

## KESEPIAN DAN PENGGUNAAN INTERNET BERMASALAH PADA MAHASISWA

Eka Setya Rini, Sri Muliati Abdullah, Martaria Rizky Rinaldi  
Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta  
*email* : [ekstyrn@gmail.com](mailto:ekstyrn@gmail.com)

Submitted: 2020-05-30

Published: 2020-12-02

DOI: 10.24036/rapun.v11i2.108790

Accepted: 2020-11-03

**Abstract: Loneliness And Problematic Internet Use Among College Students.** *The purpose of this study is to investigate the role of loneliness to problematic internet use among college students. Data collected from 120 participants with purposive sampling method. Data obtained by using problematic internet use scales and loneliness scales. The hypotheses were tested using product moment correlations. The result showed that  $r_{xy} = 0,721$  and  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Result showed that is a significant positive correlation between loneliness and problematic internet use among college students. The findings of the study demonstrated that the hypothesis is accepted, the higher level college student's loneliness the higher problematic internet use and vice versa. This result showed  $R^2$  of 0,52, meaning that 52% problematic internet use can be explained by loneliness.*

Keywords: loneliness, problematic internet use, college students

**Abstrak: Kesepian dan Penggunaan Internet Bermasalah Pada Mahasiswa.** Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan penggunaan internet bermasalah pada mahasiswa. Data dikumpulkan dengan Skala *Problematic Internet Use* dan Skala Kesepian dari 120 mahasiswa. Teknik purposive sampling digunakan untuk pemilihan subjek. Analisis data yang digunakan yaitu analisis korelasi *product moment*. Hasilnya  $r_{xy} = 0,721$ ,  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara kesepian dengan penggunaan internet bermasalah pada mahasiswa. Koefisien determinasi ( $R^2$ ) = 0,52, hal ini menunjukkan bahwa kesepian memiliki kontribusi sebesar 52% terhadap penggunaan internet bermasalah.

Kata kunci: kesepian, penggunaan internet bermasalah, mahasiswa

## PENDAHULUAN

Teknologi informasi dan komunikasi terus berkembang hingga saat ini. Adanya perkembangan teknologi informasi dan komunikasi tersebut dapat memberikan manfaat bagi masyarakat, hampir pada semua bidang kehidupan telah difasilitasi oleh sarana yang berbasis teknologi informasi dan komunikasi. Fasilitas yang memberikan manfaat pada masyarakat tersebut tentunya lebih memudahkan bagi masyarakat baik dari segi tenaga, waktu, maupun biaya yang tentunya hal tersebut menjadikan pemenuhan kebutuhan lebih efisien (Dwiningrum, 2012).

Bentuk dari teknologi informasi dan komunikasi adalah munculnya *interconnection-networking* atau internet. Internet sekarang sudah menjadi gaya hidup baru dan kebutuhan di seluruh dunia termasuk Indonesia. Perkembangan alat-alat komunikasi membuat pemenuhan akan kebutuhan internet menjadi semakin mudah (Nasrullah, 2015).

Saat ini semua aktivitas dapat dilakukan dengan media internet. Hal ini dikarenakan internet dapat digunakan untuk berbagi informasi dan berkomunikasi. Penggunaan internet tersebut dapat memudahkan

seseorang untuk melakukan berbagai kegiatan (Febrian, 2003).

Internet dapat digunakan untuk berbagai hal. Mengirim pesan dan akses media sosial merupakan aktivitas yang paling banyak digunakan (24,7% dan 18,9%). Selain itu, internet juga digunakan untuk mendapatkan informasi mengenai pekerjaan (11,5%), informasi tentang sekolah atau kuliah (9,6%), mengisi waktu luang (6,5%), bermain game (5,7%), membaca berita (5,5%), menonton film dan video (5%), dan berbagai macam penggunaan internet lain (APJII, 2018).

