

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

Nadiya Andromeda, Esha Paulina Kristanti
Universitas Wisnuwardhana Malang, Universitas Wisnuwardhana Malang
dijasaja@gmail.com, esshapaulina@yahoo.com

ABSTRAK

Loneliness merupakan kondisi negatif secara psikologis bagi seorang manusia sebagai makhluk sosial. Sehingga sebagian besar individu akan mengatasi rasa kesepian 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*

ABSTRAC

Loneliness is a psychological negative condition for human social life. Naturally, people always using anyways to solve negative psychological condition in their life. Nowadays, directive human interaction replaced by internet connection extensively. So most people will overcome the sense of loneliness by using technology to get social support from another people. For an early adult stage, an interaction and acceptance of social support (perceived social support) can determine how often individuals will access social media to fulfill intearction needs. This research was conducted on the students of Wisnuwardhana University of Malang wich is showing the phenomena that they are all active social media users and show high intensity. The result of this research show r value about 0.713 with p value 0.000 in signification 1%. So research hypotheses wich is predicting a connection between loneliness, perceived social support, and sosial media access intensity are accepted.

Keyword: *Loneliness Perceived Social Support, student*

PENDAHULUAN

Kebutuhan akan interaksi sosial manusia, dewasa ini telah banyak dibantu oleh adanya media sosial. Sejak era awal perkembangan computer sebagai alat bantu manusia untuk memecahkan kode-kode rahasia musuh diawal perang dunia II, disusul dengan munculnya internet sebagai pengembangan Teknik Informatika di Universitas UCLA oleh Leonard Kleinrock pada bulan Oktober tahun 1969 Ketika Ia dan para mahasiswanya memngembangkan penelitian komunikasi tekstual melalui computer secara langsung.

Seiring dengan perkembangan teknologi dan internet, pertumbuhan penggunaan media sosial tentunya akan terus terjadi tahun demi tahun. Namun bukan hanya dari sisi penggunanya 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.

Kemudian dua model media sosial berbeda lahir sekitar tahun 1999 berbasiskan kepercayaan yang dikembangkan oleh Epinions.com, dan yang berbasiskan pertemanan seperti yang dikembangkan oleh Uskup Jonathan yang kemudian dipakai pada beberapa situs UK regional diantara tahun 1999 dan 2000. Inovasi berikutnya muncul, dan media sosial bukan lagi hanya sekedar masalah pertemanan, namun dapat memberikan pengguna kontrol yang lebih akan isi dan hubungannya. Mulailah kita kenal Friendster, MySpace, Facebook, Twitter, Youtube yang kesemuanya tampil dengan sebuah revolusi pada media sosial yang kita kenal eksis dan memberi perubahan pola interaksi manusia dalam memenuhi kebutuhan emosi kehidupan manusia saat ini.

Abugaza (2013) menjelaskan bahwa definisi dari media sosial adalah struktur sosial yang terdiri dari elemen-elemen individu, kelompok

atau organisasi yang terhubung dan terjadi interaksi satu sama lain dengan menggunakan perantara teknologi informasi. Media sosial berpengaruh pada kemampuan individu untuk berinteraksi dan berkomunikasi. Menurut Booth (dalam Abugaza, 2013) media sosial mempengaruhi bagaimana masyarakat terlibat antara satu sama lain pada berbagai tempat dan pada semua tingkat usia. Telah ada pergeseran dalam cara masyarakat berkomunikasi, masyarakat cenderung lebih memilih komunikasi yang dimediasi oleh media. Masyarakat lebih suka memilih *chatting* daripada bertemu secara tatap muka, masyarakat lebih menyukai pesan teks daripada berbicara di telepon.

Dengan demikian, intensitas penggunaan media sosial berarti seberapa sering dan seberapa lama seseorang dalam menggunakan atau mengakses sebuah media sosial (Daryanto, 1997). Menurut Horrigan (2000), Intensitas penggunaan memiliki dua dimensi yaitu durasi dan frekuensi. Durasi artinya seberapa lama orang tersebut mengakses media sosial, dan frekuensi berarti seberapa sering orang tersebut mengakses media sosial.

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.

Tercatat bahwa pada usia dewasa awal golongan yang menggunakan internet dengan intensitas tinggi mencapai 47,1%, dan yang menggunakan internet dengan intensitas rendah 52,9%. Selain itu, menurut survey yang dilakukan Goodstein (dalam Abugaza, 2013) didapatkan bahwa pengguna aktif terbanyak situs jejaring sosial memiliki rentang usia 20-35 tahun (dewasa awal) dengan presentase 40,5%. Apabila dikaitkan dengan tahap usia perkembangan manusia, maka wajar jika usia remaja dan dewasa awal merupakan pengguna internet yang paling dominan. 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.

