

Hubungan antara Kesepian dengan Adiksi Media Sosial pada Remaja di Kota Bandung

Alifiananda Kartika Destiyan, Farida Coralia

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi

Universitas Islam Bandung

Bandung, Indonesia

nandalifia@gmail.com

Abstract— Most internet users based on age is in category 15-19 years (adolescent). Bandung is the most internet user, especially social media in West Java. Social media is thought to be a way to reduce loneliness because it can build relationships by online. Adolescents who do not have satisfaction in their social life will use social media continuously because it causes feelings of pleasure, this comes from dopamine which plays a role in influencing human emotions, because accessing social media is fun for adolescent who are not satisfied in their relationships, so adolescent do this over and over again until it becomes habitual and loses control which causes addiction to interfere with daily activities. This study aims to obtain empirical data about how closely the relationship between loneliness and social media addiction among teenagers in Bandung. This study uses the correlation method with a total of 125 research subjects. The measuring tool for social media addiction is the SMAS developed by Al-Menayes in 2015, while the measuring tool for loneliness is adapted from the UCLA Loneliness Scale Version 3 by Daniell W Russell in 1996. The results of the study show that there is a closeness of the relationship of 0.202, which means that the strength of the relationship is weak so that the lower the loneliness, the lower the social media addiction among adolescents in Bandung.

Keywords—*Loneliness, Social Media Addiction, Adolescent*

Abstrak—Pengguna internet terbanyak berdasarkan umur ada di kategori 15-19 tahun (remaja). Media sosial diduga sebagai cara dalam menurunkan rasa kesepian karena dapat membangun hubungan *online*. Seseorang yang kesepian dapat berinteraksi dengan orang lain, serta mengekspresikan diri lebih baik di dunia maya daripada secara langsung. Remaja yang tidak memiliki kepuasan dalam kehidupan sosialnya akan menggunakan media sosial secara terus menerus karena menimbulkan perasaan senang, hal ini berasal dari dopamin yang berperan dalam mempengaruhi emosi manusia, karena mengakses media sosial ini menyenangkan bagi remaja yang tidak puas dalam hubungannya, maka remaja melakukan hal ini secara berulang hingga menjadi kebiasaan dan kehilangan kontrol yang menimbulkan adiksi hingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data empiris tentang seberapa erat hubungan adiksi media sosial dengan kesepian pada remaja kota Bandung. Penelitian ini menggunakan metode korelasi dengan total subjek penelitian 125 orang. Alat ukur adiksi media sosial adalah SMAS yang dikembangkan oleh Al-Menayes tahun 2015, sedangkan alat ukur kesepian mengadaptasi dari *University of California, Los Angeles Loneliness Scale Version 3* oleh Daniell W Russell tahun 1996. Dari hasil penelitian menunjukkan adanya keeratan hubungannya sebesar 0,202 yang artinya kekuatan hubungan

tersebut lemah sehingga semakin rendah adiksi media sosial, maka semakin rendah kesepian pada remaja di kota Bandung.

Kata Kunci—*Kesepian, Adiksi Media Sosial, Remaja*

I. PENDAHULUAN

Media sosial merupakan salah satu jenis dari internet. Pada tahun 2013, informasi dari Kemenkominfo, menyatakan bahwa pemakaian internet yang ada di Indonesia diperoleh sebanyak 63 juta pengguna. Pada data yang tercantum, 95 persennya digunakan untuk menggunakan media sosial. (Kominfo, 2014). Menurut data APJII menyebutkan, pemakaian internet terbesar di Indonesia adalah Jawa Barat. Di tahun 2018, pemakaiannya sebanyak 16% dari jumlah pemakaian internet yang terdapat di Indonesia yang mendekati 171.17 juta pemakai. Sebagian besar pengguna internet di Jawa Barat lebih sering menggunakan media sosial. Keadaan tersebut berhubungan dengan tingginya data penggunaan internet di Jawa Barat (APJII, 2018).

