

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil-hasil yang diperoleh dari pengisian kuesioner oleh para responden akan disajikan pada bagian ini. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis dengan pendekatan kuantitatif untuk menjawab pertanyaan yang diajukan dalam penelitian ini. Tujuan dari analisis tersebut adalah untuk mengidentifikasi sejauh mana kecemasan sosial yang dialami oleh mahasiswa pengguna *Instagram* di UIN Antasari Banjarmasin, serta untuk menguji hubungan antara kecemasan sosial dan fenomena "*alone together*" yang semakin meningkat di kalangan mahasiswa, terutama di lingkungan UIN Antasari Banjarmasin.

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

a. Sejarah Singkat UIN Antasari Banjarmasin

Bermula dari tanggal 20 November 1964, IAIN Antasari Banjarmasin (kini UIN Antasari) mulai menapaki sejarahnya di bawah kepemimpinan K.H Zafri Zamzam. Uniknya, pada masa awal pendirian, fakultas-fakultas di IAIN Antasari tersebar di berbagai kota di Kalimantan Selatan. Sebagai contoh, Fakultas Syariah memiliki dua lokasi, sementara Fakultas Ushuluddin berpusat di Amuntai dan Fakultas Tarbiyah tersebar di beberapa

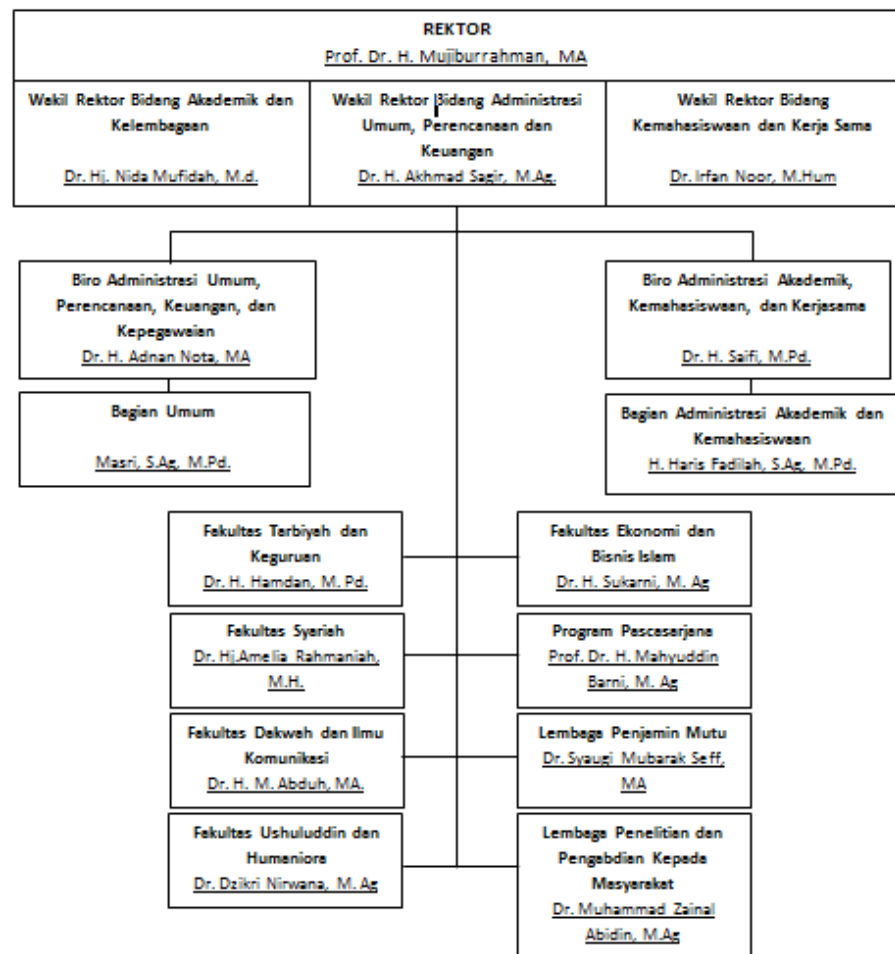
kota. Pada tahun 1970, Fakultas Dakwah pun turut didirikan di Banjarmasin.

