

HUBUNGAN ANTARA LONELINESS DAN PERCEIVED SOCIAL SUPPORT DAN INTENSITAS PENGGUNAAN SOCIAL MEDIA PADA MAHASISWA

Nadiya Andromeda, Essha Paulina Kristanti
Universitas Wisnuwardhana Malang
diyasaja@gmail.com, esshapaulina@yahoo.com

ABSTRAK. Loneliness merupakan kondisi negatif secara psikologis bagi seorang manusia sebagai makhluk sosial. Secara alamiah manusia akan selalu menggunakan cara apapun untuk mengatasi kondisi psikologis yang negatif dalam kehidupan mereka. Di era teknologi saat ini, interaksi manusia secara langsung telah banyak digantikan oleh media sosial yang terhubung dengan internet secara luas. Sehingga sebagian besar individu akan mengatasi rasa loneliness yang mereka rasakan dengan menggunakan teknologi. Bagi seorang mahasiswa yang masih dalam tahap perkembangan dewasa awal interaksi dan penerimaan akan dukungan sosial (perceived social support) dapat menentukan seberapa seringnya individu akan mengakses media sosial untuk memenuhi kebutuhan interaksi, sebagai makhluk sosial. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Universitas Wisnuwardhana Malang yang menunjukkan fenomena bahwa mereka semua adalah pengguna media sosial yang aktif dan menunjukkan intensitas yang cukup tinggi. Hasil dari penelitian ini diperoleh nilai $R = 0,713$ dengan p sebesar 0,000 taraf signifikansi 1% maka disimpulkan bahwa dalam penelitian ini ada hubungan yang signifikan antara loneliness, dan perceived social support, dengan intensitas penggunaan media sosial. Artinya loneliness dan perceived social support mempengaruhi intensitas penggunaan sosial media pada kalangan mahasiswa.

Kata kunci: *loneliness, perceived social support, mahasiswa*

PENDAHULUAN

Kebutuhan akan interaksi sosial manusia, dewasa ini telah banyak dibantu oleh adanya media sosial. Seiring dengan perkembangan teknologi dan internet, pertumbuhan penggunaan media sosial tentunya akan terus terjadi tahun demi tahun. Namun bukan hanya dari sisi penggunaannya saja, namun sebenarnya media sosial itu sendiri juga mengalami perkembangan dari masa ke masa. Abugaza (2013) didalam bukunya yang berjudul *Social Media Politica* menjelaskan bahwa istilah media sosial pertama kali muncul dan diperkenalkan oleh profesor J.A. Barnes pada tahun 1954, namun baru pada tahun 1995, media sosial sebagai satu kesatuan yang utuh muncul dengan tampilan Classmates.com, yang berfokus pada hubungan antar mantan teman sekolah, dan SixDegrees.com pada tahun 1997 yang membuat ikatan tidak langsung dalam sebuah pertemanan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Kanada oleh Middleton & Leith (2007) diketahui bahwa 25,5% dari pengguna internet adalah berusia remaja (14-19 tahun), 32,4% berusia dewasa awal (20-40 tahun), lalu sisanya adalah usia dewasa menengah dan akhir. Jika dilihat, maka usia remaja dan dewasa awal merupakan pengguna internet yang paling dominan dari total populasi. Selain itu, tingkat intensitas penggunaan internet usia ini cukup tinggi.

Karena menurut Hurlock (1999) pada masa remaja manusia sedang dalam tahap pencarian identitas, sehingga gemar melakukan interaksi sosial dan eksperimen. Sedangkan pada masa dewasa awal manusia masuk usia yang reproduktif, artinya manusia sudah mulai memikirkan untuk membina hubungan rumah tangga/pernikahan dan membangun hubungan dengan orang lain, sehingga menjalin hubungan dengan berbagai orang melalui media sosial dijadikan salah satu cara untuk mencapai hal ini.

Loneliness adalah pengalaman subyektif individu akan perasaan kehilangan dan isolasi, yang ditandai dengan adanya kesenjangan antara apa yang diinginkan dengan apa yang dirasakan individu dalam hubungan personalnya (McCourt & Fitzpatrick, 2001). Dalam hal ini, Weiss (dalam Santrock, 2006) membagi dua dimensi utama pada *loneliness*, yaitu isolasi emosional dan isolasi sosial.

Leung (2007) menyampaikan bahwa individu yang mengalami *loneliness* cenderung lebih senang melakukan eksperimen identitas di media sosial secara *online* dibandingkan dengan

individu yang kurang atau tidak mengalami *loneliness* sama sekali. Schwartz (dalam Yuwanto, 2010) melakukan penelitian tentang hubungan penggunaan media sosial Facebook dengan tingkat *loneliness* pada penggunanya. Dari penelitian yang dilakukannya dapat disimpulkan bahwa *loneliness* berkorelasi positif dengan penggunaan media sosial Facebook.