Meskipun cukup banyak penelitian yang sudah dilakukan mengenai penggunaan internet, dan hubungannya dengan *loneliness* maupun *perceived social support* seperti yang telah dijelaskan di atas, namun masih sedikit sekali penelitian yang dilakukan untuk membahas masalah yang lebih spesifik, yakni penggunaan media sosial. Seperti diketahui, bahwa media sosial merupakan salah satu bentuk aplikasi khusus yang paling digemari saat ini (Abugaza, 2013), dari sekian banyak aplikasi yang ada di 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. 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 social.

Definisi Kesepian (*loneliness*)

Menurut Peplau dan Perlman (1982), kesepian (*loneliness*) adalah perasaan tidak menyenangkan yang berhubungan dengan ketidaksesuaian antara kebutuhan untuk akrab dengan orang lain atau keakraban personal.

Penyebab Kesepian

Menurut Brehm (1992) terdapat empat hal yang dapat menyebabkan individu mengalami kesepian, yaitu:

- a. Ketidakadekuatan dalam hubungan yang dimiliki individu

- b. Terjadi perubahan apa yang diinginkan individu dari suatu hubungan
- c. Harga diri (*self-esteem*)
- d. Perilaku interpersonal

Aspek-aspek Kesepian (*loneliness*)

Peplau dan Perlman (1982) membagi aspek-aspek kesepian (*loneliness*) menjadi 3 pendekatan adalah sebagai berikut :

- a. *Need for Intimacy*. Kebutuhan akan keintiman atau *intimacy* adalah sesuatu yang universal dan sudah menetap pada diri manusia sepanjang hidupnya sehingga apabila kebutuhan ini tidak terpenuhi, maka rasa kesepian (*loneliness*) akan muncul.
- b. *Cognitive Process*. Persepsi dan evaluasi individu mengenai hubungan sosialnya dikatakan pula bahwa kesepian (*loneliness*) akibat dari ketidakpuasan yang dirasakan individu mengenai sebuah hubungan sosial.
- c. *Social Reinforcement*. Hubungan sosial adalah suatu *reinforcement*, dimana bila interaksi sosial itu kurang menyenangkan, maka akan menjadikan individu menjadi kesepian (*loneliness*).

B. PERCEIVED SOCIAL SUPPORT

Pada dasarnya *social support* terdiri dari dukungan yang benar-benar diberikan kepada individu serta bagaimana persepsi individu tersebut akan dukungan yang telah diterima oleh dirinya. Berdasarkan berbagai penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa persepsi individu akan dukungan yang tersedia lebih memiliki hubungan dengan kesehatan fisik dan mental individu dibandingkan dengan dukungan yang sesungguhnya diterima oleh individu tersebut (Sarason, Sarason dan Pierce, 1990). Antonucci dan Israel (dalam Sarason, Sarason, Shearin dan Pierce, 1987) juga menemukan bahwa bagaimana individu menilai dukungan yang tersedia bagi dirinya merupakan suatu hal yang lebih penting daripada interaksi interpersonal yang sesungguhnya dilakukan. Sarason, Sarason dan Pierce (1990) menyatakan bahwa *perceived social support* merupakan kepercayaan internal serta pemahaman individu mengenai adanya orang-orang sekitar yang sungguh menghargai serta mencintai individu dan dengan segenap hati bersedia untuk menolong individu apabila individu yang bersangkutan membutuhkan bantuan atau dukungan.

Definisi *Social Support*

Social Support biasanya didefinisikan sebagai adanya keberadaan atau ketersediaan orang lain yang dapat diandalkan, yang menunjukkan rasa cinta serta kepedulian terhadap nilai yang dianut oleh individu. (Sarason, Levine, Basham, dan Sarason, 1983).

Selain definisi diatas, terdapat definisi dari berbagai ahli lainnya. Sarafino (2006) menyatakan bahwa *social support* merupakan suatu perasaan yang dirasakan individu sebagai bentuk dari perhatian, penghargaan atau pertolongan yang diterima dari orang lain ataupun dari kelompok. Sedangkan menurut Aronson, et.al., (2004) *social support* diartikan sebagai persepsi bahwa adanya timbal balik dari kebutuhan individu untuk menerima dan memberi respon. Ogden (2010) mengemukakan bahwa *social support* mengarah pada jumlah individu yang turut serta memberi dukungan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *social support* adalah persepsi individu mengenai adanya ketersediaan orang-orang di sekitar individu yang dapat memberikan cinta, pertolongan, perhatian serta

penghargaan baik dalam bentuk emosi dan tingkah laku. Sehingga, individu yang bersangkutan mendapatkan kenyamanan secara fisik dan psikologis.

