



**HUBUNGAN *ALEXITHYMIA* DENGAN KECANDUAN MEDIA
SOSIAL PENGGUNA APLIKASI WHISPER DEWASA AWAL
DI JAKARTA**



PUTRI MUTIARA

46118010014

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2024



**HUBUNGAN *ALEXITHYMIA* DENGAN KECANDUAN MEDIA
SOSIAL PENGGUNA APLIKASI WHISPER DEWASA AWAL
DI JAKARTA**

SKRIPSI
Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan
Program
Sarjana (S1) Pada Program Studi Psikologi

PUTRI MUTIARA
46118010014

UNIVERSITAS
MERCU BUANA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2024

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa :

Nama : Putri Mutiara

NIM : 46118010014

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Alexithymia dengan Kecanduan Media Sosial

Pengguna Aplikasi Whisper Dewasa Awal di Jakarta

Semua pernyataan di dalam karya ini merupakan hasil karya saya sendiri bersumber baik yang dikutip dan dirujuk dengan dibimbing oleh Dosen Pembimbing yang telah ditetapkan menurut Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis ini diperguruan tinggi lain.

Tangerang, 19 Februari 2024



Putri Mutiara

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Putri Mutiara

NIM : 46118010014

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Alexithymia Dengan Kecanduan Media Sosial Pengguna Aplikasi Whisper Dewasa Awal Di Jakarta

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana

Disahkan oleh:

Pembimbing : Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0327048904

()

Ketua Penguji : Fatma Nur Aqmarina, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0330018602

()

Penguji 1 : Erna Multahada, M.Si.
NIDN : 0315038002

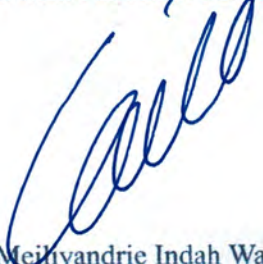
()

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 19 Februari 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meihyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Hubungan Alexithymia Dengan Kecanduan Media Sosial Pengguna Aplikasi Whisper Dewasa Awal Di Jakarta”. Penyusunan tugas akhir ini dibuat dalam rangka memenuhi syarat menyelesaikan studi guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi S-1 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak – pihak atas bimbingan dan bantuan sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan baik. Maka dari itu penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Ibu Laila Meiliyandrie Indah W, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
2. Ibu Kharisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
3. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
4. Ibu Dr. Istiqomah, M.Psi selaku dosen Pembimbing Akademik Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan semangat dan dukungan untuk penulis agar dapat menyelesaikan penulisan Tugas Akhir ini.
5. Ibu Aulia Kirana, S.Psi. M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing Tugas Akhir Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah membimbing penulis, memberikan waktu, pengetahuan, kesabaran, saran serta dukungan yang sangat berarti bagi penulis agar dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.
6. Ibu Fatma Nur Aqmarina, M.Psi., Psikolog dosen ketua sidang Tugas Akhir Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan kritik dan perbaikan kepada penulis agar tugas akhir penulis menjadi lebih baik.
7. Ibu Erna Multahada, S.Si selaku dosen penguji Tugas Akhir Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan kritik dan arahan kepada penulis agar tugas akhir penulis menjadi lebih baik.

8. Keluarga yang telah memberikan dukungan serta doa yang tiada henti kepada penulis agar dapat menyelesaikan Tugas Akhir.
9. Teman dekat penulis yaitu Andi Nur Fahmi yang telah memberikan waktu dan dukungannya terus untuk membantu penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir.
10. Rekan Fakultas Psikologi yaitu Nanda, Sazkia, dan Wida yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
11. Serta seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam penyelesaian Tugas Akhir ini yang tidak dapat disebutkan satu satu.
12. Terakhir, penulis berterima kasih kepada diri sendiri yang telah bekerja keras, bertahan dan tidak menyerah dalam menghadapi diri ini untuk terus menyelesaikan Tugas Akhir.

Penulis menyadari bahwa terdapat banyak kekurangan di dalam penyusunan Tugas Akhir ini dan masih jauh dari kata sempurna. Untuk itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak. Akhir kata, besar harapan penulis agar Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis maupun pembaca dan penulis mengucapkan permintaan maaf apabila terdapat kekurangan baik yang disengaja atau tidak disengaja dalam Tugas Akhir ini.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 19 Februari 2024

Putri Mutiara

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Putri Mutiara
NIM : 46118010014
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Alexithymia Dengan Kecanduan Media Sosial Pengguna Aplikasi Whisper Dewasa Awal Di Jakarta.