Selain *loneliness*, faktor lain yang dapat mempengaruhi intensitas penggunaan internet atau media sosial seseorang adalah *perceived social support*. Beberapa penelitian sudah dilakukan untuk mengetahui hubungan antara penggunaan internet dengan *perceived social support*, salah satunya oleh Bessiere dkk. (2008). Dalam penelitiannya, Bessiere dkk. (2008) mengambil data berdasarkan longitudinal survey yang dilakukan antara tahun 2001 hingga 2002 pada pengguna internet di Amerika Serikat. Hasilnya menunjukkan bahwa orang-orang yang memiliki *perceived social support* yang rendah, cenderung melakukan pelarian dengan mengakses internet untuk mencari hiburan atau bertemu dengan orang-orang baru.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Shaw & Gant (2002). Pada penelitiannya, Shaw & Gant (2002) meneliti tentang hubungan antara penggunaan internet, depresi, *self esteem*, *perceived social support* dan *loneliness*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi korelasi yang negatif antara *perceived social support* dengan penggunaan internet. Artinya, semakin rendah *perceived social support* seseorang, maka intensitas penggunaan internet akan semakin tinggi. Sedangkan, korelasi positif terjadi antara *loneliness* dan depresi dengan penggunaan internet.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait hubungan antara *loneliness* dan intensitas penggunaan media sosial, dalam hal ini pada Mahasiswa Universitas Wisnuwardhana Malang. Sebagian besar dari mereka adalah pengguna aktif media sosial. Bukan hanya hubungan antara *loneliness*, *perceived social support* dan intensitas penggunaan media sosial saja, peneliti juga ingin melihat dinamika yang terjadi di dalamnya. Secara observatif mahasiswa pun sering tidak berkonsentrasi saat jam perkuliahan karena sambil melakukan aktifitas di social media. Adapun luaran yang ingin dicapai dalam penelitian ini sebagai sebuah kajian dari sudut pandang psikologi kepribadian dan proses interaksi manusia yang telah termodifikasi sedemikian rupa akibat berkembang pesatnya media sosial.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan tiga variabel yang terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *loneliness* (X1) dan *perceived social support* (X2) dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah intensitas penggunaan media sosial (Y). Kountur (2005: 108) menyebut penelitian jenis ini dengan penelitian korelasi sebagai desainnya.

Karakteristik populasi yang akan menjadi subyek penelitian adalah: (a) Mahasiswa UNIDHA, (b) Aktif dalam kegiatan perkuliahan dan aktif sebagai pengguna media sosial (c) Tengah duduk pada semester I hingga VIII. Menurut Kerlinger (2006:188), *simple random sampling* adalah metode penarikan dari sebuah populasi atau semesta dengan cara tertentu sehingga setiap anggota populasi atau semesta tadi memiliki peluang yang sama untuk terpilih atau terambil. Margono (2004:126) menyatakan bahwa *simple random sampling* adalah teknik untuk mendapatkan sampel yang langsung dilakukan pada unit sampling. Cara demikian dilakukan bila anggota populasi dianggap homogen. Teknik ini dapat dipergunakan bilamana jumlah unit sampling di dalam suatu populasi tidak terlalu besar. Misal, populasi terdiri dari 500 orang mahasiswa program S1 (unit sampling). Untuk memperoleh sampel sebanyak 100 orang dari populasi tersebut, digunakan teknik ini.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan 3 skala yaitu

Skala Loneliness UCLA ver.3

Skala *loneliness* disusun berdasarkan indikator-indikator *loneliness*, yaitu: (a) *Need for Intimacy*, (b) *Cognitive Process*, (c) *Social Reinforcement*.

Skala *Perceived Social Support*

- a. *Perceived social support* berdasarkan pada ketersediaan sejumlah orang yang dapat diandalkan ketika individu yang bersangkutan sedang membutuhkan dukungan.
- b. *Perceived social support* berdasarkan derajat atau tingkat kepuasan individu terhadap dukungan yang tersedia bagi individu yang bersangkutan

