



**HUBUNGAN ANTARA ADIKSI MEDIA SOSIAL DENGAN
PERILAKU MEROKOK PADA PEREMPUAN DI KALANGAN
GENERASI Z**

SKRIPSI

DIVA WIDYA NOER FITRI
46121010014

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA

2025



**HUBUNGAN ANTARA ADIKSI MEDIA SOSIAL DENGAN
PERILAKU MEROKOK PADA PEREMPUAN DI KALANGAN
GENERASI Z**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
sarjana**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA
DIVA WIDYA NOER FITRI**

46121010014

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2025

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Diva Widya Noer Fitri

NIM : 46121010014

Program Studi : Proqram Studi Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Adiksi Media Sosial Dengan Perilaku Merokok Pada Perempuan Di Kalangan Generasi Z

Menyatakan bahwa Laporan 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 Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 31 Juli 2025



Div Widya Noer Fitri

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Diva Widya Noer Fitri

NIM : 46121010014

Program Studi : Prorgam Studi Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Adiksi Media Sosial Dengan Perilaku Merokok Pada Perempuan Di Kalangan Generasi Z

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:

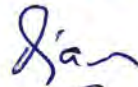
Pembimbing : Dr. Indra Kusumah, M.Si

NIDN : 0321078107

()

Ketua Penguji : Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog

NIDN : 1021118602

()

Penguji 1 : Dana Riksa Buana, PhD

NIDN : 0322128802

()

Jakarta, 21 Agustus 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, PhD

Ketua Program Studi Psikologi



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 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 Laporan 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 Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi
4. Bapak Dr. Indra Kusumah, S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini
5. Ibu Dian Misrawati, M. Psi., Psikolog selaku Ketua Penguji Tugas Akhir yang senantiasa membantu perbaikan, arahan, serta masukannya
6. Bapak Dana Riksa Buana, Ph.D selaku Dosen Penguji Tugas Akhir yang senantiasa memberikan perbaikan, arahan, serta masukannya
7. Bapak Danu Budianto selaku ayah serta cinta pertama penulis dan Ibu Kasriyah selaku ibu tercinta penulis, yang menjadi alasan penulis masih bertahan sampai saat ini. Puji Tuhan sudah berada ditahap ini, menyelesaikan karya tulis yang sederhana, dengan gelar yang diterima ini penulis dedikasikan untuk ayah dan ibu. Terima kasih untuk selalu meyakinkan penulis bahwa penulis dapat melalui perjalanan ini, terima kasih juga karena telah memberikan kasih sayang yang sangat luar biasa besar, motivasi, semangat, serta doa yang terbaik untuk putri kecilmu ini. Terima kasih karena selalu percaya, bahkan ketika penulis meragukan diri ini.

Semoga ayah dan ibu senantiasa sehat dan panjang umur, karena ayah dan ibu harus ada dalam setiap perjalanan hidup penulis

8. Aqila Qisya Irdina selaku saudara tercinta penulis. Terima kasih karena selalu menjadi hiburan untuk penulis dikala penulis sedang mengalami kesedihan dalam hidup penulis
9. Ni Putu Oktavia Dina, Herlyna Talia, Nawirah, Sinta Ar Zahra, Dilma Fajriatusani, dan Audry Putri selaku sahabat penulis. Terima Kasih karena hadir menjadi sahabat yang tumbuh dan berkembang bersama, yang selalu mendengarkan setiap keluh kesah kehidupan penulis, setiap canda tawa yang terjalin bersama sangat berarti bagi penulis, dan selalu memberikan dukungan yang tiada henti kepada penulis
10. Seseorang yang tak kalah pentingnya bagi penulis, Rigel Julian Boulevard yang telah melalui banyak hal bersama penulis selama beberapa tahun kebelakang ini. Terima kasih telah menjadi bagian hidup penulis. Berkontribusi banyak dalam penulisan karya tulis ini, baik tenaga, waktu, maupun materi kepada penulis. Terima kasih telah menjadi seseorang yang selalu bertukar pikiran dengan penulis, yang menemani penulis dalam segala hal, mendukung dalam kesedihan, telinga yang tak pernah bosan mendengar keluh kesah penulis, dan dukungan untuk selalu semangat yang tak henti-hentinya menyulut nyala ketika nyaris padam dan selalu memberikan semangat untuk pantang menyerah telinga yang tak pernah bosan mendengar keluh, dan semangat yang tak henti-hentinya menyulut nyala ketika nyaris padam
11. Diva Widya Noer Fitri, selaku penulis. Terima kasih karena sudah bertahan pada kehidupanmu ini, sudah bertahan sejauh ini, meyakinkan dirimu sendiri untuk selalu bertanggung jawab untuk menyelesaikan segala sesuatu yang telah dirimu mulai. Untuk tidak menyerah, untuk terus mencoba meskipun segala sesuatu tidak selalu berjalan seperti yang diharapkan. Terima kasih karena tetap percaya, bahkan ketika tidak ada jaminan bahwa semuanya akan baik-baik saja. Terima kasih karena tetap memilih harapan, meski kadang terasa jauh

12. Seluruh pihak tidak disebutkan yang telah memberikan doa, dukungan dan bantuan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.

