



**HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DENGAN ADIKSI MEDIA
SOSIAL TIKTOK PADA GENERASI Z DI JAKARTA**



ANGGITA MEYLIANA GUSTIN

46121010053

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025



**HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DENGAN ADIKSI MEDIA
SOSIAL TIKTOK PADA GENERASI Z DI JAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana

ANGGITA MEYLIANA GUSTIN

(46121010053)

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anggita Meyliana Gustin

NIM : 46121010053

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Kesepian Dengan Adiksi Media Sosial
Tiktok Pada Generasi Z Di Jakarta.

Menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 31 Juli 2025



Anggita Meyliana Gustin

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Anggita Meyliana Gustin

NIM : 46121010053

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Kesenian Dengan Adiksi Media Sosial TikTok Pada Generasi Z 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 : Dr. Indra Kusumah, M.Si.
NIDN : 0321078107

()

Ketua Penguji : Hifizah Nur, S.Psi., M.Ed.
NIDN : 0322047809

()

Penguji 1 : Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0327048904

()

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 6 Agustus 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi


Laila Melliandrie Indah Wardani, Ph.D.


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Laporan Skripsi ini. Penulisan Laporan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Program Sarjana Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr, Ir. Andi Adriansyah, M. Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardhani, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi. Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Mercu Buana
4. Ibu Yenny, S.Psi, M.Psi. Psi, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing saya selama perkuliahan dari awal hingga akhir
5. Bapak Dr. Indra Kusumah, M.Si., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang telah memberikan waktu, tenaga, inspirasi dan selalu bersabar membimbing penulisan skripsi ini.
6. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan terkait Psikologi bagi peneliti.
7. Teruntuk kedua orang tua tersayang, Bapak Agus Hermanto dengan Ibu Suginem. Terima kasih telah memberikan kasih sayang, doa, dukungan moral, materil serta semangat yang tiada henti sepanjang proses ini. Tanpa doa dan restu mereka, saya tidak akan mampu melewati berbagai tantangan dengan tegar. Segala pencapaian yang saya raih selama ini tidak lepas dari pengorbanan dan cinta tulus yang mereka berikan setiap saat. Semoga apa yang saya capai ini dapat menjadi kebanggaan dan kebahagiaan bagi mereka.

8. Teruntuk sahabat terbaik, yaitu Popy Sintiya dan Novia Ramadhany Putriadina dalam proses penyusunan dan penyelesaian karya ini, saya menyadari bahwa dukungan moral dan semangat dari orang-orang terdekat sangatlah berarti. Untuk itu, saya ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada sahabat-sahabat saya yang selalu hadir di setiap langkah perjuangan baik dalam tawa maupun lelah. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, dan semangat yang terus kalian berikan.
9. Teruntuk teman-teman seperjuangan, yaitu Finda Febriana Rahma, Putri Laraswati, Nasywa Adli Zhafirah dan Ikhlas Taspen Riani. Ucapan terima kasih saya sampaikan kepada rekan-rekan seperjuangan di bangku perkuliahan, yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan akademik saya. Terima kasih atas kebersamaan, kerja sama, dukungan, serta semangat yang senantiasa diberikan selama proses perkuliahan hingga penyusunan karya ini. Kehadiran kalian menjadi motivasi tersendiri untuk terus berproses dan bertumbuh.
10. Terakhir, pada kesempatan ini, saya juga ingin memberikan apresiasi kepada diri saya sendiri. Terima kasih telah bertahan, terus berusaha, dan tidak menyerah meskipun proses ini penuh tantangan, tekanan, dan keraguan. Setiap langkah, meski tidak selalu mudah, telah menjadi bagian dari pembelajaran yang berharga. Saya menyadari bahwa perjalanan ini bukan hanya soal pencapaian akademik, tetapi juga tentang tumbuhnya ketekunan, tanggung jawab, dan keyakinan dalam diri. Semoga proses ini menjadi fondasi yang kuat untuk menghadapi tantangan di masa yang akan datang.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 31 Juli 2025.

Anggita Meyliana Gustin

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Anggita Meyliana Gustin

NIM : 46121010053

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Kesepian Dengan Adiksi Media Sosial Tiktok Pada Generasi Z Di Jakarta

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive 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, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 31 Juli 2025

Yang menyatakan,



Anggita Meyliana Gustin

ABSTRAK

Nama : Anggita Meyliana Gustin
NIM : 46121010053
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan antara Kesepian dengan Adiksi Media Sosial TikTok pada Generasi Z di Jakarta
Dosen Pembimbing : Dr. Indra Kusumah, M.Si.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan adiksi media sosial TikTok pada Generasi Z di Jakarta. Fenomena kesepian ditandai dengan kurangnya interaksi sosial dan ketidakcocokan dengan lingkungan sekitarnya yang kemudian memilih TikTok sebagai media untuk mencari rasa nyaman dan koneksi emosional secara virtual untuk memenuhi kebutuhan sosialnya. Penelitian menggunakan 148 orang Generasi Z yang lahir pada rentang waktu 1997-2012 yang secara aktif menggunakan media sosial TikTok di wilayah Jakarta. Pendekatan kuantitatif korelasional digunakan sebagai metode penelitian dengan teknik analisis data korelasional dan sampel diambil menggunakan *non-probability sampling* dengan teknik *accidental sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesepian memiliki hubungan yang signifikan dengan arah hubungan yang positif dengan adiksi media sosial TikTok pada Generasi Z di Jakarta. Memiliki nilai korelasi sebesar 0,327, berarti semakin tinggi tingkat kesepian maka adiksi media sosial TikTok pada Generasi Z di Jakarta juga akan semakin meningkat.

Kata Kunci : Kesepian, Adiksi Media Sosial TikTok, Generasi Z.

ABSTRACT

Name : Anggita Meyliana Gustin
Student ID : 46121010053
Study Program : Psychology
Title Sarjana's Thesis : *The Relationship between Loneliness and Social Media Addiction: TikTok among Generation Z in Jakarta*
Counsellor : Dr. Indra Kusumah, M.Si.

This study aims to investigate the relationship between loneliness and TikTok social media addiction among Generation Z in Jakarta. The phenomenon of loneliness is characterized by a lack of social interaction and a sense of mismatch with the surrounding environment, leading individuals to choose TikTok as a platform to seek comfort and emotional connection virtually to fulfill their social needs. The study involved 148 Generation Z individuals born between 1997 and 2012 who actively use TikTok in the Jakarta area. A quantitative correlation approach was employed as the research method, utilizing correlational data analysis techniques, with samples selected through non-probability sampling using accidental sampling techniques. The results of the study indicate that loneliness has a significant positive correlation with TikTok social media addiction among Generation Z in Jakarta. With a correlation coefficient of 0.327, this means that the higher the level of loneliness, the greater the TikTok social media addiction among Generation Z in Jakarta.

Keywords: *Loneliness, Social Media Addiction TikTok, Generation Z.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Adiksi Media Sosial.....	9
2.1.1 Definisi Adiksi Media Sosial	9
2.1.2 Dimensi-dimensi Adiksi Media Sosial.....	10
2.1.3 Faktor-faktor Adiksi Media Sosial	11

2.2 Kesepian	13
2.2.1 Definisi Kesepian	13
2.3 Generasi Z	14
2.3.1 Definisi Generasi Z.....	14
2.4 Media Sosial TikTok	15
2.5 Penelitian Terdahulu	15
2.6 Dinamika Penelitian.....	21
2.7 Kerangka Berpikir.....	22
2.8 Hipotesis	23
BAB III METODE PENELITIAN	24
3.1 Desain Penelitian.....	24
3.2 Populasi dan Sampel.....	24
3.2.1 Populasi	24
3.2.2 Sampel dan Teknik Sampling	24
3.3 Definisi Operasional	25
3.3.1 Adiksi Media Sosial	25
3.3.2 Kesepian.....	25
3.4 Instrumen Penelitian	26
3.4.1 Alat Ukur Adiksi Media Sosial.....	26
3.4.2 Alat Ukur Kesepian	28
3.5 Validitas & Reliabilitas	28
3.5.1 Validitas	28
3.5.2 Reliabilitas	29
3.6 Analisis Data	30
3.6.1 Analisis Deskriptif.....	30
3.6.2 Analisis Inferensial	30

