

Hubungan antara Keterampilan Sosial dengan *Problematic Internet Use* pada Mahasiswa di Kota Bandung

Reza Fairuz Hilmy*, Indri Utami Sumaryanti

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

*fairuzreza98@gmail.com, indri.usumaryanti@gmail.com

Abstract. A person with problematic internet use cannot control their impulsive urge to use the internet. The majority of students show symptoms of problematic internet use, which include prolonged internet use for more than six hours and have low social skills. This study is a correlational study with a quantitative approach with Spearman Rank analysis. The purpose of this study is to see how close the relationship between problematic internet use and social skills. The sample in this study were 103 students in Bandung city. The measuring instrument used is social skills developed by Wu (2008), and the Generalised Problematic Internet Use Scale 2 (GPIUS 2) measuring instrument constructed by Caplan (2010). The results showed that there is a relationship between social skills and problematic internet use which is at a weak level and there is a significant negative relationship between social skills variables and problematic internet use.

Keywords: *Social Skills, Problematic Internet Use, College Students.*

Abstrak. Seseorang dengan *problematic internet use* tidak dapat mengendalikan dorongan impulsif mereka untuk menggunakan internet. Mayoritas mahasiswa menunjukkan gejala *problematic internet use*, yang meliputi penggunaan internet yang berkepanjangan selama lebih dari enam jam dan memiliki keterampilan sosial yang rendah. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif dengan analisis *Rank Spearman*. Tujuan dari penelitian ini untuk melihat seberapa erat hubungan antara *problematic internet use* dan keterampilan sosial. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa di kota Bandung yang berjumlah 103 orang. Alat ukur yang digunakan adalah keterampilan sosial yang dikembangkan oleh Wu (2008), dan alat ukur *Generalized Problematic Internet Use Scale 2* (GPIUS 2) yang dikonstruksikan oleh Caplan (2010). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara keterampilan sosial dengan *problematic internet use* yang berada pada tingkat yang lemah dan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel keterampilan sosial dengan *problematic internet use*.

Kata Kunci: *Keterampilan Sosial, Problematic Internet Use, Mahasiswa.*

A. Pendahuluan

Dengan perkembangan teknologi yang semakin pesat, semakin memudahkan orang untuk mengurus kebutuhan sehari-hari. Salah satu pencapaian teknologi terpenting saat ini adalah perkembangan Internet. Internet dapat digunakan di mana saja dan oleh siapa saja dengan *smartphone*. Berdasarkan data (We are social, 2022) menyebutkan bahwa pada Januari 2022 di Indonesia terdapat 204,7 juta pengguna internet. Menurut data riset APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia), terdapat 210 juta pengguna internet di Indonesia pada Januari-Februari 2022 yang tersebar di berbagai pulau dan kota. Kontribusi pengguna internet yang paling tinggi berada di Jawa Barat dengan jumlah 43,96% (APJII, 2022). Dilansir dari *pikiran-rakyat.com* (30 Juli 2021), Kota Bandung merupakan kota yang penggunaan internetnya tumbuh dengan pesat. Dengan demikian, pengguna internet diperkirakan akan terus meningkat setiap tahunnya.

Dalam tingkat penggunaan dan pekerjaan, kelompok mahasiswa adalah pengguna internet paling banyak (APJII, 2022). Data ini sejalan dengan penelitian Sumaryanti et al. (2019) yang menemukan bahwa dari 100 siswa di Bandung, 35% menggunakan internet 2-14 jam sehari dan 25% 4-8 jam sehari dan 40% menggunakan Internet 8-12 jam sehari. Namun menurut Young (1996), penggunaan internet normal adalah berkisar selama 4 - 5 jam per minggunya, dan penggunaan internet di atas normal berkisar antara 20 - 80 jam per minggu dengan rata-rata perharinya kurang lebih 3 jam penggunaan.