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (Non-Eksklusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/formalkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap menyantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Tangerang, 19 Februari 2024



Putri Mutiara

ABSTRAK

Nama : Putri Mutiara
NIM : 46118010014
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Alexithymia Dengan Kecanduan Media Sosial
Pengguna Aplikasi Whisper Dewasa Awal Di Jakarta
Pembimbing : Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *alexithymia* dengan kecanduan media sosial pengguna aplikasi whisper dewasa awal di Jakarta. Dalam penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* yaitu *accidental sampling* dengan total responden yang didapat dalam penelitian ini adalah 138 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, untuk *alexithymia* menggunakan alat ukur *Toronto Alexithymia Scale – 20 (TAS-20)* yang dikembangkan oleh Taylor dkk. (1993) yang terdiri dari 20 *item* sedangkan untuk kecanduan media sosial menggunakan alat ukur *Social Media Addiction Scale (SMAS)* yang disusun oleh Andreassen dan Griffiths (2017) dan dimodifikasi oleh Islami (2020) sejumlah 18 *item*. Penelitian ini menggunakan *software IBM SPSS Statistics 23*. Penelitian ini menggunakan uji korelasi *pearson product moment* untuk melihat hubungan antara kedua variabel. Hasil penelitian didapatkan hasil nilai koefisien korelasi sebesar 0.590 dengan nilai sig $0.000 < 0.01$ sehingga nilai tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang positif. Hasil analisa data dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dewasa awal pengguna aplikasi *whisper* di Jakarta memiliki tingkat *alexithymia* dan kecanduan media sosial yang berada dalam kategori sedang.

Kata Kunci: *Alexithymia*, Kecanduan Media Sosial, Media Sosial, Aplikasi *Whisper*

ABSTRACT

Name : Putri Mutiara
NIM : 46118010014
Study Program : Psychology
Title Thesis : The Relationship between Alexithymia and Social Media
Addiction of Early Adult Whisper App Users in Jakarta
Counsellor : Aulia Kirana, M.Psi., Psychologist

This study aims to determine the relationship between alexithymia and social media addiction of early adult whisper application users in Jakarta. In this study using non-probability sampling technique, namely accidental sampling with a total of 138 respondents obtained in this study. The measuring instruments used in this study are, for alexithymia using the Toronto Alexithymia Scale - 20 (TAS-20) measuring instrument developed by Taylor, Bagby & Parker (1993) which consists of 20 items while for social media addiction using the Social Media Addiction Scale (SMAS) measuring instrument compiled by Andreassen & Griffiths (2017) and modified by Islami (2020) of 18 items. This study used IBM SPSS Statistics 23 software. This study used the Pearson product moment correlation test to see the relationship between the two variables. The results of the study obtained a correlation coefficient value of 0.590 with a sig value of 0.000 < 0.01 so that this value indicates that the two variables have a positive relationship. The results of data analysis in this study indicate that early adult users of the whisper application in Jakarta have a level of alexithymia and social media addiction that is in the moderate category.

Keywords: *Alexithymia, Social Media Addiction, Social Media, Whisper App*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2 Manfaat Praktis	9
BAB II	10
KAJIAN TEORITIS	10
2.1 Kecanduan Media Sosial	10
2.1.1 Definisi Kecanduan Media Sosial	10
2.1.2 Aspek – Aspek Kecanduan Media Sosial	11
2.1.3 Kriteria Kecanduan Media Sosial	11
2.1.4 Faktor – Faktor yang mempengaruhi Kecanduan Media Sosial	12
2.2 <i>Alexithymia</i>	12
2.2.1 Definisi <i>Alexithymia</i>	12
2.2.2 Aspek – Aspek <i>Alexithymia</i>	13
2.2.3 Faktor yang mempengaruhi <i>Alexithymia</i>	14