Di Indonesia, pengguna internet mengalami peningkatan setiap tahunnya. Pada tahun 2018 pengguna internet di Indonesia lebih dari separuh jumlah penduduk. Pengguna internet yaitu sekitar 64,8% dari seluruh penduduk di Indonesia. Angka tersebut meningkat dari tahun sebelumnya. Pada tahun 2017 tercatat sebanyak 54,68% dari seluruh jumlah penduduk di Indonesia merupakan pengguna internet (APJII, 2018). Kemudahan dalam mengakses dan keragaman fitur yang ada di internet membuat terjadinya peningkatan jumlah pengguna dan durasi dalam mengakses internet. Bertambahnya durasi dan aktivitas dalam penggunaan internet yang intensif menyebabkan terjadinya penggunaan

internet yang bermasalah. Hasil riset Cheng dan Li (2014) menunjukkan bahwa sekitar 182 juta jiwa pengguna internet berada di kondisi penggunaan internet yang bermasalah. Durasi waktu yang dipergunakan oleh pengguna internet begitu tinggi hingga mengabaikan makan dan minum serta aspek lain dalam kehidupan pribadi (Cheng & Li, 2014).

Penggunaan internet yang bermasalah dapat dialami oleh siapa saja terutama oleh pengguna internet aktif seperti mahasiswa. Hal ini dikarenakan mahasiswa dapat dengan mudah untuk mendapatkan akses internet ketika berada di lingkungan kampus. Sebagian besar mahasiswa menggunakan internet sebagai penunjang untuk berinteraksi dengan orang lain dan memperoleh informasi terkait dengan pendidikan (Bashir, Mahmood, & Shafique, 2008). Hasil survei APJII dengan Poling Indonesia pada tahun 2017 menunjukkan bahwa persentase pengguna internet paling banyak yaitu mahasiswa dengan presentase sebesar 88,24% pada mahasiswa tingkat S2 dan S3 serta pada tingkat S1 atau diploma sebesar 79,23% yang berarti status mahasiswa adalah status yang paling banyak dimiliki oleh pengguna internet saat mulai aktif menggunakan internet pada tahun 2017. Hal tersebut juga menunjukkan bahwa aktivitas mahasiswa baik yang bersifat

akademik maupun yang bersifat sosial banyak menggunakan internet.

Penggunaan internet pada mahasiswa yang tinggi dan intensif dapat bermasalah di saat mahasiswa merasa bahwa internet dapat memberikan kenyamanan dan percaya diri dalam melakukan interaksi menggunakan internet seperti media sosial dibandingkan dengan interaksi tatap muka dan bertemu langsung dengan orang lain, serta ketika mahasiswa memiliki motivasi dalam menggunakan internet untuk mengelola emosi serta perasaan negatif yang dirasakan. Internet digunakan oleh mahasiswa untuk mengubah perasaan menjadi lebih baik ketika sedang menunjukkan emosi negatif, seperti murung dan kesal (Caplan, 2010).

Ketika mahasiswa menggunakan internet secara berlebihan dan mengganggu keseharian maka mahasiswa menunjukkan gejala dari penggunaan internet bermasalah (PIB). Sejalan dengan hal tersebut, Reinaldo & Sokang (2016) juga mengungkapkan bahwa penggunaan internet dan berbagai aplikasi berbasis daring (*online*) yang dilakukan oleh mahasiswa dapat berpotensi menyebabkan PIB. Mahasiswa dengan PIB memiliki lebih banyak kesenangan dengan orang lain ketika dalam keadaan daring dan lebih cenderung berbagi rahasia pribadi secara daring. Hal tersebut membuat mahasiswa lebih banyak meluangkan

waktunya untuk daring. Czincz dan Hechanova (2009) mengungkapkan sekitar 4% hingga 10% mahasiswa memiliki potensi besar untuk mengalami gejala penggunaan internet yang bermasalah. Menurut Caplan (2010), penggunaan internet bermasalah (PIB) merupakan penunjuk karakteristik dari perilaku dan kognisi yang maladaptif dalam penggunaan internet yang memiliki dampak buruk pada beragam bidang termasuk akademik dan sosial. Caplan, Williams, & Yee (2009) mengungkapkan PIB adalah sindrom multidimensional yang terdiri dari simptom kognitif, emosional, dan perilaku yang mengakibatkan kesulitan seseorang dalam mengelola kehidupannya disaat luring (*offline*).