Mahasiswa menggunakan internet untuk kebutuhan perkuliahan, berkomunikasi secara online, mencari kesenangan dan pengalihan agar tidak jenuh (Reynaldo & Sokang 2016). Mayoritas mahasiswa lebih suka berkomunikasi secara online daripada tatap muka (Reynaldo & Sokang 2016). Mahasiswa harus menggunakan Internet dalam menjalani perkuliahan (Scherer, 1997). Sehingga mahasiswa lebih banyak menggunakan internet dalam kehidupan sehari-hari (Reynaldo, 2016). Dengan banyaknya waktu luang mahasiswa karena jadwal perkuliahan yang tidak menentu dapat mengakibatkan mahasiswa rentan mengalami penggunaan internet yang bermasalah atau disebut dengan *problematic internet use* (Mossbarger., 2008; Frangos, C. C., & Sotiropoulos, I., 2011). Dengan adanya waktu luang tersebut mengakibatkan mahasiswa lebih rentan dalam memiliki gejala penggunaan internet yang bermasalah (Mossbarger, 2008).

Penggunaan internet yang bermasalah atau *problematic internet use* (PIU) yang merupakan ketidakmampuan individu dalam mengendalikan dorongan impulsif pada penggunaan internet dan mengakibatkan dampak negatif yang berpengaruh pada kesehatan psikologis, kesehatan fisik, kemampuan dalam akademik, lingkungan sosial, relasi sosial, rendahnya kesejahteraan psikologis, dan gangguan dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Moretta & Buodo, 2020, Ruyandy & Kartasasmita, 2021). Caplan (2010) juga menjelaskan bahwa perilaku penggunaan internet bermasalah memiliki empat gejala utama. Gejala yang pertama adalah POSI (*Preference for Online Social Interaction*), yaitu ketika seseorang mempercayai bahwa komunikasi secara online membuatnya lebih nyaman, lebih efektif, lebih percaya diri dan lebih aman daripada melakukan komunikasi dengan tatap muka. Gejala kedua adalah *mood regulation*, yaitu dorongan untuk menggunakan internet sebagai pelampiasan dalam mengatur suasana hati penggunaannya untuk menghindari perasaan cemas dan kecemasan sosial. Gejala ketiga adalah *deficient selfregulation* yaitu keadaan dimana individu secara kognitif tertarik dengan dunia internet, sehingga tidak dapat mengatur penggunaannya. Gejala keempat adalah *negative outcome*, yang tidak lain adalah efek negatif dari penggunaan internet tersebut.

Pengguna internet dibagi menjadi tiga kategori (Young in Hardie and Tee), yaitu (1) pengguna internet rata - rata, (2) pengguna berlebihan bermasalah dan (3) pengguna ketergantungan patologis. Kategori pengguna internet bermasalah dan ketergantungan cenderung cemas dan kurang dalam bersosialisasi dengan lingkungannya. *Problematic internet use* adalah penggunaan internet secara berlebihan yang menghabiskan waktu dan meningkatnya penggunaan internet (Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J., & Tao, F., 2011). Penggunaan internet yang berlebih ini dapat menyebabkan gejala perilaku kognitif, emosional, dan individu yang dapat menyebabkan kesulitan manajemen gaya hidup (Caplan, Williams, & Yee 2009).

Problematic internet use dapat menimbulkan masalah pada kehidupan individu, seperti kecemasan dan rendahnya keterampilan sosial (Caplan, 2005). PIU dapat menyebabkan seseorang menghabiskan waktu yang lama di internet dan mengabaikan aktivitas sosialnya di dunia nyata (Spada, 2014). Diomidious et al., (2016) mengatakan bahwa penggunaan internet yang berlebihan dapat menimbulkan masalah dalam hubungan dengan teman dan keluarga, kurangnya minat dalam kehidupan sehari-hari. Faktor-faktor yang menyebabkan seseorang mengalami *problematic internet use* diantaranya adalah kecemasan sosial, kebosanan, motivasi yang kuat untuk memenuhi kepuasan diri, dan kesepian sebagai faktor yang paling dominan (Padilla-Walker et al., 2012). Kesepian merupakan akibat dari kurangnya keterampilan sosial (Zeedyk dkk, 2016).

