

## **Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Perasaan Kesepian Pada Remaja (Studi Pada Siswa-Siswi Kelas XI MAN 2 Parigi)**

### **The Effect of Using Social Media on Feelings of Loneliness in Adolescents (Study of Class XI MAN 2 Parigi Students)**

**Siti Ainunsiah<sup>1</sup> Dwi Rohma Wulandari<sup>2</sup> Muh. Isa Yusaputra<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Universitas Tadulako  
<sup>1,2,3</sup>Jl. Soekarno Hatta Km. 9, Palu, Sulawesi Tengah, Indonesia  
Email: <sup>2</sup>[rohma@untad.ac.id](mailto:rohma@untad.ac.id)

Received : July 29, 2023 ; Revised: August 17, 2023; Accepted: August 29, 2023

#### **Abstract**

*This study aims to determine the significant effect of the use of social media on feelings of loneliness in class XI MAN 2 Parigi students. This study uses the uses and effects theory, namely the intensity of media use, message content, and the user's relationship with media content. This study uses an explanatory type with a quantitative approach. The sample in this study amounted to 76 respondents, namely students of class XI IPA 1, XI IPA 2, XI IPS, and XI Religion with data collection techniques using an offline questionnaire. For data analysis, this study used multiple linear regression analysis with the help of the SPSS version 26 program. The results of this study indicate that there is an R coefficient value of 0.393 which according to the Guilford category means that there is a low influence between the variable use of social media (X) on feelings of loneliness (Y) with an R-Square value of 0.155 indicating that the use of social media has an effect of 15, 5% of feelings of loneliness in adolescents. Testing the hypothesis in this study by comparing the F-count > F-table value (4.931 > 2.732) and comparing the sig. 0.007 < 0.05. With this it can be concluded that to accept Ha and Ho is rejected. This can be interpreted that variable X (use of social media) has a significant effect on variable Y (feelings of loneliness).*

**Keywords:** Adolescents; Lonely; Social Media

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh yang signifikan antara penggunaan media sosial terhadap perasaan kesepian pada siswa-siswi kelas XI MAN 2 Parigi. Penelitian ini menggunakan teori *uses and effects* yaitu intensitas penggunaan media, isi pesan, dan hubungan pengguna dengan isi media. Penelitian ini menggunakan tipe eksplanatif dengan pendekatan kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 76 responden yakni siswa-siswi kelas XI IPA 1, XI IPA 2, XI IPS, dan XI Agama dengan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner secara offline. Untuk analisis data penelitian ini menggunakan analisis regresi linear berganda dengan bantuan Program SPSS versi 26. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya nilai koefisien R sebesar 0,393 yang menurut kategori Guilford berarti terdapat pengaruh rendah antara variabel penggunaan media sosial (X) terhadap perasaan kesepian (Y) dengan nilai R-Square sebesar 0,155 yang menunjukkan bahwa penggunaan media sosial berpengaruh sebesar 15,5% terhadap perasaan kesepian pada remaja. Pengujian hipotesis pada penelitian ini dengan membandingkan nilai F-hitung > F-tabel sebesar (4,931 > 2,732) dan membandingkan nilai sig. 0,007 < 0,05. Dengan ini dapat disimpulkan untuk menerima Ha dan Ho ditolak. Hal tersebut dapat diartikan bahwa variabel X (penggunaan media sosial) berpengaruh secara signifikan terhadap variabel Y (perasaan kesepian).

**Kata Kunci:** Kesepian; Media Sosial; Remaja

## 1. Pendahuluan

Perkembangan teknologi dalam bidang komunikasi sangat diperlukan sebagai alat untuk menyebarkan informasi atau pesan atau dapat juga disebut sebagai saluran komunikasi. Internet merupakan salah satu teknologi yang sangat penting dalam komunikasi. Perkembangan baru dalam teknologi komunikasi seperti internet menyebabkan muncul berbagai jenis media massa dan *new media* (media baru) dengan beragam jenis dan fungsi.