Sebuah tonggak sejarah penting bagi IAIN Antasari Banjarmasin terjadi pada tanggal 3 April 2017. Pada hari itu, IAIN Antasari resmi bertransformasi menjadi UIN Antasari Banjarmasin. Dengan perubahan status ini, UIN Antasari semakin memperluas cakrawala keilmuannya. Kini, UIN Antasari memiliki lima fakultas yang mencakup berbagai disiplin ilmu, mulai dari Syariah hingga Ekonomi dan Bisnis Islam.¹

Setelah melewati perjalanan panjang di bawah kepemimpinan delapan rektor, IAIN Antasari Banjarmasin akhirnya bertransformasi menjadi UIN Antasari Banjarmasin. Saat ini, Prof. Dr. H. Mujibburahman, MA. mengemban amanah sebagai rektor. UIN Antasari memiliki dua kampus, yaitu di Banjarmasin dan Banjarbaru. Keberadaan lima fakultas di kedua kampus ini membuat struktur organisasi UIN Antasari menjadi semakin kompleks. Untuk informasi lebih detail mengenai struktur organisasi, dapat melihat gambar berikut 4.1.²

¹UIN Antasari Banjarmasin, Sejarah UIN Antasari Banjarmasin, dalam <https://www.uinantasari.ac.id/sejarah/> diakses 20 November 2022

²Tim Penyusun IAIN Antasari, Profil Institut Agama Islam Negeri (Banjarmasin, 2016), 10.



Gambar 4.1 Struktur Organisasi UIN Antasari Banjarmasin

Selama tahun akademik 2022/2023, UIN Antasari Banjarmasin mencatat adanya 11.328 mahasiswa yang aktif.³ Untuk mendapatkan informasi lebih rinci mengenai distribusi jumlah mahasiswa tersebut berdasarkan fakultas, jurusan, atau kategori lainnya, bisa dilihat pada tabel 4.1.

³ Siakad UIN Antasari Banjarmasin.

Tabel 4.1 Jumlah Mahasiswa Aktif UIN Antasari Banjarmasin.

No	Fakultas	Jumlah
1	Fakultas Tarbiyah dan Keguruan	4.669
2	Fakultas Syariah	1.831
3	Fakultas Ushuluddin dan Humaniora	1.624
4	Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi	1.302
5	Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam	1.902
Jumlah		11.328

b. Lokasi Penelitian

UIN Antasari Banjarmasin memiliki dua lokasi kampus. Kampus yang pertama berada di Jalan Ahmad Yani, dengan jarak kurang lebih 4,5 kilometer dari pusat Kota Banjarmasin. Di sisi lain, kampus kedua terletak di Jalan Pandarapan Guntung Manggis, Kemuning, Banjarbaru Selatan. Kedua kampus tersebut berada di dalam wilayah administratif Provinsi Kalimantan Selatan.⁴

2. Pelaksanaan Penelitian

Sebanyak 300 mahasiswa angkatan 2022 di UIN Antasari Banjarmasin dipilih sebagai subjek untuk penelitian ini berdasarkan kriteria tertentu. Mereka diminta untuk mengisi dua jenis skala, yaitu skala yang berfungsi untuk mengukur tingkat kecemasan sosial dan skala yang digunakan untuk menilai perasaan kesepian meskipun di tengah keramaian. Pengisian skala dilakukan secara online melalui *Google Form* yang disebarakan secara acak.

⁴ Dinas Komunikasi dan Informatika Provinsi Kalimantan Selatan, UIN Antasari Banjarmasin, dalam <https://smart.kalselprov.go.id/Welcome/read/701>, diakses 12 September 2023.

Kurun waktu untuk penelitian ini adalah dari tanggal 15 Agustus hingga 15 September 2023. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner selama kurang lebih dua minggu. Rincian yang lebih mendetail mengenai kegiatan penelitian dapat ditemukan di Tabel 4.2 yang disajikan dalam laporan ini.