Kemudian, berdasarkan data statistik dari situs Website Resmi Pemerintah Provinsi Jawa Barat mengemukakan bahwa Kota Bandung merupakan ibukota provinsi di Jawa Barat yang merupakan pengguna media sosial Facebook terbesar se-Jawa Barat (KEMENKOPMK, 2019). Selain itu, Kota Bandung memiliki tingkat pemakai layanan internet termasuk media sosial terbanyak di Jawa Barat yakni sebesar 16,4 juta pemakai layanan internet (Kominfo, 2015).

Pengguna internet terbanyak berdasarkan umur ada di kategori 15-19 tahun (remaja) sebanyak 91% (APJII, 2018). Mereka menggunakan lebih dari 3 jam dalam satu harinya untuk mengakses internet. Hal-hal yang dilakukan diantaranya menggunakan media sosial 94%, menemukan informasi 64% dan mengakses email 60% (Santika, 2015). Adanya kasus dengan nilai persen yang tinggi menunjukkan adanya adiksi media sosial dengan kategori remaja berumur 15-19 tahun yang merupakan permasalahan yang terjadi saat ini.

Meskipun kondisi penggunaan media sosial telah melekat pada kemajuan zaman dan hal tersebut menjadi wajar (Boyd & Ellison, 2007), kekhawatiran terhadap perilaku adiksi pemakaian media sosial yang tinggi terjadi saat pengguna media sosial yang kompulsif. Hal ini seperti

yang diungkapkan oleh Andreassen, Pallesen dan Griffiths (2017), bahwa seseorang yang memiliki adiksi pada media sosial akan memikirkan media sosial terus menerus, mendorong individu untuk memakai media sosial dalam waktu yang banyak sehingga dapat mempengaruhi aktivitas yang penting (Andreassen, Pallesen, & Griffiths, 2017).

Remaja di Indonesia tidak luput dari permasalahan media sosial. Banyak fenomena yang terjadi pada remaja akibat dari pemakaian media sosial. Seperti dalam kasus yang terdapat di Kota Palembang, SatPol PP melakukan pemeriksaan terhadap remaja yang membolos. SatPol PP ini berhasil menjaring puluhan pelajar dari SMP, SMA, dan SMK yang ditangkap karena sedang *asyik* bermain *game online* serta bermain media sosial di warnet. Menurut pengakuan dari beberapa remaja, mereka bermain ke warnet untuk bermain media sosial Facebook dan alasan membolos karena suntuk dan juga selalu ada keinginan untuk mengakses media sosial (Tresnawati, 2018).

RSJ yang berada di Cisarua Provinsi Jawa Barat mendapatkan pasien remaja mengalami adiksi *smartphone*. Adiksi *smartphone* yang dialami selain adiksi *game* ada pula remaja yang mengakses YouTube hingga muncul perasaan gelisah, marah, atau perasaan negatif lainnya jika tidak dapat mengakses media sosial yang diinginkannya. Alasan remaja bermain media sosial adalah sebagai bentuk pelarian dari ketidaknyamanan yang dialami. (Maulana, 2019).

Dilansir dari Sindonews.com, fenomena yang terjadi saat ini, sebagian besar remaja yang memiliki masalah kurangnya kepercayaan diri di kehidupannya merasa lebih percaya diri ketika mengakses media sosial dan merasa lebih terhubung dengan orang lain (SindoNews, 2018). Remaja juga merasa diakui daripada dikucilkan jika berada di dunia maya daripada di kehidupannya karena remaja merasa tidak “nyambung” dengan teman-temannya (Marsyaf, 2018). Remaja juga memposting mengenai masalah kehidupannya, tentang keluarganya, dan mendiskusikan emosinya melalui media sosial kepada teman *onlinenya*. Remaja yang kurang pergaulan menjadikan sosial media sebagai tempat berkeluh kesah serta sarana memiliki hubungan baru di dunia maya yang sangat menyenangkan dibandingkan dunia nyata (Aysha, 2017).

Dalam penelitian Caplan tahun 2007, mengungkapkan jika kesepian merupakan dugaan dalam permasalahan pemakaian internet yang berlebihan. Kesepian dapat terjadi karena pengalaman individu dengan teman khususnya teman seumurannya dalam penerimaan yang buruk dan jenis hubungan yang rendah (Vanhalst, Luyckx, & Goossens, 2014). Faktor individu seperti harga diri (Zhao, Kong, & Wang, 2013) dan rasa malu memiliki hubungan pada kesepian yang ada pada remaja (Vanhalst et al., 2014). Sehingga kesepian muncul karena pengalaman individu dengan teman sebayanya dan faktor individual.

Kesepian secara langsung mempengaruhi individu untuk melakukan interaksi secara *online* karena individu yang kesepian berpikir dapat berhubungan bersama orang

lain dan bisa mengungkapkan perasaan diri yang lebih baik di dunia maya daripada secara langsung (Kim, Larose, & Peng, 2009). Seseorang yang memiliki kepercayaan diri buruk mempunyai adiksi media sosial dikarenakan media sosial menjadi tempat pelarian dari perasaan tidak nyaman dan kesepian terhadap lingkungan (Andreou & Svoli, 2013).

Dari informasi yang sudah dijelaskan, maka peneliti akan melaksanakan penelitian mengenai “Hubungan Antara Kesepian Dengan Adiksi Media Sosial Pada Remaja di Kota Bandung.”

Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mendapatkan data tentang korelasi diantara adiksi media sosial dengan kesepian pada remaja di kota Bandung.

II. LANDASAN TEORI

Kesepian diartikan oleh Russell seperti pikiran kehilangan dan adanya ketidakpuasan yang terjadi karena ketidakcocokan antara bentuk interaksi sosial yang individu mau dengan bentuk interaksi sosial yang dipunyainya (dalam Lou, Yan, Nickerson, & McMorris, 2012). Russell (Russell, 1996) mendasari 3 aspek dalam kesepian yaitu:

- Trait loneliness* merupakan pikiran dari kesepian yang bisa berganti pada keadaan tertentu, ataupun seseorang yang mengalami kesepian akibat kepribadiannya. Maksudnya yaitu individu yang mempunyai rasa kepercayaan yang rendah dan takut dengan orang yang tidak dikenal.
- Social desirability loneliness* merupakan terjadinya kesepian disebabkan oleh seseorang yang ingin memiliki kehidupan sosial seperti yang dimaunya tetapi individu tersebut tidak mendapatkannya didalam lingkungannya.
- Depression loneliness* merupakan adanya perasaan negatif yang muncul pada dirinya yaitu sedih, kurang adanya semangat, perasaan kurang berharga, memikirkan kegagalan yang dirasakan dan sedih hati.

Menurut Brem, Yvret, Clinton dan Kruglyak, membagi 5 faktor yang membuat individu menjadi kesepian (Brem, Yvert, Clinton, & Kruglyak, 2002), diantaranya:

- Ketidakefektifan hubungan individu yaitu hubungan individu yang mengalami ketidakefektifan bisa berakibat individu tidak akan puas pada ikatan sosial yang dipunyainya.
- Mengalami perubahan dari yang di inginkan dari ikatan hubungan yaitu Hal ini dapat dialami individu yang kesepian. Hubungan sosial yang memuaskan akan membuat orang tidak kesepian, namun jika hubungannya kurang memuaskan maka individu telah mengubah yang di inginkannya pada hubungan itu.
- Harga diri yaitu seseorang yang memiliki harga diri rendah akan mengalami ketidaknyamanan pada kondisi yang berakibat dari segi sosial. Pada kondisi ini individu akan menjahi interaksi sosial berulang kali yang mengakibatkan individu bisa kesepian.
- Perilaku interpersonal, yaitu perilaku interpersonal menentukan keberhasilan seseorang saat

membentuk hubungan sesuai dengan yang diinginkan. Bila dibandingkan pada individu yang tidak kesepian, individu yang kesepian akan memandang orang-orang dengan cara yang negatif, tidak menyukai orang lain, kurang percaya pada orang lain, serta menyikapinya seperti bermusuhan.

- e. Usia yaitu kesepian bisa saja di alami pada semua usia, baik tua maupun muda. Pertambahan usia akan mengalami bermacam prubahan yang berpengaruh pada keinginan individu dalam hubungan. Macam pertemanan yang memuaskan saat berumur lima belas tahun bisa sajatidak akan memuaskan di umur dua puluh lima tahun.