Penelitian dari Marjosi, Kinasih, Andriani, dan Lisa (2013) mengatakan bahwa dengan bertambahnya usia individu seharusnya bisa memahami karakteristik individu lain dalam berkomunikasi, hal tersebut merupakan keterampilan sosial. Definisi keterampilan sosial Wu (2007) adalah seperangkat keterampilan yang digunakan untuk menguraikan, mengirimkan, dan mengelola informasi yang masuk dan diterima secara non-verbal dan verbal untuk mempromosikan interaksi sosial yang positif dan adaptif. Keterampilan sosial merupakan kemampuan individu untuk mengekspresikan, mengontrol, dan menginterpretasi pesan verbal, pesan non verbal, komunikasi dan emosi (Riggio, 1986). Dengan perkembangan internet yang memfasilitasi komunikasi secara online dapat membuat emosi individu tersebut terlampaikan (Oktug, 2011). Menurut Marjosi, et.al., (2013) individu dengan keterampilan sosial rendah akan membuat seseorang cenderung untuk berkomunikasi secara *online* dari pada komunikasi secara empat mata, karena orang dengan keterampilan sosial yang rendah mengalami kesulitan dalam berkomunikasi secara langsung. Maka akibat dari penggunaan internet yang bermasalah akan berkorelasi dengan rendahnya keterampilan sosial (Dangkrueng, Wannaueumol, Yodming, & Sirithongthaworn, 2013). Individu yang senang untuk menghabiskan waktu di dunia maya maka akan menyebabkan berkurangnya waktu untuk melakukan interaksi langsung dengan dunia nyata. Bagi seseorang yang mempunyai keterampilan sosial yang rendah membuat seseorang cenderung akan melakukan interaksi menggunakan basis internet sebagai sarana komunikasinya dibandingkan dengan komunikasi secara langsung. (Majorsy, 2013).

Karena mampu menciptakan interaksi sosial, keterampilan sosial dianggap menjadi indikator yang baik dalam membentuk kesejahteraan psikologis seseorang (Nair, Ravindranath, dan Thomas, 2013). Menurut Wu (2008), unsur-unsur kemampuan interaktif terjadi karena adanya tiga aspek, yaitu: *social presentation*, *social scanning* dan *social flexibility*. Kemampuan dalam memahami norma sosial dengan benar dan beradaptasi dengan norma tersebut melalui pemberian pesan verbal dan nonverbal yang sesuai dikenal sebagai *social presentation*. Sedangkan kemampuan untuk mendengarkan, mengamati, dan mengenali pesan dan informasi dari lawan interaksinya, baik secara verbal maupun nonverbal, dikenal dengan istilah *social scanning*. Eksplorasi situasi sosial dan pengenalan isyarat halus untuk menentukan peran yang tepat dalam suatu situasi adalah dua contoh *social scanning*. sedangkan *social flexibility* adalah kemampuan untuk secara mulus beralih peran dan berperilaku dalam lingkungan sosial yang berbeda. Ferris et al. mengklaim bahwa dan Riggio (dalam Wu, 2008) menggunakan *social flexibility* dianggap sebagai tolok ukur ketika seorang individu melakukan perubahan pada perilakunya sebagai respons terhadap berbagai keadaan sosial.

Pada tahap perkembangan orang dewasa awal ini, keterampilan sosial dan emosional sangat diperlukan karena tanpa keterampilan tersebut, orang dewasa awal tidak mungkin dapat mengembangkan keintiman dengan orang lain dan mungkin mengalami isolasi sosial atau isolasi dari orang-orang di sekitarnya, yang dapat terjadi. Sehingga hubungan interpersonal mereka dipengaruhi oleh apa yang terjadi selanjutnya (Santrock, 2009). Mahasiswa dengan rentang usia 18-25 termasuk ke dalam masa perkembangan dewasa awal dimana salah satu tugas perkembangannya adalah mendapatkan pekerjaan, memilih teman hidup, menerima tanggungjawab, mengelola sebuah rumah tangga dan bergabung dalam suatu kelompok sosial (Hurlock, 2009). Jika individu mengalami PIU maka tugas perkembangannya akan terhambat sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Caplan, 2010 bahwa akan terjadi dampak-dampak negatif di kesehatan, akademik dan sosial apabila individu tidak memiliki kemampuan

