

**HUBUNGAN ANTARA *PROBLEMATIC INTERNET USE* DENGAN
SELF-DISCLOSURE PADA MAHASISWA FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK
IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI



Oleh:

MHD LUTHFI MAULANA

19410099

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2023**

**HUBUNGAN ANTARA *PROBLEMATIC INTERNET USE* DENGAN
SELF-DISCLOSURE PADA MAHASISWA FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK
IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

MHD LUTHFI MAULANA

NIM. 19410099

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
TAHUN 2023**

**HUBUNGAN ANTARA PROBLEMATIC INTERNET USE
DENGAN SELF-DISCLOSURE PADA MAHASISWA FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK
IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Oleh:

MHD LUTHFI MAULANA

NIM. 19410099

Telah disetujui oleh:
Dosen Pembimbing



Drs. H. Yahya, MA

NIP. 196605181991031004

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Dr. Rifa Hidayah, M.Si

NIP. 197611282002122001

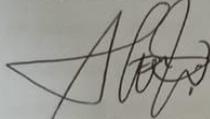
SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *PROBLEMATIC INTERNET USE* DENGAN
SELF-DISCLOSURE PADA MAHASISWA FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK
IBRAHIM MALANG

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada hari Selasa, 3 April 2023

Susunan Dewan Penguji

Sekretaris Penguji



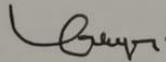
Aprilia Mega Rosdiana, M. Si
NIP. 199004102020122004

Penguji Utama



Dr. Ali Ridho, M. Si
NIP. 197804292006041001

Ketua Penguji



Drs. H. Yahya, MA
NIP. 196605181991031004

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
pada hari Senin, 3 APRIL 2023

Mengesahkan
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Dr. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 197611282002122001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mhd Luthfi Maulana

NIM : 19410099

Fakultas : Psikologi

Universitas : Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Menerangkan bahwa penelitian skripsi saya dengan judul “Hubungan antara *Problematic Internet Use* dengan *Self-Disclosure* Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang” bukanlah tindakan plagiat, dan merupakan hasil karya sendiri. Apabila suatu saat skripsi ini secara prinsip terbukti tindakan plagiat, saya bersedia menerima sanksi yang telah ditetapkan, dan bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing maupun pihak Fakultas Psikologi.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Malang, 1 Maret 2023



Mhd Luthfi Maulana

NIM. 19410099

MOTTO

“Today, spend a little time cultivating relationships offline. Never forget that everybody isn't on social media.

(Germany Kent)

PERSEMBAHAN

Peneliti mendedikasikan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tua yang selalu berusaha memberikan yang terbaik
2. Seluruh keluarga yang telah banyak memberikan dukungannya dan menjadi tempat untuk berkeluh kesah
3. Dosen Pembimbing, bpk. Drs. Yahya, MA yang telah memberikan ilmu serta arahan dalam penulisan skripsi ini.
4. Mas Fajri yang senantiasa membimbing setiap waktu dan prosesnya dalam penulisan skripsi ini.
5. Semua teman-teman peneliti yang selalu bisa dimanfaatkan ketika dibutuhkan

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis, serta yang memberikan kekuatan, kemudahan dan kelancaran sehingga tugas penulisan proposal skripsi ini dapat diselesaikan sesuai dengan harapan. Dalam penulisan proposal skripsi ini, peneliti banyak menemui kesulitan dan hambatan, namun karena petunjuk Allah SWT dan bantuan dari berbagai pihak, kiranya membuat semua itu mampu peneliti lewati. Karenanya, dengan penuh rasa syukur penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Kedua orang tua yang selalu memberikan dukungan penuh dan doa tak henti-hentinya kepada peneliti
2. Bpk. Prof. Dr. HM. Zainuddin MA selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Ibu Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
4. Ibu. Yulia Solichatun, M.Si, Psikolog. selaku Dosen Wali yang senantiasa membimbing peneliti dengan sabar selama proses pendidikan
5. Bpk. Drs.H. Yahya, MA dan Ibu.Mega Rosdiana, M.Si selaku pembimbing skripsi yang selalu memberikan arahan dan ilmunya kepada peneliti
6. Bpk. Yusuf Ratu Agung, MA yang turut membantu dalam memberikan konsultasi dan arahan dalam pelaksanaan penelitian.

7. Seluruh pihak yang sudah banyak berkontribusi dalam penulisan skripsi ini, yang tidak mungkin dapat peneliti sebutkan satu persatu

Akhir kata sebaik-baiknya hasil tersaji dalam tulisan ini, peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Namun, peneliti berharap agar skripsi tetap dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan Psikologi dan semua pihak yang tertarik dengan ilmu ini.

Malang, 1 Maret 2023

MHD LUTHFI MAULANA
NIM.19410099

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
المستخلص البحث	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	10
1.3. Tujuan Penelitian	10
1.4. Manfaat Penelitian	11
BAB II KAJIAN TEORI.....	12
2.1. <i>Problematic Internet Use</i>	12
2.1.1. Pengertian dan Definisi <i>Problematic Internet Use</i>	12
2.1.2. <i>Problematic Internet Use</i> dalam Perspektif Psikologi.....	13
2.1.3. Kajian <i>Problematic Internet Use</i> dalam Psikologi.....	16

2.1.4.	Pengukuran <i>Problematic Internet Use</i>	21
2.2.	<i>Self-Disclosure</i>	24
2.2.1.	Pengertian dan Definisi.....	24
2.2.2.	<i>Self-Disclosure</i> dalam Perspektif Psikologi.....	26
2.2.3.	Kajian <i>Self-Disclosure</i> dalam Psikologi.....	28
2.2.4.	Pengukuran <i>Self-Disclosure</i>	33
2.3.	Hubungan <i>Problematic Internet Use</i> dan <i>Self-Disclosure</i>	36
2.3.1.	Hipotesis	42
2.3.2.	Kerangka Berpikir	43
BAB III METODE PENELITIAN.....		44
3.1.	Jenis Penelitian.....	44
3.2.	Identifikasi Variabel	44
3.3.	Definisi Operasional	45
3.3.1.	<i>Problematic Internet Use</i>	45
3.3.2.	<i>Self-disclosure</i>	46
3.4.	Populasi dan Sampel.....	47
3.4.1.	Populasi	47
3.4.2.	Sampel	47
3.5.	Pengambilan Data	49
3.6.	Validitas dan Reliabilitas	51
3.6.1.	Validitas.....	51
3.6.2.	Reliabilitas	53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		55
4.1.	Prosedur Penelitian.....	55

4.1.1. <i>Setting</i> Penelitian	55
4.1.2. Proses dan Waktu Pengambilan Data.....	55
4.2. Uji Asumsi.....	56
4.2.1. Uji Normalitas	56
4.2.2. Uji Linearitas.....	57
4.3. Deskripsi Data.....	58
4.4. Kategorisasi Data	59
4.4.1. <i>Problematic Internet Use</i>	59
4.4.2. <i>Self-Disclosure</i>	62
4.5. Uji Korelasi.....	64
4.6. Pembahasan Hasil	66
4.6.1. Tingkat <i>Problematic Internet Use</i>	66
4.6.2. Tingkat <i>Self-Disclosure</i>	68
4.6.3. Hubungan Antara <i>Problematic Internet Use</i> dengan <i>Self-Disclosure</i>	70
BAB V PENUTUP.....	77
7.1. Kesimpulan.....	77
7.2. Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN	84

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint skala Problematic Internet Use	50
Tabel 3. 2 Blueprint skala Self-Disclosure.....	51
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas skala problematic internet use.....	52
Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas skala self-disclosure	53
Tabel 3. 5 Kriteria penilaian reliabilitas.....	54
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas	54
Tabel 4. 1 Hasil Uji Normalitas	56
Tabel 4. 2 Hasil Uji Linearitas	57
Tabel 4. 3 Deskriptif Data.....	58
Tabel 4. 4 Rumus Standar Kategorisasi	59
Tabel 4. 5 Kategorisasi <i>Problematic Internet Use</i>	59
Tabel 4. 6 Deskriptif Aspek <i>Problematic Internet Use</i>	60
Tabel 4. 7 Kategorisasi Aspek <i>Preference for Social Online Interaction</i>	61
Tabel 4. 8 Kategorisasi Aspek <i>Mood Regulation</i>	61
Tabel 4. 9 Kategorisasi Aspek <i>Cognitive Preoccupation</i>	61
Tabel 4. 10 Kategorisasi Aspek <i>Compulsive use</i>	61
Tabel 4. 11 Kategorisasi Aspek <i>Negative Outcome</i>	61
Tabel 4. 12 Kategorisasi <i>Self-Disclosure</i>	62
Tabel 4. 13 Deskriptif Aspek <i>Self-Disclosure</i>	63
Tabel 4. 14 Kategorisasi Aspek <i>Intent to disclose</i>	63
Tabel 4. 15 Kategorisasi Aspek Kuantitas	63
Tabel 4. 16 Kategorisasi Aspek <i>Positive-Negative of Disclosure</i>	63
Tabel 4. 17 Kategorisasi Aspek <i>Control of Depth</i>	64
Tabel 4. 18 Kategorisasi Aspek <i>Honesty-Accuracy of Disclosure</i>	64
Tabel 4. 19 Hasil Uji Korelasi.....	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Diagram Hasil Kategorisasi Problematic Internet Use	60
Gambar 4. 2 Diagram Hasil Kategorisasi Self-Disclosure	62
Gambar 4. 3 Tujuan Penggunaan Internet.....	71
Gambar 4. 4 Data Lama Penggunaan Internet.....	71

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian Fakultas Psikologi UIN MALANG.....	84
Lampiran 2 Tabulasi data	85
Lampiran 3 Skala Problematic Internet Use.....	90
Lampiran 4 Skala Self-Disclosure	93
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas Problematic Internet Use.....	95
Lampiran 6 Hasil Uji Validitas Self-Disclosure	96
Lampiran 7 Hasil Uji Reliabilitas	97
Lampiran 8 Uji Plagiasi.....	98

ABSTRAK

Mhd Luthfi Maulana (2023). Hubungan antara *Problematic Internet Use* dengan *Self-Disclosure* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Dosen Pembimbing : Drs. H. Yahya, MA.

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang sangat cepat telah mendorong terjadinya perubahan di dalam kehidupan manusia. Perubahan tersebut tidak hanya berupa kemajuan, tetapi juga berupa kemunduran atau dampak negatif bagi kehidupan manusia. Kemudahan akses terhadap internet memberikan peluang bagi mahasiswa dan individu dewasa awal menjadi pengguna tertinggi internet. Hal tersebut menyebabkan mahasiswa menjadi target utama pengembangan teknologi informasi dan komunikasi. Meskipun begitu penggunaan internet tidak selalu “ positif ” karena tidak adanya batasan pemakaian dan hal yang diakses pun dapat beragam. Salah satu dampak negatif penggunaan internet adalah kondisi psikologis akibat penggunaan internet yang berdampak terhadap bidang-bidang kehidupan penggunanya, salah satunya ialah bidang kehidupan sosial. *Negative outcome* tersebut berupa kesulitan dalam mengekspresikan dan mengungkapkan diri, pendiam, dan penarikan diri secara sosial. Dari sini kemudian peneliti ingin melihat apakah terdapat hubungan antara *problematic internet use* dengan *self-disclosure* pada mahasiswa. Mahasiswa sendiri biasanya sedang dalam masa transisi remaja dan dewasa awal dan sedang dalam proses untuk tergabung dalam suatu kelompok, mencari lawan jenis, dan mempunyai peran dan tanggung jawabnya masing-masing. Sehingga fase tersebut merupakan fase yang sangat penting untuk mampu dalam mengungkapkan diri sendiri kepada orang lain. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang sebanyak 56 orang yang sebelumnya telah dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling dan random*. Teori yang digunakan untuk mengukur tingkat *problematic internet use* adalah teori milik Caplan. Adapun teori yang digunakan untuk mengukur tingkat *self-disclosure* didasarkan pada teori yang dikemukakan oleh Wheelless. Proses pengolahan data dilakukan dengan bantuan IBM *Statistical Package or Social Science (SPSS) ver. 23.0*, dan ditemukan hasil $r_{xy} = -0.036$ dan $p = 0,792 < 0,05$ yang kemudian menunjukkan tidak adanya hubungan antara *problematic internet use* dengan *self-disclosure* pada mahasiswa

Kata kunci : *Problematic internet use*, Internet, *Self-Disclosure*, Mahasiswa

ABSTRACT

Mhd Luthfi Maulana (2023). *Relationship between Problematic Internet Use and Self-Disclosure in Students of the Faculty of Psychology, State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang*

Lecturer Advisor : Drs. H. Yahya, MA.

The rapid development of information and communication technology has led to changes in human life. These changes are not only in the form of progression, but also in the form of regression or negative impacts on human life. Easy access to the internet provides opportunities for students and young adults to become the highest internet users. This causes students to become the main target for the development of information and communication technology. Even so, the use of the internet is not always "positive" because there are no restrictions on usage and things that are accessed also vary. One of the negative impacts of using the internet is the psychological condition due to internet use which has an impact on areas of the life of its users, one of which is the field of social life. The negative results are in the form of difficulties in expressing and disclose themselves, uncommunicative, and socially withdrawn. From here, the researcher wants to see if there is a relationship between problematic internet use and self-disclosure in college students. Students themselves are usually in the transition period of adolescence and early adulthood and are in the process of joining a group, looking for the opposite sex, and having their own roles and responsibilities. So that this phase is a very important phase to be able to express yourself to others. The subjects of this study were 56 students of the Faculty of Psychology UIN Malang who had previously been selected using purposive and random sampling techniques. The theory used to measure the problematic level of internet use is Caplan's theory. The theory used to measure the level of self-disclosure is based on the theory put forward by Wheelless. . The data was processed using the IBM Statistical Package for Social Science (SPSS) ver. 25.0, and the results were $r_{xy} = -0.036$ and $p = 0.792 < 0.05$ which indicating there is no relationship between problematic internet use and self-disclosure in college students

Keywords: *Problematic internet use, Internet, Self-Disclosure, Colleger*

المستخلص البحث

أدى التطور السريع لتكنولوجيا المعلومات والاتصالات إلى تغييرات في حياة الإنسان. هذه التغييرات محمد لطفي مولانا (2023). (العلاقة بين إشكالية استخدام الإنترنت والكشف عن الذات لدى طلاب كلية علم النفس ، جامعة الدولة الإسلامية مولانا مالك إبراهيم مالانج

مستشار المحاضر: د. يحيى، ماجستير ليست فقط في شكل تقدم ، ولكن أيضًا في شكل انتكاسات أو آثار سلبية على حياة الإنسان. يوفر الوصول السهل إلى الإنترنت فرصًا للطلاب والشباب ليصبحوا أعلى مستخدمي الإنترنت. هذا يجعل الطلاب يصبحون الهدف الرئيسي لتطوير تكنولوجيا المعلومات والاتصالات. ومع ذلك ، فإن استخدام الإنترنت ليس دائمًا "إيجابيًا" لأنه لا توجد قيود على الاستخدام ويمكن أن تختلف الأشياء التي يمكن الوصول إليها. من الآثار السلبية لاستخدام الإنترنت الحالة النفسية الناتجة عن استخدام الإنترنت والتي لها تأثير على مجالات من حياة مستخدميها ، ومن بينها مجال الحياة الاجتماعية. تتمثل النتائج السلبية في صعوبات في التعبير عن الذات والتعبير عنها والهدوء والانسحاب الاجتماعي. من هنا ، يريد الباحث معرفة ما إذا كانت هناك علاقة بين استخدام الإنترنت المثير للمشاكل وكشف الطالب عن نفسه. عادة ما يكون الطلاب أنفسهم في الفترة الانتقالية للمراهقة والبلوغ المبكر وهم في طور الانضمام إلى مجموعة ، والبحث عن الجنس الآخر ، ولديهم أدوار ومسؤوليات خاصة بهم حتى تكون هذه المرحلة مرحلة مهمة للغاية لتتمكن من التعبير عن نفسك للآخرين. كان موضوع هذه الدراسة 56 طالبًا من كلية علم النفس جامعة الدولة الإسلامية مولانا مالك إبراهيم مالانج تم اختيارهم مسبقًا باستخدام تقنيات أخذ العينات الهادفة والعشوائية. النظرية المستخدمة لقياس مستوى إشكالية استخدام الإنترنت هي نظرية كابلان. تستند النظرية المستخدمة لقياس مستوى الإفصاح عن الذات إلى النظرية التي طرحها ويليس. تتم معالجة البيانات بمساعدة حزمة الإحصائية أو العلوم الاجتماعية الإصدار 23.0. مما يدل بعد ذلك على عدم وجود علاقة بين ، $p < 0.05$ و 0.792 و $0.036 - r_{xy}$ ووجدت نتائج ، الكلمات استخدام الإنترنت الإشكالي والإفصاح عن الذات لدى الطلاب

المفتاحية: إشكالية استخدام الإنترنت ، الإنترنت ، الإفصاح عن الذات ، الكلية

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi sudah tidak bisa dipungkiri menjadi sebuah fenomena dalam kehidupan manusia yang secara multidimensional berdampak terhadap berbagai bidang kehidupan. Dampak perkembangan teknologi dirasakan dalam berbagai kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara, di mana setiap individunya menjadi pengguna dan pengembang pada setiap perubahan yang terjadi (Danuri, 2019, p. 117). Kemajuan ini secara langsung mempengaruhi tatanan sosial masyarakat umum dalam melakukan berbagai aktifitas. Mulai dari urusan pekerjaan, cara berkomunikasi, dan pekerjaan rumah sekalipun dapat difasilitasi oleh sarana teknologi berbasis komunikasi. Keadaan ini memberikan manfaat dalam memudahkan kehidupan manusia dalam efisiensi waktu, tenaga, dan biaya.

Salah satu perkembangan teknologi informasi dan komunikasi ialah penggunaan internet, yaitu sebagai jaringan besar yang menghubungkan orang-orang di dunia. Salah satu tanda perkembangan ini adalah meningkatnya penggunaan internet, secara khusus di Indonesia. Dalam Data Reportal pada Januari 2021 dari total populasi penduduk Indonesia yang berjumlah 274.9 juta jiwa, tercatat 202,6 juta jiwa penduduk Indonesia dari total populasi tersebut menjadi pengguna aktif internet (Data Reportal, 2021). Dalam hal ini, berdasarkan laporan Hootsuite yang dimuat di Datareportal bahwa terjadi peningkatan pengguna internet sebesar 16% pada tahun

2021 yang mana pada tahun 2020 pengguna internet berjumlah 175.4 juta jiwa (Data Reportal, 2021). Peningkatan ini juga ditunjukkan dengan jumlah perangkat yang terhubung dengan koneksi internet yang melebihi total dari populasi dengan jumlah 370.1 juta pada Januari 2022 (Data reportal, 2022). Adapun rata – rata lama penggunaan internet di Indonesia ialah 8 jam 52 menit (Kompas, 2021).

Kemajuan internet secara nyata dialami oleh masyarakat umum. Dalam ruang lingkup yang lebih khusus, penggunaan internet juga dirasakan manfaatnya oleh civitas akademik, terutama pada mahasiswa. Mahasiswa menerima kemudahan akses yang sangat luar biasa dalam melakukan pembelajaran. Dengan mengakses internet mahasiswa dapat memperoleh informasi, meningkatkan kemampuan dalam mencari informasi dan membaca digital sehingga dapat meningkatkannya kemampuan pemahaman (Garcia & Abarca, 2018, p. 8-21). Hal ini didukung dalam hasil penelitian Walidaini yang menyatakan bahwa indikator penggunaan internet yang sering dilakukan oleh mahasiswa adalah mengirim data atau materi pembelajaran atau berkomunikasi jarak jauh antara mahasiswa (Walidaini, 2018, p. 42). Morin meyakini bahwa mahasiswa menggunakan internet secara intensif untuk memenuhi kebutuhan sosialnya dan keperluan belajarnya (Morin, 2021, p. 13). Terlebih mahasiswa bisa menghabiskan 10 jam dalam sehari dalam menggunakan internet (Azka, Firdaus, & Kurniadewi, 2018, p. 203). Secara fungsional, internet merupakan fasilitas yang bisa diakses mahasiswa dalam menunjang pendidikan mereka serta media untuk berkomunikasi dengan orang lain.

Berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada periode 2021-2022 mengenai rentang usia pengguna internet yang berjumlah 210,03 juta pengguna, bahwa tingkat penetrasi internet paling tinggi di kelompok usia 13-18 tahun, yakni 99,16%. Posisi kedua ditempati oleh kelompok usia 19-34 tahun dengan tingkat penetrasi sebesar 98,64%. Rentang usia di atas secara tidak langsung menyatakan bahwa mahasiswa menjadi pengguna internet tertinggi. Adapun menurut Santrock menyatakan berdasarkan usia perkembangannya individu pada usia akhir usia belasan dan berakhir di usia tiga puluhan berada pada individu dewasa awal (Santrock, 2007, p. 22)

Berdasarkan data dan fenomena di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa internet menjadi bagian dari kehidupan mahasiswa saat ini. Internet diibaratkan sebagai koin dengan dua sisi, yaitu internet dalam sisi keuntungan dan internet di sisi kerugiannya. Penggunaan internet memiliki dampak negatif yang tidak bisa dihiraukan dan perlu diamati dampak buruknya terhadap mahasiswa. Kemudahan akses yang ada terhadap internet mengakibatkan penggunaan internet pada mahasiswa dapat kehilangan kontrol apabila tidak ada pengawasan yang baik. Dan perlu disadari bersama, bahwa mahasiswa menjadi target pemasaran para pelaku pengembang teknologi informasi dan komunikasi pada era ini melalui aplikasi media sosial, game online, platform streaming, dan fitur – fitur yang tersedia saat ini. Sehingga penggunaan internet pada mahasiswa secara berlebihan berpotensi menimbulkan penggunaan internet bermasalah, atau disebut sebagai *problematic internet use (PIU)*.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa mahasiswa, diketahui beberapa perilaku penggunaan internet bermasalah pada mahasiswa yang menyebabkan aktifitas lainnya terganggu, yaitu sebagai berikut :

“Dari pengalaman saya sendiri, yaitu ketika saya terjebak dengan gadget dan sendirian di kamar. Atau lebih tepatnya ketika saya melakukan aktifitas scrolling, khususnya sih media sosial, yang mana itu memakan waktu yang lama. Nah hal itu yang bikin saya menunda-nunda pekerjaan yang seharusnya saya lakukan”. (AZ, komunikasi pribadi, 5 April 2023).

“Mungkin ini mas, apalagi di bulan puasa ini saya suka begadang gara-gara game online. Alhasil karena saya begadang, dari pagi sampe siang kerjaan saya cuma tidur aja” (FS, komunikasi pribadi, 5 April 2023).

“Karena saya cewe ya mas, gatau kalo cowo ngalamin apa enggak. Yang saya alamin itu ketika muncul serial drama korea di netflix, saya tuh bisa ngabisin waktu seharian buat nyelesain semua episodenya. Yang saya rasain tuh ya ketagihan mas, jadi asyik sendiri di kamar”. (YP, komunikasi pribadi, 5 April 2023).

Atas dasar hasil wawancara diatas, diketahui bahwa fenomena perilaku penggunaan internet yang bermasalah diartikan sebagai sebuah perilaku yang menyebabkan aktifitas lainnya terganggu. Diantaranya ialah perilaku scrolling di media sosial, game online, dan maraton drama korea. Kondisi diatas dapat disebabkan oleh sifat-sifat obsesi dan kompulsi internet, dimana terdapat sensasi berupa rasa asyik yang tidak bisa didapatkan dari hal lain. Dan apabila mahasiswa tidak mengakses internet selama beberapa waktu, mereka merasakan rasa gelisah (Azka, Firdaus, & Kurniadewi, 2018, p. 203).

Adapun sebuah survey yang dilakukan untuk mengetahui sikap mahasiswa terhadap penggunaan internet menyatakan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki

sikap bahwa internet digunakan untuk keperluan belajar, namun tanpa disadari waktu yang mahasiswa habiskan lebih banyak untuk mencari hiburan (Fauzan, 2022, p. 50). Dan menurut survey lainnya, anak remaja dan dewasa sebagian besar menghabiskan waktu di internet untuk bermain game online dan media sosial (CNNIndonesia, 2021). Kondisi tersebut kadang tidak disadari mahasiswa bahwa mereka melakukan kegiatan tersebut dengan memakan waktu yang lama sehingga secara tidak sadar mahasiswa kehilangan waktu untuk berinteraksi dengan lingkungan nyata.

Shapira sebagai salah satu tokoh peneliti *problematic internet use* berpendapat bahwa penggunaan internet bermasalah merupakan suatu perilaku yang maladaptif pada pemakaian internet, penggunanya merasa kegiatan online terasa lebih menarik, serta digunakan dalam jangka yang lebih lama dibanding penggunaan yang seharusnya (Shapira, 2003, p. 213). Dampak dari penggunaan internet yang bermasalah ini kemudian akan mengganggu perilaku penggunanya. Sejalan dengan opini di atas, studi sebelumnya telah menunjukkan bahwa kecanduan internet dapat berdampak negatif pada kinerja akademik, sosial, hubungan, dan kesejahteraan (Zhang dkk., 2019, p. 13).

Fenomena *problematic internet use* di atas akan berpotensi dalam mempengaruhi kehidupan mahasiswa yang pada umumnya berada dalam fase perkembangan individu dewasa awal. Adapun menurut Hurlock menyatakan tugas perkembangan dewasa awal, antara lain, mendapatkan suatu pekerjaan, memilih seorang teman hidup, belajar hidup bersama dengan suami istri membentuk suatu keluarga, membesarkan anak-anak, mengelola sebuah rumah tangga, menerima tanggung jawab

sebagai warga negara, bergabung dalam suatu kelompok sosial (Hurlock, 2010, p.249). Berdasarkan tugas perkembangan individu dewasa awal yang telah dipaparkan, bahwasannya mahasiswa akan membentuk lingkungan pertemanan yang sesuai dan mulai mencari pasangan hidup serta memiliki peran dan tergabung dalam kelompok tertentu. Namun, dalam kenyataannya tidak semua orang bisa melewati fase tersebut dengan mudah.

Keberhasilan tugas perkembangan di atas, apabila diamati tidak terlepas dari keterampilan sosial yang baik. Dan salah satu keterampilan sosial dalam komunikasi interpersonal adalah *self-disclosure* atau pengungkapan diri. Pengungkapan diri ialah jenis obrolan dimana kita menyampaikan berita perihal diri sendiri yg meliputi beberapa hal, seperti: pengalaman hayati, perasaan, emosi, pendapat, dan sebagainya, sehingga orang lain dapat mengetahuinya (Novianti dkk., 2023, p. 748). *Self-disclosure* dapat membantu seseorang berkomunikasi dengan orang lain dan mengembangkan hubungan bermakna dengan orang lain, memahami diri sendiri dan meningkatkan sikap positif (Septiani ,2019, p. 268). Hasil serupa dalam studi yang diteliti Asandi bahwa ketika seseorang melakukan self-disclosure, seseorang dapat melaporkan masalah dan tekanan yang dialaminya dan menerima pengetahuan, umpan balik, masukan, atau support dari orang lain (Gamayanti dkk., 2018, p. 21)

Berikut beberapa tanggapan mahasiswa mengenai pentingnya *self-disclosure* bagi mahasiswa dan individu dewasa awal:

“Kalo menurut saya sih gunanya memberikan informasi mengenai diri kita sendiri ya agar orang lain tidak salah paham dengan kita. Kadang kan ga

semua tindakan atau perilaku kita dapat dimengerti oleh orang lain, jadi agar menghindari kesalahpahaman kita bisa ngasih tau informasi”. (FS, komunikasi pribadi, 4 Desember 2022).

“ Kalo aku sih mungkin untuk membangun hubungan sama orang lain gitu. Tapi ya bukan hubungan percintaan aja, bisa ke temen, orang tua atau orang yang belum kita kenal. Kan pasti kalo awal-awal kenalan sama orang kita pasti ngasih tau nama kita, jurusan kita apa dan lain-lain”. (RD, komunikasi pribadi, 9 November 2022).

“ Menurut aku untuk mengekspresikan emosi mungkin ya. Karena aku orang sering curhat ke temen soal masalahku sehari-hari. Jadi ya membantu aja biar ga stres sendirian. Dan juga kan ketika kita curhat tuh, pasti biasanya temen kita ikut cerita juga tentang masalahnya. Jadi ya saling support gitu dengan bercerita”. (DF, komunikasi pribadi, 25 Desember 2022)

Berdasarkan hasil wawancara diatas, *self-disclosure* dimaknai sebagai suatu hal yang bermakna positif. Yakni untuk membangun kedekatan dengan orang lain, membangun kepercayaan dengan orang lain untuk menghindari kesalahpahaman, dan sebagai suatu bentuk sikap positif dalam melepaskan emosi negatif.

Individu yang memiliki pengungkapan diri yang lemah, mereka mengalami masalah dalam berteman, memulai kegiatan sosial dan berpartisipasi dalam kelompok, serta harga diri mereka rendah (Arslan & Kiper, 2018, p. 4). Dengan demikian, individu yang tertutup dan tidak mengungkapkan perasaannya cenderung memiliki banyak kebiasaan buruk, salah satu kebiasaan buruk tersebut adalah penggunaan internet bermasalah (Novianti, dkk., 2023, p. 746).

Asumsi keterkaitan antara *problematic internet use* dengan *self-disclosure* terletak pada gejala kognisi, emosi dan perilaku pada *problematic internet use* yang berpotensi dalam mengurangi kesempatan individu untuk berinteraksi secara terbuka. Negative outcome sebagai salah satu aspek dalam mengukur perilaku

problematic internet use mengacu pada sejauh mana penggunaan internet pada individu berdampak negatif terhadap kehidupan penggunanya (Caplan, 2010, p. 1090). Perilaku pada *problematic internet use* menimbulkan dampak negatif berupa perilaku penarikan diri secara sosial dan berpotensi mengurangi kesempatan seseorang untuk membangun keakraban dan membuka diri dengan orang lain. *Problematic internet use* pada tingkat tertentu berdampak negatif pada perilaku sosial mereka, orang-orang yang cemas secara sosial cenderung kesulitan mengekspresikan diri mereka, dan perilaku mereka seringkali terhambat secara sosial, pendiam, dan menarik diri secara sosial (Martin, 2009, p. 14). Secara kognitif, *problematic internet use* berperan dalam timbulnya pola pikir untuk terus online dan kesulitan dalam mengontrol perilaku internet. Kontrol impuls yang berkurang terkait internet melibatkan kognisi obsesif tentang internet dan ketidakmampuan untuk mengurangi penggunaan internet meskipun ada keinginan untuk melakukannya (Davis, 2002, p. 340). Pikiran yang mengganggu dalam kehidupan individu yang kemudian memunculkan keinginan untuk mengakses internet tersebut berpotensi terhadap penurunan motivasi individu dalam berinteraksi dan membuka diri dengan lingkungan dan orang di sekitarnya.

Adapun secara emosional *problematic internet use* menyumbang perilaku yang kurang adaptif dalam meregulasi suasana hati, yaitu dengan mengekspresikan emosinya di dalam media sosial dan konten hiburan di internet. Andangsari menggambarkan bahwa meregulasi emosi permasalahan yang tengah dihadapi di internet merupakan sebuah bentuk pelarian diri dari suatu masalah (Andangsari,

2019, p. 2). Individu yang mengalami *problematic internet use* sering menggunakan internet untuk mengubah suasana hati ketika mereka merasa sedih, cemas atau terisolasi (Martin & Schumacer, 2000, p. 14). Apabila keadaan diatas dilakukan terus menerus, hal tersebut berpotensi dalam membentuk kebiasaan untuk mengungkapkan perasaan dan permasalahan diri di internet, dan secara perlahan mengurangi pengungkapan diri secara langsung. Selain itu, *problematic internet use* seringkali diasosiasikan dengan timbulnya masalah kesejahteraan psikososial, antara lain seperti rasa kesepian, depresi, kecemasan, *shyness*, *introversion*, perilaku agresi, dan *social skill deficits* (Caplan, Dkk, 2009, p. 2).

Dalam penelitian terkini oleh Gioia & Valentina, dinyatakan bahwa *preference social online interaction* dalam *problematic internet use* dapat memprediksi pengungkapan diri seseorang (Gioia & Valentina, 2021, p. 11). Arslan dan Aydin dalam penelitiannya menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-disclosure* dan internet addiction terhadap 312 siswa (Arslan dan Aydin, 2018, p. 59). Semakin tinggi *self-disclosure* semakin rendah internet addiction yang dialami, dan sebaliknya. Kecocokan mahasiswa sebagai subjek penelitian *problematic internet use* tidak terlepas dari penjelasan bahwa mahasiswa dalam rentang usia 18 – 25 tahun merupakan pengguna aktif internet yang berpotensi mengalami *problematic internet use*.

Saat ini, studi mengenai keterkaitan *problematic internet use* dan *self-disclosure* sejauh ini belum banyak dilakukan. Fenomena, data dan asumsi keterkaitan yang telah dipaparkan menjadi urgensi yang nyata untuk mengetahui apakah terdapat

keterkaitan antar *problematic internet use* dan *self-disclosure*. Serta minimnya penelitian mengenai kedua variabel tersebut dan perbedaan penggunaan istilah untuk menggambarkan keadaan penggunaan internet bermasalah menjelaskan bahwa fenomena *problematic internet use* masih kurang disadari oleh mahasiswa sebagai salah satu kelompok pengguna internet tertinggi. Maka dari itu penting dilakukan identifikasi hubungan mengenai *self-disclosure* dan *problematic internet use*.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang, maka dapat dirumuskan beberapa persoalan penelitian, yaitu sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat *problematic internet use* pada mahasiswa ?
2. Bagaimana tingkat *self-disclosure* pada mahasiswa ?
3. Bagaimana terdapat hubungan *problematic internet use* terhadap *self-disclosure* pada mahasiswa ?

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan dalam penilitan ini adalah sebagai berikut :

1. Mengetahui tingkat *problematic internet use* pada mahasiswa
2. Mengetahui tingkat *self-disclosure* pada mahasiswa
3. Mengetahui ada tidaknya hubungan *problematic internet use* terhadap *self-disclosure* pada mahasiswa

1.4. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang bisa diambil dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini dapat memberikan sumbangan khususnya dalam hal pengembangan ilmu Psikologi Sosial terutama pada pembahasan variabel *problematic internet use* dan *self-disclosure* sehingga dapat dipakai sebagai acuan penelitian berikutnya.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat membuka pandangan masyarakat luas, untuk terus meningkatkan kesadaran dan rasa bertanggung jawab khususnya kepada diri sendiri ketika berinteraksi dan komunikasi di media sosial.

BAB II

KAJIAN TEORI

2.1. *Problematic Internet Use*

2.1.1. Pengertian dan Definisi *Problematic Internet Use*

Problematic internet use terdiri dari 3 kata, yaitu '*problematic*', '*internet*' dan '*use*'. *Problematic* memiliki arti sesuatu yang menyebabkan kesulitan, atau suatu hal yang sulit untuk ditangani. Lalu *internet* ialah suatu sistem yang menghubungkan banyak orang yang memungkinkan terjadinya komunikasi dan pertukaran informasi. Sedangkan *use* adalah tindakan menggunakan sesuatu. Berdasarkan arti diatas, maka *problematic internet use* adalah suatu pengguna internet yang menyebabkan kesulitan.

Problematic internet use didefinisikan oleh Caplan, Dkk yang menyatakan bahwa *problematic internet use (PIU)* adalah sindrom multidimensional yang terdiri dari beberapa gejala psikologis, meliputi gejala kognitif, emosional, dan perilaku yang mengakibatkan seseorang mengalami kesulitan dalam dalam mengelola kehidupannya di saat tidak menggunakan internet (Caplan, Dkk, 2009, p. 2). *Problematic internet use* diidentifikasi sebagai ciri dari pola penggunaan internet yang berlebihan yang berkaitan pada kognisi dan sikap seseorang yang dapat memberi dampak negatif pada kehidupannya (Davis, 2001, pp. 188-189). Adapun Tokunaga & Rains

berpendapat bahwa *problematic internet use* adalah keadaan seseorang mengacu pada hubungan yang tidak sehat dengan teknologi berbasis internet (Tokunaga & Rains, 2010, p. 512). Hubungan tidak sehat dalam penggunaan internet menimbulkan permasalahan sosial, kesulitan dalam bekerja dan keuangan, kesulitan untuk mengontrol diri sendiri, dan munculnya gejala depresi dan gangguan sosial (Shapira, 2000, p. 213).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *Problematic Internet Use (PIU)* adalah suatu istilah yang menggambarkan suatu kondisi di mana individu mengalami kesulitan dalam mengendalikan penggunaan internet sehingga menyebabkan beberapa dampak negatif dalam kehidupan penggunanya. *Problematic internet use* ditandai dengan adanya gejala – gejala kognitif dan perilaku yang maladaptif dalam kesehariannya dan menimbulkan kerugian dalam kehidupan sosial, sekolah, pekerjaan, dan kondisi keuangan.

2.1.2. *Problematic Internet Use* dalam Perspektif Psikologi

a. Perspektif Psikologi Abnormal

Dalam persepektif psikologi abnormal sebagai ilmu yang mempelajari suatu gangguan mental, *problematic internet use* dapat dijelaskan sebagai suatu problem psikologis yang melibatkan proses kognitif, perilaku, dan emosi yang membawa dampak negatif dalam

kehidupan seseorang. Namun, *problematic internet use* tidak didefinisikan sebagai suatu gangguan jiwa dan tidak tercantum dalam Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan (PPDGJ) maupun *Diagnostic and Statistical Manual for mental disorder* (DSM). *Problematic internet use* sejalan dengan gejala-gejala *internet gaming disorder* pada dan sering diasosikan dengan gangguan kontrol impuls pada DSM-V.

b. Pespektif Psikoanalisa

Dalam perspektif psikoanalisis, *problematic internet use* merupakan hasil dari ketidakseimbangan id, ego, dan superego. Kekuatan ego sebagai elemen penyeimbang konflik pada diri individu gagal mengendalikan keinginan, nafsu, hasrat id individu, dan superego sebagai elemen sosial dan spiritual pada diri seseorang gagal menghalangi ego dalam bertindak.

c. Perspektif Stres dan Strategi Coping

Pandangan ini menganggap bahwa perilaku dalam *problematic internet use* merupakan bentuk strategi dalam mengurangi stres pada individu. Perilaku penggunaan internet merupakan strategi coping dalam mengurangi tekanan atau stres pada kehidupan dunia nyata. Individu memanfaatkan internet untuk meningkatkan suasana hati atas perasaan sedih atau kesal. Perilaku tersebut merupakan cara untuk

menghindari tekanan dunia nyata yang menyakitkan atau peristiwa kegagalan dalam kehidupan (Kato, dkk, 2020, p. 267).

d. Perspektif Kognitif-Behavioral

Para peneliti terdahulu melakukan penelitian terhadap fenomena penggunaan internet yang tidak sehat atau *internet addiction* menggunakan pendekatan cognitive-behavioral yang diistilahkan dengan sebutan *problematic internet use* (Davis, 200, p. 187, Caplan, 2010, p. 1089). Davis berusaha mengidentifikasi problematic internet use menggunakan pendekatan cognitive-behavioral, di mana model ini berpendapat bahwa problematic internet use disebabkan oleh fungsi kognisi yang bermasalah dan perilaku yang mempertahankan respon maladaptif (Davis, 2001, p. 188). Sementara itu Caplan juga menjelaskan problematic internet use berdasarkan pendekatan cognitive-behavioral bahwa masing – masing dari kognisi dan perilaku yang muncul pada individu yang mengalami problematic internet use berkorelasi terhadap timbulnya negative outcome dan memperburuk permasalahan psikososial (Caplan, 2003, pp. 632-638).

Dalam perspektif cognitive behavioral, Davis menyatakan bahwa problematic internet use didasarkan oleh psikopatologis yang pada individu sebelumnya (rasa kesepian, depresi, dan lainnya) sehingga mempengaruhi seseorang mengalami gejala problematic internet use (Davis, 2001, p. 190). Pendekatan ini menjelaskan adanya distorsi

kognisi dan reinforcement yang mengarah pada meningkatnya perilaku untuk menggunakan internet secara berlebihan dan menguatnya keinginan untuk tetap berada dalam kehidupan sosial secara virtual (Caplan, 2003, p. 632 ; Davis, 2001, p, 188).

Untuk mengembangkan pemahaman terhadap problematic internet use, penting untuk mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang hubungan antara problematic internet use dengan waktu yang dihabiskan untuk menggunakan internet, dan permasalahan psikososial (Tokunaga & Rains, 2010, p. 513).

2.1.3. Kajian *Problematic Internet Use* dalam Psikologi

Penggunaan istilah *problematic internet use* pertama kali dicetuskan oleh Shapira, Dkk untuk menggambarkan kondisi ketidakmampuan individu dalam mengontrol penggunaan internetnya (Shapira, 2000, p. 267). Lebih lanjut Shapira, Dkk mengusulkan beberapa diagnostik untuk mengidentifikasi kriteria atas problematic internet use, yaitu (1) keasyikan maladaptive dalam penggunaan internet yang ditanda dengan penggunaan dengan waktu yang lama dan sulit dikontrol, (2) penggunaan internet yang berdampak terhadap penderitaan secara klinis, urusan sosial, pekerjaan, atau aspek fungsi penting lainnya, (3) tidak munculnya gejala patologis seperti mania dan hypomania sehingga menjadi pembeda dengan adiksi (Shapira, 2003, p. 213).

Problematic internet use dalam literatur sebelumnya telah dijelaskan dengan berbagai istilah, seperti *computer addiction*, *internet addiction*, *internetomania*, *pathological intrnet use* yang mana istilah diatas erat kaitannya (Shapira, 2003, p. 207). Hal ini mungkin disebabkan oleh perbedaan pendapat dan aliran dalam menjelaskan fenomena tersebut. Perdedebatan terhadap istilah internet addiciton terjadi akibat istilah ‘addiciton’ yang mengacu kepada *substance dependence* atau kondisi kecanduan akibat zat tertentu (Young, 1999, p. 2). Namun, berjalannya waktu muncul keraguan atas tidak tepatnya identifikasi Young dan banyak dari peneliti lain yang memandang *internet addiction* sebagai gangguan baru, sehingga muncul konsep mengenai problematic internet use saat ini. Dalam kajian yang dilakukan oleh Caplan, dirinya memisahkan kata *internet addiction* dan *problematic internet use* dikarenakan, menurutnya *internet addiction* lebih cenderung pada suatu perilaku yang patologis sedangkan *problematic internet use* merujuk kepada keadaan psikososial dan bukan patologis tetapi melibatkan kognitif dan perilaku (Caplan, 2003, p. 642).

Gambaran mengenai *problematic internet use* dipresentasikan berdasarkan 4 aspek dalam diri seseorang (Caplan, 2010, pp. 1090-1093). Yaitu sebagai berikut :

a. *POSI (Preference for online Social Interaction)*

Ialah gejala kognitif yang pada umumnya individu memiliki keyakinan bahwa berinteraksi secara online membuat dirinya lebih bisa dipercaya, lebih efektif, lebih percaya diri, aman, dan dapat membuat dirinya menjadi lebih nyaman dibandingkan dalam berinteraksi dengan orang lain secara tatap muka (*face to face*).

b. *Mood Regulation*

Aspek mood regulation pada individu yang mengalami *problematic internet use* menjelaskan bahwa penggunaan internet menjadi motivasi untuk meningkatkan suasana hati. Individu secara sadar maupun tidak sadar menjadikan penggunaan internet sebagai strategi dalam memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosi untuk memperbaiki suasana hati.

c. *Deficient Self-Regulation*

1) *Cognitive Preoccupation*

Aspek ini menjelaskan pola berpikir individu yang obsesif terhadap keinginannya untuk selalu online dan menggunakan internet. Hal ini membuat individu berpikiran mengenai hal – hal yang ada di internet dan media sosial bahkan ketika dirinya sedang tidak online.

2) *Compulsive Internet Use*

Aspek ini menjelaskan dorongan pada diri seseorang untuk agar dapat terus menerus mengakses internet walaupun pada dasarnya dia tidak membutuhkannya. Pada kondisi ini individu akan merasa kesulitan dalam mengatur waktu dan menggunakan internet lebih lama dibandingkan aktifitas lainnya.

d. *Negative Outcomes*

Aspek ini menggambarkan dampak negatif berupa gangguan dalam mengelola kehidupan dan interaksi sosialnya serta permasalahan di bidang kehidupan lainnya. Negative outcome dipengaruhi oleh problem psikososial yang dialami individu, seperti rasa kesepian dan depresi dan mengarahkan individu kepada distorsi kognitif dan perilaku maladaptif dalam penggunaan internet.

Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi individu dalam mengalami *problematic internet use* yang dikaji dalam penelitian terdahulu. Yaitu sebagai berikut :

a. Distorsi Kognitif (Young, 1999, p. 8-9))

Individu yang mempunyai pola pikir keliru akan merasa tertarik dengan hal – hal yang internet tawarkan. Kecenderungan berpikir tidak rasional ini menyebabkan individu mudah mengalami depresi dan cemas yang akhirnya berdampak pada penggunaan internet yang terlalu lama.

b. *Life Event* (Young, 1999, p. 9)

Untuk berselancar dalam dunia internet, tidak dibutuhkan usaha yang besar, individu dapat dengan mudah mengaksesnya. Penggunaan internet tersebut akan berdampak negatif terhadap. Seseorang yang tidak puas atau merasa kesal pada bagian tertentu dari kehidupannya, akan memiliki kemungkinan yang lebih besar dalam mengembangkan perilaku penggunaan internet yang berlebihan.

c. *Social anxiety & Komunikasi Interpersonal* (Tokunaga & Rains, 2010, p. 514 ; Dewi & Trikusmaadi, 2017)

Internet akan menjadi sumber daya yang menarik bagi individu dengan kecemasan sosial. Hal ini dikarenakan internet menawarkan peluang untuk menghindari interaksi tatap muka secara langsung dan dapat berfungsi sebagai sarana untuk melarikan diri atau perilaku menghindar pada kecemasan sosial. Selain itu, individu memerlukan kemampuan komunikasi yang baik agar memiliki teman dan mencapai keakraban di dunia nyata. Kemampuan sosial dan interpersonal yang rendah cenderung meningkatkan penggunaan internet bermasalah dan mengarahkan individu tersebut untuk menggunakan media sosial dan game online secara berlebihan.

d. *Loneliness* (Tokunaga & Rains, 2010, p. 515)

Bagi individu yang merasa kesepian sosial media menjadi hal yang menarik untuk meningkatkan suasana hati dan mengurangi rasa isolasi.

Selain itu, individu dengan rasa kesepian merasa lebih baik dalam mengekspresikan diri secara online daripada bertatap muka. Adapun anonimitas yang dirasakan pengguna media sosial membuat penggunanya merasa lebih aman dan nyaman tanpa adanya gangguan.

2.1.4. Pengukuran *Problematic Internet Use*

Pengukuran *problematic internet use* pada penelitian ini menggunakan *Generalized Problematic Internet Use 2 Scale (GPIUS2)* yang dikembangkan oleh Caplan sebagai acuannya. Skala *problematic internet use* disusun berdasarkan indikator-indikator yang didapatkan dari Caplan (2010) dan merupakan hasil adaptasi dengan menyesuaikan dan menambah beberapa item

a. *Preference For Online Social Interaction (POSI)*

Preference For Online Social Interaction adalah berarti preferensi untuk interaksi sosial online. Menurut Caplan, POSI adalah komponen yang mengukur kognitif individu yang dicirikan dengan adanya keyakinan bahwa seseorang lebih aman, lebih yakin dan percaya diri, dan lebih nyaman dengan interaksi dan hubungan interpersonal online daripada interaksi secara langsung (Caplan, 2003, p. 629). Ketika berinteraksi secara online dengan orang lain, individu merasakan rasa aman, nyaman, dan percaya diri daripada berinteraksi sosial tatap muka secara langsung.

b. *Mood Regulation*

Mood Regulation berarti regulasi mood atau suasana hati. Menurut Caplan, *mood regulation* adalah gejala kognitif dalam problematic internet use yaitu motivasi individu dalam menggunakan internet adalah untuk meregulasi suasana hati (Caplan, 2010, p. 1090). Komponen ini menjelaskan bahwa tujuan yang dimiliki individu dalam penggunaan internet untuk meregulasi suasana hati. Individu mengakses internet untuk mengekspresikan emosi negatifnya dan meningkatkan emosi positif. Komponen ini juga menjelaskan bahwa individu terus meregulasi suasana hatinya dengan cara mengakses internet untuk mengatasi perasaan sedih, terkucilkan, dan kesal.

c. *Deficient Self-Regulation*

Deficient Self-Regulation berarti kurangnya pengaturan diri. Yaitu *problematic internet use* sebagai kurangnya pengaturan diri. Menurut Caplan, *deficient self-regulation* ialah konstruk yang mengukur gejala perilaku kompulsif dan kognitif obsesif (Caplan, 2010, p. 1090). Komponen ini dibagi menjadi 2, yaitu sebagai berikut:

1) *Cognitive Preoccupation*

Cognitive preoccupation berarti keasyikan kognitif. Menurut Caplan, *cognitive preoccupation* adalah keasyikan secara kognitif yang mengacu kepada pola pikir obsesif yang melibatkan penggunaan internet (Caplan, 2010, p. 1090). Komponen ini menjelaskan gejala kognitif yang menimbulkan pola pikir obsesif

terhadap keinginan untuk online di internet. Individu merasakan sensasi dalam mengakses internet, yang mana hal tersebut tidak bisa didapatkan dari hal lain. Seseorang akan merasa kehilangan apabila dirinya tidak mengakses internet selama beberapa waktu.

2) *Compulsive Internet Use*

Compulsive use berarti penggunaan kompulsif. Menurut Caplan *compulsive use* berarti ketidakmampuan dalam mengontrol penggunaan internet atau aktivitas online (Caplan, 2003, p. 626). Komponen ini menjelaskan bahwa secara empirik *problematic internet use* ditandai dengan perilaku kompulsif yang mengganggu aktifitas lainnya. Individu akan cenderung mengakses internet lebih lama daripada waktu yang direncanakannya. Dan ketika dirinya ingin menghentikan penggunaan internet tersebut, dirinya akan mengalami kesulitan, kegagalan dan cenderung mengganggu aktifitas lainnya.

d. *Negative Outcome*

Negative outcome berarti dampak negatif. Menurut Caplan negative outcome merupakan dampak negatif dari gejala-gejala kognitif dan perilaku dalam penggunaan internet (Caplan, 2003, p. 623). Komponen ini menjelaskan bahwa individu akan merasakan dampak negatif sebagai hasil dari kognisi dan perilaku yang bermasalah terhadap penggunaan internet. Pada tahap tertentu, individu akan merasakan bahwa penggunaan internet dirinya

membawa dampak – dampak negatif dalam kehidupannya. Bisa meliputi sosial, pendidikan, pekerjaan, keuangan, dan lainnya.

2.2. Self-Disclosure

2.2.1. Pengertian dan Definisi

Self-disclosure terdiri dari 2 kata, yakni '*self*' dan '*disclosure*'. *Self* memiliki arti diri sendiri atau suatu atribut yang ada pada diri individu. Sedangkan *disclosure* ialah suatu tindakan untuk membuat sesuatu diketahui. Dalam *American Psychological Association Dictionary self-disclosure* didefinisikan sebagai suatu tindakan mengungkapkan informasi pribadi tentang diri sendiri kepada orang lain.

Self-disclosure merupakan suatu proses dalam komunikasi, di mana individu secara sadar mengungkapkan informasi mengenai dirinya terhadap orang lain (Pearce & Sharp, 1973, p. 410). Diperjelas oleh Vogel & Wester bahwa *Self-disclosure* adalah proses di mana individu secara verbal mengungkapkan emosi, pikiran, keyakinannya sendiri dan sikap atau perilaku (Vogel & Wester, 2003, p. 351). Wheelless menjelaskan bahwa pengungkapan diri adalah bagian dari referensi diri yang dikomunikasikan secara lisan dalam kelompok kecil atau setiap pesan tentang diri yang dikomunikasikan seseorang kepada orang lain (Wheelless, 1986, p. 130 ; Wheelless, 1976, p. 47).

Menurut Devito, *self-disclosure* berarti membuka diri kepada orang lain di mana terjadi dalam semua bentuk komunikasi tidak hanya

hubungan interpersonal, serta informasi yang dibagikan harus diterima dan dipahami oleh orang yang menerima (Devito, 2016, p. 225). Dalam *self-disclosure* informasi yang diungkapkan bisa berupa penjelasan dan penilaian juga terkadang informasi tersebut bisa saja bersifat pribadi dan sensitif di mana orang lain tidak mengetahui informasi tersebut sebelumnya, sehingga pembicara tidak akan mengungkapkannya kepada semua orang yang mungkin memintanya serta informasi yang dibagikan juga dilihat berdasarkan kualitas dan kuantitasnya (Harris, dkk 1999, p. 406; Culbert 1970; Andrade, dkk 2002, p. 350).

Informasi yang diungkapkan biasanya bersifat pribadi dan sesuai dengan apa yang dirasakan, di mana informasi tersebut mencakup beberapa aspek yaitu perasaan, ide, sikap, motivasi, opini, selera dan minat, hobi, pekerjaan dan pendidikan, fisik, keuangan dan kepribadian (DeVito, 2016, p. 225-227). Self-disclosure diartikan sebagai perilaku seseorang untuk memberikan informasi yang bersifat privasi kepada orang lain dengan sukarela dan bersifat sengaja dengan maksud memberi informasi yang akurat tentang dirinya (Gainau, 2012, p. 4).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *self-disclosure* merupakan wujud dari komunikasi di mana individu mengungkapkan informasi yang bersifat pribadi mengenai dirinya dengan sukarela untuk mencapai keakraban.

2.2.2. *Self-Disclosure* dalam Perspektif Psikologi

a. Perspektif Psikologi Sosial

Berdasarkan cabang ilmu psikologi, *self-disclosure* masuk dalam pembahasan psikologi sosial, yang didefinisikan sebagai studi yang mempelajari bagaimana orang berpikir, memengaruhi dan berhubungan dengan orang lain, (Taylor. Dkk, 2012, p. 3). Pendapat di atas sejalan dengan teori penetrasi sosial yang menyatakan bahwa perkembangan suatu hubungan umumnya terjadi secara sistematis yang diawali dengan pertukaran informasi bersifat dangkal dan secara bertahap beralih kepada percakapan yang lebih bermakna dan untuk memperat suatu hubungan diperlukan keluasan dan kedalaman topik yang dibicarakan. Pertukaran informasi dalam *self-disclosure* berguna untuk menjadi lebih dekat dengan seseorang dan memperkuat hubungan interpersonal (Sultan&Huma, 2008, p. 108).

b. Perspektif Psikologi Kognitif

Dalam perspektif psikologi kognitif, *self-disclosure* merupakan proses terbentuknya (menerima, mempersepsi, mengingat) informasi mengenai diri sendiri yang kemudian ditransformasikan menjadi suatu informasi dalam perilaku pengungkapan diri. Menurut Devito, pengungkapan diri dapat meningkatkan pemahaman terhadap diri sendiri (*self-knowledge*), memberikan perspektif baru terhadap diri sendiri, dan memberikan pemahaman secara lebih luas atas perilaku diri sendiri (Devito, 2016, p. 227)

c. Perspektif Psikologi Perkembangan

Self-disclosure juga dijelaskan dalam psikologi perkembangan. Psikologi perkembangan adalah cabang dari ilmu psikologi yang mempelajari perkembangan dan perubahan aspek kejiwaan manusia sejak dilahirkan sampai dengan meninggal. Dalam psikologi perkembangan, self-disclosure berperan penting dalam tugas perkembangan dewasa awal. Menurut Hurlock tugas perkembangan remaja dan dewasa awal, antara lain, mendapatkan suatu pekerjaan, memilih seorang teman hidup, belajar hidup bersama dengan suami istri membentuk suatu keluarga, membesarkan anak-anak, mengelola sebuah rumah tangga, menerima tanggung jawab sebagai warga negara, bergabung dalam suatu kelompok sosial (Hurlock, 2010, p.249). Untuk memenuhi tugas perkembangan di atas, self-disclosure berperan penting sebagai suatu aspek dalam menunjang keterampilan sosial (Septiani, 2019, p. 266).

d. Perspektif Psikologi Konseling

Adapun self-disclosure dinilai dapat meningkatkan keberhasilan terapi, konseling, dan eksperimen dalam psikologi (Cozby, 1973, p. 86). Dalam penelitian yang dilakukan Gainau menjelaskan bahwa individu dengan self-disclosure yang baik mampu dalam mengungkapkan diri secara tepat, menyesuaikan diri (adaptive), lebih percaya diri, lebih kompeten, dapat diandalkan, lebih mampu bersikap

positif, percaya terhadap orang lain, lebih objektif, dan terbuka dan sebaliknya individu yang sulit dalam mengungkapkan diri terbukti tidak mampu menyesuaikan diri, kurang percaya diri, timbul perasaan takut, cemas, merasa rendah diri, dan tertutup (Gainau, 2012, p. 15).

2.2.3. Kajian *Self-Disclosure* dalam Psikologi

Kajian mengenai *self-disclosure* sebagai salah satu variabel psikologi telah dilakukan dalam berbagai disiplin ilmu. Yaitu meliputi, psikologi sosial, psikologi konseling, dan interpersonal komunikasi. Adapun penggunaan istilah *self-disclosure* telah digunakan oleh Jourard pada 1964 (Cozby, 1973, p. 73) Perkembangan kajian terhadap *self-disclosure* diawali sebagai suatu penelitian terhadap salah satu variabel keintiman (*intimacy*), yaitu bagaimana *self-disclosure* berperan dalam suatu hubungan antar individu. Selain itu, *self-dsclosure* juga dikaji dalam ilmu sosiologi sebagai teori pertukaran sosial (*social exchange theory*), yaitu melihat perilaku *self-disclosure* berdasarkan nilai imbalan (*reward*) dan biaya (*cost*) dalam interaksi sosial. Pengungkapan diri dalam suatu hubungan sejalan dengan kepuasan atas hubungan tersebut (Cozby, 1973, p. 82). Adapun pengukuran yang telah digunakan paling banyak dalam mengukur perilaku self-disclosure ini adalah *The Jourard Self-Disclosure Questionnaire* (1958).

Berg dan Valerian mempresentasikan *self-disclosure* dalam 3 tema, yaitu (1) *self-disclosure* sebagai faktor kepribadian dan perbedaan

individu dalam *self-disclosure*, (2) peran *self-disclosure* dalam pengembangan, perawatan, dan pembubaran dalam suatu hubungan, (3) peran *self-disclosure* dalam etiologi dan treatment *psychological distress* (Berg dan Valerian, 1987, p. 2). Adapun menurut Wheellesss terdapat lima (5) aspek dalam *self-disclosure*, yaitu sebagai berikut (Wheellesss, 1986, p. 131) :

a. Intent to Disclose

Aspek ini berkaitan dengan apa yang menjadi keinginan atau tujuan seseorang melakukan *self-disclosure*. Individu melakukan *self-disclosure* atas tujuan tertentu, sehingga dirinya dapat mengontrol informasi apa yang harus disampaikan. Selain itu, informasi yang akan diungkapkan juga dipengaruhi oleh kesadaran diri individu. Niat secara sadar dalam pengungkapan diri menjadi salah satu aspek dalam *self-disclosure*

b. Amount

Aspek ini menunjukkan seberapa sering individu mengungkapkan informasi mengenai dirinya kepada orang lain dan durasi dari pesan yang bersifat pribadi serta waktu yang diperlukan untuk melakukan *self-disclosure* tersebut.

c. Positive-Negatif of Dislosure

Aspek ini berfokus pada informasi yang disampaikan. Apabila informasi yang disampaikan berupa hal menyenangkan dan

disampaikan dengan cara yang baik pula maka akan meningkatkan respon positif dari pendengar dan sebaliknya apabila informasi yang disampaikan berupa hal tidak menyenangkan dan disampaikan dengan cara yang tidak baik pula maka akan meningkatkan respon negatif dari pendengar.

d. *Honesty-Accuracy of Disclosure*

Aspek ini mengacu kepada kejujuran dan ketepatan informasi yang diberikan. Dalam mengekspresikan diri individu dapat memilih untuk mengungkapkan diri secara jujur, jujur dibalut dengan kebohongan, melebih-lebihkan atau menekankan bagian yang dianggap perlu. Selanjutnya tepat atau tidaknya individu dalam mengungkapkan dirinya kepada orang lain dipengaruhi oleh sejauh mana individu tersebut mengenal dan memahami dirinya.

e. *Control of Depth of Disclosure*

Aspek ini menjelaskan bahwa kedalaman informasi yang diungkapkan individu dalam berkomunikasi dapat dikendalikan oleh derajat keakrabannya. Individu dapat menyampaikan informasi yang bersifat pribadi dan intim beserta detailnya terhadap orang lain yang sudah dianggap akrab, atau bahkan hanya menyampaikan informasi umum serta bohong terhadap orang yang baru dikenal.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi individu untuk melakukan *self-disclosure* (Divito, 1997, Bazarova & Choi, 2014) , diantaranya sebagai berikut :

a. Efek *Dyadic*

Efek yang dimaksud adalah ketika seseorang melakukan *self-disclosure* terhadap lawan bicaranya, orang tersebut akan mendapat respon yang diikuti dengan *self-disclosure* juga. Efek ini memberikan rasa aman dan nyaman serta memperkuat *self-disclosure* yang terjadi apabila pengungkapan diri lakukan atas respon pengungkapan diri lainnya.

b. Besaran kelompok

Pengungkapan diri cenderung terjadi di dalam kelompok kecil, daripada kelompok besar. *Self-disclosure* dalam kelompok kecil berasa lebih efektif dan nyaman bagi pelakunya. Umumnya pengungkapan diri akan diterima dengan baik dalam kelompok kecil yang terdiri dari 2 orang. Hal ini dikarenakan dengan satu pendengar akan memberikan respon yang lebih tepat daripada banyak pendengar.

c. Perasaan menyukai

Individu cenderung membuka diri lebih banyak terhadap orang yang ia sukai. Hal ini dikarenakan lawan bicara tersebut juga memiliki perasaan yang sama dan akan memberikan respon yang lebih positif. Selain itu, individu juga akan lebih membuka diri terhadap orang yang ia percayai.

d. Jenis kelamin

Pada wanita umumnya akan lebih terbuka terhadap orang yang disukainya, sedangkan pada pria cenderung terbuka terhadap orang yang dipercayainya. Jika dibandingkan, pria umumnya lebih kurang terbuka daripada wanita. Pria lebih senang menyimpan dan memendam persoalan mengenai dirinya. Sebaliknya, wanita justru lebih senang membagikan informasi mengenai dirinya maupun orang lain.

e. Topik

Setiap individu memiliki kondisi yang berbeda – beda. Individu cenderung mengungkapkan informasi pribadi yang baik mengenai dirinya, sehingga menghindari topik – topik bahasan tertentu. Individu akan cenderung terbuka dalam membahas topik mengenai hobi atau pekerjaan daripada topik yang berkaitan dengan keadaan ekonomi, kehidupan keluarga dan seks. Individu cenderung lebih sulit terbuka terhadap topik yang bersifat pribadi dan informasi dirinya terhadap topik kurang baik.

f. Relationship Development

Untuk mengembangkan suatu hubungan individu perlu membagikan informasi dirinya kepada orang lain. Hal ini dilakukan sebagai usaha untuk meningkatkan keakraban suatu hubungan dengan orang lain. Dalam perkembangan kedekatan antar individu, pengungkapan diri dilakukan secara sistematis dan bertahap hingga

mencapai keintiman dalam suatu hubungan yang ditandai dengan kedalaman dan keluasan topik.

g. **Kerpibadian**

Individu dengan kepribadian ekstrovert lebih banyak melakukan *self-disclosure* daripada individu dengan kepribadian introvert. Hal ini dikarenakan pada kepribadian ekstrovert cenderung mudah bergaul daripada kepribadian introvert yang kurang pandai bergaul. Individu yang merasa kurang nyaman dalam berkomunikasi akan menghindari situasi pengungkapan diri sehingga tidak mempunyai banyak kesempatan dalam melakukan *self-disclosure*.

2.2.4. Pengukuran *Self-Disclosure*

Alat ukur yang digunakan sebagai acuan mengukur variabel *self-disclosure* adalah *Wheeless Revised Self-disclosure Scale (RSDS)*. Skala *self-disclosure* disusun berdasarkan indikator-indikator yang didapatkan dari Wheelles dan merupakan hasil adaptasi dari *The Revised Wheelles Self Disclosure Scale* (1986) dengan penyesuaian jumlah item dan konteks.

a. *Intent to Disclose*

Intent to disclose berarti niat untuk mengungkapkan. Adapun menurut Wheelless yaitu niat sadar atau kemauan individu dalam mengungkapkan diri (Wheelless, 1976, p. 339). Komponen ini mengukur *self-disclosure* berdasarkan maksud dan tujuan seseorang dalam mengungkapkan informasi mengenai dirinya kepada orang lain.

Individu melakukan *self-disclosure* atas tujuan tertentu, sehingga dirinya dapat mengontrol informasi apa yang harus disampaikan. Selain itu, informasi yang akan diungkapkan juga dipengaruhi oleh kesadaran diri individu.

b. *Amount of disclosure*

Amount of disclosure berarti jumlah dalam pengungkapan. Menurut Wheelless yaitu jumlah frekuensi pengungkapan dan durasi dalam pesan atas pengungkapan (Wheelless, 1976, p.338). Komponen ini mengukur *self-disclosure* berdasarkan kuantitas atau jumlah pengungkapan diri dilakukan kepada orang lain, serta memperhatikan durasi dan waktu yang diperlakukan.

c. *Positive-Negatif of Disclosure*

Positive-Negatif of Disclosure berarti positif dan negatif pengungkapan. Menurut Wheelless dalam pengungkapan terdapat informasi positif dan negatif (Wheelless, 1976, p.339). Komponen ini mengukur *self-disclosure* berdasarkan pada informasi yang disampaikan. Informasi tersebut terbagi dalam informasi positif dan negatif. Komponen ini menjelaskan bahwa respon positif atau negatif ditentukan dari informasi dan cara penyampaiannya pula. Ketika individu menyampaikan informasi positif mengenai dirinya dan dengan cara yang baik pula maka akan meningkatkan respon positif atas pengungkapan tersebut dan sebaliknya.

d. *Honesty-Accuracy of Disclosure*

Honesty-Accuracy of Disclosure berarti kejujuran dan akurasi dalam pengungkapan. Menurut Wheelless yaitu kejujuran atas keterbukaan dan keakuratan dalam mengungkapkan informasi berdasarkan persepsinya mengenai diri sendiri (Wheelless, 1976, p.338-339). Komponen ini mengukur *self-disclosure* berdasarkan kejujuran dan ketepatan dalam pengungkapan diri. Informasi yang disampaikan dipengaruhi oleh tingkat kesadaran diri individu dalam menilai ketepatan sedangkan kejujuran, individu dapat memilih untuk mengungkapkan diri secara jujur, jujur dibalut dengan kebohongan, melebih-lebihkan atau menekankan bagian yang dianggap perlu.

e. *Control of Depth of Disclosure*

Control of Depth of Disclosure berarti pengendalian atas kedalaman pengungkapan. Menurut Wheelless yaitu sebagai fungsi keintiman dari pengungkapan diri berdasarkan kedalaman informasi yang diungkapkan serta kontrol atas pengungkapan tersebut (Wheelless, 1976, p.338). Komponen ini mengukur *self-disclosure* berdasarkan kedalaman informasi yang diungkapkan individu dalam berkomunikasi yang mana hal tersebut dapat dikendalikan. Individu dapat menyampaikan informasi yang bersifat pribadi dan intim beserta detailnya terhadap orang lain yang sudah dianggap akrab, atau bahkan hanya

menyampaikan informasi umum serta bohong terhadap orang yang baru dikenal.

2.3. Hubungan *Problematic Internet Use* dan *Self-Disclosure*

Perkembangan internet yang cepat menjadikan *problematic internet use* sebagai fenomena budaya yang lumrah terjadi. Internet menjadi tidak terpisahkan dan telah menjadi bagian dari kehidupan orang – orang di dunia dan secara konsisten mempengaruhi berbagai dimensi kehidupan tersebut (Tokunaga & Rains, 2010), p. 512). *Problematic internet use* diidentifikasi sebagai ciri dari pola penggunaan internet yang berlebihan yang berkaitan pada kognisi dan sikap seseorang yang dapat memberi dampak negatif pada kehidupannya (Davis, 2001, pp. 188-189).

Salah satu bidang kehidupan yang mengalami kemunduran dalam *problematic internet use* adalah bidang kehidupan sosial. Yaitu ditandai dengan penurunan intensitas interaksi sosial, penurunan kemampuan komunikasi dalam hubungan interpersonal dan perilaku menarik diri dalam aktifitas sosial (Carbonell, dkk 2018, p. 2, Tokunaga & Rains, 2016, p. 166, Caplan, 2003, p. 1093). Berbagai macam penurunan diatas salah satunya disebabkan oleh rendahnya keterampilan sosial seseorang. Yaitu *self-disclosure* salah satu aspek penting dalam keterampilan sosial, terutama dalam hubungan interpersonal (Buhrmester, 1998, p. 992). Pertukaran informasi dalam self-disclosure berguna untuk menjadi lebih dekat dengan seseorang dan memperkuat hubungan interpersonal (Sultan & Huma, 2008, p. 108). Agar individu bisa menjalin

hubungan dan berinteraksi dengan orang lain, aspek *self-disclosure* menjadi aspek yang sangat penting (Simbolon, 2022, p. 27).

Hubungan keterkaitan antara *problematic internet use* dengan *self-disclosure* terletak pada gejala – gejala perilaku, emosi, dan kognisi pada *problematic internet use* yang berpotensi mengurangi interaksi individu secara terbuka dengan dunia luar. Gejala perilaku pada individu dengan *problematic internet use* ialah cenderung memilih interaksi sosial secara online daripada interaksi sosial tatap muka (aspek *preference for online social interaction*). Rasa nyaman, aman dan percaya diri ketika berinteraksi sosial secara online membentuk keadaan mental dimana individu lebih memilih berinteraksi secara online. Kondisi ini berpotensi mengurangi motif individu untuk berinteraksi secara langsung. Sehingga apabila komunikasi secara *face to face* berkurang, kemungkinan untuk terwujudnya pengungkapan diri juga rendah baik secara frekuensi maupun tujuan (aspek *amount of disclosure* dan aspek *intent to disclose*). Individu dengan *problematic internet use* cenderung menghabiskan waktu lebih banyak dengan mengakses internet dan berbagi informasi dalam keadaan online (Rini, dkk 2020, p, 232). Arslan Aydin menjelaskan bahwa seiring dengan meningkatnya penggunaan internet pada individu, kemudian berkurangnya interaksi sosial secara langsung dan mengarahkan individu pada isolasi sosial (Arslan & Aydin, 2018, p. 57).

Selain itu, individu yang mengalami *problematic internet use* mengakses internet dengan tujuan untuk meregulasi suasana hatinya (aspek *mood regulation*).

Individu menggunakan internet sebagai media untuk lari atas suatu masalah. Kondisi tersebut akan membuat individu kerap meregulasi diri dengan cara yang tidak adaptif (Martin & Schumacer, 2000, p. 14). Apabila individu terus menerus meregulasi suasana hati dalam aktifitas online nya, secara sadar ataupun tidak dirinya telah membentuk suatu pola coping diri yang tidak adaptif dan perlahan-lahan lepas dari kehidupannya di dunia nyata . Individu memulai perilaku tersebut sebagai cara untuk menghindari tekanan dunia nyata yang menyakitkan atau peristiwa kegagalan dalam kehidupan (Kato, dkk, 2020, p. 267). Secara sosial individu akan menutup dirinya, cenderung tidak jujur terhadap keadaan diri sendiri (aspek *honesty-accuracy*) dan beraktifitas lebih banyak di dunia online. Arienzo menjelaskan bahwa individu mendapatkan dukungan emosional secara online sebagai kompensasi dari kebutuhan yang tidak terpenuhi di dunia nyata (Arienzo, 2019, p. 20). Sehingga pengungkapan diri semakin menurun, dikarenakan individu melakukan pemenuhan kebutuhan emosionalnya dengan cara mengakses internet.

Gejala kognisi pada individu dengan *problematic internet use* ialah berupa pola pikir obsesif terhadap keinginan untuk terus mengakses internet (aspek *cognitive preoccupation*). Hal tersebut merupakan bentuk distorsi kognitif individu dengan menganggap internet sebagai media hiburan utama dan sensasi yang didapatkan tidak bisa diperoleh dari hal lain. Dengan keadaan distorsi kognitif tersebut akan mempengaruhi motivasi individu secara negatif dalam menjalin relasi dan berinteraksi secara terbuka dan cenderung merasa asyik

dengan dunia onlinenya (aspek *intent to disclose*). Pikiran obsesi tentang dunia online berperan dalam timbulnya perilaku menarik diri dalam aktifitas sosial sebagai hasil dari keasyikan kognitif yang maladaptif (Caplan, 2003, p. 1093). Aktifitas sehari-hari yang dapat dilakukan secara online menjadi salah satu penyebab terbentuknya perilaku menarik diri secara social (Kato, 2022, p. 268).

Keadaan diatas juga mempengaruhi lamanya penggunaan internet yang mana individu tidak merasa bosan saat mengaksesnya seperti media sosial, game online, platform streaming dan fitur lainnya. Kondisi tersebut dijelaskan dalam aspek *compulsive use*, dimana individu secara kompulsif menggunakan internet sebagai akibat dari kurangnya pengaturan diri. Hubungan tidak sehat dalam penggunaan internet menimbulkan permasalahan kesulitan untuk mengontrol diri sendiri dan timbulnya masalah sosial (Shapira, 2000, p. 213). Dorongan dan perilaku berulang dalam mengakses internet pada individu terjadi ketika seseorang sedang tidak mengakses internet atau bahkan ketika sedang tidak membutuhkan internet. Keadaan tersebut berpotensi mengganggu aktifitas individu secara sosial. Penggunaan yang berlebihan terhadap internet merupakan sebuah periode kritis yang dapat mengembangkan perilaku tidak sehat sehingga penggunaan internet memainkan peran penting dalam pembatasan hubungan sosial (Guadix, dkk 2012, p. 1581). Individu akan berusaha meminimalkan waktu dalam aktifitas sosialnya dan merasa tergesa-gesa untuk menyelesaikan aktifitasnya yang berhubungan dengan orang lain. Dan mengakibatkan minimnya

kuantitas pengungkapan diri dan keinginan untuk membuka diri dalam komunikasi interpersonal (aspek *amount of disclosure* dan aspek *intent to disclose*).

Negative outcome sebagai salah satu aspek dalam mengukur perilaku *problematic internet use* mengacu pada sejauh mana penggunaan internet pada individu berdampak negatif terhadap kehidupan penggunanya (Caplan, 2010, p. 1090). Penggunaan internet yang bermasalah menyebabkan dampak negatif dalam bidang sosial, seperti individu kehilangan keinginan dan kesempatan dalam membuka diri secara sosial. Individu sibuk dengan dunia yang telah diciptakannya akibat penggunaan internet yang membentuk perilaku maladaptif dan pola pikir yang keliru. Yang mana kedua hal tersebut dapat mempengaruhi kesadaran individu dalam mengungkapkan diri. Pengungkapan diri yang tidak sistematis dapat mengganggu perkembangan suatu hubungan (aspek *control of depth disclosure*), dimana pendengar akan merasa tidak nyaman dan kesempatan untuk membangun kedekatan berkurang. Individu dengan *problematic internet use* menyebabkan menurunnya kemampuan dalam komunikasi interpersonal akibat kehilangan kontrolnya atas penggunaan internet (Tokunaga & Rains, 2016, p. 166). Kondisi tidak stabil yang dialami individu meningkatkan potensi individu mengalami *problematic internet use* dan dalam lingkup psikososial mereka lemah dalam hubungan interpersonal dan cenderung memilih untuk berinteraksi secara online serta memperburuk permasalahan sosial, seperti rasa kesepian dan isolasi diri secara sosial (Andangsari, 2019, p. 2 ; Caplan, 2003, p. 629). Secara bertahap gejala-gejala pada *problematic internet use* berdampak terhadap rendahnya

kemampuan seseorang dalam mengungkapkan dirinya di dalam komunikasi interpersonal. Dan pada tahap tertentu *problematic internet use* dapat memperparah keadaan psikososial individu bahkan sampai pada tahapan gangguan.

Bentuk *negative outcome* dalam *problematic internet use* ialah konsekuensi negatif kemungkinan peningkatan stres, kecemasan, depresi dan kurangnya komunikasi (Carbonell, dkk 2018, p. 2). Konsekuensi tersebut memiliki gejala-gejala yang mungkin berhubungan dengan jenis informasi yang diungkap di dalam pengungkapan diri (aspek *positive-negative*). Individu dengan gejala depresi memiliki ciri umum munculnya rasa bersalah, perasaan tidak berguna, putus asa dan mudah tersinggung hingga pikiran untuk bunuh diri (DSM V, 2013, p. 160-161). Penurunan fungsi tersebut mempengaruhi secara negatif *life event* penderitanya dan kemungkinan informasi negatif dalam pengungkapan diri lebih dominan daripada informasi positif. Namun disisi lain, pengungkapan diri justru meningkatkan persahabatan baru, mempengaruhi komunikasi secara positif, dan mengurangi perasaan kesepian dan depresi (Wei, dkk, 2005, p. 610).

Berdasarkan pemaparan hubungan diatas, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara *problematic internet use* dan *self-disclosure* merupakan bentuk korelasi negatif. Maka dari itu, diasumsikan bahwa semakin tinggi *problematic internet use* maka semakin rendah *self-disclosure* pada mahasiswa, dan sebaliknya semakin rendah *problematic internet use* maka semakin tinggi *self-disclosure* pada mahasiswa.

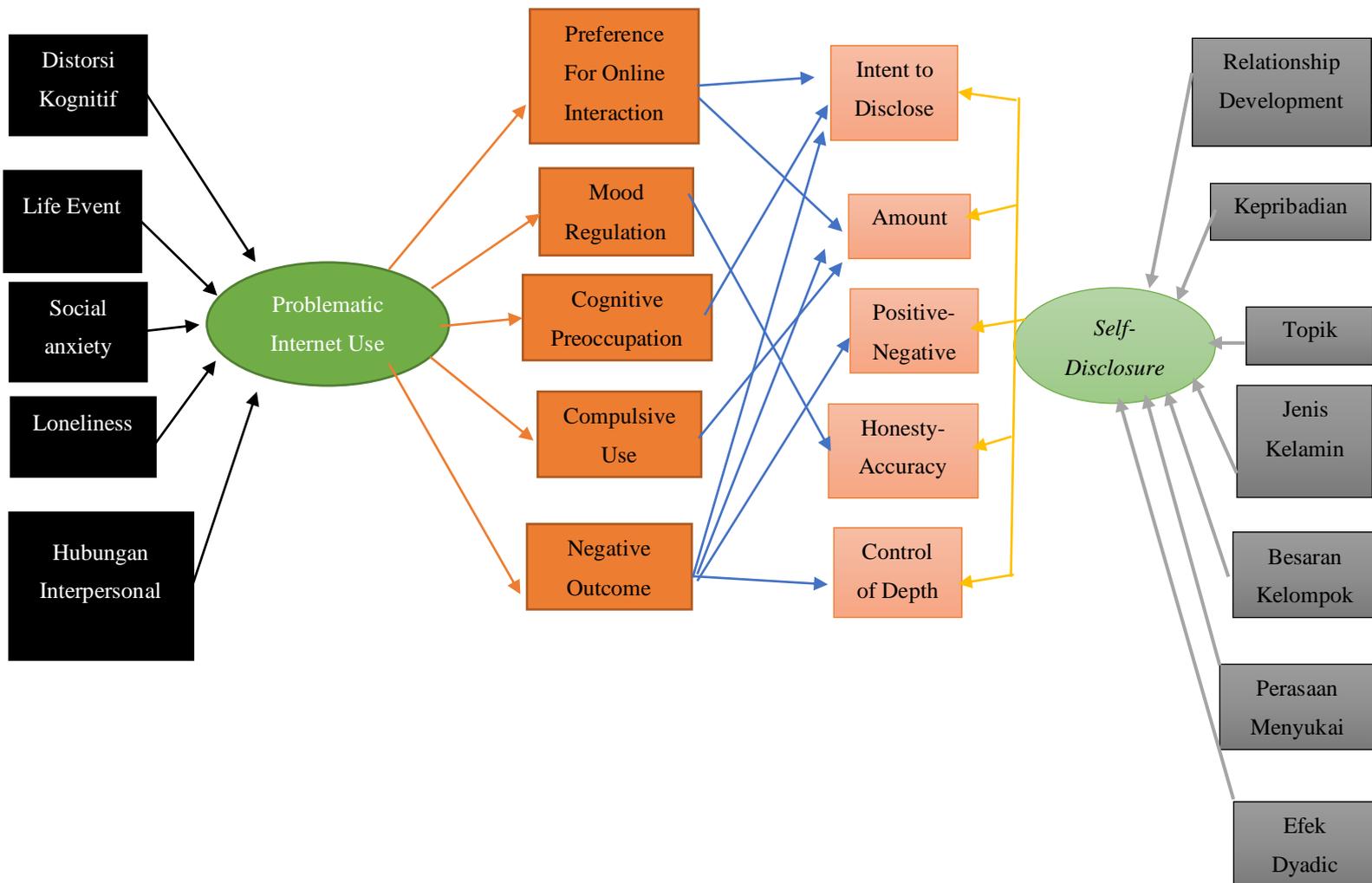
2.3.1. Hipotesis

Berdasarkan pada pernyataan-pernyataan sebelumnya, maka kemudian dirumuskan sebuah hipotesis sebagai berikut :

H^0 : Tidak terdapat hubungan negatif antara *problematic internet use* dengan *self-disclosure*.

H^1 : Terdapat hubungan negatif antara *problematic internet use* dengan *self-disclosure*.

2.3.2 Kerangka Berpikir



- : Faktor yang mempengaruhi X
- : Aspek – aspek X
- : Aspek – aspek Y
- : Faktor yang mempengaruhi Y
- : Korelasi X dengan Y

BAB III METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan di dalam penelitian ini ialah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan pendekatan yang lebih menekankan analisisnya di data angka atau numerikal lalu dihitung dengan metode statistik (Azwar, 2014, p.9). Sugiyono menjelaskan lebih lanjut mengenai metode penelitian kuantitatif, yaitu merupakan sebuah metode penelitian untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan pada suatu populasi atau sampel yang telah ditentukan pula dan pengumpulan data menggunakan pengumpulan instrument penelitian dan kemudian dianalisis dengan cara statistik (Sugiyono, 2013, p. 8).

Hubungan sebab akibat antara variabel X dan Y menjadi kerangka penelitian kuantitatif yang ditunjukkan dengan asumsi-asumsi dan hipotesis penelitian (Arikunto, 2013, p. 270). Pada penelitian ini terdiri dari 2 variabel, yaitu *problematic internet use* sebagai variabel bebas dan *self-disclosure* sebagai variabel terikat. Untuk mengetahui sejauh mana hubungan kedua variabel diatas, maka digunakan jenis penelitian korelasional (Azwar, 2007, p.8).

3.2. Identifikasi Variabel

Variabel didefinisikan sebagai objek atau sesuatu yang menjadi pusat dari sebuah penelitian yang memiliki variasi tertentu (Arikunto, 2013, p. 161). Adapun variabel dalam penelitian ini terdiri atas dua variabel yaitu:

1. Variabel bebas (X) merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat (Sugiyono, 2013, p. 39). Variabel bebas ialah variabel yang dalam hubungannya dengan variabel lain bertindak sebagai penyebab atau mempengaruhi variabel lain. Adapun dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah *problematic internet use*.
2. Variabel terikat (Y) merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2013, p. 39). Variabel terikat memiliki yang keberadaannya dipenuhi oleh terhadap variabel bebas. Adapun dalam penelitian ini, variabel terikatnya adalah *self-disclosure*.

Berdasarkan hubungan antar variabel, maka dapat dijelaskan sebagai berikut

:

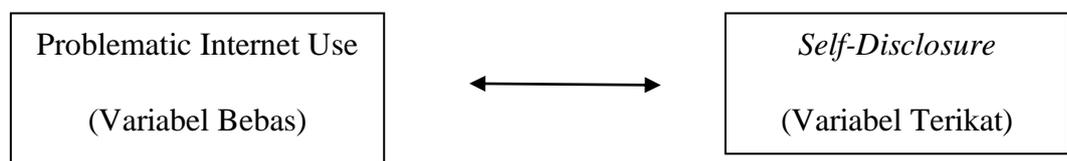


Diagram Hubungan Antar Variabel

3.3. Definisi Operasional

3.3.1. Problematic Internet Use

Problematic internet use yang dimaksud dalam penelitian ini merupakan istilah yang menunjukkan kumpulan gejala psikologis yang terdiri dari gejala perilaku, emosi dan kognisi yang mengakibatkan dampak negatif terhadap

kehidupan sosial, akademik, dan lainnya akibat penggunaan internet pada individu yang ditandai dengan kecenderungan memilih interaksi sosial online, meregulasi suasana hati dengan cara online, keinginan untuk terus online, penggunaan internet yang lama, dan dampak negatif akibat penggunaan internet. Dalam penelitian ini, *problematic internet use* pada mahasiswa akan dibahas dalam lima aspek *problematic internet use*, yaitu POSI (*Preference for online Social Interaction*), *mood regulation*, *deficient self regulation (cognitive preoccupation dan compulsive internet use)* dan *negative outcome* (Caplan, 2010, p. 1093).

3.3.2. Self-disclosure

Self-disclosure atau pengungkapan diri yang dimaksud dalam penelitian ini merupakan suatu perilaku dalam komunikasi interpersonal *face to face* dimana individu mengungkapkan informasi mengenai dirinya sendiri kepada orang lain secara verbal yang ditandai dengan tujuan pengungkapan, banyaknya pengungkapan, baik atau tidaknya pengungkapan, jujur dan ketepatan dalam pengungkapan dan control atas pengungkapan. Aspek atau dimensi meliputi ; kuantitas (*amount*), *honesty-accuracy*, *inten to disclose*, *positive-negatif of disclosure*, *control depth of disclosure* (Wheless, 1986, p, 131).

3.4. Populasi dan Sampel

3.4.1. Populasi

Populasi memiliki artian sebagai wilayah atau lokasi keberadaan subjek dengan ciri tertentu yang ingin dipelajari, diteliti dan disimpulkan. (Sugiyono, 2013, p. 80). Berdasarkan penjelasan tersebut, populasi yang ditentukan dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang terdaftar dan belajar di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2019 dengan jumlah 225 mahasiswa.

3.4.2. Sampel

Sampel merupakan suatu bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel yang diambil dari sebuah penelitian harus bersifat representative atau benar-benar mewakili populasi tempat generalisasi hasil penelitian (Sugiyono, 2013, p. 81). Sampel juga dinyatakan sebagai bagian dari subjek dari keseluruhan populasi yang akan digunakan dalam penelitian (Arikunto, 2013, p. 174). Berdasarkan penjelasan tersebut, maka karakteristik dari sampel adalah sama atau setara dengan populasi.

Pada dasarnya dalam sebuah penelitian, penggunaan sampel diperbolehkan apabila sampel tersebut dapat mewakili populasinya secara baik dan mengambil teknik pengambilan sampel dengan benar (Idrus, 2009, p. 93). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yang berarti pengambilan sampel yang dilakukan menggunakan pertimbangan-pertimbangan tertentu (Idrus, 2009, p. 96). Peneliti

mengambil teknik ini agar sampel yang diambil benar – benar mewakili populasi yang berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Adapun kriteria subjek penelitian yang dipakai pada penelitian ini merupakan:

1. Merupakan mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang angkatan 2019
2. Laki-laki maupun perempuan berusia 18-25 tahun
3. Terkoneksi dan menggunakan internet (game online, platforms streaming, media sosial, dll) 7-8 jam per hari.

Untuk menentukan sampel digunakanlah rumus dari Arikunto yaitu ketika sampel kurang dari 100, baiknya diambil semua dan menjadi penelitian populasi, dan ketika sampel dalam suatu penelitian memiliki jumlah populasi yang besar maka dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih (Arikunto, 2007, p. 112). Dalam penelitian ini menggunakan 25 % dari populasi. Sehingga dalam penelitian ini sampel yang diambil adalah 56 mahasiswa.

$$\frac{25}{100} \times 225 = 56,26$$

$$= 56$$

Adapun sampel penelitian tersebut merupakan 56 mahasiswa pertama yang mengisi dan mengirimkan google form yang telah disebar di Group WhatsApp Psikologi UIN Malang angkatan 2019. Data yang telah masuk dianggap telah mendapat persetujuan bahwa data akan dianalisis dan mahasiswa telah memenuhi kriteria sebagai responden penelitian.

3.5. Pengambilan Data

Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan uji coba terpakai. Menurut Arikunto, teknik uji coba terpakai adalah teknik uji coba sekaligus pengumpulan data dalam sebuah instrumen penelitian (Arikunto, 2010.p 160). Apabila uji coba yang dilakukan memenuhi ketentuan dan indikator terwakili, kemudian data dapat langsung dianalisis.

Instrumen sendiri merupakan yang digunakan untuk mengumpulkan data agar lebih mudah, lebih lengkap, dan sistematis sehingga mempermudah pengolahan datanya disebut sebagai instrumen penelitian (Sugiyono, 2013, p. 102). Adapun proses pengambilan data dalam penelitian ini untuk mempermudah pengelolaannya menggunakan kuisisioner (angket). Kuisisioner (angket) sendiri merupakan pernyataan tertulis yang diberikan kepada subjek penelitian (responden) dalam rangka memperoleh informasi (Arikunto, 2010, p. 268).

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Yaitu mengurutkan sesuatu yang nyata berdasarkan sifat-sifat tertentu (Nazir, 2001, p. 328). Selain itu, alasan metode skala digunakan adalah hal yang ingin diukur merupakan konstruk atau konsep psikologis yang dapat diungkapkan sebagai variabel melalui melalui indikator-indikator perilaku yang diterjemahkan dalam bentuk item-item pernyataan (Azwar, 2007. P. 99-100). Skala yang ingin diperoleh informasinya adalah skala *problematic internet use* dan *self-disclosure*. Model skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan model skala likert dimana responden memberi jawaban sesuai dengan keadaan yang dialami sebenarnya.

Tabel 3. 1 Blueprint skala *Problematic Internet Use*

NO.	DIMENSI	INDIKATOR	NO PERNYATAAN	JUMLAH
1	<i>Preference for Online Social Interaction</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Individu lebih memilih interaksi secara online - Individu merasa lebih aman, nyaman, dan percaya diri ketika berinteraksi online 	1,3,13,16,17	5
2	<i>Mood Regulation</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Individu menggunakan internet untuk mengatasi perasaan negatif - Individu menggunakan internet untuk meningkatkan suasana hati 	4,5,8,18	4
3	<i>Cognitive Preoccupation</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Individu memiliki pikiran obsesif terhadap penggunaan internet - Individu merasa ada dorongan untuk menggunakan internet - Individu merasa gelisah ketika tidak bisa mengakses internet 	2,6,9,10,19,20	6
4	<i>Compulsive Internet Usage</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Individu merasa kesulitan dalam mengontrol perilaku penggunaan internet - Sulit mengontrol waktu dan batasan dalam internet - Sulit mengontrol keinginan untuk terus menggunakan internet 	11,12,21,22	4
5	<i>Negative Outcomes</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Life management difficulties - Defisit social interaction - Life event problem 	7,15,14,23,24	5
Total				24

Tabel 3. 2 Blueprint skala *Self-Disclosure*

NO.	DIMENSI	INDIKATOR	NO PERNYATAAN	JUMLAH
1	<i>Intent to Disclose</i>	- Kesadaran diri dalam mengungkapkan informasi - Adanya tujuan dan niat tertentu	4,6,7	3
	<i>Amount</i>	- Banyak atau tidaknya dalam mengungkapkan informasi - Lama atau tidaknya dalam mengungkapkan informasi	1,8,12,16	4
2	<i>Positive-Negative</i>	- Jenis informasi yang biasa diungkapkan - Cara pengungkapan positif atau negatif	3,9,17,13	4
3	<i>Control of Depth</i>	- Kedalaman dan keintiman - Kontrol atas informasi yang disampaikan	2,5,14	3
4	<i>Honest/Accuracy</i>	- Pemahaman diri - Kejujuran dalam pengungkapan - ketepatan dalam pengungkapan	10,11,15,18	4
	Total			18

3.6. Validitas dan Reliabilitas

3.6.1. Validitas

Validitas berarti kesahihan atau tingkat kebenaran. Maka dari itu uji validitas berarti percobaan untuk mengetahui kebenaran suatu alat ukur. Menurut Sugiyono suatu alat ukur yang telah teruji kevalidannya berarti alat ukur tersebut tepat sasaran dan mengukur apa yang semestinya diukur (Sugiyono, 2013, p. 121). Dalam penelitian ini untuk menguji validitas pada alat ukur menggunakan bantuan

aplikas SPSS (Statistical Package or Social Science Statistik). Adapun teknik uji validitas dalam penelitian ini menggunakan rumus korelasi product moment untuk menemukan mana item yang valid atau item yang gugur. Valid atau tidaknya item ditentukan jika koefisien validitas r hitung $>$ r tabel dan skor sig $<$ 0,05r.

Uji coba dilakukan kepada 56 responden yang telah memenuhi kriteria yang ditentukan. Item pada alat ukur akan dikatakan valid atau sah, apabila r hitung lebih besar dibandingkan r tabel dan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05. Adapun r tabel dalam uji validitas ini adalah sebesar 0,266, yaitu berdasarkan r tabel dengan jumlah 55 sampel. Uji validitas dilakukan dengan bantuan SPSS *ver.23 for windows* yang kemudian diperoleh data sebagai berikut :

Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas skala problematic internet use

Aspek	No Item	Pearson Correlation	Significancy	Keterangan
<i>Preference for Online Social Interaction</i>	1	0,307	0,021	Valid
	3	0,345	0,009	Valid
	13	0,628	0,000	Valid
	16	0,689	0,000	Valid
	17	0,499	0,000	Valid
<i>Mood Regulation</i>	4	0,512	0,000	Valid
	5	0,669	0,000	Valid
	8	0,621	0,000	Valid
	18	0,646	0,000	Valid
<i>Cognitive Preoccupation</i>	2	0,358	0,007	Valid
	6	0,812	0,000	Valid
	9	0,580	0,000	Valid
	10	0,797	0,000	Valid
	19	0,262	0,051	Tidak valid
	20	0,244	0,070	Tidak valid
<i>Compulsive Internet Usage</i>	11	0,621	0,000	Valid
	12	0,766	0,000	Valid
	21	0,661	0,000	Valid
	22	0,717	0,000	Valid
<i>Negative Outcomes</i>	7	0,676	0,000	Valid
	14	0,388	0,003	Valid
	15	0,632	0,000	Valid

	23	0,507	0,000	Valid
	24	0,605	0,000	Valid

Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas skala self-disclosure

Aspek	No Item	Pearson Correlation	Significancy	Keterangan
<i>Intent to disclose</i>	4	0,598	0,000	Valid
	6	0,326	0,014	Valid
	7	0,296	0,026	Valid
<i>Amount</i>	1	0,516	0,000	Valid
	8	0,515	0,000	Valid
	12	0,618	0,000	Valid
	16	0,571	0,000	Valid
<i>Positive-negative</i>	3	0,554	0,000	Valid
	9	0,515	0,000	Valid
	13	0,610	0,000	Valid
	17	0,578	0,000	Valid
<i>Control of depth</i>	2	0,421	0,001	Valid
	5	0,631	0,000	Valid
	14	0,761	0,000	Valid
<i>Honesty-accuracy</i>	10	0,636	0,000	Valid
	11	0,578	0,000	Valid
	15	0,477	0,000	Valid
	18	0,479	0,000	Valid

3.6.2. Reliabilitas

Alat ukur dapat dikatakan reliabel apabila dilakukan pengukuran berulang kali pada alat ukur yang sama dan subjek yang sama dan didapatkan hasil yang relatif sama pula. Reliabilitas diartikan sebagai konsistensi, kepercayaan, dan keajegan suatu hasil penelitian (Sugiyono, 2013, p. 121). Pada penelitian ini uji reliabilitas item dilakukan dengan menggunakan aplikasi IBM SPSS (Statistical Package or Social Science Statistik) dengan menggunakan Alpha Cronbach untuk mengetahui item-item yang tidak reliabel. Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien

reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 hingga 1.00 (Azwar, 2009, p. 4). Apabila mendekati angka 1,00 maka semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya jika mendekati angka 0 maka semakin rendah reliabilitasnya. Adapun kriteria penilaian reliabilitas dibagi menjadi 5 kriteria, yaitu :

Tabel 3. 5 Kriteria penilaian reliabilitas

Koefisien	Keterangan
> 0.90	Sangat reliabel
0.70 – 0.90	Reliabel
0.40 – 0.70	Cukup reliabel
0.20 – 0.40	Kurang Reliabel
< 0.20	Tidak Reliabel

Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang dilakukan dengan bantuan SPSS *ver.23 for windows* diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas

SKALA	KOEFISIEN	KETERANGAN
<i>Problematic Internet Use</i>	0,920	Sangat Reliabel
<i>Self-Disclosure</i>	0,857	Reliabel

Hasil uji coba terpakai pada skala *problematic internet use* dan skala *self-disclosure* mendapat hasil keterangan sangat reliabel dan reliabel dengan angka reliabilitas masing masing sebesar 0,920 dan 0,857.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Prosedur Penelitian

4.1.1. *Setting* Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan secara online terhadap mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2019 subjek penelitian yang sesuai dengan syarat kebutuhan penelitian. Mahasiswa angkatan 2019 merupakan mahasiswa yang sudah tidak terlibat dengan kegiatan Ma'had Ali dan memiliki usia dalam rentang 18-25 tahun dengan intensitas pemakaian internet 7-8 jam/hari. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang sendiri juga difasilitasi dengan koneksi Wi-fi yang dapat diakses siapapun, termasuk mahasiswa.

4.1.2. Proses dan Waktu Pengambilan Data

Pengambilan data dilaksanakan pada Rabu, 18 Januari 2023 secara online dengan memanfaatkan Whaatsapp Group 'Psikologi UIN MLG 2019'. Kuisisioner yang digunakan dibuat dengan bantuan Google form yang kemudian dikirim ke grup pukul 19.00 WIB. Mahasiswa yang mengisi angket dianggap telah memenuhi kriteria yang dicantumkan dan data yang diterima ialah data 56 orang pertama yang telah mengisi dan menyelesaikan kuisisioner online tersebut.

Kemudian, pada Minggu, 22 Januari 2023 goggle form ditutup dikarenakan telah memenuhi jumlah sampel yang ditentukan.

4.2. Uji Asumsi

4.2.1. Uji Normalitas

Uji ini bertujuan agar mendapatkan informasi apakah suatu data tersebut dari sampel berdistribusi normal atau tidak dengan taraf signifikansi 0,05 (Susetyo, 2010, p. 172). Rumus yang digunakan dalam uji normalitas dilakukan dengan rumus *kolmogorov-Smirnov* karena jumlah sampel >30 dengan bantuan SPSS *ver.23 for windows*. Terdapat beberapa kriteria dalam pengujian yakni:

- a. Nilai Sig. Uji Kolmogrov-Smirov lebih dari 0.05 maka dikatakan data berdistribusi normal
- b. Nilai Sig. Uji Kolmogrov-Smirov Sig kurang dari 0.05 maka dikatakan data tidak berdistribusi normal

Tabel 4. 1 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		56
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.35201158
	Most Extreme Differences	
	Absolute	.080
	Positive	.078
	Negative	-.080
Test Statistic		.080
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Berdasarkan table 4.1. diketahui nilai *asymptotic significance 2-tailed* yang didapat adalah sebesar 0.200, sehingga dapat dikatakan bahwa data telah terdistribusi secara normal karena nilai *sig* lebih besar dari 0,05

4.2.2. Uji Linearitas

Uji Linearitas ditujukan untuk menguji apakah 2 variabel mempunyai hubungan linear atau tidak (Susetyo, 2010, p. 175). Yang mana dalam penelitian ini, yaitu untuk mengetahui ada atau tidak hubungan linear antara variabel bebas *problematic internet use* dengan variabel terikat *self-disclosure*. Uji Linearitas ini dilakukan menggunakan bantuan SPSS *ver.25 for windows* dengan Rumus yang digunakan yakni:

- a. Jika nilai *sig. Deviation From Linearity* $> 0,05$ maka adanya hubungan linear.
- b. Jika nilai *sig. Deviation From Linearity* $< 0,05$ maka tidak adanya hubungan linear.

Tabel 4. 2 Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Self-Disclosure * PIU	Between Groups	(Combined)	2639.554	35	75.416	1.255	.300
		Linearity	4.968	1	4.968	.083	.777
		Deviation from Linearity	2634.585	34	77.488	1.289	.278
	Within Groups		1202.000	20	60.100		
	Total		3841.554	55			

Berdasarkan table 4.2. diatas, diperoleh nilai *significant Deviation from Linearity*, yaitu $0,278 > 0,050$. Yang mana artinya terdapat hubungan yang linear antara *problematic internet use* dan *self-disclosure*. Selain itu diketahui nilai F hitung *Deviation from Linearity* sebesar $1,289 < F$ Tabel 4,025, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel x memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel y.

4.3. Deskripsi Data

Langkah ini dilakukan untuk mengkategorikan dan mengukur tingkat *problematic internet use* dan *self-disclosure* mahasiswa. Adapun untuk memperoleh kategori dan tingkatan suatu konstruk dilakukan dengan melalui proses perhitungan mencari skor mean hipotetik dan skor standar deviasi hipotetik. Hasil dari perhitungan mean dan standar deviasi setelah itu dilakukan pengkategorian berdasarkan tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Proses ini dilakukan dengan menggunakan bantuan *SPSS ver.25 for windows*.

Tabel 4. 3 Deskriptif Data

Descriptive Statistics					
	N	Minimu m	Maximu m	Mean	Std. Deviation
PIU	56	10	73	45.66	13.297
SD	56	19	66	35.59	8.357
Valid N (listwise)	56				

Berdasarkan perolehan SPSS pada Gambar 4.3. diatas, diketahui bahwa skor terendah dari hasil pengukuran skala *problematic internet use* adalah 10, dengan skor tertinggi 73 dan *mean* (rata-rata) sebesar 45.66 dan standar deviasi sebesar 13.297. Adapaun hasil dari pengukuran skala *self-disclosure* melihat konten negatif, skor terendah yang diperoleh adalah 19, skor tertinggi adalah 66, dengan *mean* (rata-rata) sebesar 35.59 dan standar deviasi sebesar 8.357.

4.4. Kategorisasi Data

4.4.1. *Problematic Internet Use*

Berdasarkan data deskriptif yang meliputi nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata, dan standar deviasi kemudian data akan dikategorikan kedalam 3 kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi dengan menggunakan rumus :

Tabel 4. 4 Rumus Standar Kategorisasi

Kategori	Rumus
Tinggi	$X > (M + 1 \text{ SD})$
Sedang	$(M - 1 \text{ SD}) \leq X \leq (M + 1 \text{ SD})$
Rendah	$X < (M - 1 \text{ SD})$

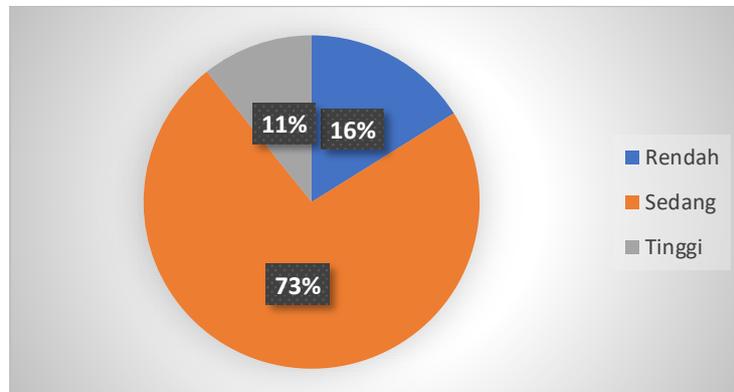
Dengan berdasarkan rumusan tersebut maka kemudian diperoleh hasil pada pada variabel *problematic internet use* sebagai berikut :

Tabel 4. 5 Kategorisasi *Problematic Internet Use*

Kategori	Rumus
Tinggi	$X > 59$
Sedang	$33 \leq X \leq 59$

Rendah X < 33

Gambar 4. 1 Diagram Hasil Kategorisasi *Problematic Internet Use*



Berdasarkan diagram diatas dapat diketahui bahwa mayoritas responden berada dalam kategori sedang (73%) 41 responden, disusul dengan kategori rendah (16%) 9 responden dan kategori tinggi (11%) 6 responden.

Selain itu dalam kategorisasi data per-aspek, ditemukan bahwa nilai tiap aspek pada *problematic internet use* yaitu, *preference for online Social Interaction, mood regulation cognitive preoccupation, compulsive internet use, negative outcome* berada pada kategori sedang.

Tabel 4. 6 Deskriptif Aspek *Problematic Internet Use*

Descriptive Statistics					
	N	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>
<i>Preference for Social Online Interaction</i>	56	2	19	9.39	3.601
<i>Mood Regulation</i>	56	2	14	8.50	2.835
<i>Cognitive Preoccupation</i>	56	3	20	12.25	3.992
<i>Compulsive Use</i>	56	0	16	7.75	3.471
<i>Negative Outcome</i>	56	0	18	7.07	3.986

Valid N (listwise) 56

Tabel 4. 7 Kategorisasi Aspek *Preference for Social Online Interaction*

Aspek	Rendah	Sedang	Tinggi
	0-6	7-13	14-20
<i>Preference for Social Online Interaction</i>	9.39 (<i>mean</i>)		

Tabel 4. 8 Kategorisasi Aspek *Mood Regulation*

Aspek	Rendah	Sedang	Tinggi
	0-5	5-10	10-16
<i>Mood Regulation</i>	8.50 (<i>mean</i>)		

Tabel 4. 9 Kategorisasi Aspek *Cognitive Preoccupation*

Aspek	Rendah	Sedang	Tinggi
	0-8	8-16	16-24
<i>Cognitive Preoccupation</i>	12.25 (<i>mean</i>)		

Tabel 4. 10 Kategorisasi Aspek *Compulsive use*

Aspek	Rendah	Sedang	Tinggi
	0-5	5-10	10-16
<i>Compulsive use</i>	7.75 (<i>mean</i>)		

Tabel 4. 11 Kategorisasi Aspek *Negative Outcome*

Aspek	Rendah	Sedang	Tinggi
	0-7	7-13	13-20
<i>Negative Outcome</i>	7.07 (<i>mean</i>)		

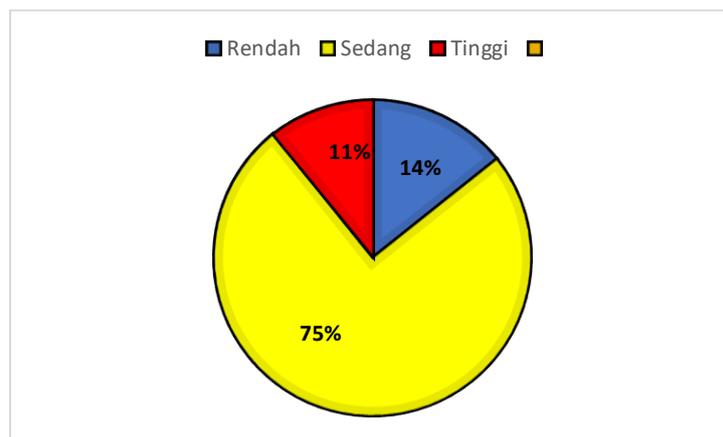
4.4.2. *Self-Disclosure*

Perhitungan kategori dalam variabel *self-disclosure* juga dilakukan dengan rumus yang sama, dan telah didapat hasil sebagai berikut :

Tabel 4. 12 Kategorisasi *Self-Disclosure*

Kategori	Rumus
Tinggi	$X > 44$
Sedang	$27 \leq X \leq 44$
Rendah	$X < 27$

Gambar 4. 2 Diagram Hasil Kategorisasi *Self-Disclosure*



Dalam diagram diatas yang merupakan bentuk pembagian persentase variabel self-dsiclosure ditemukan bahwa 6 (11%) responden berada di dalam kategori “tinggi”, 8 (14%) responden termasuk kedalam kategori “rendah” dan 42 (75%) responden sisanya berada didalam kategori “sedang”.

Adapun jika didasarkan pada kategorisasi data per-aspeknya, mayoritas aspek berada di dalam kategori “sedang” dan mulai dari *kuantitas (amount)*,

honesty-accuracy, *positive-negative of disclosure*, *control depth of disclosure*, kecuali pada aspek *inten to disclose* yang berada dalam kategori tinggi.

Tabel 4. 13 Deskriptif Aspek *Self-Disclosure*

<i>Descriptive Statistics</i>					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Intent to Disclose</i>	56	4	12	7.66	1.740
<i>Kuantitas</i>	56	1	14	6.73	2.659
<i>Positive-Negative of Disclosure</i>	56	4	14	7.98	2.446
<i>Control depth of disclosure</i>	56	1	12	4.96	2.174
<i>Honesty/Accuracy of Disclosure</i>	56	3	14	8.25	2.330
<i>Valid N (listwise)</i>	56				

Tabel 4. 14 Kategorisasi Aspek *Intent to disclose*

Aspek	Rendah 0-3	Sedang 3-6	Tinggi 6-9
<i>Intent to disclose</i>			7.66 (mean)

Tabel 4. 15 Kategorisasi Aspek Kuantitas

Aspek	Rendah 0-5	Sedang 5-10	Tinggi 10-16
Kuantitas		6.73 (mean)	

Tabel 4. 16 Kategorisasi Aspek *Positive-Negative of Disclosure*

Aspek	Rendah 0-5	Sedang 5-10	Tinggi 10-16
-------	---------------	----------------	-----------------

<i>Positive-Negative of Disclosure</i>	7.98 (mean)
--	-------------

Tabel 4. 17 Kategorisasi Aspek *Control of Depth*

Aspek	Rendah	Sedang	Tinggi
	0-3	3-6	6-9
<i>Control of Depth</i>	4.96(mean)		

Tabel 4. 18 Kategorisasi Aspek *Honesty-Accuracy of Disclosure*

Aspek	Rendah	Sedang	Tinggi
	0-5	5-10	10-16
<i>Honesty-Accuracy of Disclosure</i>	8.25 (mean)		

4.5. Uji Korelasi

Uji korelasi dilakukan dengan tujuan untuk menganalisis besarnya hubungan yang ditunjukkan oleh variabel bebas dan variabel terikat (Ridwan, 2009, p. 94). Maka dari itu, uji korelasi pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat antara hubungan *problematic internet use* (X) dengan *self-disclosure* (Y). Adapun ketentuan yang digunakan untuk melihat hasil data statistik berdasarkan ketentuan apabila nilai signifikansi $< 0,05$, maka terdapat korelasi yang signifikan, dan sebaliknya apabila nilai signifikansi $> 0,05$, maka tidak terdapat korelasi yang signifikan. Dan kemudian kuat tidaknya hubungan tersebut ditentukan oleh koefisien *pearson correlation*, yaitu apabila nilai koefisien *pearson correlation* mendekati angka ± 1.00 maka semakin kuat hubungan antara variabel X dan Y. Uji korelasi dilakukan dengan metode

analysis statistic product momen menggunakan program *SPSS ver.23 for windows*, yang selanjutnya ditemukan hasil uji korelasi sebagai berikut :

Tabel 4. 19 Hasil Uji Korelasi

Correlations			
		PIU	Self- Disclosure
PIU	Pearson Correlation	1	-.036
	Sig. (2-tailed)		.792
	N	56	56
Self- Disclosure	Pearson Correlation	-.036	1
	Sig. (2-tailed)	.792	
	N	56	56

Berdasarkan hasil pada tabel diatas, diperoleh nilai Sig. (2-tailed) 0,792 yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan *problematic internet use* dengan *self-disclosure*. Selain itu juga didapat nilai *pearson correlation*, yaitu sebesar - 0.036 (negatif). Angka tersebut dapat diartikan bahwa hubungan yang terjadi antara kedua variabel diatas ialah korelasi negatif, dimana semakin tinggi *problematic internet use* pada mahasiswa, kemudian *self-dsiclosure* atau pengungkapan diri pada mahasiswa akan semakin rendah. Serta korelasi yang terjadi pun lemah adanya. Dimana dari 0.00 – 1.00 semakin dekat nilai koefisien ke-angka 1.00 maka semakin kuat hubungan/korelasi yang terbentuk didalamnya.

Maka dari itu berdasarkan penjelasan di atas, disusunlah sebuah kalimat hipotesis yang menyatakan H^1 dalam penelitian tidak dapat dibuktikan karena tidak didukung oleh data yang telah diperoleh.

4.6. Pembahasan Hasil

4.6.1. Tingkat *Problematic Internet Use*

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa dalam kelompok yang diukur tingkat *problematic internet use* sebagian besar berada dalam kategori sedang dengan 73% (41 responden), lalu kategori rendah dengan 16% (9 responden), dan kategori tinggi dengan 11% (6 responden). Banyaknya responden yang berada dalam kategori sedang membuktikan bahwa pada mahasiswa dengan usia 18-25 tahun memang memiliki potensi tinggi untuk mengalami *problematic internet use*. Menurut Czincz dan Hechanova usia peralihan remaja ke dewasa awal merupakan kelompok usia yang memiliki resiko tinggi untuk mengembangkan perilaku *problematic internet use* (Czincz dan Hechanova, 2009, p. 265).

Begitupun dengan hasil perolehan tingkat tiap aspek pada *problematic internet use* berada pada kategori sedang. Seperti halnya pada aspek *preference for online social interaction* dengan nilai *mean* 9,38/20. Artinya subjek terkadang merasa lebih nyaman dan percaya diri ketika berinteraksi sosial secara online daripada berinteraksi sosial secara langsung. Selain itu, terkadang motif penggunaan internet pada subjek didasarkan pada tujuannya untuk mengatur suasana hati, secara spesifik yaitu meningkatkan emosi positif dan menurunkan

emosi negatif motif. Hal tersebut ditunjukkan oleh nilai *mean* pada aspek *mood regulation* sebesar 8,50/16.

Adapun pada aspek *cognitive preoccupation* berada pada kategori sedang dengan nilai *mean* 12,24/24. Artinya, subjek terkadang memikirkan hal-hal yang diakses diinternet, merencanakan kapan akan mengakses internet, serta merasa gelisah apabila selama beberapa waktu tidak mengakses internet. Subjek terkadang juga merasa kesulitan untuk mengontrol perilaku dan keinginan untuk mengakses internet, secara spesifik pula mahasiswa sulit mengontrol lamanya waktu online. Hal tersebut ditunjukkan oleh nilai *mean* pada aspek *compulsive use*, yaitu 7.75/16. Pikiran yang obsesif terhadap internet akan mengarah terhadap perilaku kompulsif, dimana pikiran yang menetap tersebut akan memaksa individu mengakses internet secara berulang. Menurut Kurniasanti, secara kognitif *problematic internet use* ditandai dengan rasa asyik yang berlebihan, keinginan dan ketidakmampuan untuk mengontrol pikiran dari aktifitas internet sebelumnya (Kurniasanti, 2019, p. 86)

Kemudian pengukuran pada aspek *negative outcome* didapatkan nilai *mean* sebesar 7.07/20. Penggunaan internet pada subjek terkadang menyebabkan masalah dalam kehidupan mereka. Kehidupan yang dimaksud, meliputi *life management*, hubungan interpersonal, keterlibatan dalam aktifitas sosial dan urusan pendidikan. Melihat tingkat *problematic internet use* yang sebagian besar berada dalam kategori sedang juga didasarkan terhadap nilai *mean* pada aspek *negative outcome* yang mendekati batas kategori rendah. Hal ini dikarenakan

salah satu prediktor variabel *problematic internet use* ialah permasalahan psikososial dalam kehidupan pengguna internet. Menurut Arienzo, penggunaan internet menjadi penyebab rusaknya hubungan interpersonal seseorang, berdampak negatif terhadap pekerjaan dan pendidikan, dan menyebabkan konflik dalam secara psikologis (Arienzo, 2019, p. 2).

4.6.2. Tingkat Self-Disclosure

Berdasarkan hasil data statistik yang diperoleh terhadap variabel *self-disclosure* ditemukan bahwa 14% subjek memiliki pengungkapan diri yang rendah, 75% mayoritas subjek memiliki pengungkapan diri sedang, dan 11% subjek lainnya teridentifikasi memiliki pengungkapan diri tinggi dalam kehidupan sosial *face-to-face*.

Pengukuran terhadap variabel *self-disclosure* juga dilakukan pada tiap aspeknya. Aspek intent to disclose berada dalam tingkatan kategori tinggi dengan nilai mean sebesar 7,66/9. Angka tersebut menunjukkan bahwa subjek secara sadar mengungkapkan informasi mengenai dirinya kepada orang lain. Selain itu, pengungkapan diri yang dilakukan mahasiswa terjadi karena ada niat tertentu dan pemahaman yang baik terhadap diri sendiri.

Kemudian dalam aspek kuantitas (*amount*) diperoleh hasil dalam kategori sedang dengan nilai *mean* 6,73/10. Artinya, secara frekuensi subjek terkadang mengungkapkan informasi mengenai dirinya sendiri kepada orang-orang lain, baik itu pikiran maupun perasaan. Dan secara durasi, mahasiswa tidak mengambil waktu yang lama dan tidak pula sebentar ketika melakukan *self-disclosure*.

Di dalam pengungkapan diri yang dilakukan, subjek terkadang mengungkapkan informasi dirinya yang bersifat positif atau hal-hal baik kepada orang lain. Selain itu, secara keseluruhan pengungkapan diri pada mahasiswa tidak selalu mengungkapkan informasi positif saja, melainkan terkadang *self-disclosure* yang dilakukan juga berisikan informasi negatif dan perasaan negatif. Hal diatas merujuk kepada aspek *positive-negative of disclosure* pada kategori sedang dengan nilai mean 7,98/16.

Selanjutnya subjek menunjukkan bahwa terkadang kedalaman informasi yang diungkapkan akan semakin personal dan intim. Mahasiswa terkandung mengungkapkan informasi secara terbuka dan tanpa ada keraguan. Hal tersebut ditunjukkan pada aspek *control of depth* dengan nilai mean 4,96/9.

Aspek *honesty-accuracy of disclosure* memperoleh nilai mean sebesar 8.25/16 pada kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa terkadang menyampaikan informasi berupa perasaan, pengalaman, dan pikiran dirinya sendiri secara akurat dan benar – benar menggambarkan siapa dirinya sebenarnya. Selain itu, terkadang juga pengungkapan diri pada subjek dilakukan dengan perasaan tulus dan jujur.

Hampir 75% responden berada dalam kategori sedang dan juga sebagian besar pada tiap aspek juga berada dalam kategori sedang. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor lain yang menyebabkan pengungkapan diri atau *self-disclosure* tidak bisa dilakukan dengan sangat terbuka ataupun sangat tertutup.

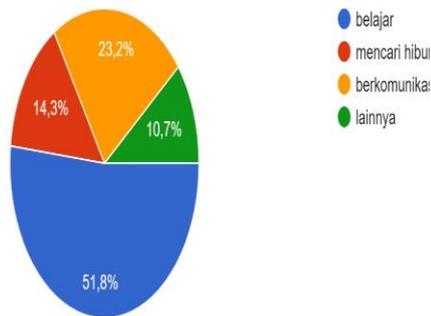
Menurut Septiani, pengungkapan diri akan semakin terbuka apabila orang lain yang dimaksud ialah orang yang telah dikenal dan terdapat perasaan nyaman atau suka di dalamnya (Septiani, 2019, p. 268). Untuk itu, variabel *self-disclosure* merupakan variabel yang cukup subyektif, yaitu dengan melihat siapa orang lain yang terlibat.

4.6.3. Hubungan Antara *Problematic Internet Use* dengan *Self-Disclosure*

Penelitian dilakukan dengan melewati prosedur penelitian kuantitatif pada umumnya dan telah menerapkan kriteria yang memiliki kemungkinan besar menjadi representasi variabel bebas maupun terikat. Namun, diketahui berdasarkan uji korelasi hipotesis hubungan dalam penelitian ini tidak didukung oleh data, yang artinya dalam kelompok subjek tidak terjadi dinamika psikologis antara *problematic internet use* dengan *self-disclosure*. Namun pola korelasi yang terjadi sesuai dengan hipotesis penelitian, yaitu korelasi negatif (lemah). Hal itu ditunjukkan dengan nilai signifikansi sebesar $0,792 > 0,05$ dengan nilai *koefisien correlation* - 0.036.

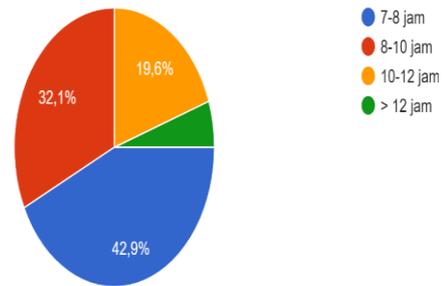
Gambar 4. 3 Tujuan Penggunaan Internet

Apa tujuan anda mengakses internet?
56 jawaban



Gambar 4. 4 Data Lama Penggunaan Internet

Berapa lama penggunaan internet anda dalam sehari?
56 jawaban



Berdasarkan diagram diatas, diketahui bahwa sebagian besar subjek mengakses internet hingga dengan durasi 7-10 jam perhari dengan tujuan untuk melakukan pembelajaran, berkomunikasi dan mencari hiburan. Sehingga penggunaan internet dengan durasi yang lama tidak menjadi suatu penggunaan internet bermasalah. Menurut Mudawamah terdapat hal-hal positif yang menjadi motif bagi mahasiswa untuk mengakses internet, antara lain untuk berkomunikasi, menambah wawasan dengan literasi digital dan bahkan beberapa mahasiwa mengakses internet lebih dari 15 jam (Mudawamah, 2020, p. 110-112).

Dengan perkembangan teknologi, pemanfaatan internet juga semakin berkembang, salah satunya untuk kesehatan mental. Dalam penelitian Abas, dkk. Intervensi kesehatan mental berbasis teknologi dapat memberikan hasil yang

efisien dalam meningkatkan kesehatan mental, mengatasi cemas dan depresi (Abas, dkk., 2023, p. 64). Kemajuan internet menjadi salah satu penyebab mengapa frekuensi dan durasi yang lama dalam penggunaan internet tidak berdampak terhadap *negative outcome* yang dimaksud dalam *problematic internet use*. Sehingga kondisi psikologis sebagai akibat dari penggunaan internet bermasalah tidak menyebabkan individu kehilangan kesempatan dalam mengungkapkan informasi atas dirinya kepada orang lain secara sehat.

Selain itu terdapat beberapa variabel luar menjadi faktor yang berhubungan dengan variabel yang dikaji. subjek. Salah satunya ialah *self-control*. variabel tersebut berperan dalam mengelola penggunaan internet, sehingga individu tidak mengabaikan interaksi di dunia nyata. Hal ini didukung oleh kajian Novianti, dkk dimana mahasiswa dengan kontrol diri yang tinggi dapat mengendalikan diri mereka serta tidak mengabaikan waktu mereka saat mengakses internet (Novianti, dkk., 2023, p. 753). Selain itu, berdasarkan data lapangan dalam penelitian Fan, dkk perilaku kontrol diri dapat memprediksi keadaan internet bermasalah individu, yang mana individu mendapatkan kontrol atas keamanan dan pengendalian frekuensi dalam berinternet (Fan, dkk., 2022, p. 466).

Korelasi antar aspek dalam penelitian dapat menjadi pembahasan *uncorrelated* dalam penelitian ini. Subjek dalam penelitian ini terkadang cenderung untuk memilih interaksi secara online daripada offline (aspek *preference for social online interaction*). Namun menurut Hendroyono, individu yang

membatasi kegiatan sosialnya dan suka melakukan aktifitas menyendiri dengan internetnya, tetap memiliki kebutuhan yang besar akan penghargaan dan eksistensi diri (Hendroyono, 2009, p. 234). Artinya, subjek yang memiliki kecenderungan untuk memilih interaksi sosial secara online tetap melakukan pengungkapan diri untuk memenuhi kebutuhan atas penghargaan dan eksistensi dirinya. Hal tersebut dapat menjelaskan bagaimana aspek *intent to disclose* berada dalam kategori tinggi dan menjelaskan bagaimana aspek *prerence for social online interaction* tidak berkorelasi dengan aspek *intent to disclose* dan *amount*, yaitu niat secara sadar dalam melakukan pengungkapan diri dan kuantitas dalam pengungkapan diri.

Selanjutnya ialah mengenai hubungan aspek *mood regulation* dengan aspek *honesty-accuracy*. Seperti yang telah dipaparkan diatas, bahwa motif penggunaan internet pada mahasiswa salah satunya ialah untuk mencari hiburan. *Mood regulation* dengan cara mengakses internet pada subjek bukan menjadi suatu masalah apabila dampak yang diterima berupa hal positif. Menurut Azzahra sebagian besar mahasiswa justru mendapatkan kesejahteraan psikologis dengan melakukan *mood regulation (cognitive reappraisal strategy)* akan lebih mengekspresikan emosi secara positif dan menjadikannya sebagai strategi yang adaptif dalam menyelesaikan masalahnya (Azzahra, 2021, p.511-512). Kesejahteraan psikologis yang meningkat pada subjek meningkatkan kemungkinan mahasiswa terbuka dalam kehidupan sosialnya, dan secara tulus dan tepat dalam melakukan pengungkapan diri.

Selanjutnya, tingginya kesadaran dan niat akan kemampuan dalam mengungkapkan diri kepada orang lain menjadi penyebab subjek tidak terlalu terobsesi dengan hal-hal yang diakses di dalam internet. Artinya bahwa subjek memiliki self-awareness yang baik terhadap kemampuan self-disclosure dan batasan internet. Menurut Shintia kesadaran diri yang tinggi memungkinkan individu untuk mengontrol perilaku mengakses internet ketika tidak dibutuhkan (Shintia, 2018, p. 10). Perilaku mengakses internet pada subjek tidak mengganggu niat sadar mahasiswa dalam berinteraksi dan mengungkapkan diri kepada orang lain. Hal tersebut menjelaskan korelasi antara aspek *intent to disclose* dengan aspek *cognitive preoccupation*. Dan terlebih lagi kelompok ukur merupakan mahasiswa psikologi yang kemungkinan besar memiliki pemahaman baik atas *self-disclosure*.

Sebagian besar subjek memiliki tingkat perilaku kompulsif dalam kategori sedang. Artinya, subjek menggunakan internet lebih lama daripada waktu yang direncanakan dan kerap mengalami kegagalan dalam mengendalikan waktu. *Self-awareness* yang telah dipaparkan diatas memberikan kontribusi dalam mengarahkan perilaku. Artinya, kontrol diri yang baik pada subjek dapat membantu dalam mengatur penggunaan internet sehari-hari sehingga individu tidak terjebak dalam perilaku internet yang lama dan berulang serta individu tetap secara terbuka berinteraksi dengan dunia nyata. Menurut Nafisah kontrol diri berperan dalam mengatur merealisasikan rencana dan mengelola kebutuhan internet sehari-hari (Nafisah, 2019, p. 478). Hal diatas menjelaskan bagaimana

aspek *compulsive use* tidak berkorelasi dengan kuantitas seseorang dalam melakukan pengungkapan diri.

Problematic internet use dalam kategori tinggi berdampak negatif pada perilaku sosial individu, seperti cemas secara sosial, cenderung kesulitan mengekspresikan diri, pendiam, dan menarik diri secara sosial. Skor rendah pada aspek *negative outcome* menjelaskan mengapa *problematic internet use* tidak berkorelasi dengan *self-disclosure*. Yaitu apabila korelasi terjadi, aspek *negative outcome* pada *problematic internet use* akan semakin tinggi. Namun, diketahui bahwa aspek *negative outcome* dalam *problematic internet use* berada dalam kategori sedang cenderung rendah. Itu artinya, kelompok ukur jarang mengalami permasalahan yang telah disebutkan diatas.

Korelasi X dan Y tidak terjadi diakibatkan oleh penggunaan internet pada mahasiswa tidak sampai pada titik dimana hal tersebut mengakibatkan mahasiswa kesulitan dalam berinteraksi dan menyampaikan informasi atas dirinya sendiri. Namun, disisi lain aspek *self-disclosure* menjadi aspek yang sangat penting agar individu bisa menjalin hubungan dan berinteraksi dengan orang lain, (Simbolon, 2022, p. 27). Itu artinya, subjek tidak mengalami permasalahan atau kesulitan sebagai akibat dari penggunaan internet bermasalah (aspek *negative outcome*). Hasilnya, pengungkapan diri pada kelompok ukur tidak bermasalah. Hal tersebut ditunjukkan oleh *aspek control of depth disclosure*, dimana mahasiswa terkadang mampu mengungkapkan diri dengan intim dan mengontrol pengungkapan tersebut. Menurut Devito, hal tersebut merupakan *dyadic effect*, yaitu pola dimana

satu pengungkapan diikuti dengan respon pengungkapan lainnya (Devito, 2016, p. 227). Maka kemudian sehingga mahasiswa dalam kehidupan sosialnya mampu membangun hubungan dengan orang lain, salah satunya berdasarkan keterampilan sosial *self-disclosure*.

Berdasarkan pemaparan hubungan antar kedua variabel diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat peran variabel prediktor lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini lebih dominan dalam berkorelasi/memengaruhi variabel *self-disclosure*. Selain itu, tingkat subjektifitas variabel juga menjadi salah satu penyebab korelasi atau hubungan antar variabel tidak terjadi.

BAB V

PENUTUP

7.1. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka kemudian diambil kesimpulan sebagai berikut :

Tingkat *problematic internet use* mahasiswa Psikologi UIN Malang berada dalam kategori sedang. Hal tersebut dapat dilihat dari tiap aspek yang juga dalam rentang kategori sedang. Penggunaan internet terkadang memberikan dampak psikologis mahasiswa dan menyebabkan sedikit kesulitan dalam bidang kehidupan sosial dan pendidikan. Namun, perlu diperhatikan tingkat penggunaan internet akan cenderung meningkat seiring peningkatan teknologi.

Tingkat *self-disclosure* mahasiswa Psikologi UIN Malang berada dalam kategori sedang. Hal Hal tersebut dapat dilihat dari tiap aspek yang juga dalam rentang kategori sedang. Namun, subjek memiliki kesadaran diri yang baik akan kemampuan dalam mengungkapkan diri kepada orang lain.

Selanjutnya ditemukan bahwa hubungan antara *problematic internet use* dengan *self-disclosure* tidak didukung oleh data, dimana nilai sig. $0.792 < 0.050$ dalam uji korelasi. Ketidakterkaitan tersebut disebabkan oleh beberapa hal. Diantaranya, subjek dengan *problematic internet use* tetap memiliki kebutuhan terhadap penghargaan dan eksistensi diri. subjek menjadikan internet sebagai coping adaptif dalam penyelesaian masalah, sehingga penggunaan internet

menjadi positif. Kelompok subjek memiliki *self-awareness* dan kontrol diri yang baik terhadap kemampuan *self-disclosure* dan batasan internet, sehingga mahasiswa tidak terfokus terhadap hal-hal di internet. Subjek jarang mengalami dampak negatif akibat penggunaan internet, sehingga tidak terjadi korelasi dengan kemampuan mengungkapkan diri dalam interaksi sosial.

7.2. Saran

1. Bagi mahasiswa Psikologi UIN Malang diharapkan agar mengontrol dan membatasi penggunaan internet agar tidak menyebabkan sifat adiksi yang bisa memberikan dampak secara psikologis.
2. Bagi seluruh pihak tenaga pengajar Fakultas Psikologi UIN Malang, agar bisa lebih aktif lagi untuk memberikan edukasi mengenai *problematic internet use* dan turut serta seperlunya untuk mengawasi pemakaian internet selama di kelas. mengawasi aktivitas digital siswa-siswa baik di sekolah maupun di rumah.
3. Bagi peneliti selanjutnya, hubungan antara antara *problematic internet use* dengan *self-disclosure* perlu dilakukan kajian lebih lanjut, mengingat minimnya penelitian terhadap 2 variabel yang sama dan hasil penelitian yang berbeda-beda.
4. Bagi peneliti selanjutnya, yang ingin meneliti tentang *problematic internet use* untuk mempertimbangkan adanya variabel lain yang lebih dominan dalam hubungan/pengaruh. Selain itu, untuk dipastikan kembali bahwa kelompok ukur memang representasi dari variabel yang diukur.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusti, R. C., & Leonardi, T. (2015). Hubungan antara kesepian dengan problematic internet use pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 4(1),
- Aksin, Nur. (2016). Pandangan Islam Terhadap Pemanfaatan Media Sosial. *Jurnal Informatika UPGRIS*. Vol 2, No 2.
- Andangsari, E W. A Djunaidi, E Fitriana, D Harding. (2019). Indonesia Problematic Internet Use Scale. *Journal of Physics: Conf Series*.
- D'Arienzo, M.C., Boursier, V. & Griffiths, M.D. (2019). Addiction to Social Media and Attachment Styles: A Systematic Literature Review. *Int J Ment Health Addiction* Vol 17.
- Arikunto, S. (2007). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineke Cipta
- Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineke Cipta.
- Arslan, Nihan., Aydin Kiper. (2018). Self-disclosure and internet addiction. *Malaysian Online Journal of Education Technology*. Vol 6, No 1.
- Azka, F., Firdaus, D. F., & Kurniadewi, E. (2018). Kecemasan sosial dan ketergantungan media sosial pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5, 201-210.
- Azwar, S. (2007). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azzahra, Faizah & Indri Utami Sumaryani. (2021). Hubungan Regulasi Emosi dengan Problematic Internet Use Pada Mahasiswa Pengguna Social Media. *Prosiding Psikologi*. Vol 7, No 2.
- Basuki, Unggoel. Suvriadi, P. Gerlan, A, M. Aditya, W. Irani, H. Yudi, A. Maisarah. Acai, S. (2021). *Pemanfaatan Teknologi Dalam Berbagai Aspek Kehidupan Masyarakat*. Bandung : Media Sains Indonesia
- Buhrmester, D., F, W., Wittenberg, M.T., & Reis, D. (1998). Five Domain of Interpersonal Competence in Peer Relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55 (6), 991-1008
- Czincz, J., & Hechanova, R. (2009). Internet addiction: Debating the diagnosis. *Journal of Technology in Human Services*, 27(4), 257–272.
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26(2010), 1089-1097.
- Caplan, S. E., Williams, D., & Yee, N. 2009. Problematic internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behavior*, 25, 1312-1319.
- Ceyhan, A. A. (2011). University students' problematic internet use and communication skills according to the internet use purposes. *Educational Sciences: Theory and*

- Practice, 11(1), 69-77.
- Candra Dwi Novianti, Andik Matulesy, & Suhadianto. (2023). Kecanduan internet pada mahasiswa: Bagaimana peranan pengungkapan diri dan kontrol diri ? . *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 743–754
- Cozby, P. (1973). Self-disclosure: A literature review. *Psychological Bulletin*. American Psychological Association. Vol 79, No 2.
- Culbert, S.A. (1970). The interpersonal process of self-disclosure: It takes two to see one. In R.L. Golembiewski & A. Blumberg (Eds.), *Sensitivity training and the laboratory approach* (pp. 73-79). Itasca, IL: F. E. Peacock.
- Danuri, Muhamad. (2019). *Perkembangan dan Transformasi Teknologi Digital*. Infokam. No 2.
- Data Reportal (2021, 11 Februari). *Digital 2021 : Indonesia*. Diakses pada 10 Oktober 2022 dari <https://datareportal.com/reports/digital-2021-indonesia>
- Data Reportal (2022, 15 Februari). *Digital 2022 : Indonesia*. Diakses pada 10 Oktober 2022 dari <https://datareportal.com/reports/digital-2022-indonesia>
- Davis, R. A., Flett, G. L., & Besser, A. (2002). Validation of a new measure of problematic Internet use: Implications for pre-employment screening. *CyberPsychology & Behavior*, 5, 331–346.
- Davis, R.A. (2001) A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17
- Dewi, N., & Trikusumaadi, S. K. (2017). Bahaya Kecanduan Internet dan Kecemasan Komunikasi terhadap Karakter Kerja Sama pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 43(3), 20.
- Eduardo B. Andrade, Velitchka Kaltcheva, and Barton Weitz (2002) , "Self-Disclosure on the Web: the Impact of Privacy Policy, Reward, and Company Reputation", in *NA - Advances in Consumer Research Volume 29*, eds. Susan M. Broniarczyk and Kent Nakamoto, Valdosta, GA : Association for Consumer Research, Pages: 350-353.
- Fauzan, M. (2022). Sikap Mahasiswa terhadap penggunaan Internet : Sebuah Survey pada dua Universitas Negeri di Jambi. *Indonesian Educational Administration and Leadership Journal*, 4(2).
- Gainau. (2012). Keterbukaan diri (self-disclosure) siswa dalam perspektif budaya dan implikasinya bagi konseling. *Jurnal Ilmiah Widya Warta*, 33(1), 39-112
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 115-130
- Gioia, F., & Boursier, V. (2021). Young adults' attitudes toward online self-disclosure

- and social connection as predictors of a preference for online social interactions: the mediating effect of relational closeness. *Atlantic Journal of Communication*, 1–17.
- Hanum, Latifa Izza. (2020). Pengaruh Kemampuan Komunikasi Interpersonal Terhadap Penggunaan Internet Bermasalah Dimediasi Oleh Kesepian Pada Pengguna Akun Roleplayer. Skripsi.
- Harris, S.M., Dersch, C.A. & Mittal, M. (1999). Look Who's Talking: Measuring Self-Disclosure in MFT. *Contemporary Family Therapy* 21, 405–415
- Hendroyono, T. (2009). Facebook: Situs Social Networking Bernilai 15 Miliar Dolar. Bandung: B. First
- Hurlock, E.B. (2010). Psikologi Perkembangan : Suatu Perkembangan Sepanjang Rentan Kehidupan. Jakarta : Erlangga
- Idrus, Muhammad. (2009). Metode Penelitian Ilmu Sosial : Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif. Jakarta : Erlangga.
- Kato TA, Shinfuku N, Tateno M. (2020). Internet society, internet addiction, and pathological social withdrawal: the chicken and egg dilemma for internet addiction and hikikomori. *Curr Opin Psychiatry*. Vol 33 , No. 3.
- Kominfo. (2014, 18 Februari). Riset Kominfo dan UNICEF Mengenai Perilaku Anak dan Remaja Dalam Menggunakan Internet. diakses 5 November 2022, dari https://www.kominfo.go.id/content/detail/3834/siaran-pers-no-17pihkominfo22014-tentang-riset-kominfo-dan-unicef-mengenai-perilaku-anak-dan-remaja-dalam-menggunakan-internet/0/siaran_pers
- Kompas.com (2022, 31 Mei). Berapa Lama Orang Indonesia Menggunakan Internet Setiap Hari?. Diakses pada 10 Oktober 2022, dari <https://www.kompas.com/edu/read/2022/05/31/103951971/berapa-lama-orang-indonesia-menggunakan-internet-setiap-hari?>
- Kurniasanti, K. S., Assandi, P., Ismail, R. I., Nasrun, M. W. S., & Wiguna, T. (2019). Internet addiction: a new addiction?. *Medical Journal of Indonesia*, 28(1), 82-91.
- Martin, J.M. (2009). Internet use and abuse and psychological problems. Oxford Handbook of Internet Psychology.
- Mudawamah, Nita Siti. (2020). Perilaku Pengguna Internet : Studi Kasus Pada Mahasiswa Jurusan Perpustakaan dan Ilmu Informasi UIN Maulana Malik Ibrahim. *BIBLIOTIKA : Jurnal Kajian Perpustakaan dan Informasi*. Vol 4, No 1.
- Morahan-Martin, J. and Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in Human Behavior*
- Morin, Claudia R.W, Wahyu Rahardjo. (2021). Kecemasan Sosial, Kecenderungan Alexythimia dan Adiksi Internet Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. Vol 14, No 1.

- Nazir Moh. (2011). *Metode Penelitian*. Bogor : Ghalia Indonesia.
- Nafisah, Hasna & Lilim Halimah. (2019). Hubungan Self Control dengan Problematic Internet Use pada Mahasiswa Pengguna Aktif Internet di Universitas Islam Bandung. *Prosiding Psikologi*. Vol 5, No 2.
- Pearce, W.B. & Sharp, S.M. (1973). Self-disclosing communication. *Journal of Communication*, 23, 409-425.
- Putri, Alifia Fernanda. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *Scoulid*. Vol 3, No. 2.
- Putri, Wirda Wulandari Eka. (2017). *Gambaran Keterbukaan Diri Siswa (Self-disclosure) Mts Negeri 3 Konawe*. Skripsi.
- Rahmadina, Putri. (2018). Hubungan Regulasi Emosi dengan Problematic Internet Use pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial di Universitas Andalas.
- Ridwan. (2009). *Metode dan Teknik Menyusun Proposal Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Rini, Eka Setya, Sri Muliati Abdullah, Martaria Rizky Rinaldi. (2020). Kesepian dan Penggunaan Internet Bermasalah pada Mahasiswa. *Jurnal Riset Aktual Psikologi*. Vol. 11 No. 2.
- Rudi, R. A. (2023). Mental Health Intervention Internet-Based Technology. *Jurnal Kesehatan*, 16(1), 60-66.
- Salmerón, L., García, A., Abarca, E. V. 2018. The Development of Adolescents' Comprehensionbased Internet Reading Activities. *Learning and Individual Differences*, 61: 31– 39.
- Santrock, J.W. (2007). *Adolescence*. Jakarta :Erlangga.
- Septiani, Dila. Putri, N, A. Sari, N, W. Ardian, R, M. (2019). Self Disclosure Dalam Komunikasi Interpersonal : Kesetiaan, Cinta, dan Kasih Sayang. *Fokus*. Vol 2, No 6.
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck, P. E., Khosla, U. M., & McElory, S. L. (2000). Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *Journal of Affective Disorders* 57, 267–272
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S., et al. (2003). Problematic internet use: Proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*. Vol 17, No 4.
- Simbolon, Poramida. Rotua E, P. Elvi, M, G. (2022). Hubungan Self-disclosure Dengan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Tingkat II Prodi Ners STIKER Santa Elisabeth Medan. *Guidance : Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Vol 19, No 1.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.

Bandung:Alfabeta.