Adiksi media sosial merupakan kelompok dari adiksi internet yang berhubungan khusus dengan situs jejaring sosial, sedangkan adiksi internet adalah keadaan dimana penggunaan internet menjadi kompulsif (Longstreet & Brooks, 2017). Adiksi media sosial merupakan perilaku bermasalah dalam penggunaan media sosial sehingga munculnya perilaku kompulsif (Al-Menayes, 2015). Aspek adiksi media sosial (Al-Menayes, 2015) yaitu:

- a. *Social Consequences* yaitu cerminan pengguna media sosial yang berpengaruh pada aktivitas individu sehari-hari. Individu dapat kehilangan orang yang ada didekatnya, pendidikan dan karirnya karena pemakaian media sosial.
- b. *Time Displacement* yaitu cerminan waktu pada pengguna media sosial, seperti pemakaian media sosial terus menerus, tidak mengerjakan pekerjaan yang diberikan dan meningkatnya waktu yang bertambah saat mengakses media sosial.
- c. *Compulsive feelings* yaitu cerminan dari perasaan pemakai media sosial. Pengguna yang mengalami adiksi akan mengakses media sosial yang merupakan jalan untuk menyelesaikan masalah atau mengurangi pikiran negatif, misalnya perasaan bosan, stress, ketidakberdayaan.

Faktor-faktor penyebab adiksi media sosial dari Young (Young Kimberly, 2011) yaitu:

- a. Jenis kelamin yaitu pria akan sering dihadapi dengan adiksi seperti *game online*, *cybersex* dan judi, kemudian wanita akan mengalami adiksi pada belanja secara virtual dan *chatting*.
- b. Kondisi psikologis yaitu masalah yang terkait dengan emosional misalnya, depresi, kecemasan dan menggunakan dunia maya untuk pengganti dari perasaan psikologis yang tidak disukai atau keadaan yang membuat tertekan
- c. Kondisi sosial ekonomi yaitu seseorang yang sudah memiliki pekerjaan akan menghadapi adiksi media sosial daripada seseorang yang tidak bekerja karena orang yang bekerja akan lebih mudah memiliki keleluasaan mengakses internet dikantonya dan memiliki uang yang cukup untuk mempunyai laptop.
- d. Tujuan dan waktu penggunaan internet yaitu bertujuan untuk mengetahui seberapa jauh

seseorang akan menjadi adiksi internet, khususnya jika berkaitan dengan banyaknya penggunaan yang dipakai seseorang di *smartphone*, tempat mereka menghabiskan waktu untuk mengakses internet terutama bermedia sosial. Sehingga pemakaian internet ini bertujuan untuk mengurangi atau sebagai jalan keluar dari permasalahan yang dialami seseorang dalam kehidupannya atau sebagai media hiburan.

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

TABEL 4.1 HASIL KORELASI ANTARA KESEPIAN DENGAN PADA REMAJA KOTA BANDUNG

Variabel	r_{hitung}	Signifikansi	Keterangan
Kesepian dengan Adiksi Media Sosial	0,202	0,024 ($p < 0,05$)	Lemah

Pada tabel 4.1 menunjukkan bahwa nilai *Sig* dari kesepian dan adiksi media sosial adalah lebih kecil dari nilai signifikan (0,05) atau 5%, sehingga H1 diterima. Artinya, hipotesis diterima karena nilai signifikansinya 0,024. Kemudian kekuatan hubungan atau nilai *r* sebesar 0,202 yang berarti kekuatan korelasinya lemah, sehingga semakin rendah hubungan kesepian, semakin rendah pula adiksi media sosial pada remaja kota Bandung dengan arah korelasi ini positif.

A. Pembahasan

Hasil penelitian pada hipotesis penelitian menyatakan bahwa adanya keeratan hubungan antara adiksi media sosial dengan kesepian pada remaja di kota Bandung dengan nilai *r* sebesar 0,202 yang berarti keeratan korelasinya lemah, ini ditunjukkan melalui hasil perhitungan data yaitu $r = 0,202$ dan signifikansi 0,024.

Hasil tersebut menunjukan bahwa keeratan hubungan korelasi antara kesepian dengan adiksi media sosial lemah. Artinya ada perubahan terhadap variabel adiksi media sosial yang akan berpengaruh terhadap variabel kesepian. Dengan kata lain, kesepian bukan faktor utama remaja mengalami adiksi media sosial. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu dari Baltaci pada tahun 2019 bahwa terdapat hubungan yang rendah antara kesepian dengan adiksi media sosial karena adiksi media sosial lebih erat hubungannya dengan kecemasan sosial dan kebahagiaan (Baltaci, 2019).

Kesepian bukanlah faktor utama bagi remaja kota Bandung menggunakan media sosial, namun alasan lain karena mencari teman bisa menjadi masuk dalam kategori kesepian karena menurut Russell (dalam Lou et al., 2012) kesepian didefinisikan sebagai hubungan sosial yang tidak sesuai dari apa yang diinginkan atau dicapai. Bisa saja

remaja tidak memiliki hubungan sosial dengan teman-teman di lingkungannya karena tidak sesuai dengan apa yang diinginkan sehingga remaja di kota Bandung mencari teman melalui *online*. Kemudian sebagai media pelarian karena di sosial media remaja bisa menjadi pribadi yang tidak bisa saya perlihatkan di dunia nyata bisa dikaitkan dengan aspek kesepian menurut Russell (1996) yaitu *trait loneliness* yang dimana individu mengalami kesepian karena kepribadian mereka. Kepribadian yang dimaksud adalah remaja memiliki kepercayaan diri yang kurang. Selanjutnya, dalam mengatasi kebosanan bisa dikaitkan dengan kesepian akibat isolasi sosial karena seseorang tidak memiliki keterlibatan yang terintegrasi dalam dirinya seperti tidak ikut berpartisipasi dalam kelompok yang melibatkan minat atau aktivitas yang sama sehingga dapat membuat seseorang mengalami kebosanan (Russell, 1996).

IV. KESIMPULAN

Dari penelitian yang telah dilakukan untuk mengetahui keeratn hubungan kesepian dengan adiksi media sosial pada remaja di kota Bandung dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang lemah antara variabel kesepian dengan variabel adiksi media sosial pada remaja di kota Bandung.
2. Hubungan positif yang signifikan antara variabel kesepian dengan variabel adiksi media sosial pada remaja di kota Bandung adalah signifikan dan positif.
3. Tingkat kesepian dan adiksi media sosial dan pada remaja kota Bandung umumnya berada di tingkat rendah.

V. SARAN

Berdasarkan hasil dan kesimpulan dalam penelitian ini, maka peneliti memberikan beberapa saran yaitu:

a. Bagi Subjek

Bagi remaja yang memiliki tingkat adiksi rendah sebaiknya lebih membatasi waktu penggunaan media sosial. Bagi remaja yang memiliki tingkat adiksi tinggi sebaiknya mencari tahu efek negatif dari adiksi, serta mencari bantuan profesional untuk mendapatkan bantuan mengenai permasalahan yang terkait kesepian atau adiksi. Bagi remaja yang kesepian dan bermain media sosial agar tidak mengalami adiksi yaitu mengubah perilaku interpersonal sehingga remaja bisa membangun hubungan yang diharapkan.

b. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti terkait variabel adiksi media sosial diharapkan agar dapat mencantumkan kriteria yang lebih spesifik untuk mengarahkan pada kesepian dengan adiksi media sosial, hal ini penting dilakukan supaya hasil penelitian ini sesuai dengan hasil yang diteliti dan juga dapat mencantumkan pertanyaan terbuka terkait media sosial apa saja yang digunakan oleh respon serta berapa akun yang miliknya, sehingga dapat memperkaya

pembahasan dan pengetahuan lebih terkait adiksi media sosial, hal serupa juga dilakukan dalam kesepian, peneliti selanjutnya bisa mencantumkan data durasi kesepian serta kesepian seperti apa yang dialami.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Al-Menayes, J. (2015). Psychometric Properties and Validation of the Arabic Social Media Addiction Scale. *Journal of Addiction*, 2015, 1–6. <https://doi.org/10.1155/2015/291743>
- [2] Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64, 287–293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- [3] APJII. (2018). Hasil-Survei-Penetrasi-dan-Perilaku-Pengguna-Internet-Indonesia-2018. Retrieved from apjii: <https://apjii.or.id/content/read/39/410/Hasil-Survei-Penetrasi-dan-Perilaku-Pengguna-Internet-Indonesia-2018>
- [4] Aysha. (2017, Februari 10). inilah sebabnya kenapa kamu aktif di media sosial tapi pendiam di dunia nyata. Retrieved from IDNTimes: <https://www.idntimes.com/tech/trend/aysha/inilah-sebabnya-kenapa-kamu-aktif-di-media-sosial-tapi-pendiam-di-dunia-nyata/5>
- [5] Baltacı, Ö. (2019). The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness. *International Journal of Progressive Education*, 15(4), 73–82. <https://doi.org/10.29329/ijpe.2019.203.6>
- [6] Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210–230. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- [7] Brem, R. B., Yvert, G., Clinton, R., & Kruglyak, L. (2002). Genetic dissection of transcriptional regulation in budding yeast. *Science*, 296(5568), 752–755. <https://doi.org/10.1126/science.1069516>
- [8] KEMENKOPMK, B. H. (2019, 4 24). Retrieved from <https://www.jabarprov.go.id/index.php/news/32774/2019/04/24/Mengangkat-Perubahan-Baik-Jawa-Barat-Melalui-Konten-Media-Sosial-yang-Positif>
- [9] 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 and Behavior*, 12(4), 451–455. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0327>
- [10] Kominfo. (2014, Februari 18). Retrieved from kominfo.go.id/content/detail/834/siaran-pers-no-17pihkominfo2014 tentang-riset-kominfo-dan-unicef mengenai-perilaku-anak-dan-remaja dalam-menggunakan internet/0/siaran_pers
- [11] Kominfo. (2015). Retrieved from https://kominfo.go.id/index.php/content/detail/3415/Kominfo+%3A+Pengguna+Internet+di+Indonesia+63+Juta+Orang/0/berita_satker
- [12] Longstreet, P., & Brooks, S. (2017). Life satisfaction: A key to managing internet & social media addiction. *Technology in Society*, 50(November), 73–77. <https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2017.05.003>
- [13] Lou, L. L., Yan, Z., Nickerson, A., & McMorris, R. (2012). An examination of the reciprocal relationship of loneliness and facebook use among first-year college students. *Journal of Educational Computing Research*, 46(1), 105–117. <https://doi.org/10.2190/EC.46.1.e>
- [14] Maulana, Y. (2019, Oktober 16). tiap-bulan-rsj-cisarua-tangani-belasan-anak-kecanduan-game-dan-ponsel. Retrieved from

DetikHealth: <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-4747381/tiap-bulan-rsj-cisarua-tangani-belasan-anak-kecanduan-game-dan-ponsel>

- [15] Russell, D. (1996). UCLA Loneliness Scale Version 3 (Instructions). *Journal of Personality Assessment*, 66(42), 3–4. <https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601>
- [16] SindoNews. (2018, 12 1). autotekno.sindonews. Retrieved from <https://autotekno.sindonews.com/berita/1359215/133/survei-membuktikan-media-sosial-bikin-remaja-merasa-percaya-diri>
- [17] Tresnawati, L. (2018, Oktober 11). Puluhan Pelajar di Palembang Bolos Sekolah Terjaring Razia Pol PP sedang Main Game Online di Warnet. . Retrieved from *Tribun News*: <https://sumsel.tribunnews.com/2018/10/11/puluhan-pelajar-di-palembang-bolos-sekolah-terjaring-razia-pol-pp-sedang-main-game-online-di-warnet>
- [18] Vanhalst, J., Luyckx, K., & Goossens, L. (2014). Experiencing loneliness in adolescence: A matter of individual characteristics, negative peer experiences, or both? *Social Development*, 23(1), 100–118. <https://doi.org/10.1111/sode.12019>
- [19] Young Kimberly. (2011). *Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment*. John Wiley & Sons, Inc.
- [20] Zhao, J., Kong, F., & Wang, Y. (2013). The role of social support and self-esteem in the relationship between shyness and loneliness. *Personality and Individual Differences*, 54(5), 577–581. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.11.003>