Akhir kata, saya harap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Laporan Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 21 Agustus 2025

Diva Widya Noer Fitri



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Diva Widya Noer Fitri

NIM : 46121010014

Program Studi : Prorgam Studi Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Adiksi Media Sosial Dengan Perilaku Merokok Pada Perempuan Di Kalangan Generasi Z

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, mengalihmedia/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, 21 Agustus 2025

Yang menyatakan,


Diva Widya Noer Fitri

ABSTRAK

Nama : Diva Widya Noer Fitri

NIM : 46121010014

Program Studi : Proqram Studi Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Adiksi Media Sosial Dengan Perilaku Merokok Pada Perempuan Di Kalangan Generasi Z

Pembimbing : Dr. Indra Kusumah, S.Psi., M.Si

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara adiksi media sosial dengan perilaku merokok pada perempuan di kalangan Gen Z di Jakarta. Adapun penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif korelasional untuk mengetahui hubungan antarvariabel. Melalui teknik *purposive sampling* dan penentuan jumlah sampel dari software G-Power, subjek yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 142 responden. Terdapat dua instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, yakni *Social Media Addiction Scale (SMAS)* yang digagas oleh Al-Menayes (2015) untuk mengukur adiksi media sosial, serta *Glover Nilsson Smoking Behaviour Questionnaire (GN-SBQ)* yang digagas Glover dan Nilsson (2005) untuk mengukur perilaku merokok. Metode analisis data yang digunakan mencakup analisis deskriptif, uji validitas Aiken, analisis item menggunakan Corrected Item-Total Correlation, uji normalitas *One Sample Kolmogorov-Smirnov*, uji linearitas, uji korelasi, dan uji *Kruskal-Wallis*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara adiksi media sosial dengan perilaku merokok pada perempuan Generasi Z, mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat adiksi media sosial, semakin tinggi kecenderungan perilaku merokok. Meskipun uji statistik menunjukkan korelasi tidak signifikan secara kuat, temuan ini menggarisbawahi bahwa adiksi media sosial berpotensi menjadi faktor risiko dalam peningkatan perilaku merokok pada perempuan Gen Z.

Kata Kunci: Perempuan, Generasi Z, Adiksi Media Sosial, Perilaku Merokok, Psikologi Sosial.

ABSTRACT

Name : Diva Widya Noer Fitri
NIM : 46121010014
Study Program : Psychology
Thesis Title : The Relationship Between Social Media Addiction and Smoking Behavior in Women Among Generation Z
Supervisor : Dr. Indra Kusumah, S.Psi., M.Si

This study aims to analyze the relationship between social media addiction and smoking behavior among women among Gen Z in Jakarta. This study was conducted using a quantitative correlational method to determine the relationship between variables. Through purposive sampling techniques and determining the sample size using G-Power software, the subjects involved in this study were 142 respondents. There are two instruments used in this study, namely the Social Media Addiction Scale (SMAS) initiated by Al-Menayes (2015) to measure social media addiction, and the Glover Nilsson Smoking Behavior Questionnaire (GN-SBQ) initiated by Glover and Nilsson (2005) to measure smoking behavior. Data analysis methods used include descriptive analysis, Aiken validity test, item analysis using Corrected Item-Total Correlation, One Sample Kolmogorov-Smirnov normality test, linearity test, correlation test, and Kruskal-Wallis test. The study's results show a significant correlation between social media addiction and smoking behavior in Generation Z women, indicating that higher levels of social media addiction are associated with a higher likelihood of smoking behavior. Although statistical tests indicate a weak correlation, these findings underscore that social media addiction has the potential to be a risk factor for increased smoking behavior in Gen Z women.