Angket intensitas Penggunaan Media sosial

Angket intensitas penggunaan media sosial untuk mengetahui seberapa sering seseorang menggunakan media sosial dan apa saja media sosial yang digunakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *loneliness*, *perceived social support* dan intensitas penggunaan sosial media. Hal ini dapat diketahui dari tabel koefisien korelasi dengan perhitungan Regresi pada seri program statistik (SPSS 20) edisi Yamin dan Kurniawan, diperoleh nilai $R = 0,713$ dengan p sebesar 0,000 taraf signifikansi 1% maka disimpulkan bahwa dalam penelitian ini ada hubungan yang signifikan antara *loneliness*, dan *perceived social support*, dengan intensitas penggunaan media sosial. Hasil perhitungan regresi statistik adalah sebagai berikut

Tabel 1. perhitungan regresi statistik

Model Summary Std. Error of the Estimate	Model Summary	Model Summary Std. Error of the Estimate	Model Summary	Model Summary
7,351	7,351	7,351	7,351	7,351
a. (Constant), p.sos.support, loneliness	a. Predictors: (Constant), p.sos.support, loneliness	a. Predictors: (Constant), p.sos.support, loneliness	a. Predictors: (Constant), p.sos.support, loneliness	a. Predictors: (Constant), p.sos.support, loneliness

Artinya *loneliness* dan *perceived social support* mempengaruhi intensitas penggunaan sosial media pada kalangan mahasiswa. Maka hipotesa yang menyatakan adanya hubungan antara *loneliness*, *perceived social support* dengan intensitas penggunaan sosial media pada mahasiswa Universitas Wisnuwardhana Malang diterima pada taraf kepercayaan 99 %.

Loneliness selalu muncul sebagai respon terhadap ketidakhadiran beberapa atau tipe-tipe *perceived social support* atau hubungan khusus yang diharapkan. Lebih tepatnya sebuah respon terhadap ketidakadaan suatu *perceived social support* seperti yang diharapkan.

Saat ini social media dianggap sebagai salah satu cara untuk mengurangi *loneliness*, meskipun pendekatan ini sendiri dianggap dapat menjadi pedang yang bermata dua (McKenna & Bargh dalam Weiten & Llyod, 2006). Di satu sisi, penggunaan internet pada individu yang mengalami *loneliness* biasanya menimbulkan keuntungan seperti mengurangi *loneliness*, mengembangkan perasaan mendapat dukungan sosial, dan membentuk persahabatan secara *online* (Shaw & Gant; Morahan-Martin & Schumacher dalam Weiten & Llyod, 2006).

Penelitian lain menunjukkan bahwa pada individu yang mengalami *loneliness* lebih sering menunjukkan penggunaan internet juga menyebabkan gangguan dalam fungsi kehidupan sehari-harinya (Morahan-Martin & Schumacher dalam Weiten & Llyod, 2006) serta memicu timbulnya *internet addiction* (Nalwa & Anand dalam Weiten & Llyod, 2006).

Dalam situasi dan kondisi ini dapat digambarkan bahwa hubungan antara kesepian terhadap seringnya menggunakan sosial media disebabkan karena dengan adanya sosial media kesepian yang terjadi pada individu lebih berkurang. Dengan adanya media sosial para pengguna media sosial tersebut merasa bisa berkomunikasi dengan individu lain walaupun tidak saling berinteraksi secara langsung.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *loneliness* dan *perceived social support*. Sehingga hipotesa yang menyatakan adanya pengaruh antara gaya

pengambilan keputusan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Wisnuwardhana Malang. diterima .

Pada penelitian ini juga diketahui bahwa *loneliness* dan *perceived social support* berpengaruh terhadap intensitas penggunaan sosial media sebesar 50,9%. Tingginya skor *loneliness* dan *perceived sosial support* diiringi dengan meningkatnya intensitas penggunaan media sosial. Sedangkan sisanya 49.1% dipengaruhi oleh variabel lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Abugaza, Anwar. (2013). Sosial Media Politika. Jakarta. Tali Writing Publishing House.
- Bessièrè, K., Kiesler, S., Kraut, R., & Boneva, B. S. (2008). Effects of Internet use and social resources on changes in depression. *Information, Communication & Society*, 11(1), 47–70.
- Hurlock, E. B. (1990). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (5th ed.). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Kerlinger, F. N., & Lee, H. B. (2000). *Foundations of Behavioral Research* (4th ed.). Orlando: Harcourt College Publishers.
- McCourt, A., & Fitzpatrick, J. (2001). The Role of Personal Characteristics and Romantic Characteristics in Parasocial Relationships: A Pilot Study. *Journal of Mundane Behavior*.
- Middleton, C. and J.L. (2007). Intensity of internet use in canada: Exploring Canadians Engagment with internet. *Statistic Canada 2007 Socio Economic Conference*.
- Yamin, Sofyan & Kurniawan Heri. (2009). *SPSS Complete Tehnik Analisis Statistik Terlengkap Software SPSS*. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama.