. (1997) 'Is Alexithymia The Emotional Equivalent Of Blindsight ?', 3223(97).
- [48] Lerner, Jennifer S. Li, Ye. Valdesolo, Piercarlo. Kassam, Karim. (2015) 'Emotion And Decision Making', (September 2014), Pp. 1–25. Doi: 10.1146/Annurev-Psych-010213-115043.
- [49] Lulham, R. (2016) 'A Theory Of Affective Experience', (January 2013).
- [50] Mahapatra, A. And Sharma, P. (2018) 'Addictive Behaviors Association Of Internet Addiction And Alexithymia – A Scoping Review', *Addictive Behaviors*. Elsevier, (July 2017), Pp. 0–1. Doi: 10.1016/J.Addbeh.2018.02.004.
- [51] Maree, T. (2017) 'The Social Media Use Integration Scale : Towards Reliability And Validity', *Department Of Marketing Management*.
- [52] Mckenna, K. Y. A. And Bargh, J. A. (2000) 'Personality And Social Psychology Review'. Doi: 10.1207/S15327957PSPR0401.
- [53] Medrano, J. L. J. And Rosales, F. L. (2018) 'Measuring The Relationship Between Social Media Use And Addictive Behavior And Depression And Suicide Ideation Among University Students'. Doi: 10.1016/J.Chb.2018.05.003.
- [54] Mersin, Sevinç. Ibrahimoglu, Ozlem. Kilic, Hulya Saray. Kahraman, Burcu Bayrak. (2019) 'Social Media Usage And Alexithymia In Nursing Students', (April), Pp. 1–8. Doi: 10.1111/Ppc.12448.
- [55] Moore, K. And Mcelroy, J. C. (2012) 'Computers In Human Behavior The Influence Of Personality On Facebook Usage , Wall Postings , And Regret', *Computers In Human Behavior*. Elsevier Ltd, 28(1), Pp. 267–274. Doi: 10.1016/J.Chb.2011.09.009.
- [56] Moriguchi, Yoshiya. Decety, Jean. Ohnishi, Takashi. Maeda, Motonari. Mori, Takeyuki. Nemoto, Kiyotaka. (2007) 'Empathy And Judging Other ' S Pain : An Fmri Study Of Alexithymia', (September), Pp. 2223–2234. Doi: 10.1093/Cercor/Bhl130.
- [57] Muscanell, N. L. And Guadagno, R. E. (2012) 'Computers In Human Behavior Make New Friends Or Keep The Old: Gender And Personality Differences In Social Networking Use', *Computers In Human Behavior*. Elsevier Ltd, 28(1), Pp. 107–112. Doi: 10.1016/J.Chb.2011.08.016.
- [58] Nemiah, J. C. And Sifneos, P. . (1970) 'Psychosomatic Illness: A Problem In Communication', *Psychother. Psychosom*, 18, Pp. 154–160.
- [59] O'Keeffe And Clarke, P. (2011) 'Clinical Report — The Impact Of Social Media On Children , Adolescents , And Families Abstract'. Doi: 10.1542/Peds.2011-0054.
- [60] PDDIKTI, (Pangkalan Data Pendidikan Tinggi). 2013-2020. Rekap Jumlah Mahasiswa. Kementerian Riset, Teknologi Dan Pendidikan Tinggi. <https://forlap.ristekdikti.go.id/mahasiswa/homerekap/muuzmjbfmtetog1ri00qjg3ltk3n0itqzq4mke4ntrcnkq2/1>
- [61] Posse, M., Hallstrom, T. And Ohsako, B. (2002) 'Stress And Mental Health In A Female Population', (13), Pp. 329–334.
- [62] Preacher, K. J. And Hayes, A. F. (2008) 'Asymptotic And Resampling Strategies For

- Assessing And Comparing Indirect Effects Indirect Effects In Multiple Mediator Models', 40(3), Pp. 879–891. Doi: 10.3758/BRM.40.3.879.
- [63] Prkachin, G. C., Casey, C. And Prkachin, K. M. (2009) 'Alexithymia And Perception Of Facial Expressions Of Emotion', *Personality And Individual Differences*. Elsevier Ltd, 46(4), Pp. 412–417. Doi: 10.1016/J.Paid.2008.11.010.