Keyword: Women, Generation Z, Social Media Addiction, Smoking Behavior, Social Psychology.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	viii
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7
BAB II.....	8
TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Perilaku Merokok.....	8
2.1.1 Definisi Perilaku Merokok.....	8
2.1.2 Aspek - Aspek Perilaku Merokok.....	9
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok	10
2.2 Adiksi Media Sosial.....	12
2.2.1 Definisi Adiksi Media Sosial	12
2.2.2 Dimensi Adiksi Media Sosial	13
2.3 Penelitian Terdahulu.....	14
2.4 Dinamika Penelitian	20
2.5 Kerangka Berpikir	22
2.6 Hipotesis.....	23
BAB III.....	24

METODE PENELITIAN.....	24
3.1 Desain Penelitian.....	24
3.2 Populasi dan Sampel.....	24
3.2.1 Populasi.....	24
3.2.2 Sampel	25
3.2.3 Teknik Sampling.....	26
3.3. Definisi Variabel.....	26
3.3.1 Perilaku Merokok	26
3.3.2 Adiksi Media Sosial.....	27
3.4 Instrumen Penelitian.....	27
3.4.1 Skala Perilaku Merokok.....	27
3.4.2 Skala Adiksi Media Sosial	28
3.5 Validitas dan Reliabilitas	29
3.5.1 Uji Validitas	29
3.5.2 Uji Reliabilitas.....	30
3.5.3 Analisis Item	32
3.6 Analisis Data.....	33
3.6.1 Analisis Deskriptif.....	33
3.6.2 Uji Asumsi Klasik.....	33
3.6.3 Uji Hipotesis.....	34
BAB IV	35
HASIL DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Gambaran Umum Subjek	35
4.1.1 Gambaran Umum Demografis Usia Responden.....	35
4.1.2 Gambaran Umum Rokok Yang Digunakan	36
4.1.3 Gambaran Umum Domisili.....	36
4.2 Hasil Penelitian.....	37
4.2.1 Analisis Deskriptif dan Kategorisasi.....	37
4.2.2 Analisis Inferensial	39
4.3 Diskusi	47
BAB V.....	49
KESIMPULAN DAN SARAN	49
5.1 Kesimpulan.....	49
5.2 Keterbatasan Penelitian	49

5.3 Saran.....	50
5.3.1 Saran Teoritis	50
5.3.2 Saran Praktis	50
DAFTAR PUSTAKA	52



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu.....	14
Tabel 3. 1 Blue Print Perilaku Merokok.....	27
Tabel 3. 2 Skala Likert Perilaku Merokok	28
Tabel 3. 3 Blue Print Adiksi Media Sosial	28
Tabel 3. 4 Skala Likert Adiksi Media Sosial.....	29
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reliabilitas Social Media Addiction Scale (SMAS).....	31
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Glover Nilson Smoking Behavior Questionnaire (QNSBQ).....	31
Tabel 3. 7 Penilaian Analisis Item menurut Frisbie & Ebel (1991).....	32
Tabel 4. 1 Frekuensi Usia	35
Tabel 4. 2 Frekuensi Rokok yang Digunakan.....	36
Tabel 4. 3 Domisili.....	36
Tabel 4. 4 Hasil Uji Analisis Deskriptif Statistik.....	37
Tabel 4. 5 Kategorisasi variabel Adiksi Media Sosial.....	38
Tabel 4. 6 Kategorisasi Variabel Perilaku Merokok.....	38
Tabel 4. 7 Hasil Uji Normalitas.....	39
Tabel 4. 8 Hasil Uji Linieritas.....	39
Tabel 4. 9 Hasil Uji Korelasi Antar Variabel Adiksi Media Sosial dan Perilaku Merokok.....	40
Tabel 4. 10 Hasil Uji Korelasi Multidimensi antara Dimensi Perilaku Merokok dengan Variabel Adiksi Media Sosial	41
Tabel 4. 11 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi Variabel Adiksi Media Sosial dengan Dimensi Variabel Perilaku Merokok	42
Tabel 4. 12 Hasil Uji Beda Variabel dengan Usia	43
Tabel 4. 13 Hasil Uji Beda Variabel dengan Domisili Responden.....	44
Tabel 4. 14 Hasil Uji Beda Variabel dengan Rokok yang digunakan	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir.....	22
------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Expert Judgement</i> Alat Ukur <i>Glover Nilson Smoking Behavior Questionnaire</i> (GN-SBQ)	56
Lampiran 2 <i>Expert Judgement</i> Alat Ukur Social Media Addiction Scale (SMAS)	57
Lampiran 3 Pernyataan Similarity Check	58
Lampiran 4 Formulir Google Form.....	59
Lampiran 5 Tabel Uji Validitas Social Media Addiction Scale (SMAS)	60