*New media* atau media baru muncul dari berbagai inovasi media lama yang kurang relevan lagi dengan perkembangan teknologi di masa sekarang. Media massa seperti koran, majalah, dan televisi berproses dan beradaptasi dalam bentuk media baru dengan format digital yang penyebarannya melalui jaringan internet. Salah satu bentuk dari inovasi teknologi komunikasi media baru yakni media sosial. Media sosial menjadi ruang baru yang memberi tempat terhadap kebebasan setiap orang untuk mengekspresikan diri. Arus informasi bergerak begitu cepat. Kabar berita dari pelosok bisa menyebar dalam hitungan menit dan semua pengguna media sosial bisa mengetahuinya, baik mereka yang ada di pelosok, kota, dan bahkan di belahan dunia lain. Media sosial membuat dunia seakan tidak ada sekat, semua orang dengan mudahnya bisa berinteraksi terhadap bermacam kepentingan (Priyono et al., 2014).

Media sosial yang marak belakangan ini seperti *facebook*, *instagram*, *twitter*, *whatsapp*, *tiktok*, *youtube*, *line*, dan lainnya adalah produk teknologi media baru yang kini sedang digemari banyak kalangan. Mulai dari anak-anak, remaja, dewasa hingga lansia juga dari berbagai latar pekerjaan seperti karyawan swasta, pegawai negeri, petani dan profesi lainnya yang berasal dari kota besar hingga daerah pelosok telah berselancar di media sosial. Pada Januari 2023, tercatat sebanyak 167 juta pengguna media sosial dari total 276,4

juta populasi penduduk di Indonesia (We Are Social, 2023).

Remaja merupakan pemilik dan pengakses media sosial terbesar, memiliki efek yang sangat besar, dan merespon cepat. Penggunaan media sosial yang kurang bijak dapat berakibat langsung pada sikap tidak peduli terhadap lingkungan. Misalnya saat berkumpul dengan keluarga, masing-masing anggota keluarga malah sibuk dengan gawainya masing-masing, saat berkumpul dengan teman sebaya, biasanya remaja akan disibukkan dengan media sosialnya masing-masing. Sangat disayangkan penggunaan media sosial yang kian merebak kini menjadikab manusia semakin individualis. Isi media sosial yang nampak ramai, membuat penggunanya tidak memperhatikan orang-orang secara nyata disekitarnya. Sehingga hubungan sosial dengan orang disekitarnya menjadi jauh dan memunculkan rasa kesepian atas dirinya sendiri.

Kesepian berarti suatu keadaan mental dan emosional yang dicirikan oleh adanya perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain. Tidak sedikit orang yang berkumpul namun dalam keadaan hening dan menunduk mengakses media sosial di gadget masing-masing. Sangat disayangkan jika keadaan tersebut juga terjadi dalam berbagai lingkungan sekitar. Individu yang merasakan kesepian dalam kondisi banyak orang. Pada penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kesepian tidak berpengaruh terhadap kecenderungan nomofobia, kemudian pengendalian diri berpengaruh negatif terhadap kecenderungan nomofobia. (Aprilia, 2020). Kemudian pada scala pengukuran *UCLA Loneliness Scale*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan sosial memiliki pengaruh yang lebih kuat dibandingkan kesepian, dikarenakan mahasiswa yang mengalami kecemasan sosial lebih membutuhkan hubungan yang

tetap dan aman ketika menjalin komunikasi, sehingga dengan adanya media sosial Instagram dapat menjadi ruang virtual untuk mencari kedamaian. Persamaan dalam penelitian ini adalah penggunaan alat ukur *UCLA Loneliness Scale* untuk menentukan tingkat rasa kesepian seseorang, sedangkan perbedaan penelitian adalah subjek penelitian yakni mahasiswa dan siswa SMA, juga penggunaan media sosial secara umum dan terkhusus Instagram (Sari, 46:2022).

## **2. Kerangka Teori**

### **New Media**

*New media* merupakan media yang menggunakan internet, media online berbasis teknologi, berkarakter fleksibel, berpotensi interaktif dan dapat berfungsi secara privat maupun publik (Mondry, 2008). *New media* memiliki karakteristik khusus yaitu untuk menciptakan ilusi seperti pada komunikasi tatap muka yang tampak nyata. Terdapat peluang yang timbul dari komunikasi melalui media baru, orang-orang tidak lagi berinteraksi secara spesifik (jarak fisik) dengan tujuan berpartisipasi dalam komunikasi dengan masyarakat.