- Shintia, Debby & Taufik. (2018). Hubungan self awareness dengan perilaku cyberloafing pada PNS di Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Bukittinggi. Universitas Negeri Padang.
- Sultan, S., & Chaudry, H. (2008). Gender-based differences in the patterns of emotional self-disclosure. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 107-122.
- Susetyo, Budi. (2010). *Statistika Untuk Analisis Data Penelitian*. Bandung : PT Refika Aditama.
- Tokunaga, R. S., & Rains, S. A. (2010). An evaluation of two characterizations of the relationships between problematic internet use, time spent using the internet, and psychosocial problems. *Human communication*, 36, 512-545.
- Vogel, D. L., & Wester, S. R. (2003). To seek help or not to seek help: The risks of self-disclosure. *Journal of Counseling Psychology*, 50(3), 351–361.
- Walidaini, Birrul. (2018). *Pemanfaatan Untuk Belajar Pada Mahasiswa. Pascasarjana Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang*.
- Wei, M., Russell, D. W., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, social self-efficacy, self-disclosure, loneliness, and subsequent depression for freshman college students: A longitudinal study. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 602.
- Yuliati, Nasri Ika & Lisnawati Ruhaena. (2015). Hubungan antara Pengungkapan diri dengan Kecanduan Facebook Pada Remaja. *Prosiding SEMNAS*

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian Fakultas Psikologi UIN MALANG



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI**

Jalan Gajayana 50 Malang 65144, Telepon: 0341 568696, Website: ipsi.uin-malang.ac.id

No: 2214 /FPsi 1/PP 009/11/2022
Perihal: **IZIN PENELITIAN SKRIPSI**

21 Nopember 2022

Kepada Yth:
**Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri
Maulana Malik Ibrahim Malang**

di
Malang

Dengan hormat,
Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kami.

Nama / NIM	MHD LUTHFI MAULANA / 19410099
Tempat Pendidikan	Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
Judul Skripsi	Hubungan antara Problematic Internet Use dengan Self Disclosure pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
Dosen Pembimbing	1. Drs. H. Yahya, MA 2. Aprilia Mega Rosdiana, M.Si

Dengan permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

Ali Ridho, a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik

Ali Ridho

Tembusan:
1. Dekan
2. Para Wakil Dekan
3. Ketua Jurusan
4. Arsip

Lampiran 2 Tabulasi data

3	3	3	3	2	3	1	2	1	3	1	1	2	2	2	2	2	1	1	3	3	2	1	
2	3	2	1	2	1	0	2	1	0	2	1	1	2	0	1	1	2	2	1	1	0	0	
2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2
1	4	1	3	0	4	0	3	1	4	3	3	1	2	1	1	1	1	3	0	1	3	0	2
2	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	2	2	3	2	2	3	2	1	2	3	2	3	2
3	4	3	2	2	4	2	2	2	4	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	0	2
2	3	2	2	1	3	1	3	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	
2	3	1	2	2	4	3	3	1	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2
3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	1	1	3	3	3	2
2	3	2	4	0	3	2	3	1	2	1	1	2	3	1	3	2	0	1	1	4	3	0	2
2	4	3	4	2	4	3	3	1	3	1	2	2	0	0	3	4	4	1	3	4	3	0	0
2	3	2	3	3	4	3	3	2	4	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3
2	2	0	4	2	4	0	1	3	4	0	2	3	1	3	3	1	3	3	2	2	0	1	4
4	3	4	3	3	2	2	2	1	1	1	1	4	2	1	3	4	3	2	1	2	1	1	1
2	3	2	3	2	3	3	3	1	3	2	1	2	2	2	2	2	3	2	1	4	3	2	2
2	4	0	1	0	3	4	2	3	4	3	3	2	3	2	2	3	2	4	2	3	3	0	2
2	3	1	1	1	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2
2	3	1	2	1	3	3	2	0	3	3	3	3	3	4	2	2	3	1	2	4	3	3	3
2	3	1	3	3	1	0	2	0	0	0	1	1	2	0	2	2	1	1	1	1	1	0	0
2	3	0	1	0	2	0	1	0	0	0	0	0	2	0	0	0	2	2	2	4	2	0	1
1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1
2	2	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	1	3	2	3	1	3	0	0	3	3	0	3
2	3	3	4	2	1	2	3	2	2	1	1	2	1	1	3	3	3	2	3	3	0	0	0
2	3	1	1	0	1	0	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	0	2	2	1	1
1	2	1	2	1	2	4	3	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	3	2	2	1	1
1	3	2	1	2	2	3	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	3	2	1	1
2	2	2	3	3	3	1	2	2	3	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	3	3	0	3

2	3	2	3	0	4	2	3	2	3	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	3	3	0	1
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

2	3	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	3	3	1	0
1	2	3	3	1	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	1	1	0
2	2	3	4	1	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	1
1	3	3	2	0	4	4	2	0	3	3	0	2	0	4	1	2	0
2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	3	2	2	4	3	2
2	2	1	3	2	3	3	2	2	3	3	2	1	2	2	1	1	1
3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1
3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	1	3	1	2	2	2
3	2	2	3	1	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	1
1	3	3	2	1	3	3	1	3	3	3	0	3	1	2	1	3	0
1	3	2	3	0	3	3	2	2	3	3	1	2	0	3	1	1	0
3	1	2	3	1	3	3	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	1
3	2	4	4	1	0	0	3	2	4	1	0	3	1	4	1	3	1
2	2	2	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1
1	2	1	2	0	3	3	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2
0	1	1	2	0	3	3	2	2	1	2	0	0	0	4	0	1	0
1	2	4	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
1	3	2	2	1	4	4	1	2	2	1	4	2	2	2	1	2	0
2	2	3	2	0	3	3	3	2	2	2	2	3	1	2	1	2	1
2	2	2	4	2	3	4	0	2	4	2	2	2	4	4	2	0	1
1	1	1	3	0	2	3	3	1	3	3	2	2	1	3	1	2	0
1	1	2	3	2	2	3	1	1	2	2	2	1	1	1	3	1	0
2	3	3	3	0	3	3	1	3	3	2	1	2	3	4	1	3	0
2	2	2	3	3	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2
1	1	3	4	1	2	3	3	2	3	4	2	1	3	3	4	2	0
1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	4	1	2	2

1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	0
1	2	1	2	2	3	3	1	2	2	2	1	2	1	3	1	1	1
1	1	1	2	0	2	2	2	2	0	2	0	1	2	2	0	2	0
1	2	2	1	0	2	3	0	1	1	1	0	2	0	1	1	1	0
1	2	2	2	0	2	2	2	1	2	2	2	0	0	2	0	1	0
3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2
1	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	4	4	1	2	1
2	3	2	3	2	3	4	3	2	3	4	2	2	3	4	2	2	2
2	1	2	1	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	1	2	1
1	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	1	2	2	3	1	2	1
1	1	4	1	0	2	4	2	3	2	2	1	3	1	1	2	3	0
3	2	3	3	2	4	4	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	0
2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	0
0	2	1	3	0	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	0	1	0
1	2	2	2	0	3	3	1	2	2	3	1	1	2	2	1	2	1
1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	0
0	3	1	2	0	2	3	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	0
1	1	1	3	0	3	3	0	1	4	4	0	1	1	4	0	1	0
2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
1	2	2	2	1	3	3	2	2	3	3	2	2	1	3	1	1	1
1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	3	1	1	1
2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2
3	1	2	3	0	1	3	1	2	3	2	1	2	1	4	1	2	1
1	2	1	3	1	2	3	3	1	3	2	2	1	2	2	2	1	1
1	1	2	2	1	3	3	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	0
3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1	2	1
2	2	2	3	1	3	3	2	3	3	3	1	1	4	4	2	3	0
1	1	2	2	0	1	3	2	1	2	2	2	2	0	0	1	1	0

2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
1	2	2	3	1	3	3	2	2	2	3	1	2	2	3	3	2	1

Lampiran 3 Skala Problematic Internet Use

Assalamu'alaikum WR.WB

Salam kenal, saya Mhd Luthfi Maulana mahasiswa semester 7 Fakultas Psikologi UIN Malang. Saat ini, saya sedang menyiapkan skripsi. Adapun kriteria partisipan dalam penelitian ini:

1. Mahasiswa Psikologi UIN Malang Angkatan 2019
2. Laki-laki maupun perempuan berusia 18-25 tahun
3. Terkoneksi dan menggunakan internet (game online, platforms streaming, media sosial, dll) 7-8 jam per hari.

Jika teman -teman memenuhi kriteria tersebut, saya memohon bantuan untuk berpartisipasi mengisi kuesioner ini. Anda diminta untuk mengisi kuesioner dengan cara memilih salah satu dari 5 kategori yang ada. Setiap jawaban dalam kuesioner ini tidak memiliki nilai benar dan salah. Dimohon untuk mengisi sebenar-benarnya (jujur) sesuai keadaan diri Anda. Jawaban Anda akan dijamin kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian saja. Atas partisipasinya saya ucapkan terima kasih. Wassalamu'alaikum. Wr. Wb.

Hormat saya,

Peneliti

Mhd Luthfi Maulana

No	Pernyataan	Jawaban				
		Selalu	Sering	Kadang	Jarang	Tidak Pernah
1	Saya merasa interaksi sosial secara online lebih nyaman daripada interaksi secara langsung					
2	Ketika saya tidak mengakses internet dalam waktu yang cukup lama, saya berfikir untuk mengakses internet dan online kembali					
3	Saya lebih memilih berkomunikasi dengan seseorang secara online daripada bertemu langsung					

4	Saya harus menggunakan internet untuk membuat diri saya merasa lebih baik disaat saya merasa sedih					
5	Saya harus menggunakan internet untuk berbicara dengan orang lain disaat saya merasa dikucilkan					
6	Saya merasa kesulitan dalam mengendalikan waktu penggunaan internet					
7	Saya merasa kehilangan keterlibatan sosial dan aktifitas karena penggunaan internet					
8	Saya menggunakan internet untuk membuat diri saya merasa lebih baik disaat saya merasa kesal					
9	Saya akan merasa kehilangan arah jika saya tidak bisa online					
10	Saya merasa sulit untuk mengontrol penggunaan internet saya					
11	Saya selalu berfikir untuk online bahkan ketika saya sedang offline					
12	Saya merasa kesusahan untuk menahan dorongan untuk online ketika saya offline					
13	Saya lebih memilih berinteraksi secara online daripada berkomunikasi secara tatap muka					
14	Internet menyebabkan dampak negatif dan permasalahan dalam kehidupan saya					
15	Saya merasa kesulitan mengatur hidup saya karena penggunaan internet					
16	Saya merasa lebih percaya diri ketika berinteraksi secara online daripada berkomunikasi secara langsung					
17	Saya memilih berinteraksi secara online daripada berinteraksi secara langsung dikarenakan merasa lebih aman dan nyaman ketika online					
18	Saya mengekspresikan emosi saya di dalam aktifitas online					
19	Hal-hal yang sering saya akses internet muncul dalam pikiran saya saat sedang tidak mengakses internet					
20	Saya merencanakan hal-hal yang akan saya akses di internet					

21	Saya menggunakan internet terlalu lama dari rencana awal					
22	Saya kesulitan menghentikan penggunaan internet yang saya lakukan					
23	Saya kesulitan dalam berinteraksi dan membuka diri kepada orang lain akibat penggunaan internet					
24	Saya merasa penggunaan internet saya berdampak negatif terhadap bidang dalam kehidupan saya					

Lampiran 4 Skala Self-Disclosure

No	Pernyataan	Jawaban				
		Selalu	Sering	Kadang	Jarang	Tidak Pernah
1	Saya sering membicarakan tentang diri saya sendiri kepada orang lain.					
2	Begitu saya memulai, pengungkapan diri yang saya lakukan dapat berlangsung lama dan informasi yang diungkapkan semakin personal					
3	Saya biasanya mengungkapkan hal-hal positif tentang diri saya.					
4	Pengungkapan diri yang saya lakukan selalu menggambarkan siapa saya sebenarnya					
5	Saya mengungkapkan hal-hal yang intim dan pribadi tentang diri saya tanpa ragu-ragu					
6	Ketika saya mengungkapkan perasaan saya tentang diri saya, saya secara sadar berniat untuk melakukannya.					
7	Ketika saya mengungkapkan diri, saya secara sadar menyadari apa yang saya ungkapkan.					
8	Saya sering membicarakan perasaan saya mengenai diri saya sendiri.					
9	Saya biasanya mengungkapkan perasaan "baik" saya tentang diri saya sendiri.					
10	Pengungkapan diri saya adalah cerminan yang benar-benar akurat tentang siapa saya sebenarnya.					
11	Pernyataan saya tentang perasaan, emosi, dan pengalaman saya sendiri selalu merupakan persepsi diri yang akurat.					
12	Saya biasanya berbicara tentang diri saya dalam waktu yang cukup lama					
13	Secara keseluruhan, pengungkapan saya tentang diri saya sendiri banyak membahas sisi positif daripada negatif.					
14	Saya secara pribadi mengungkapkan siapa saya sebenarnya, secara terbuka dan penuh dalam percakapan saya					
15	Saya merasa benar-benar tulus saat mengungkapkan perasaan dan pengalaman saya sendiri.					

16	Saya mengungkapkan masalah yang bersifat pribadi ketika curhat dengan orang lain					
17	Saya menceritakan hal-hal baik mengenai diri saya kepada orang lain					
18	Saya menceritakan informasi sensitif mengenai diri sendiri kepada orang lain					

Pertanyaan tambahan

1. Apa tujuan anda mengakses internet?
 - Belajar
 - Mencari hiburan
 - Berkomunikasi
 - Lainnya

2. Berapa lama penggunaan internet anda dalam sehari?
 - 7-8 jam
 - 8-10 jam
 - 10-12 jam
 - >12 jam

Lampiran 6 Hasil Uji Validitas Self-Disclosure

Correlations																				
	VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007	VAR00008	VAR00009	VAR00010	VAR00011	VAR00012	VAR00013	VAR00014	VAR00015	VAR00016	VAR00017	VAR00018	total	
VAR00001	Pearson Correlation	1	.120	.319*	.299	.370*	-.102	-.110	.290	.127	.314*	.149	.357**	.282	.340*	.121	.355**	.318	.421**	.516**
	Sig. (2-tailed)		.379	.016	.025	.005	.456	.419	.030	.351	.018	.274	.007	.035	.010	.373	.007	.017	.001	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00002	Pearson Correlation	.120	1	.207	.065	.314*	.291	.080	.032	.167	.192	.071	.193	.360*	.217	.197	.199	.247	.282	.421**
	Sig. (2-tailed)	.379		.126	.636	.018	.029	.560	.815	.219	.155	.605	.154	.006	.108	.146	.141	.067	.035	.001
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00003	Pearson Correlation	.319	.207	1	.150	.254	.139	.053	.281	.339	.325	.140	.202	.583	.285	.118	.347**	.580	.163	.554**
	Sig. (2-tailed)	.016	.126		.268	.058	.306	.898	.036	.011	.015	.304	.136	.000	.033	.387	.009	.000	.229	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00004	Pearson Correlation	.299	.065	.150	1	.331*	.020	.161	.314*	.236	.701**	.458**	.310*	.215	.517**	.507**	.257	.120	.078	.598**
	Sig. (2-tailed)	.025	.636	.268		.013	.883	.235	.018	.080	.000	.000	.020	.112	.000	.000	.055	.377	.570	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00005	Pearson Correlation	.370**	.314*	.254	.331*	1	.027	-.162	-.224	.270*	.191	.147	.589**	.321*	.626**	.141	.511**	.179	.564**	.831**
	Sig. (2-tailed)	.005	.018	.059	.013		.845	.234	.097	.044	.159	.279	.000	.016	.000	.300	.000	.186	.000	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00006	Pearson Correlation	-.102	.291*	.139	.070	.027	1	.674**	-.070	.053	.191	.408**	.107	.052	.154	.223	.019	.081	-.037	.326**
	Sig. (2-tailed)	.456	.029	.306	.883	.845		.000	.886	.696	.158	.002	.432	.701	.256	.099	.888	.555	.788	.014
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00007	Pearson Correlation	-.110	.080	.053	.161	-.162	.674**	1	.029	.025	.355**	.439**	.165	.162	.097	.145	.069	.012	-.201	.296**
	Sig. (2-tailed)	.419	.560	.698	.235	.234	.000		.835	.854	.007	.001	.226	.262	.476	.285	.614	.927	.138	.026
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00008	Pearson Correlation	.290	.032	.281*	.314*	.224	-.020	.029	1	.169	.254	.381**	.386**	.312*	.251	.206	.281*	.395**	.194	.515**
	Sig. (2-tailed)	.030	.815	.036	.018	.097	.886	.835		.212	.058	.006	.003	.019	.062	.127	.036	.003	.151	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00009	Pearson Correlation	.127	.167	.339*	.236	.270*	.053	.025	.169	1	.201	.181	.264*	.436*	.564**	.244	.079	.464*	.245	.515**
	Sig. (2-tailed)	.351	.219	.011	.080	.044	.696	.854	.212		.137	.183	.049	.001	.000	.070	.561	.000	.069	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00010	Pearson Correlation	.314*	.192	.325*	.701**	.191	.191	.355**	.254	.201	1	.527**	.228	.359**	.367**	.542**	.163	.219	.129	.636**
	Sig. (2-tailed)	.018	.155	.015	.000	.159	.158	.007	.058	.137		.000	.092	.007	.005	.000	.231	.104	.343	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00011	Pearson Correlation	.149	.071	.140	.458**	.147	.408**	.439**	.361*	.181	.527**	1	.223	.179	.367**	.419**	.254	.253	.101	.578**
	Sig. (2-tailed)	.274	.605	.304	.000	.279	.002	.001	.006	.183	.000		.098	.186	.005	.001	.058	.060	.459	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00012	Pearson Correlation	.357**	.193	.202	.310	.589	.107	.165	.386**	.264	.228	.223	1	.281	.557**	-.044	.372*	.188	.426**	.618**
	Sig. (2-tailed)	.007	.154	.136	.020	.000	.432	.226	.003	.049	.092	.098		.036	.000	.747	.005	.165	.001	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00013	Pearson Correlation	.262	.360**	.563**	.215	.321*	.052	.152	.312*	.436*	.359**	.179	.281*	1	.285	.170	.325*	.510*	.256	.610**
	Sig. (2-tailed)	.035	.006	.000	.112	.016	.701	.262	.019	.001	.007	.186	.036		.033	.210	.014	.000	.057	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00014	Pearson Correlation	.340*	.217	.285*	.517**	.628**	.154	.007	.251	.564**	.367**	.367**	.557**	.286**	1	.369**	.431**	.375**	.370**	.761**
	Sig. (2-tailed)	.010	.109	.033	.000	.000	.256	.476	.062	.000	.005	.005	.000	.033		.005	.001	.004	.005	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00015	Pearson Correlation	.121	.197	.118	.507**	.141	.223	.148	.206	.244	.542**	.419**	-.044	.170	.389**	1	-.021	.216	.077	.477**
	Sig. (2-tailed)	.373	.146	.387	.000	.300	.099	.285	.127	.070	.000	.001	.747	.210	.005		.879	.110	.572	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00016	Pearson Correlation	.355**	.199	.347**	.267	.511**	.019	.069	.281*	.079	.163	.254	.372**	.325*	.431**	-.021	1	.385**	.353**	.571**
	Sig. (2-tailed)	.007	.141	.009	.055	.000	.888	.614	.036	.561	.231	.059	.005	.014	.001	.879		.003	.008	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00017	Pearson Correlation	.318*	.247	.580**	.120	.179	.081	.012	.395**	.464*	.219	.253	.188	.510*	.375**	.216	.385**	1	.180	.578**
	Sig. (2-tailed)	.017	.067	.000	.377	.186	.555	.927	.003	.000	.104	.060	.165	.000	.004	.110	.003		.185	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
VAR00018	Pearson Correlation	.421**	.282	.163	.078	.564**	-.037	-.201	.194	.245	.129	.101	.426**	.256	.370**	.077	.353**	.180	1	.479**
	Sig. (2-tailed)	.001	.035	.229	.570	.000	.788	.138	.151	.069	.343	.459	.001	.057	.005	.572	.008	.185		.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
total	Pearson Correlation	.516**	.421**	.554**	.598**	.631**	.326	.296	.515**	.515**	.636**	.578**	.618**	.610**	.761**	.477**	.571**	.578**	.479**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.000	.000	.000	.014	.026	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).
 **. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 7 Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.902	24

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.857	18

Lampiran 8 Uji Plagiasi

tyrnitin

ORIGINALITY REPORT

21 %	21 %	9 %	9 %
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	3 %
2	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	2 %
3	docplayer.info Internet Source	1 %
4	123dok.com Internet Source	1 %
5	Submitted to Universitas Wijaya Kusuma Surabaya Student Paper	1 %
6	scholar.unand.ac.id Internet Source	1 %
7	lib.unnes.ac.id Internet Source	1 %
8	es.scribd.com Internet Source	1 %
9	repository.unibos.ac.id Internet Source	1 %