mengendalikan diri dalam memakai internet. Individu yang rendah keterampilan sosialnya akan mengakibatkan perilaku kompulsif dalam penggunaan internet dan mengakibatkan dampak negative dalam kehidupan (J. Kim et al, 2009). Penggunaan internet secara tidak wajar akan berdampak negatif pada keterampilan sosial, akademik dan komunikasi (Mami & Hatami-Zad, 2014).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nugraini dan Ramdhani (2016) mengatakan bahwa keterampilan sosial yang rendah merupakan variabel mediator yang mengakibatkan penggunaan internet secara berlebih. Kekurangan dari penelitian ini adalah dilakukannya penelitian keterampilan sosial kepada remaja yang dimana remaja masih dalam tahap penyesuaian sosial dan masih dalam tahap belajar dalam melakukan interaksi sosial dengan individu lain (Hurlock 1990). Maka dengan adanya penelitian yang dilakukan terhadap individu dewasa awal akan lebih tepat karena pada dewasa awal individu telah mencapai kematangan sosial (Hurlock 1990). Penelitian yang dilakukan oleh (Garvin, 2019) mengatakan bahwa remaja yang mengalami kesepian akan lebih rentan mengalami PIU. Penelitian ini berfokus pada hubungan kesepian remaja terhadap PIU, yang mana kesepian merupakan akibat dari kurangnya keterampilan sosial (Zeedyk dkk, 2016).

Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Romero (2021), menyatakan bahwa usia dan keterampilan sosial mempengaruhi penggunaan internet yang bermasalah. Meskipun dalam penelitian ini tidak semua variabel dan aspek keterampilan sosial mempengaruhi *problematic internet use*, dan hasil dari penelitian ini menunjukkan terdapat korelasi negatif yang signifikan antara keterampilan sosial dengan *problematic internet use*. namun penelitian ini dilakukan di negara Spanyol yang belum tentu akan sama hasilnya ketika dilakukan di Indonesia. Terlebih dalam penelitian yang dilakukan oleh Alfyyah (2018), menunjukkan bahwa Mahasiswa kota Bandung mempunyai keterampilan sosial yang tinggi.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Jenaabadi dan Fatehrad (2015) mengatakan bahwa adanya kolerasi negatif antara penggunaan internet berlebihan dengan keterampilan sosial, maka ketika penggunaan internet yang tinggi akan menyebabkan rendahnya keterampilan sosial. Dalam penelitian ini hanya menjelaskan kecanduan internet pada keseluruhan konten yang mana seharusnya kecanduan internet dilakukan pada konten yang spesifik seperti konten media sosial. Dengan begitu penelitian dengan variabel *problematic internet use* akan lebih tepat karena mengarah pada aktivitas *online* di berbagai konten internet.

Berdasarkan simpulan penulis dari hasil berbagai literatur penelitian terdahulu yang berkaitan dengan fenomena penggunaan internet yang semakin tinggi dan menyebabkan dampak *problematic internet use* dapat berpengaruh negatif terhadap kehidupan individu. Dari hasil penelitian-penelitian sebelumnya terdapat beberapa kekurangan dan perlu adanya penelitian lebih lanjut. Selain itu penulis menemukan hanya sedikit penelitian di Indonesia yang menjelaskan tentang hubungan keterampilan sosial dengan *problematic internet use*. Dengan demikian penulis akan meneliti lebih lanjut tentang hubungan keterampilan sosial dengan *problematic internet use* pada mahasiswa Kota Bandung.

B. Metodologi Penelitian

Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif. Meskipun jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah korelatif, dengan kriteria responden yaitu mahasiswa berusia 18-25 tahun yang menggunakan internet lebih 5 jam dan berkuliah di Kota Bandung. Responden dalam penelitian ini berjumlah 103 dan dipilih menggunakan teknik pengambilan sampel cluster random sampling.

Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang dilakukan secara daring melalui google form dengan alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini ada dua, yaitu Keterampilan Sosial dikembangkan oleh Wu (2008) dan di adaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Nasywa (2018). Alat ukur *Generalized Problematic Internet Use Scale-2* (GPIUS-2) yang dikembangkan oleh Caplan (2010) dan di adaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Nafisah dan Halimah (2019). Teknik analisis uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi menggunakan *Rank Spearman*.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Data Persentase Tingkat Keterampilan Sosial

Tabel 1. Persentase Tingkat Keterampilan Sosial

No	Kategori	Interval	F	P
1	Rendah	$30 < X < 74$	57	55,3%
2	Tinggi	$75 < X < 150$	46	44,7%

Seperti terlihat pada tabel di atas, mayoritas dari 103 responden di Bandung kurang memiliki keterampilan sosial. Hal ini dapat ditunjukkan dengan total skor kategori yang rendah sebesar 55,3% atau sebanyak 57 individu, sedangkan siswa dengan keterampilan sosial tinggi memiliki skor sebesar 44,7% atau sebanyak 46 individu.

Hasil Data Persentase Tingkat *Problematic Internet Use*

Tabel 2. Persentase Tingkat *Problematic Internet Use*

No	Kategori	Interval	F	P
1	Rendah	$15 < X < 67,4$	15	14,5%
2	Tinggi	$67,5 < X < 120$	88	85,5%

Berdasarkan penghitungan tabel di atas, dapat dilihat bahwa lebih banyak siswa di 103 responden Bandung yang bermasalah dengan *problematic internet use*. Hal ini ditunjukkan dari hasil skor total pada kategori tinggi sebesar 85,5 persen atau 88 orang, dan skor pada kategori rendah sebesar 14,5 persen atau 15 orang yang memiliki *problematic internet use* yang rendah.

Tabulasi Silang

Tabel 3. Tabulasi Silang

	<i>Problematic Internet Use</i> Tinggi	<i>Problematic Internet Use</i> Rendah	Jumlah
Keterampilan Sosial Tinggi	40 mahasiswa	7 mahasiswa	47 mahasiswa
Keterampilan Sosial Rendah	48 mahasiswa	8 mahasiswa	56 mahasiswa
Jumlah	88 mahasiswa	15 mahasiswa	103 mahasiswa

Berdasarkan hasil tabulasi silang didapat 40 mahasiswa yang memiliki keterampilan sosial tinggi dan mengalami *problematic internet use* tinggi, 48 mahasiswa memiliki keterampilan sosial rendah dan mengalami *problematic internet use* tinggi, 7 mahasiswa memiliki keterampilan sosial tinggi dan mengalami *problematic internet use* rendah, sedangkan 8 mahasiswa memiliki keterampilan sosial rendah dan mengalami *problematic internet use* rendah.

Hubungan antara Kecemasan Sosial dengan *Problematic Internet Use*.**Tabel 4.** Kecemasan Sosial dengan *Problematic Internet Use*

		Keterampilan Sosial	<i>Problematic Internet Use</i>
Keterampilan Sosial	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	-.206
	P		0.037
<i>Problematic Internet Use</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	-.206	1.000
	P	0.037	

Berdasarkan perhitungan korelasi *Rank Spearman* di atas menunjukkan bahwa $r = -0,206$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,037. Mengacu pada tabel Guildford (Silalahi, 2017), jika koefisien r berada dalam rentang 0,20 hingga 0,40 artinya keeratan hubungan berada pada tingkat lemah, sedangkan untuk nilai signifikansi yang diperoleh tersebut kurang dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel keterampilan sosial dengan *problematic internet use*. Artinya, semakin rendah keterampilan sosial maka semakin tinggi *problematic internet use*.

Hubungan antara *Social Presentation* dengan *Problematic Internet Use***Tabel 5.** *Social Presentation* dengan *Problematic Internet Use*

		<i>Social Presentation</i>	<i>Problematic Internet Use</i>
<i>Social Presentation</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	-0.159
	P		0.109
<i>Problematic Internet Use</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	-0.159	1.000
	P	0.109	

Berdasarkan Tabel 4.7, perhitungan korelasi menunjukkan bahwa $r = -0,159$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,109. Mengacu pada tabel Guildford (Silalahi, 2017), jika koefisien r berada dibawah 0,20 maka tidak ada hubungan antara aspek *social presentation* dengan *problematic internet use*.