### **Media Sosial**

Dave Kerpen dalam bukunya yang bertajuk *Likeable Social Media* yang terbit pada tahun 2011 mengemukakan bahwa media sosial memiliki definisi suatu tempat kumpulan gambar, video, tulisan hingga hubungan interaksi dalam jaringan, baik itu antar individu maupun antar kelompok seperti organisasi (Umam, 2021).

### **Remaja**

Pandangan ini diungkapkan oleh Piaget yakni secara psikologis, masa remaja adalah usia saat individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia saat anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua, melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya

dalam masalah hak (AL-Mighwar, 2011). Hurlock menyebutkan bahwa pada masa remaja awal terjadi gejala-gejala yang disebut dengan gejala fase negatif dengan pokok-pokok uraian sebagai berikut; keinginan untuk menyendiri, jurangnya kemauan untuk bekerja, kurangnya koordinasi fungsi-fungsi-fungsi tubuh, kejemuhan, kegelisahan, konflik sosial, penantangan terhadap kewibawaan orang dewasa, kepekaan perasaan, mulai timbul minat pada lawan seks, kepekaan perasaan susila, dan kesukaan berkhayal (AL-Mighwar, 33:2011).

### **Kesepian**

Peplau dan Perlman dalam (Anshori, 2020) menjelaskan bahwa kesepian adalah kondisi yang tidak menyenangkan dan berdasarkan pengalaman berhubungan dengan orang lain, tidak mencukupinya kebutuhan akan bentuk hubungan yang akrab dan intimasi. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teori yang dikemukakan oleh Russel (1996) dalam (Lestari, 2020) yang menjelaskan kesepian adalah perasaan subjektif individu dikarenakan tidak adanya keeretan hubungan. Russel menjelaskan bahwa aspek-aspek kesepian disusun berdasarkan alat ukur *UCLA Loneliness scale* yang meliputi: a) *Personality* atau kepribadian adalah suatu kesatuan dari sistem-sistem psikofisik yang menentukan karakteristik perilaku dan cara berpikir individu. Individu mengalami kesepian karena disebabkan oleh kepribadian mereka atau adanya pola yang lebih stabil dari perasaan kesepian yang terkadang berubah dalam situasi tertentu, b) *Social diserability* adalah kesepian yang terjadi karena individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan pada kehidupan di lingkungannya. Hal ini disebabkan oleh adanya keinginan individu untuk membentuk atau membangun kehidupan sosial yang disenangi pada kehidupan individu. c) *Depression* atau depresi yaitu kesepian yang terjadi merupakan salah satu

gangguan alam perasaan atau tekanan dalam diri individu yang ditandai dengan sikap dan perasaan tidak berharga, tidak bersemangat, murung, bersedih hati dan ketakutan pada kegagalan.

### **Teori Uses and Effects**

Pendekatan teori *uses and gratifications* dan teori tradisional mengenai efek Windahl mengusulkan penggabungan efek dan kegunaan dan tradisi gratifikasi dan telah mengusulkan model “penggunaan dan efek” yang memperlakukan hasil gabungan dari isi media dan penggunaan media sebagai “konsekuensi”. Jika isi media akan menghasilkan efek tertentu, maka penggunaan media akan menghasilkan konsekuensi tertentu pula, dan keduanya terjadi secara simultan. Menurut Rosengren dalam (Fauziyah & Trigartanti, 2015) penggunaan media terdiri dari beberapa indikator yakni intensitas penggunaan media, isi pesan, dan hubungan pengguna dengan isi media. Intensitas penggunaan media dapat diukur dengan frekuensi dan durasi penggunaan oleh penggunaannya. Durasi penggunaan media dapat dikatakan tinggi jika  $\geq 3$  jam/hari dan frekuensi penggunaan media dapat dikatakan tinggi jika  $\geq 4$  kali/hari (Neti 48 et al., 2017).