BAB IV PEMBAHASAN	31
4.1 Gambaran Responden	31
4.1.1 Gambaran Berdasarkan Usia	31
4.1.2 Gambaran Berdasarkan Jenis Kelamin	31
4.1.3 Gambaran Berdasarkan Domisili	32
4.1.4 Gambaran Berdasarkan Pendidikan Terakhir	32
4.1.5 Gambaran Berdasarkan Pekerjaan	33
4.1.6 Gambaran Berdasarkan <i>Marital Status</i>	33
4.1.7 Gambaran berdasarkan durasi TikTok	33
4.2 Analisis Deskriptif dan Kategorisasi	34
4.2.1 Deskriptif Skala Kesepian	34
4.2.2 Deskriptif Skala Adiksi TikTok	35
4.3 Uji Asumsi Klasik	35
4.3.1 Uji Normalitas	35
4.3.2 Uji Linearitas	36
4.4 Uji Hipotesis	37
4.4.1 Uji Korelasi	37
4.4.2 Uji Korelasi antar Dimensi	38
4.5 Pembahasan	40
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	44
5.1 Kesimpulan	44
5.2 Keterbatasan Penelitian	44
5.3 Saran	45
5.3.1 Saran Teoritis	45
5.3.2 Saran Praktis	45
DAFTAR PUSTAKA	47

LAMPIRAN	54
----------------	----



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....	15
Tabel 3. 1 <i>Blue Print The TikTok Addiction Scale (TTAS)</i>	26
Tabel 3. 2 <i>Blue Print UCLA Loneliness Scale Version 3</i>	28
Tabel 3.3 Reliabilitas	29
Tabel 4.1 Gambaran Berdasarkan Usia.....	31
Tabel 4.2 Gambaran Berdasarkan Jenis Kelamin	31
Tabel 4. 3 Gambaran Berdasarkan Domisili.....	32
Tabel 4. 4 Gambaran Berdasarkan Pendidikan Terakhir	32
Tabel 4. 5 Gambaran Berdasarkan Pekerjaan.....	33
Tabel 4. 6 Gambaran Berdasarkan <i>Marital Status</i>	33
Tabel 4. 7 Gambaran Berdasarkan Durasi TikTok	33
Tabel 4. 8 Deskripsi Skor <i>UCLA Loneliness Scale Version 3</i>	34
Tabel 4. 9 Kategorisasi Hipotetik <i>UCLA Loneliness Scale Version 3</i>	34
Tabel 4. 10 Deskripsi Skor <i>The TikTok Addiction Scale (TTAS)</i>	35
Tabel 4. 11 Kategorisasi Hipotetik <i>The TikTok Addiction Scale (TTAS)</i>	35
Tabel 4. 12 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov.....	36
Tabel 4. 13 Uji Linearitas Kesepian Dan Adiksi TikTok	36
Tabel 4. 14 Uji Korelasi Spearman's Rho	37
Tabel 4. 15 Uji Korelasi Antar Dimensi Kesepian Dengan Adiksi Tiktok	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	23
------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Expert Judgement The TikTok Addiction Scale (TTAS)</i>	54
Lampiran 2 <i>Expert Judgement UCLA Loneliness Scale</i>	67
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian	81
Lampiran 4 Penentuan Sampel Minimal Gpower	83
Lampiran 5 Hasil Uji Reliabilitas	84
Lampiran 6 Hasil Analisis Deskriptif	84
Lampiran 7 Hasil Uji Kategorisasi	86
Lampiran 8 Hasil Uji Normalitas	86
Lampiran 9 Hasil Uji Linearitas	88
Lampiran 10 Hasil Uji Korelasi	89
Lampiran 11 Hasil Uji Korelasi Antara Kesepian Dengan Dimensi Adiksi TikTok	90
Lampiran 12 Pernyataan <i>Similirty Check</i>	92