Hubungan antara *Social Scanning* dengan *Problematic Internet Use***Tabel 6.** *Social Scanning* dengan *Problematic Internet Use*

		<i>Social Scanning</i>	<i>Problematic Internet Use</i>
<i>Social Scanning</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	0.022
	P		0.824
<i>Problematic Internet Use</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	0.022	1.000
	P	0.824	

Berdasarkan Tabel 4.8, perhitungan korelasi menunjukkan bahwa $r = 0,022$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,824. Mengacu pada tabel Guildford (Silalahi, 2017), jika koefisien r berada dibawah 0,20 maka tidak ada hubungan antara aspek *social scanning* dengan *problematic internet use*.

Hubungan antara Social Flexibility dengan Problematic Internet Use

Tabel 7. *Social Flexibility* dengan *Problematic Internet Use*

		<i>Social Flexibility</i>	<i>Problematic Internet Use</i>
<i>Social Flexibility</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	-0.024
	P		0.806
<i>Problematic Internet Use</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	-0.024	1.000
	P	0.806	

Berdasarkan Tabel 4.9, perhitungan korelasi menunjukkan bahwa $r = -0,024$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,806. Mengacu pada tabel Guildford (Silalahi, 2017), jika koefisien r berada dibawah 0,20 maka tidak ada hubungan antara aspek *social flexibility* dengan *problematic internet use*.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis dalam penelitian ini bahwa semakin rendah keterampilan sosial maka akan semakin tinggi *problematic internet use* pada kalangan mahasiswa di kota Bandung. Pada mahasiswa yang memiliki keterampilan sosial rendah, mereka cenderung tidak dapat menyesuaikan perilaku dengan tepat ketika menjalankan peran sosialnya, sedangkan mahasiswa yang memiliki keterampilan sosial tinggi dapat menyesuaikan perilaku dengan tepat ketika menjalankan peran sosialnya dalam bermacam-macam situasi sosial. Mahasiswa yang mempunyai keterampilan sosial rendah akan cenderung menggunakan internet sebagai sarana dalam berkomunikasi.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pemaparan analisis data dan pembahasan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan dari penelitian ini adalah keterampilan sosial dan problematic internet use pada kalangan mahasiswa di kota Bandung memiliki hubungan yang negatif dan tingkat keeratan yang lemah. Dari ketiga aspek keterampilan sosial yang meliputi social presentation, social scanning, dan social flexibility ketiganya tidak memiliki hubungan dengan problematic internet use. Artinya, mahasiswa yang memilih internet sebagai tempat bersosialisasi dan berkomunikasi, kurang mampu untuk mengamati dan mengenali pesan verbal dan nonverbal yang diberikan orang lain, kurang mampu untuk memahami norma sosial yang berlaku, dan kurang mampu dalam menyesuaikan perilakunya dengan peran sosial yang berbeda.

Acknowledge

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dan berkontribusi sehingga penelitian ini dapat diselesaikan.

Daftar Pustaka

- [1] Alfiyyah, N., & Halimah, L. (2018). Hubungan Antara Keterampilan Sosial dengan Adiksi Game Mobile Legends pada Mahasiswa Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 883-888.
- [2] APJI. (2022). Hasil Survey Profil Internet Indonesia 2022. *Apji.or.Od, June*. apji.or.id
- [3] Arifin, A. N., Marwanti, T. M., & Haryani, A. (2019). Keterampilan Sosial di kalangan
- [4] Perempuan Rawan Sosial Ekonomi: Satu Kajian di Kota Bandung, Indonesia. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 4(3), 128 - 139.
- [5] <https://doi.org/10.47405/mjssh.v4i3.219>
- [7] Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory of Development From the Late Teens Through Twenties. *American Psychological Association*, 55 (5), 469-480.
- [8] Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J., & Tao, F. (2011). Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC public health*, 11, 802. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-802>