Karakteristik PIB, yaitu (1) keinginan untuk melakukan interaksi sosial secara daring, (2) regulasi mood/emosi, (3) kurangnya regulasi diri, dan (4) penggunaan internet kompulsif (Caplan, 2010). Davis (2001) berpendapat bahwa PIB muncul di sebagian besar dari lingkungan sosial yang tersedia *online*. Sebuah studi yang dilakukan oleh Morahan-Martin dan Schumacher menemukan bahwa penggunaan internet secara interpersonal membedakan pengguna yang penggunaan bermasalah dan pengguna yang penggunaannya kurang bermasalah. Berdasarkan studi tersebut pengguna

internet yang bermasalah cenderung menggunakan internet untuk kegiatan antarpribadi (misalnya, ruang obrolan (*chatting*), permainan interaktif, dan pesan instan) dan *online* untuk bertemu orang-orang, membentuk hubungan, dan mencari dukungan emosi (Morahan-Martin, 2007).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan sepuluh partisipan yang berstatus mahasiswa atau mahasiswi dari beberapa perguruan tinggi di Daerah Istimewa Yogyakarta pada tanggal 9 dan 10 Maret 2018 diperoleh hasil bahwa partisipan menunjukkan indikasi terpenuhinya gejala-gejala PIB yang dikemukakan oleh Caplan (2010). Observasi juga dilakukan di beberapa perguruan tinggi peneliti menemukan tampak mahasiswa yang tidak terlepas dari *mobile phone*, *tab* ataupun *notebook* yang merupakan perangkat untuk mengakses internet. Mahasiswa tetap menggunakan perangkat tersebut baik saat sendiri maupun saat bersama orang lain. Selanjutnya, mahasiswa juga menggunakan perangkat tersebut hampir setiap waktu saat mahasiswa senggang, saat menunggu perkuliahan yang akan dilakukan, bahkan saat perkuliahan berlangsung.

Terjadinya PIB pada seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor, misalnya faktor psikososial seperti kesepian, depresi, kecemasan sosial, dan sifat pemalu. Hal

tersebut disebabkan karena individu menggunakan internet untuk meredakan masalah psikososial yang dialami namun penggunaan internet tersebut justru menjadikan adanya permasalahan lain yaitu PIu . McKenna, Green, dan Gleason (2002) mengungkapkan bahwa pengguna internet dengan masalah psikososial seperti kesepian lebih dapat menyampaikan pendapat dan berekspresi dengan lebih baik ketika menggunakan internet di dunia maya dibandingkan di dunia nyata. Seperti halnya pada mahasiswa, penggunaan internet bermasalah pada mahasiswa berhubungan dengan adanya kesepian.

Mahasiswa dengan penggunaan internet bermasalah menghabiskan lebih banyak waktu dengan daring (*online*) dan memiliki lebih banyak kesenangan dengan orang lain ketika dalam keadaan daring (*online*) serta cenderung dapat berbagi rahasia pribadi secara daring (*online*). Hal tersebut membuat berkurangnya keterampilan interaksi sosial secara tatap muka pada mahasiswa (Caplan, 2003). Senada dengan hal tersebut, berkurangnya keterampilan interaksi sosial berhubungan perasaan negatif yang didefinisikan sebagai kesepian (Amalia, 2013).

Diungkapkan oleh Weiss (dalam Santrock, 2003) bahwa kesendirian bukanlah penyebab dari. Akan tetapi, ketika tidak terpenuhinya kebutuhan mengenai ikatan

sosial dan ketidakterediaan hubungan sosial yang dibutuhkan oleh seseorang. Kesepian merupakan keadaan mental dan emosional dengan ciri munculnya perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain. Kesepian juga diakibatkan dari sedikitnya hubungan dan hubungan yang kurang memuaskan (Marx dalam Baron & Byrne, 2005).

Cara mengatasi kesepian pada tiap orang berbeda. Saat ini internet dapat dijadikan median untuk mengurangi kesepian (McKenna & Bargh dalam Weiten & Llyod, 2006). Keuntungan menggunakan media internet yaitu dapat mengurangi kesepian dengan membentuk persahabatan daring. Keadaan tersebut menyebabkan kesempatan seseorang untuk berinteraksi sosial secara tatap muka menjadi minimal (Weiten & Llyod, 2006). Berkurangnya kesempatan untuk berinteraksi secara tatap muka menyebabkan seseorang memiliki persepsi negatif dengan ketrampilan sosial yang dimilikinya. Persepsi negatif yang dimiliki individu terhadap ketrampilan sosial dan komunikasinya dapat menyebabkan individu menjadi berlebihan dalam menggunakan internet karena interaksi sosial secara langsung berusaha dihindari (Morahan, 2003).