Isi pesan dalam penggunaan media sosial dapat dilihat dari isi atau informasi yang terdapat dalam sosial media, dan dapat diukur dengan indikator kejelasan pesan, kelengkapan pesan serta aktualitas pesan. Soemirat dan Ardianto dalam (Fauziyah & Trigartanti, 2015) menyebutkan bahwa kejelasan isi pesan adalah pesan yang disampaikan tidak berbelit-belit, bukan kalimat yang rumit dan sulit dimengerti, sebaiknya pilihan kata-kata haruslah yang sudah diketahui umum. Sedangkan kelengkapan isi pesan menurut Nitisemito dalam (Fauziyah & Trigartanti, 2015) maksudnya adalah komunikasi yang disampaikan haruslah

lengkap, sehingga tidak menimbulkan keraguan bagi penerima pesan. Nitisemito juga mengartikan aktualitas pesan sebagai kejadian-kejadian dan isi yang dimuat baru terjadi, masih ramai dibicarakan dan baru pertama kali menjadi pengetahuan khalayak. Dalam hal ini informasi yang baik harus memiliki karakteristik keakuratan dari informasi, informasi harus selalu *update* dan mudah untuk dimengerti.

### **Teori Stimulus-Organism-Respon (S-O-R)**

Hovland dalam (Hanifarrahm, 2012) mengatakan bahwa proses perubahan perilaku pada hakekatnya sama dengan proses belajar. Proses perubahan sikap tampak bahwa sikap dapat berubah, hanya jika stimulus yang menerpa benar-benar melebihi semula. Jika dikaitkan dengan penelitian ini, pada dasarnya pengguna media sosial yang diberikan stimulus atau rangsangan dalam bentuk pesan akan memberikan reaksi khusus terhadap stimulus yang disampaikan dengan teknik-teknik penyampaian sebuah pesan yang menarik. Apabila ada perhatian dan ketertarikan siswa-siswa dalam menggunakan media sosial, maka siswa-siswi akan memiliki kecenderungan terhadap perasaan kesepian dan begitu juga sebaliknya.

### **3. Metode Penelitian**

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner merupakan Teknik pengumpulan data yang berupa daftar pertanyaan atau pernyataan yang diberikan kepada responden. Dalam penelitian kuantitatif, sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2018). Dalam penelitian ini, teknik penarikan sampel dilakukan dengan metode *proportionate stratified random sampling*, Teknik ini hampir sama dengan *simple random sampling*, tetapi penentuan sampelnya memperhatikan tingkatan dalam populasi (Abidin, 2015).

Penentuan sampel dalam penelitian menggunakan rumus Slovin. Rumus Slovin digunakan untuk menentukan ukuran sampel dari populasi yang diketahui jumlahnya. Populasi dalam penelitian ini sejumlah 94 orang dan sampel yang diketahui menggunakan rumus slovin adalah sejumlah 76 orang. Dan akan dianalisis menggunakan metode analisis regresi linear berganda.

Pada penggunaan media diukur berdasarkan Intensitas Penggunaan yakni derajat perilaku seseorang dalam mempergunakan suatu media; 1.) Frekuensi dapat diartikan dengan seringnya kegiatan menggunakan media dilaksanakan dalam periode waktu tertentu, 2.) Durasi penggunaan media dimana akan menghitung berapa lama khalayak bergabung dengan isi media (berkaitan dengan waktu). Isi pesan dimaksudkan dengan isi atau informasi yang disampaikan dalam media sosial yang mencakup kejelasan pesan, kelengkapan pesan dan aktualitas pesan. Hubungan antara individu konsumen media dengan isi media yakni suatu hubungan kepuasan atau ketidakpuasan pengguna media dengan isi darimedia yang digunakan.

Pada variabel kesepian melalui fenomena ketika seseorang merasakan sedikitnya perhatian yang diterima ditambah sedikitnya hubungan sosial yang dimiliki. Perasaan kesepian dalam penelitian ini menggunakan pendekatan aspek kesepian menurut Russel yang digunakan sebagai dasar penyusunan *UCLA Loneliness Scale: Personality* yakni adanya pola yang lebih stabil dari perasaan kesepian yang terkadang berubah dalam situasi tertentu, atau individu yang mengalami kesepian karena disebabkan kepribadian mereka. *Sosial Desirability* adalah kehidupan sosial yang seseorang inginkan dalam kehidupannya. *Depression* atau depresi merupakan sikap dan perasaan yang dicirikan dengan adanya perasaan tidak berharga, tidak bersemangat, murung, bersedih hati dan cenderung pada

kegagalan.