- [64] Purwanto (2015) *Metodologi Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi Dan Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [65] Rahmawati, I. M. And Halim, M. S. (2018) 'Alexithymia Pada Sampel Non Klinis : Keterkaitannya Dengan Gaya Kelekatan Alexithymia In Non Clinical Samples : In Association With Attachment Styles', 45(1996), Pp. 200–217. Doi: 10.22146/Jpsi.29106.
- [66] Russell, J. A. (2003) 'Core Affect And The Psychological Construction Of Emotion', 110(1), Pp. 145–172. Doi: 10.1037/0033-295X.110.1.145.
- [67] Schimmenti, Adriano. Passanisi, Alessia. Caretti, Vincenzo. La, Luana. Granieri, Antonella. Iacolino, Calogero. Gervasi, Alessia M. Maganuco, Noemi R. Billieux, Joël. (2015) 'Addictive Behaviors Traumatic Experiences , Alexithymia , And Internet Addiction Symptoms Among Late Adolescents : A Moderated Mediation Analysis', *Addictive Behaviors*. Elsevier Ltd. Doi: 10.1016/J.Addbeh.2015.11.002.
- [68] Scimeca, Giuseppe. Bruno, Antonio. Pandolfo, Gianluca. Mico, Umberto. Schimmenti, Adriano. Zoccali, Rocco. Muscatello, Maria R A. (2014) 'The Relationship Between Alexithymia , Anxiety , Depression , And Internet Addiction Severity In A Sample Of Italian High School Students', 2014.
- [69] Selfhout, M. H. W., Branje, S. J. T., Delsing, M., Ter Bogt, T. F. M., & Meeus, W. H. J. (2009). Different Types Of Internet Use, Depression, And Social Anxiety: The Role Of Perceived Friendship Quality. *Journal Of Adolescence*, 32(4), 819–833. [Http://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Adolence.2008.10.011](http://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Adolence.2008.10.011).
- [70] Shaleha, R. R. A., Yusainy, C. Al And Herani, I. (2018) 'The Mind Anchor : Peran Trait Rumination Dalam Struktur Pengalaman Afektif The Mind Anchor: Peran Trait Rumination Dalam Struktur Pengalaman Afektif Yang Mencakup Valence Dan Arousal (Barrett', (November). Doi: 10.21776/Ub.Mps.2018.004.01.5.
- [71] Shi, Y. (2018) 'Affective Experience On Social Networking Sites Predicts Psychological'. Doi: 10.1177/0033294118789039.
- [72] Sifneos, P. E. (1973) 'The Prevalence Of “ Alexithymie ” Characteristics In Psychosomatic Patients', 262, Pp. 255–262.
- [73] Soliha, S. F. (2015) 'Silvia Fardila Soliha , Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial Dan Kecemasan Sosial', Pp. 1–10.
- [74] Stewart, J. B. (2016) *Facebook Has 50 Minutes Of Your Time Each Day. It Wants More*, *The New York York Times*, 5.
- [75] Sugiyono (2017) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- [76] Sullivan, L., Camic, P. M. And Brown, J. S. L. (2015) 'Masculinity , Alexithymia , And Fear Of Intimacy As Predictors Of UK Men ' S Attitudes Towards Seeking Professional Psychological Help', Pp. 194–211. Doi: 10.1111/Bjhp.12089.
- [77] Taylor, G. J., Bagby, R. M. And Parker, J. D. . (1997) *Disorders Of Affect Regulation 'Alexithymia In Medical And Psychiatric Illness*. New York: Cambridge University Press. Doi: Doi.Org/10.1017/CBO9780511526831.
- [78] Taylor, G. J., Bagby, R. M. And Parker, J. D. A. (2000) 'Disorders Of Affect Regulation: Alexithymia In Medical And Psychiatric Illness', 241, P. 2000.
- [79] Thompson, R. A. (1994) 'CHAPTER 16 Early Attachment And Later Development Familiar Questions , New Answers'.