Menurut Eroglu, Pamuk, & Pamuk (2013) semakin tinggi kesepian yang dirasakan oleh mahasiswa, semakin tinggi pula

kecenderungan mahasiswa tersebut untuk menggunakan internet secara berlebihan, yang kemudian mengakibatkan mahasiswa tersebut mengalami penggunaan internet bermasalah. Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah ada hubungan antara kesepian dengan penggunaan internet bermasalah pada mahasiswa?

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif antara kesepian dengan penggunaan internet bermasalah pada mahasiswa.

## METODE

Penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif. Kriteria dari subjek pada penelitian ini yaitu mahasiswa pengguna internet.

Data penelitian dikumpulkan dengan dua skala, yaitu Skala *Problematic Internet Use* dan Skala Kesepian.

Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis korelasi *product moment* untuk menguji hubungan antara kesepian dengan penggunaan internet bermasalah. Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan komputer.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Peneliti melakukan uji prasyarat untuk mengetahui kelayakan data untuk dianalisis

lebih lanjut menggunakan teknik statistik. Uji prasyarat ada 2 yaitu: Uji Normalitas dan Uji Linieritas.

#### a. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas sebaran data dari variabel *problematic internet use* menunjukkan  $KS-Z = 0,064$ ,  $p = 0,200$  ( $p > 0,050$ ), artinya sebaran data variabel penggunaan internet bermasalah terdistribusi secara normal. Pada variabel kesepian menunjukkan  $KS-Z = 0,059$ ,  $p = 0,200$  ( $p > 0,050$ ), artinya sebaran data variabel kesepian terdistribusi secara normal.

#### b. Uji Linearitas

Hasil Uji linearitas menunjukkan  $F = 256,147$ ,  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), artinya hubungan antara penggunaan internet bermasalah dengan kesepian pada mahasiswa merupakan hubungan yang linier.

#### c. Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis menunjukkan  $r_{xy} = 0,721$  ( $p < 0,050$ ) berarti terdapat hubungan positif antara kesepian dengan penggunaan internet bermasalah pada mahasiswa.

### Pembahasan

Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara kesepian

dengan penggunaan internet bermasalah pada mahasiswa. Hal ini berarti semakin tinggi kesepian maka tingkat penggunaan internet bermasalah pada mahasiswa semakin tinggi, demikian pula sebaliknya.

Mahasiswa yang mengalami kesepian, terutama dengan *emotional loneliness* memanfaatkan internet untuk mengelola emosi dan perasaan negatif yang dirasakannya agar dapat menghilangkan kesepian yang dirasakannya namun hal tersebut menyebabkan masalah lain. Permasalahan lain yang timbul dapat berupa kesulitan untuk mengatur penggunaan internet, kesulitan untuk mengelola hubungan sosial yang sehat di dunia nyata, terganggunya aktivitas penting seperti kegiatan akademik ataupun pekerjaan dan berkurangnya kualitas maupun kuantitas hubungan sosial dengan orang terdekat. Hal tersebut dapat menyebabkan individu semakin menjauhkan diri dari aktivitas sosial ataupun interaksi sosial yang sehat sehingga menjadikan individu semakin kesepian yang menyebabkan individu tersebut mengalami penggunaan internet yang bermasalah (Kim, LaRose, & Peng, 2009).

Sesuai dengan hasil penelitian Weiten & Lloyd (2006) yang menunjukkan bahwa individu yang merasa dirinya kesepian akan lebih sering menunjukkan menggunakan internet sehingga menyebabkan gangguan

dalam fungsi kesehariannya. Sharifpoor, Khademi, & Afsaneh (2017) juga mengungkapkan bahwa individu yang mengalami kesepian terutama mahasiswa dengan *social loneliness* menghindari hubungan sosial dan interpersonal. Hal ini dikarenakan individu kesulitan dalam melakukan interaksi langsung sehingga individu lebih memilih untuk berinteraksi melalui media atau internet. Internet yang digunakan sebagai media untuk melakukan komunikasi akhirnya menimbulkan penggunaan internet yang bermasalah. Oleh karena itu, mahasiswa yang merasa kesepian menggunakan lebih banyak waktu di internet hingga menyebabkan *problematic internet use* untuk membangun pertemanan baru dan menghindar dari perasaan negatif yang diasosiasikan dengan kesepian (Skues, Williams, Oldmeadow, & Wise, 2016).