- [9] Caplan, S. E. (2003). Preference for online social interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being. *Communication Research*, 30(6), 625–648. <https://doi.org/10.1177/0093650203257842>
- [10] Caplan, S. E. (2007). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic internet use. *Cyberpsychology and Behavior*, 10(2), 234–242. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9963>
- [11] Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 1089–1097. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.012>
- [12] Caplan, S., Williams, D., & Yee, N. (2009). Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behavior*, 25(6), 1312–1319. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.06.006>
- [13] Cartledge, G. & Millburn, J. F. 1995. *Teaching Social Skills to Children & Youth. Innovative Approach*, 3rd ed. Massachussets: Allyn & Bacon.
- [14] Casale, S., Primi, C., & Fioravanti, G. (2014). Generalized Problematic Internet Use Scale 2: Update on the psychometric properties among Italian young adults. Dalam G. Riva, B.K. Wiederhold, & P. Cipresso (Eds.), *The Psychology of Social Networking: Personal Experience in Online Communities* (h.202-2016).
- [15] Çiçekoglu, P., Durualp, E., Durualp, E. (2014). European Journal of Research on Education Evaluation of the level of internet addiction among 6 th -8 th grade adolescents in terms of various variables. *European Journal of Research on Education, Special Issue: Educational Technology and Lifelong Learning*, 22–28.
- [16] Czincz, J., & Hechanova, R. (2009). Internet addiction: Debating the diagnosis. *Journal of Technology in Human Services*, 27(4), 257–272. <https://doi.org/10.1080/15228830903329815>
- [17] Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195. doi: 10.1016/S0747-5632(00)00041-8
- [18] Dangkrung, S., WannaUeumol, T., Yodming, P., & Sirithongthaworn, S. (2013). Relationships between Internet Addiction and Loneliness, and Internet Addiction and Teenage Social Skills: A Case Study of Mathayom Suksa Students in the Northern Region. *International Journal of Child Development and Mental Health*, 1(2), 26–30.
- [19] Diomidious, Mariana., et al. social and psychological effect of the internet use. *Acta Inform Med.* 2016 Feb; 24(1): 66–68. Published online 2016 Feb 2. doi:10.5455/aim.2016.24.66-68
- [20] Elksnin & Elksnin. (2007). Keterampilan Sosial pada Anak Menengah Akhir. diakses dari <http://f4jar.multiply.com/journal/item/191>.
- [21] Frangos, C. C., Frangos, C. C., & Sotiropoulos, I. (2011). Problematic Internet Use among Greek university students: an ordinal logistic regression with risk factors of negative psychological beliefs, pornographic sites, and online games. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 14(1-2), 51–58. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0306>
- [22] Garvin (2019). Hubungan antara kesepian dengan *problematic internet use* pada remaja. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*. 8 (1). 15-19. <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v8i1.2384>
- [23] Hidayatullah. (2020, Mei 16). *Memahami jenis-jenis media sosial*. <https://marketingcraft.getcraft.com/id-articles/memahami-jenis-jenis-media-sosial>
- [24] Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- [25] Jenaabadi, H., & Fatehrad, G. (2015). A Study of the Relationship between Internet Dependence and Social Skills of Students of Medical Sciences. *Mathematical Models and Methods in Applied Sciences*, 9, 49.
- [26] Kemp, S. (2020, 18 Februari). *Digital 2020: Indonesia*. <https://datareportal.com/reports/digital-2020-indonesia>