#### 4. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil uji validitas yang telah dilakukan, terbukti bahwa item-item yang diuji pada variabel penggunaan media sosial yang terdiri dari indikator intensitas penggunaan media, isi pesan dan hubungan pengguna dengan isi pesan memiliki nilai  $r$ -hitung  $>$   $r$ -tabel yang kemudian dinyatakan valid. Begitu pula pada item-item yang diuji pada variabel perasaan kesepian yang diukur dengan *UCLA Loneliness Scale* yang terdiri dari *personality*, *social diserability* dan *depression* dinyatakan valid, meskipun ada beberapa item yang kemudian digugurkan sebab  $r$ -hitung  $<$   $r$ -tabel maka dinyatakan tidak valid.

Tabel 1 variabel X

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.691	13

Sumber: olah data peneliti

Berdasarkan tersebut, menunjukkan bahwa nilai Cronbach's Alpha pada variabel x yaitu 0,691 maka dapat dinyatakan reliabel karena lebih besar dari daripada 0,60.

Tabel 2 variabel Y

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.755	17

Sumber: olah data peneliti

Nilai Cronbach's Alpha pada variabel y yaitu 0,755 maka dapat dinyatakan reliabel karena lebih besar daripada 0,60.

Tabel 3 Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.393 <sup>a</sup>	.155	.119	5.99923
a. Predictors: (Constant), Hubungan Pengguna dengan Isi Media, Intensitas Penggunaan Media, Isi Pesan				

Sumber: olah data peneliti

Variabel dalam penelitian ini memiliki nilai koefisien  $R = 0,393$  yang artinya menurut kategori Guilford terdapat pengaruh yang rendah antara variabel penggunaan media sosial (X) terhadap variabel perasaan kesepian (Y). Nilai  $r$ -square pada tabel tersebut menunjukkan hasil  $0,155$  yang berarti bahwa penggunaan media sosial memiliki pengaruh  $15,5\%$  terhadap perasaan kesepian. Serta adjusted  $r$ -square dengan nilai  $0,119$  yang berarti bahwa penggunaan media sosial dapat menjelaskan  $11,9\%$  dari perasaan kesepian.

Berdasarkan teori *uses and effect* yang dikemukakan oleh Sven Windahl, bahwa penggunaan media menyebabkan terjadinya suatu hasil yakni konsekuensi dan efek yang disebut *consequences*. Dalam penelitian ini, teori untuk menganalisis penggunaan media sosial menggunakan *uses and effect* meliputi 3 aspek menurut Sven Windahl yakni intensitas penggunaan media yang meliputi frekuensi dan durasi, isi pesan yang meliputi kejelasan, kelengkapan dan aktualitas pesan juga hubungan pengguna dengan isi media yakni kepuasan pengguna setelah menggunakan media sosial yang kemudian digunakan untuk menganalisis pengaruhnya terhadap perasaan kesepian pada remaja yang diukur dengan melihat *personality, social desirability* dan *depression*.

Secara parsial masing-masing dimensi intensitas penggunaan media dan isi pesan masuk dalam kategori sangat lemah terhadap perasaan kesepian pada remaja. Hanya dimensi hubungan pengguna dengan isi media yang berpengaruh signifikan terhadap perasaan kesepian. Namun berdasarkan hasil uji  $f$ , seluruh dimensi secara simultan atau bersama-sama mempengaruhi perasaan kesepian pada remaja. Hal ini sejalan dengan anggapan bahwa hasil ditentukan sebagian oleh isi media (melalui perantara penggunaannya) dan sebagian lain oleh penggunaan media itu sendiri. Oleh karenanya ada dua proses yang bekerja secara serempak, yang bersama-sama menyebabkan terjadinya suatu hasil yang disebut "*consequences*" (gabungan antara konsekuensi dan efek). Jika isi media akan menghasilkan efek

tertentu, maka penggunaan media akan menghasilkan konsekuensi tertentu pula, dan keduanya terjadi secara simultan. Maka berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ketika diuji secara parsial, variabel  $X_1$  dan  $X_2$  menunjukkan hasil yang lemah tetapi ketika diuji secara simultan antara variabel  $X_1$ ,  $X_2$  dan  $X_3$  maka menunjukkan hasil yang signifikan terhadap variabel  $y$  yakni perasaan kesepian pada remaja.

