



HUBUNGAN KESEPIAN DENGAN KECENDERUNGAN ADIKSI MEDIA SOSIAL PADA REMAJA SMA DI YOGYAKARTA

INTISARI

Latar Belakang: Masa remaja merupakan fase krusial dalam perkembangan psikososial, di mana individu mengalami pencarian identitas dan kebutuhan akan hubungan sosial yang bermakna. Namun, tekanan akademik, perubahan biologis, serta dinamika pertemanan dapat memicu kesepian. Kesepian kronis telah dikaitkan dengan berbagai dampak negatif, termasuk gangguan kesehatan mental dan peningkatan risiko adiksi, khususnya adiksi media sosial. Media sosial sering digunakan sebagai pelarian untuk mengatasi kesepian, namun penggunaan berlebihan justru dapat memperparah kondisi tersebut dan membentuk siklus adiktif. Fenomena ini menjadi relevan mengingat tingginya penggunaan media sosial di kalangan remaja, terutama di wilayah urban seperti Yogyakarta.

Tujuan Penelitian: Untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat kesepian dengan kecenderungan adiksi media sosial pada remaja SMA di Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan studi analitik observasional dengan pendekatan potong lintang. Subjek penelitian adalah siswa SMA Negeri 8 dan SMA Negeri 11 Yogyakarta yang berusia 15–18 tahun dan aktif menggunakan media sosial. Sejumlah 120 subjek dianalisis dalam data penelitian. Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner data pribadi, *UCLA Loneliness Scale* versi Indonesia, dan *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS) versi Indonesia. Analisis data dilakukan dengan uji chi-square dan regresi logistik.

Hasil Penelitian: Kesepian yang dialami remaja SMA sebesar 43,3 %, dan sebanyak 40,8 % remaja mengalami kecenderungan adiksi media sosial. Terdapat hubungan signifikan antara kesepian dengan kecenderungan adiksi media sosial pada remaja ($\chi^2=6,43$; $p=0,011$, $OR=2,61$). Analisis multivariat menunjukkan variabel lain yang berpengaruh pada kecenderungan adiksi media sosial selain kesepian adalah durasi bermedia sosial ($OR=3,790$; $p=0,002$).

Kesimpulan : Terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara kesepian dengan kecenderungan adiksi media sosial pada remaja SMA di Yogyakarta.

Kata Kunci: adiksi media sosial, kesepian, remaja



THE RELATIONSHIP BETWEEN LONELINESS AND THE TENDENCY TOWARDS SOCIAL MEDIA ADDICTION AMONG HIGH SCHOOL ADOLESCENTS IN YOGYAKARTA

ABSTRACT

Background: Adolescence is a crucial phase in psychosocial development, where individuals experience identity exploration and a need for meaningful social relationships. However, academic pressure, biological changes, and peer dynamics can trigger loneliness. Chronic loneliness has been linked to various negative impacts, including mental health disorders and an increased risk of addiction, particularly social media addiction. Social media is often used as an escape to cope with loneliness, yet excessive use can actually worsen the condition and form an addictive cycle. This phenomenon is relevant given the high use of social media among adolescents, especially in urban areas like Yogyakarta.

Objective: To identify the relationship between the level of loneliness and the tendency towards social media addiction among high school adolescents in Yogyakarta.

Methods: This research was an observational analytic study with a cross-sectional approach. The subjects were students of SMA Negeri 8 and SMA Negeri 11 Yogyakarta, aged 15–18 years, who were active social media users. A total of 120 subjects were analyzed in the research data. The instruments used included a personal data questionnaire, the Indonesian version of the UCLA Loneliness Scale, and the Indonesian version of the Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS). Data analysis was performed using the chi-square test and logistic regression.

Results: The prevalence of loneliness among adolescents in this study was 43.3%, and 40.8% of adolescents showed a tendency towards social media addiction. There was a significant relationship between loneliness and the tendency towards social media addiction among adolescents ($\chi^2=6.43$; $p=0.011$, $OR=2.61$). Multivariate analysis showed that another variable influencing the tendency towards social media addiction, besides loneliness, was duration of social media use ($OR=3.790$; $p=0.002$).

Conclusion: There is a statistically significant relationship between loneliness and the tendency towards social media addiction among high school adolescents in Yogyakarta.

Keywords: adolescent, loneliness, social media addiction



Hubungan Kesepian dengan Kecenderungan Adiksi Media Sosial Pada Remaja SMA di Yogyakarta
Yusi Nurliyanti Pratami, Dr. dr. Andrian Fajar Kusumadewi, M.Sc., Sp.KJ(K)
Universitas Gadjah Mada, 2025 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

UNIVERSITAS
GADJAH MADA