2.3 Aplikasi Whisper	15
2.4 Tinjauan Terhadap Penelitian Terdahulu	15
2.5 Hubungan Antar Variabel	23
2.6 Kerangka Berfikir.....	23
2.7 Hipotesis Penelitian.....	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
3.1 Desain Penelitian	25
3.1.1 Pendekatan.....	25
3.1.2 Metode Penelitian	25
3.1.3 Identifikasi	25
3.2 Definisi Operasional	25
3.3 Populasi dan Sampel	26
3.3.1 Populasi	26
3.3.2 Sampel	26
3.3.3 Teknik Pengambilan sampel	27
3.4 Teknik Pengumpulan data.....	27
3.5 Instrumen Penelitian	28
3.6 Teknik Analisis Data	29
3.6.1 Analisa Deskriptif.....	29
3.7 Uji Alat Ukur.....	30
3.7.1 Validitas	30
3.7.2 Reliabilitas	31
3.8 Uji Asumsi Klasik	32
3.8.1 Uji Normalitas	32
3.8.2 Linearitas	32
3.9 Uji Hipotesis.....	33
3.9.1 Uji Korelasi.....	33
BAB IV	34
PEMBAHASAN	34
4.1 Gambaran Responden	34
4.1.1 Gambaran Umum Berdasarkan Jenis Kelamin.....	34
4.1.2 Gambaran Umum Berdasarkan Usia	34
4.1.3 Gambaran Umum Berdasarkan Durasi Penggunaan Aplikasi Whisper.....	35
4.2 Analisa Data Deskriptif.....	36

4.2.1 Kategorisasi Alexithymia.....	37
4.2.2 Kategorisasi Kecanduan Media Sosial	38
4.4 Uji Asumsi Klasik	39
4.4.1 Uji Normalitas	39
4.4.2 Uji Linearitas	39
4.5 Uji Hipotesis.....	40
4.5.1 Uji Korelasi.....	40
4.6 Analisa Korelasi Antar Dimensi.....	41
4.7 Analisa Variabel Berdasarkan Data Demografi.....	42
4.8 Pembahasan Hasil Penelitian	46
BAB V	50
PENUTUP	50
5.1 Kesimpulan	50
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	50
5.3 Saran.....	50
5.3.1 Saran untuk pengguna aplikasi whisper dewasa awal	50
5.3.2 Saran untuk penelitian selanjutnya	50
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	55



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu.....	15
Tabel 3. 1 Blueprint Skala Alexithymia	28
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Kecanduan Media Sosial.....	29
Tabel 3. 3 Uji Validitas Skala Alexithymia	30
Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas Skala Kecanduan Media Sosial.....	31
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reliabilitas Alexithymia	32
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Kecanduan Media Sosial	32
Tabel 4. 1 Gambaran Umum Berdasarkan Jenis Kelamin	34
Tabel 4. 2 Gambaran Umum Berdasarkan Usia.....	34
Tabel 4. 3 Gambaran Umum Berdasarkan Durasi Penggunaan Aplikasi Whisper	35
Tabel 4. 4 Analisa Data Deskriptif	36
Tabel 4. 5 Norma Kategorisasi Alexithymia	36
Tabel 4. 6 Hasil Kategorisasi Alexithymia.....	37
Tabel 4. 7 Norma Kategorisasi Kecanduan Media Sosial.....	37
Tabel 4. 8 Hasil Kategorisasi Kecanduan Media Sosial	38
Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas.....	38
Tabel 4. 10 Hasil Uji Linearitas	39
Tabel 4. 11 Hasil Uji Hipotesis	40
Tabel 4. 12 Hasil Uji Korelasi Dimensi Kecanduan Media Sosial dengan Alexithymia.....	40
Tabel 4. 13 Hasil Uji Korelasi Dimensi Alexithymia dengan Kecanduan Media Sosial.....	41
Tabel 4. 14 Hasil Uji ANOVA Alexithymia Berdsarkan Data Demografis.....	42
Tabel 4. 15 Hasil Uji ANOVA Kecanduan Media Sosial Berdasarkan Data Demografis.....	43

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir.....	24
------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Gambaran Umum Demografi Responden	55
Lampiran 2 Analisa Data Deskriptif Variabel	56
Lampiran 3 Hasil Kategorisasi Data Variabel	56
Lampiran 4 Hasil Uji Normalitas Variabel	56
Lampiran 5 Hasil Uji Korelasi Variabel	57
Lampiran 6 Hasil Uji Linearitas Variabel	57
Lampiran 7 Hasil Korelasi Antar Dimensi	58
Lampiran 8 Hasil Uji ANOVA One Way Alexithymia	60
Lampiran 9 Hasil Uji ANOVA One Way Kecanduan Media Sosial	61
Lampiran 10 R Tabel	62
Lampiran 11 Hasil Uji Validitas Variabel dengan r tabel	63
Lampiran 12 Uji Reliabilitas	65
Lampiran 13 Lembar Kuesioner Penelitian	65



UNIVERSITAS
MERCU BUANA