Variabel penggunaan media sosial berpengaruh signifikan terhadap perasaan kesepian siswa-siswi kelas XI MAN 2 Parigi. Hal ini sejalan dengan teori yang diungkapkan oleh Sven Windahl yang menyebutkan bahwa penggunaan media sosial menimbulkan konsekuensi dan efek yakni pada perasaan kesepian siswa-siswi itu sendiri. Dalam penelitian ini penggunaan media sosial yang dilakukan oleh siswa-siswi mampu memberikan konsekuensi dan efek pada perasaan mereka yang berakhir dengan terbentuknya perasaan kesepian.

Penjelasan di atas juga sejalan dengan teori S-O-R, dapat dilihat bahwa pada dasarnya pengguna media sosial yang diberikan stimulus atau rangsangan dalam bentuk pesan akan memberikan reaksi khusus terhadap stimulus yang disampaikan dengan teknik-teknik penyampaian sebuah pesan yang menarik. Apabila ada perhatian dan ketertarikan siswa-siswa dalam menggunakan media sosial, maka siswa-siswi akan memiliki kecenderungan terhadap perasaan kesepian dan begitu juga sebaliknya, stimulus atau pesan yang disampaikan kepada komunikan melalui media sosial yang diterima oleh remaja yang kemudian menimbulkan respon atau efek. Akhirnya dengan dukungan fasilitas serta dorongan dari lingkungan maka stimulus tersebut mempunyai efek tindakan dari individu tersebut (perubahan perilaku).

Proses perubahan sikap tampak bahwa sikap dapat berubah, hanya jika stimulus yang menerpa benar-benar melebihi semula. Sesuai dengan penurutan Hurlock dalam (AL-Mighwar, 2011) bahwa perkembangan remaja dan perubahan-perubahan yang menyertainya salah satunya dipengaruhi oleh lingkungan.

Timbulnya sikap, perasaan atau emosi itu, baik positif maupun negatif merupakan hasil pengamatan dari pengalaman individu secara unik dengan benda-benda fisik dilingkungannya. Teori S-O-R ini menyatakan bahwa stimulus atau pesan yang disampaikan dalam penelitian ini mendorong remaja untuk memberikan respon dengan cara melihat atau membaca isi pesan dalam media sosial yang menimbulkan efek pada perasaan kesepian.

Stimulus yang didapat dari penggunaan media sosial akhirnya dengan dukungan fasilitas serta dorongan dari lingkungan maka stimulus tersebut mempunyai efek tindakan dari individu tersebut (perubahan perilaku). Proses perubahan sikap tampak bahwa sikap dapat berubah, hanya jika stimulus yang menimpa benar-benar melebihi semula, dengan kata lain perasaan kesepian terbentuk karena stimulus yang diterima melebihi batas wajar. Perasaan kesepian yang membuat remaja sibuk dengan dunia maya dan kemudian menghindari interaksi secara langsung sebab hubungannya menjadi renggang dengan orang disekitarnya secara nyata ini sesuai dengan karakteristik media sebagai medium berlangsungnya masyarakat di dunia virtual. Media sosial memiliki keunikan tidak diteliti dalam penelitian ini. remaja dalam menggunakan media sosial, mulai dari intensitas penggunaan media yang dilihat dari durasi dan frekuensi mengakses media sosial yang masuk kategorisering (kecanduan), berhati-hati terhadap kejelasan serta kelengkapan isi pesan, juga hubungan responden dengan isi media yang dilihat dari kepuasan dalam menggunakan media sehingga hal tersebut dapat membentuk perasaan kesepian dalam diri. dan pola yang dalam banyak kasus berbeda dan tidak dijumpai dalam tatanan masyarakat yang sesungguhnya.

Hasil penelitian ini juga secara tidak langsung mengungkapkan perilaku dipengaruhi oleh indikator lain yang Berdasarkan hasil penelitian ini juga dapat dinilai bahwa penggunaan media sosial terkait intensitas penggunaan media, isi pesan dan hubungan pengguna dengan isi media terhadap perasaan kesepian pada

remaja yang pada penelitian ini yakni siswasiswi kelas XI MAN 2 Parigi terdapat pengaruh yang rendah sebesar 15,5% dan sisanya sebesar 84,5% diakibatkan oleh variable lain. Dengan demikian maka  $H_0$  dalam penelitian ini ditolak dan  $H_a$  dalam penelitian ini diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penggunaan media sosial terhadap perasaan kesepian pada remaja.