Aspek *social support*

Sarason et.al., (1983) mengemukakan kedua aspek *social support* yang dikemukakan sebagai berikut :

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

C. INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL

Pengertian Intensitas Penggunaan Media Sosial

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Kemendiknas, 2008),

intensitas ialah keadaan tingkatan atau ukuran intensnya. Sementara itu, Chaplin (2009) menjelaskan tiga arti dari intensitas yaitu (1) satu sifat kuantitatif dari satu penginderaan, yang berhubungan dengan intensitas perangsangnya, (2) kekuatan sebuah tingkah laku atau sebuah pengalaman, (3) kekuatan yang mendukung suatu pendapat atau suatu sikap. Sejalan dengan itu, Kartono dan Gulo (2003) juga menjelaskan bahwa intensitas merupakan besar atau kekuatan suatu tingkah laku; jumlah energi fisik yang digunakan untuk merangsang salah satu indera; ukuran fisik dari energi atau data indera.

Hampir senada dengan kartono dengan Gulo Chaplin (2006) menatakan bahwa intensitas adalah kekuatan yang mendukung suatu pendapat atau sikap. Media sosial elektronik disajikan melalui internet yang bisa diakses melalui computer atau handphone yang kian hari semakin canggih dalam aplikasinya. Terutama dalam perkembangan fungsi mengakses sosial media.

Selama handphone atau computer terhubung dengan internet akses terhadap sosial media bisa langsung terhubung. Layaknya sebuah jejaring

yang sangat besar, meraksa dan mendunia fasilitas media sosial memudahkan penggunanya untuk berbagi data informasi, memposting informasi yang tak terhitung variasinya. Kumpulang jaringan media sosial yang bisa diakses melalui internet ini membentuk jaringan dunia (McBride, 1995)

Horrigan (Novianto, 2013) menjelaskan bahwa dalam intensitas penggunaan media sosial seseorang, terdapat dua hal mendasar yang perlu diamati, yakni frekuensi internet yang sering digunakan dan lama menggunakan tiap kali mengakses internet yang dilakukan oleh pengguna internet. Dalam penelitian ini akan dilihat intensitas penggunaan jejaring sosial dengan meliputi frekuensi serta durasi dalam menggunakan media social, termasuk di dalamnya adalah *facebook, tweeter, instagram, path, line, whats application, world web wide yang berisi informas dan berita, dan Blackberry messenger*. Kegiatan tersebut meliputi membaca informasi, menuliskan status, bermomentar, *reply*, atau menggunakan fungsi berbagai media social tersebut lainnya, seperti mengunggah foto diri sendiri dan foto kegiatan bersama di media social.

D. Hubungan antara loneliness dan Perceived social support dengan intensitas penggunaan media sosial.

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 dengan tingkat *loneliness* pada penggunanya. Dari penelitian yang dilakukannya dapat disimpulkan bahwa *loneliness*

berkorelasi positif dengan penggunaan media sosial .

Individu yang mengalami *loneliness* biasanya pemalu, *introvert*, dan tidak punya cukup keinginan untuk mengambil risiko dalam berhubungan sosial. Perasaan *loneliness* ini juga menggambarkan 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 (deJong Gierveld, dalam McCourt & Fitzpatrick, 2001).

Seperti diketahui, bahwa media sosial merupakan salah satu bentuk aplikasi khusus yang paling digemari saat ini (Abugaza, 2013), dari sekian banyak aplikasi yang ada di 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.

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 1.1

Model Summary

Model	R	Adjusted R Square	Std. Change Statistics
1	.713 ^a	.509	.498

Model	Square	Adjusted R Square	Error of Estimate	R Square Change	F Change	df1	df2	Significance F
1	.713 ^a	.509	.498	.735	50.191	2	97	.000

a. Predictors: (Constant), p.sos.support, loneliness

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan anantara loneliness, perceived social support dan intensitas penggunaan sosial media pada mahasiswa universitas wisnuwardhana malang. Weiss (dalam Weiten & Llyod, 2006) mengungkapkan bahwa *loneliness* disebabkan bukan karena kesendirian, tetapi karena tidak adanya hubungan sosial tertentu seperti yang diharapkan oleh individu. *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 sosial 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.