- [80] Timoney, L. R. And Holder, M. D. (2013) *Emotional Processing Deficits And Happiness*. Canada.

- [81] Tolmunen, T., Heliste, M., Lehto, S. M., Hintikka, J., Honkalampi, K., & Kauhanen, J. (2011). Stability Of Alexithymia In The General Population: An 11-Year Follow-Up. *Comprehensive Psychiatry*, 52(5), 536–541. [Http://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Comppsych.2010.09.007](http://dx.doi.org/10.1016/j.comppsych.2010.09.007).
- [82] Usaci, D. And Puscasu, A. L. (2015) 'The Quality Of Attachment Relationships And', XII(2), Pp. 130–141.
- [83] Vanheule, S. (2008) 'Challenges For Alexithymia Research : A Commentary On “ The Construct Of Alexithymia : Associations With Defense Mechanisms ”', 64(3), Pp. 332–337. Doi: 10.1002/Jclp.
- [84] Vasalou, A., Joinson, A. N. And Courvoisier, D. (2010) 'Cultural Differences , Experience With Social Networks And The Nature Of “ True Commitment ” In Facebook', *Journal Of Human Computer Studies*. Elsevier, 68(10), Pp. 719–728. Doi: 10.1016/J.Ijhcs.2010.06.002.
- [85] Vermeulen, Nicolas. Luminet, Olivier. Sousa, Mariana Cordovil De. Campanella, Salvatore. (2008) 'Categorical Perception Of Anger Is Disrupted In Alexithymia : Evidence From A Visual ERP Study', 22(6), Pp. 1052–1067. Doi: 10.1080/02699930701597635.
- [86] Westen, Drew. Muderrisoglu, Serra. Fowler, Christopher. Shedler, Jonathan. Koren, Danny. (1997) 'Affect Regulation And Affective Experience : Individual Differences , Group Differences , And Measurement Using A Q-Sort Procedure', 65(3), Pp. 429–439.
- [87] Williams, J. M. G. (2010) 'Mindfulness And Psychological Process', 10(1), Pp. 1–7. Doi: 10.1037/A0018360.
- [88] Yalug, Irem. Selekler, Macit. Erdogan, Ayten. Kutlu, Ayse. Dundar, Gulmine. Ankarali, Handan. Aker, Tamer. (2010) 'Correlations Between Alexithymia And Pain Severity, Depression, And Anxiety Among Patients With Chronic And Episodic Migraine', Pp. 231–238. Doi: 10.1111/J.1440-1819.2010.02093.X.
- [89] Yehuda, Rachel. Steiner, Ann. Kahana, Boaz. Binder-Brynes, Karen. Southwick, Steven M. Zelman, Shelly. Giller, Earl L. (1997) 'Alexithymia In Holocaust Survivors With And Without PTSD', 10(1), Pp. 93–100.
- [90] Yoseanto, B. L., Zamralita And Idulfilastri, R. M. (2018) 'Afeksi Negatif Sebagai Mediator Antara Keadilan Organisasi Dengan Perilaku Kerja Kontraproduktif-Organisasi Bukti Lain Penyimpangan Di PT X Adalah Temuan Cost Control Yang Menyimpulkan Terdapat Oleh Departemen IT . Adalah Suatu Tindakan Pelanggaran Terhadap', 2(2), Pp. 779–789.
- [91] Yusainy, C. Al (2018) 'Feeling Full Or Empty Inside ? Peran Perbedaan Individual Dalam Struktur Feeling Full Or Empty Inside ? Peran Perbedaan Individual Dalam Struktur Pengalaman Afektif', (August 2017). Doi: 10.22146/Jpsi.18377.
- [92] Yulianti, P. And Puteri, E. A. H. (2016) 'Peran Mediasi Affective Commitment Pada Hubungan Procedural Justice, Perceived Organizational Support Dengan Employee Engagement', (1).
- [93] Zhao, Y., Yang, X. and Xiangru, Z. (2019) 'Journal of Affective Disorders Effect of experience information on emotional word processing in alexithymia', 259(June), pp. 251–258. doi: 10.1016/j.jad.2019.08.068.