- [27] Kim, J., Larose, R., & Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic internet use: The relationship between internet use and psychological well-being. *Cyberpsychology and Behavior*, 12(4), 451–455. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0327>
- [28] Kumparan. (2020, 21 Februari). *Riset: 64% penduduk Indonesia sudah pakai internet*. <https://kumparan.com/kumparantech/riset-64-penduduk-indonesia-sudah-pakai-internet-1ssUCDbKILp/full>
- [29] Majorsy et al. Hubungan antara keterampilan sosial dan kecanduan situs jejaring sosial pada masa dewasa awal. *Proceeding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil)*. 5. 78-84.
- [30] Mami, S., & Hatami-Zad, A. (2014). Investigating the effect of Internet Addiction on Social Skills and in High School Students' Achievement.
- [31] Michelson, L., Sugai, D. P., Wood, R. P., & Kazdin, A. E. (2013). Social skills assessment and training with children: An empirically based handbook. Springer Science & Business Media.
- [32] Mursid, F dan Maharani, E. (2020, 30 September). *Kominfo: Pengguna internet di Indonesia capai 175,5 juta*. <https://republika.co.id/berita/qhgibx335/kominfo-pengguna-internet-di-indonesia-capai-1755-juta-jiwa>
- [33] Monks, F.J., Knoers. A.M.P & Hadinoto, S.R. (2001). Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- [34] Moretta, T., & Buodo, G. (2020). Problematic Internet Use and Loneliness: How Complex Is the Relationship? A Short Literature Review. *Current Addiction Reports*, 7(2), 125–136. <https://doi.org/10.1007/s40429-020-00305-z>
- [35] Mossberger, K., Tolbert, C. J., & McNeal, R. S. (2008). Digital citizenship. The internet, society, and participation. The MIT Press.
- [36] Nasrullah, Rulli. (2015). *Media sosial Perspektif Komunikasi ,Budaya, dan Sosioteknologi*. Simbiosis Rekatama Media.
- [37] Nugraini, I dan Ramdhani, N. Keterampilan sosial menjaga kesejahteraan psikologis pengguna internet. *Jurnal Psikologi*. 43 (3). 183-193.
- [38] Padilla-Walker, L. M., Coyne, S. M., Fraser, A. M., Dyer, W. J., & Yorgason, J. B. (2012). Parents and adolescents growing up in the digital age: Latent growth curve analysis of proactive media monitoring. *Journal of Adolescence*, 35(5), 1153–1165. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.03.005>
- [39] Reynaldo, R., & Sokang, Y. A. (2016). Mahasiswa dan Internet: Dua Sisi Mata Uang? Problematic Internet Use pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 43(2), 107. <https://doi.org/10.22146/jpsi.17276>
- [40] Riggio, R.E. (1986). Assessment of Basic Social Skills. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 649-660.
- [41] Ruyandy, R., & Kartasasmita, S. (2021). The Effect of FoMO as a Mediator of Big-Five Personality Relationship with Problematic Internet Use Among Emerging Adulthood. *Proceedings of the International Conference on Economics, Business, Social, and Humanities (ICEBSH 2021)*, 570(Icebsh), 356–364. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210805.058>
- [42] Romero-López, M., Pichardo, C., De Hoces, I., & García-Berbén, T. (2021). Problematic Internet Use among University Students and Its Relationship with Social Skills. *Brain sciences*, 11(10), 1301. <https://doi.org/10.3390/brainsci11101301>
- [43] Sari, T. P., & Rinaldi, R. (2019). Hubungan Kecanduan Mengakses Instagram dengan Keterampilan Sosial pada Mahasiswa Psikologi UNP. *Jurnal Riset Psikologi*, 2019(3).
- [44] Sherer, K. (1997). College life on-line: Healthy and unhealthy Internet use. *Journal of College Student Development*, 38(6), 655–665.
- [45] Spada, M.M. (2014). An overview of problematic internet use. *Addictive behaviors*. 39

- (2); 3-6.
- [46] Sumaryanti, I. U., Azizah, S., Diantina, F. P., & Nawangsih, E. (2019). Personality and Social Media Addiction Among College Students. In 2nd Social and Humaniora Research Symposium (SoRes 2019) (pp. 376-379). Atlantis Press.
 - [47] Wu, Y. (2008). Social skill in the workplace : what is social skill and how does it matter?
 - [48] Young, K. S. (1996). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1, 237-244.
<http://www.netaddiction.com/articles/newdisorder.pdf>
<http://dx.doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
 - [49] Zeedyk, Cohen, Eisenhower dan Blacher, (2016). Perceived social competence and loneliness among young children with ASD: Child, parent and teacher reports *Journal of Autism and Developmental Disorders* volume 46, pages436–449 (2016).
 - [50] Putri, Balqis Andini, Wahyudi, Hedi (2022). Hubungan Antara Problematic Internet Use dengan Subjective Well Being Anak dan Remaja. *Jurnal Riset Psikologi* 2(1). 13-20.