Kesepian berhubungan dengan *problematic internet use* yang dialami mahasiswa. Mahasiswa yang merasa kesepian cenderung menggunakan lebih banyak waktu di internet untuk membangun pertemanan baru dan menghindar dari perasaan negatif yang diasosiasikan dengan kesepian (Skues, Williams, Oldmeadow, & Wise, 2016). Peningkatan *problematic internet use* dikarenakan mahasiswa kesepian menggunakan internet secara berlebihan yang kemudian mendorong individu tersebut mengalami *problematic internet use* (Odad

& Kalkan, 2010). Selanjutnya, pada sebuah penelitian disebutkan semakin tinggi kesepian yang dirasakan oleh mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa tersebut untuk menggunakan internet secara berlebihan, yang kemudian hal ini mengakibatkan mahasiswa tersebut mengalami *problematic internet use* (Eroglu, Pamuk, & Pamuk, 2013).

Berdasarkan paparan di atas, menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima. Penerimaan hipotesis dalam penelitian ini berarti kesepian merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan penggunaan internet bermasalah pada mahasiswa dengan sumbangan efektif sebesar 52%.

Analisis tambahan berupa sumbangan efektif masing-masing aspek variabel kesepian terhadap variabel *problematic internet use*. Aspek dari variabel kesepian terdiri atas *social loneliness* dan *emotional loneliness*. Aspek *social loneliness* memiliki sumbangan efektif terhadap *problematic internet use* sebesar 29,8%. Aspek *emotional loneliness* memiliki sumbangan efektif terhadap *problematic internet use* sebesar 22,2%.

Hasil penelitian yang dilakukan dengan 120 subjek penelitian dapat diketahui bahwa mahasiswa *problematic internet use* berbeda-beda, diperoleh dari hasil kategorisasi *problematic internet use* pada

mahasiswa, menunjukkan terdapat ada 46 mahasiswa (38,33%) memiliki tingkat *problematic internet use* tinggi, 64 mahasiswa (53,33%) memiliki tingkat *problematic internet use* sedang dan 10 mahasiswa (8,33%) memiliki tingkat *problematic internet use* yang rendah. Hal tersebut menggambarkan *problematic internet use* pada mahasiswa dalam kategori sedang.

Hasil kategorisasi kesepian pada 120 subjek penelitian, diketahui terdapat 8 mahasiswa (6,67%) memiliki tingkat kesepian tinggi, 69 mahasiswa (57,5%) memiliki tingkat kesepian sedang dan 43 mahasiswa (35,83%) memiliki tingkat kesepian yang rendah. Hal tersebut menggambarkan kesepian pada mahasiswa dalam kategori sedang.

Hasil penelitian yang telah dilakukan, sumbangan efektif kesepian terhadap *problematic internet use* sebesar 52%. Hal ini menjelaskan bahwa kesepian berhubungan dengan *problematic internet use*. Sisanya *problematic internet use* pada mahasiswa 48% berhubungan dengan faktor lain yang belum dikaji dalam penelitian ini.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif antara kesepian dengan penggunaan internet bermasalah pada



mahasiswa. Hubungan positif antara antara kesepian dengan *problematic internet use* pada mahasiswa menggambarkan semakin tinggi kesepian yang dirasakan mahasiswa, semakin tinggi pula tingkat penggunaan internet bermasalah yang dialami mahasiswa, demikian pula sebaliknya. Kesepian berkontribusi sebesar 52% terhadap penggunaan internet bermasalah, sedangkan 48% lainnya disebabkan oleh faktor lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini.

Saran bagi mahasiswa hendaknya lebih menggunakan internet sesuai dengan kebutuhannya dan sebaiknya juga mahasiswa dengan kesepian lebih mengembangkan diri. Pengembangan diri tersebut dapat melalui memperbanyak interaksi dengan lingkungan sosial, bergabung dengan kegiatan positif baik di kampus maupun organisasi di luar kampus, memperbanyak berinteraksi secara langsung dengan orang lain terutama teman serta keluarga, dan melakukan aktivitas yang lebih bermanfaat untuk diri pribadi serta menghargai diri sendiri dengan percaya diri dalam kehidupan sosial agar tidak terjebak dalam dunia maya.