## 5. Simpulan

Dari hasil uji hipotesis melalui uji F secara simultan yang diuji menggunakan SPSS versi 26 maka diperoleh nilai F-hitung sebesar  $4.391 >$  nilai F-tabel 2.732 dengan tingkat signifikansi lebih kecil dari taraf nyata ( $0,007 < 0,05$ ), dengan demikian dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  dalam penelitian ini ditolak dan  $H_a$  diterima atau seluruh variable x (intensitas penggunaan media, isi pesan, dan hubungan pengguna dengan isi media) berpengaruh secara signifikan terhadap variabel perasaan kesepian. Penggunaan media sosial memiliki nilai koefisien R sebesar 0,393 yang artinya memiliki pengaruh rendah terhadap perasaan kesepian pada remaja dengan R-Square 0,155 atau memiliki pengaruh sebesar 15,5% dan sisanya yakni 84,5%. Berdasarkan temuan penelitian ini diharapkan para pelajar untuk mengurangi intensitas penggunaan media sosial agar selalu tetap di batas wajar yakni di bawah 3 jam sehari dan mengakses media sosial dibawah 4 kali sehari agar terbentuknya perasaan kesepian dapat dikurangi dan dicegah.

## Daftar Pustaka

- Abidin, Y. Z. (2015). *Metode Penelitian Komunikasi (Penelitian Kuantitatif: Teori dan Aplikasi)* (Vol. 1). CV Pustaka Setia.
- AL-Mighwar, M. (2011). *Psikologi Remaja*. CV Pustaka Setia.
- Alyusi, Sh. D. (2016). *Media Sosial: Interaksi, Identitas dan Modal Sosial*

- (1st ed.). Kencana.
- Anshori, H. (2020). *Hubungan Komunikasi Interpersonal Dengan Alone Together Di Ruang Publik*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Aprilia, N. (2020). Pengaruh Kesepian dan Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Ketergantungan Terhadap Ponsel. *Psikoborneo*, 8(2), 249–254.
- Ardial. (2015). *Paradigma dan Model Penelitian Komunikasi* (R. Damayanti, Ed.; 2<sup>nd</sup> ed.). PT Bumi Aksara.
- Fauziyah, H. I., & Trigartanti, W. (2015). Penggunaan Media Internal Sebagai Sarana Pemenuhan Kebutuhan Informasi. *Prosiding Penelitian SPeSTA 2015*, 2–15.
- Hanifarrahm. (2012, June 1). *Teori Behaviorial dan Kognitif*. Wordpress.Com.
- Krisnadi, B., & Amalia Adhandayani. (2022). Kecanduan Media Sosial Pada Dewasa Awal: Apakah Dampak Dari Kesepian? *JCA Psikologi*, 3(1), 47–53.
- Lestari, J. (2020). *Hubungan Antara Kemampuan Berafiliasi Dengan Kesepian Pada Mahasiswa Kost Di Jakarta Timur*. Universitas Persada Indonesia Y.A.I.
- Mondry. (2008). *Pemahaman Teori dan Praktek Jurnalistik*. Bogor. Ghalia Indonesia.
- Nasrullah, R. (2015). *Media Sosial Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sosioteknologi*. Simbiosis Rekatama Media.
- Neti, U., Ulfah, M., & Syahrudin, H. (2017). *Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Prodi Pendidikan Ekonomi Universitas Tanjungpura*. 1–4.
- Priyono, A., Hamid, U., Obrigadoz, W., & Ariane, Z. (2014). Media Sosial Alat Gerakan Sipil. In *The Asia Foundation*
- Santrock, J. W. (2007). *Adolescence, Eleventh Edition* (11th ed., Vol. 1). Erlangga.
- Sari, C. (2022). Kesepian, Kecemasan Sosial Dan Problematic Internet Use Pada Mahasiswa Pengguna Instagram. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 67–78. <https://doi.org/10.35760/psi.2022.v15i1.4430>
- Setyanto, A. E., & Afenta A., A. P. (2021). *Metode Penelitian Komunikasi Kuantitatif* (Vol. 1). Pustaka Pelajar.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta.
- Umam. (2021). *Pengertian Media Sosial, Sejarah, Fungsi, Jenis, Manfaat, dan Perkembangannya*. Gramedia.Com.
- We Are Social. (2023, February 8). *Digital 2023 Indonesia (February 2023) v01*. Data Reportal.