Terkait dengan penelitian ini, beberapa hal yang terkait adalah bahwa mahasiswa sedang dalam tahap perkembangan dewasa awal. Dalam perkembangan psikososial mereka sedang menjalana tugas perkembangan untuk membentuk hubungan sosial, relasi, serta hubungan yang intim dengan orang lain. (Santrock, 2002). Kebutuhan akan dukungan sosial dan merasakan bentuk hubungan sosial sesuai dengan yang diharapkan oleh mahasiswa adalah suatu hal yang universal dan menetap pada diri manusia sepanjang hidupnya.

Apabila individu pada awal masa dewasa dapat merasakan dan membentuk *perceived sosial support* seperti yang diharapkan, misalnya persahabatan yang solid, menjaga hubungan dengan keluarga tetap seimbang dan memiliki hubungan intim yang bermakna maka dia akan lebih sedikit merasakan perasaan terosilasi yang menjadi faktor utama dalam munculnya *loneliness* (Bruno, 2002). Meskipun sosial media sebagai salah satu cara untuk mengurangi kesepian, pendekatan ini

membutuhkan fasilitas dan akses yang tidak terbatas dalam penggunaannya. Sosial media pun juga bisa menjadi pedang bermata dua bagi penggunaannya. Ia dapat mengurangi perasaan kesepian dan mengembangkan perasaan mendapatkan dukungan sosial, ataupun membentuk persahabatan dan komunikasi secara online. Namun sosial media juga dapat menyebabkan situasi yang kondusif bagi pelarian dan perasaan kesepian atau kurangnya dukungan sosial yang berujung pada kecandungan dalam menggunakan sosial media.

Terdapat faktor eksternal berupa sarana dan prasarana yang dapat mendukung penggunaan sosial media seperti akses internet gratis, jenis gadget, modem, jumlah pulsa yang dimiliki dan sinyal Wifi. Faktor eksternal ini bisa menjadi hambatan bagi mahasiswa yang memerlukan akses pada media sosialnya. Status sosial ekonomi mahasiswa di Universitas Wisnuwardhana Malang sebagian besar adalah kalangan menengah ke bawah sehingga alokasi dana yang dimiliki mahasiswa untuk mengakses internet adalah terbatas. Jika Akses internet terbatas maka

penggunaan sosial media untuk mereka juga terbatas.

Faktor lain yang mempengaruhi intensitas penggunaan sosial media dikalangan mahasiswa univristas wisnuwardhana adalah terjadi perubahan terhadap apa yang diinginkan oleh seseorang dari bentuk hubungan yang didapat dari sosial media. Misalnya ketika mood seseorang sangat jelek maka ia cenderung menghabiskan waktunya untuk mengakses sosial media, aktifitas dan tugas-tugas kuliah yang harus segera mereka selesaikan. Terapat juga Impatient Boredom atau rasa jenuh yang tidak tertahanakan saat seseorang sedang aktif menggunakan sosial media. Sehingga mengalihkan aktifitasnya pada kegiatan lain.

Faktor lain seperti gender juga dapat mempengaruhi pengakuan atas rasa kesepian dan perceived sosisal support. Menurut Boys dan Perlman (dalam Brehm et al, 2002). Laki- laki lebih sulit untuk untuk menyetakan rasa kesepian yang mereka rasakan. Reaksi terhadap rasa kesepian dan cara untuk membuat hubungan sosial lebih bermakna dapat dilakukan secara aktif tanpa

menggunakan sosial media. Kegiatan aktif seperti belajar, membaca, bekerja, menulis, mendengarkan musik, melakukan olahraga, dan melakukan hobi ataupun memainkan alat musik menjadi alternatif bagi para mahasiswa. Lingkup universitas wisnuwardhana yang terbatas pun juga mempermudah kontak sosial secara langsung antar mahasiswa disini.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *loneliness* dan *perceived social support* memberikan pengaruh yang signifikan bagi intensitas penggunaan media sosial, meskipun ada faktor lain yang mempengaruhi variabel *loneliness* dan *perceived social support*. generalisasi dari hasil penelitian ini memiliki keterbatasan pada populasi mahasiswa Universitas Wisnuwardhana Malang saja sehingga perlu dilakukan penelitian ulang dengan memperluas lingkup penelitian. b) pengambilan data tidak dilakukan dalam satu ruangan khusus namun dalam situasi yang berbeda-beda sehingga keadaan psikologis yang dialami subyek berbeda-beda seperti ada subyek yang sedang santai, namun ada pula subyek yang mengerjakan hal lain,

c) jumlah subyek yang terbatas, d) penggunaan *try out* terpakai sehingga skala yang digunakan belum bebas dari aitem yang terbuang.

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 social 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.

Bessière, 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.