Bagi mahasiswa yang memiliki tingkat kesepian dan penggunaan internet yang bermasalah yang tinggi, hendaknya untuk mahasiswa tersebut mengelola kesepian

dengan cara yang tepat sehingga terhindar dari dampak negatif penggunaan internet yang bermasalah sehingga kesepian yang dialami tidak menjadi bertambah parah. Mahasiswa disarankan untuk menghadapi secara langsung permasalahan yang mengakibatkan ketidakpuasan terhadap hubungan sosial yang dimiliki, mengisi kesepian dengan refleksi diri, dan walaupun penggunaan internet tidak dapat dihindari, berusaha untuk mengendalikan penggunaan internet yang dilakukan.

Saran untuk peneliti yang ingin mengadakan penelitian sejenis mengenai masalah *problematic internet use*, hendaknya melakukan pengambilan data secara *online* dan *offline* untuk mengetahui konsistensi data penelitian serta mengumpulkan subjek penelitian yang lebih banyak agar hasil yang didapat juga cukup memuaskan dan juga proses analisis yang lebih mendetail agar memperkuat hasil yang didapat dari subjek penelitian. Di sisi lain, peneliti yang tertarik dengan tema serupa hendaknya juga mempertimbangkan faktor ataupun aspek lain yang mungkin mempengaruhi *problematic Internet use*.

#### DAFTAR PUSTAKA

Amalia, A. D. (2013). Loneliness and Social Isolation Experienced by The Elderly: A Sociological Perspective Review. *Informasi*,18(02).

- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R. A. & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial* (10th ed.). Jakarta: Erlangga.
- Bashir, S., Mahmood, K., & Shafique, F. (2008). Internet Use Among University Students: A Survey in University of the Punjab, Lahore. *Pakistan journal of library & information science*, 2008(9).
- Caplan, S. E. (2003). Preference for Online Social Interaction. *Communication Research*, 625-648.
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26, 1089–1097.
- Caplan, S., Williams, D., & Yee, N. (2009). Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behavior*, 10, 10-16.
- Cheng, C., & Li, A. Y. (2014). Internet Addiction Prevalence and Quality of (Real) Life: A Meta Analysis of 31 Nations Across Seven World Regions. *Cyberpsychology, Behavior, & Social Networking*, 17(12), 755-760.
- Czincz, J., & Hechanova, R. (2009). Internet addiction: Debating the diagnosis. *Journal of Technology in Human Services*, 27(4), 257-272.
- Davis, R.A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17 (2001), 187-195.
- Dwiningrum, S. I. A. (2012). *Ilmu Sosial & Budaya Dasar*. Yogyakarta: UNY Press.
- Eroglu, M., Pamuk, M., & Pamuk, K. (2013). Investigation of Problematic Internet Usage of University Students With Psychosocial Levels at Different Levels. *Social and Behavioral Sciences*.
- APJII (2017). *Hasil Survei Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet 2017*. Juli 15, 2018. <https://apjii.or.id/survei2017>
- 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 & Behavior*, 12(4).
- McKenna, K.Y.A., Green, A.S., & Gleason, M.E. (2002). Relationship Formation on the Internet: What's the Big Attraction. *Journal of Social Issues*, 58(1), 9-31.
- Morahan, M. J & Schumacher, P. (2003). Loneliness and Social Uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*. 19, 659-671.
- Morahan-Martin, J. (2007). Internet use and abuse and psychological problems. *Oxford handbook of Internet psychology*. New York: Oxford University Print.
- Nasrullah, Rulli. (2015). *Media Sosial: Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Teknologi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Odac, H., & Kalkan, M. (2010). Problematic Internet use, loneliness and dating anxiety among young adult university students. *Computers & Education* 55, 1091–1097.
- Reinaldo, & Sokang, Y. A. (2016). Mahasiswa dan Internet: Dua Sisi Mata Uang? Problematic Internet Use pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 43(2), 107 – 120.
- Santrock (2003) John W. *Adolescence. Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga.
- Sharifpoor, E., Khademi, M. J & Afsaneh, M. (2017). Relationship of Internet Addiction with Loneliness and

Depression among High School Students. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*. 7(4), 99-102.

Skues, J., Williams, B., Oldmeadow, J., & Wise, L. (2016). The Effects of Boredom, Loneliness, and Distress Tolerance on Problem Internet Use Among University Students. *Int J Ment Health Addiction*, 167–180.

Weiten, W. & Lloyd, M. A. (2006). *Psychology Applied Modern Life: Adjustment In The 21<sup>st</sup> Century*. (8<sup>th</sup>). California: Thomson Higher Education.