Tabel 4.2 Pelaksanaan Penelitian

No	Hari/Tanggal	Pelaksanaan	Keterangan
1	Selasa, 15- minggu 20 Agustus 2023	Penyebaran Skala Penelitian di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora	<i>Google Form</i>
2	Senin 21 – Selasa, 22 Agustus 2023	Penyebaran Skala Penelitian di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi	<i>Google Form</i>
3	Rabu, 23 –Kamis 24 Agustus 2023	Penyebaran Skala Penelitian di Fakultas Syariah	<i>Google Form</i>
4	Jum'at 25 – Minggu 27 Agustus 2023	Penyebaran Skala Penelitian di Fakultas Tarbiyah dn Keguruan	<i>Google Form</i>
5	Senin 28 – Kamis 31 Agustus 2023	Penyebaran Skala Penelitian di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam	<i>Google Form</i>
6	Senin 11 September 2023	Perpustakaan Kampus 1 UIN Antasari Banjarmasin	<i>Google Form</i> dan Kuesioner
7	Selasa 12 September 2023	Kantin Samping Asrama 4 Kampus	<i>Google Form</i> dan Kuesioner

No	Hari/Tanggal	Pelaksanaan	Keterangan
		1 UIN Antasari Banjarmasin	
8	Rabu 13 September 2023	Penyebaran Skala Penelitian di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi	Kuesioner
9	Kamis 14 September 2023	Penyebaran Skala Penelitian di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan	Kuesioner
10	Rabu 13 – Minggu 15 Oktober 2023	Tabulasi dan Pengolahan Data	<i>SPSS Statistics</i> 22
11	Senin 22 – Sabtu 28 Oktober 2023	Analisis Data	<i>SPSS Statistics</i> 22
12	Minggu 29 – Selasa 31 Oktober 2023	Menarik Kesimpulan	<i>SPSS Statistics</i> 22

3. Hasil Uji Instrumen

Tidak ada pengujian independen yang dilakukan dalam penelitian ini untuk menilai validitas dan reliabilitas dari skala kecemasan sosial dan skala *alone together*. Sebagai alternatif, penelitian ini menggunakan hasil validitas dan reliabilitas yang telah diperoleh dari penelitian-penelitian sebelumnya sebagai dasar untuk penelitiannya.

a. Uji Validitas

1) Skala Kecemasan Sosial

Mengacu pada fakta bahwa instrumen kecemasan sosial yang digunakan telah diuji dan terbukti memiliki validitas serta reliabilitas dalam penelitian-penelitian sebelumnya, peneliti memutuskan untuk tidak melakukan uji coba instrumen tersebut

lagi. Izin untuk melakukan adaptasi instrumen ini dalam penelitian yang sedang berlangsung telah diperoleh dari peneliti sebelumnya, sesuai dengan norma-norma penelitian yang berlaku.

Titi Soleha (2021) dalam penelitiannya memanfaatkan instrumen khusus untuk mengukur tingkat kecemasan sosial di kalangan remaja. Instrumen yang digunakan terdiri dari 18 pernyataan yang sudah terbukti keandalannya (reliabilitas 0,920). Pernyataan-pernyataan ini dirancang untuk mengukur tiga aspek utama kecemasan sosial, yang mencakup: (1) ketakutan terhadap penilaian negatif dari orang lain, (2) kecenderungan untuk menghindari situasi sosial yang baru atau melibatkan orang yang tidak dikenal, serta (3) kecenderungan untuk menghindari situasi sosial secara keseluruhan, bahkan saat berinteraksi dengan orang yang sudah dikenal.

2) Skala *Alone together*

Merujuk pada penelitian yang telah dikerjakan sebelumnya oleh Gunawan Saleh dan Ribka Pitriani, peneliti memilih untuk menerapkan kembali skala yang mereka kembangkan untuk mengukur fenomena "*alone together*". Setelah dilakukan pengujian ulang, skala tersebut terbukti masih memiliki tingkat validitas yang tinggi dalam konteks penelitian yang sedang berlangsung. Nilai korelasi yang didapat menunjukkan bahwa

skala tersebut melampaui nilai kritis yang telah ditentukan. Dengan demikian, semua item pertanyaan dalam skala tersebut dinyatakan valid dan dapat digunakan untuk mengukur variabel "*alone together*".

b. Uji Reliabilitas

Analisis reliabilitas instrumen dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 22. Instrumen dapat dianggap memiliki reliabilitas jika nilai Cronbach's Alpha yang diperoleh adalah sama dengan atau lebih dari 0,600.⁵ Untuk menguji reliabilitas ini, data diambil dari dua studi sebelumnya, yaitu penelitian Titi Soleha di tahun 2021 yang mengeksplorasi dampak citra tubuh terhadap kecemasan sosial pada remaja di Makassar, serta penelitian Gunawan Saleh dan Ribka Pitriani yang dilakukan pada tahun 2018 tentang dampak media sosial terhadap budaya "*alone together*." Hasil dari pengujian reliabilitas untuk variabel kecemasan sosial dan "*alone together*" dapat dilihat dengan lebih rinci pada Tabel 4.3.

Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecemasan Sosial dan *Alone together*

Variabel	Hasil Uji Reliabilitas	Keterangan
Kecemasan Sosial	0,920	Reliabel
<i>Alone together</i>	0,654	Reliabel

⁵ S. Nasution, Metode Research (Penelitian Ilmiah) (Jakarta: Bumi Aksara, 1996), 77

Dalam Tabel 4.3, terlihat bahwa nilai *Alpha Cronbach* untuk kedua variabel yang diteliti adalah 0,920 dan 0,654. Nilai-nilai ini menandakan adanya konsistensi internal yang tinggi pada item-item dalam instrumen penelitian. Dengan mempertimbangkan bahwa nilai *Alpha Cronbach* yang diperoleh melebihi batas minimum yang telah ditetapkan (0,600), maka dapat disimpulkan bahwa data yang dihasilkan dari instrumen tersebut dapat dikategorikan andal dan cocok untuk analisis lebih lanjut.

4. Hasil Analisis Data dan Interpretasi

a. Gambaran Responden Penelitian

Penelitian ini melibatkan 300 mahasiswa baru dari UIN Antasari Banjarmasin sebagai subjek yang diteliti. Mereka diminta untuk mengisi sebuah kuesioner yang terdiri dari 18 pertanyaan mengenai kecemasan sosial dan 5 pertanyaan terkait dengan kecenderungan untuk menyendiri. Data yang diperoleh dari kuesioner ini menjadi sumber utama bagi penelitian yang dilakukan.

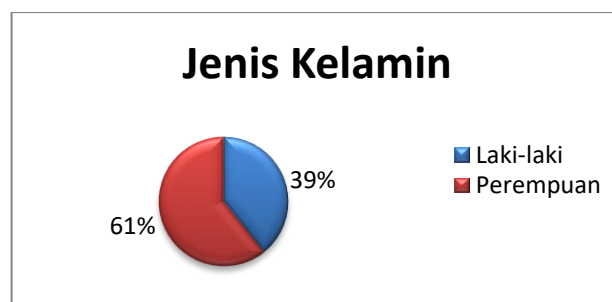


Diagram 4.1 Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin yang tercantum dalam diagram menunjukkan ketidakseimbangan jumlah responden antara laki-laki dan perempuan. Dalam hal ini, terdapat 182 responden perempuan (61%) dan 118 responden laki-laki (39%). Oleh karena itu, data ini menunjukkan bahwa jumlah perempuan yang terlibat dalam penelitian ini lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki.

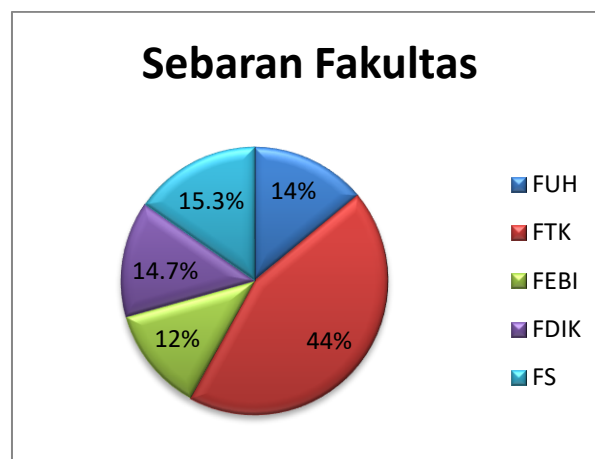


Diagram 4.2 Responden Berdasarkan Fakultas

Mengacu pada data yang terdapat dalam diagram 4.2, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa dari FTK, yang berkontribusi sebesar 44%. Proporsi responden dari fakultas lainnya, seperti FS dengan 15,3%, FUIH 14%, FDIK 14,7%, dan FEBI 12%, lebih sedikit. Untuk rincian lebih lanjut mengenai jumlah responden menurut fakultas, dapat dilihat pada Tabel 4.4.

Tabel 4.4 Jumlah Responden Penelitian

No	Fakultas	Jumlah direncanakan	Jumlah yang didapatkan	Persentase
1	Fakultas Tarbiyah dan Keguruan	132	132	100%
2	Fakultas Syariah	46	46	100%
3	Fakultas Ushuluddin dan Humaniora	42	42	100%
4	Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi	44	44	100%
5	Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam	36	36	100%
Jumlah		300	300	

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa partisipasi mahasiswa paling banyak berasal dari FTK dengan 132 orang. Responden dari fakultas lain, seperti FS (46), FUH (42), FDIK (42), dan FEBI (36), memiliki jumlah yang jauh lebih sedikit. Total mahasiswa yang menjadi responden dalam penelitian ini adalah 300 orang.

Data tersebut dianalisis lebih lanjut setelah responden dikelompokkan berdasarkan fakultas, dengan mengklasifikasikan mereka menurut jurusan studi yang diambil. Hasil analisis ini dapat dilihat dalam bentuk tabel, yaitu Tabel 4.5.

Tabel 4.5 Klasifikasi Responden Berdasarkan Jurusan

No	Fakultas	Jurusan	Banyaknya Responden	Jumlah
1	Fakultas Tarbiyah dan Keguruan	Pendidikan Agama Islam	38	132
		Pendidikan Bahasa Arab	4	
		Pendidikan Bahasa Inggris	12	
		Pendidikan Matematika	3	
		Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah	32	
		Pendidikan Islam Anak Usia Dini		
		Manajemen Pendidikan Islam	15	
		Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam	24	
		Tadris Kimia	1	
		Tadris Fisika		
		Tadris Biologi	2	
Ilmu Perustakaan dan Informasi Islam	1			
2	Fakultas Syariah	Hukum Ekonomi Syariah	12	46
		Hukum Keluarga Islam	9	
		Hukum Tata Negara	20	
		Perbandingan Mazhab	5	
3	Fakultas Ushuluddin dan Humaniora	Aqidah Filsafat Islam		42
		Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir	15	
		Psikologi Islam	27	
		Studi Agama-Agama		
4	Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi	Komunikasi dan Penyiaran Islam	22	44
		Bimbingan dan Penyuluhan Islam	7	
		Manajemen Dakwah	15	
5	Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam	Ekonomi Syariah	19	36
		Perbankan Syariah	13	
		Asuransi Syariah	4	
Jumlah				300

b. Uji Asumsi

1) Uji Normalitas

Pelaksanaan uji normalitas dilakukan dengan analisis yang bertujuan untuk memeriksa pola sebaran data dari variabel kecemasan sosial dan *alone together*, untuk menentukan apakah data tersebut mengikuti distribusi normal. Hasil uji ini akan menjadi dasar untuk menentukan kelayakan data dalam melanjutkan ke tahapan analisis berikutnya. Dalam penelitian ini, normalitas kedua variabel diuji dengan metode Kolmogorov-Smirnov. Kriteria dianggap normal ialah jika nilai signifikansi (p-value) yang didapat lebih besar dari 0,05. Hasil visualisasi uji normalitas dapat dilihat pada diagram-diagram yang telah disediakan.

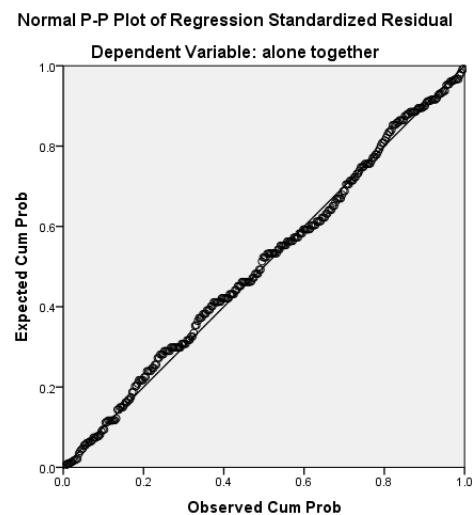


Diagram 4.3 Hasil Uji Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual

Titik data yang banyak terlihat berkumpul di sekitar garis diagonal dapat dilihat pada Diagram 4.3.

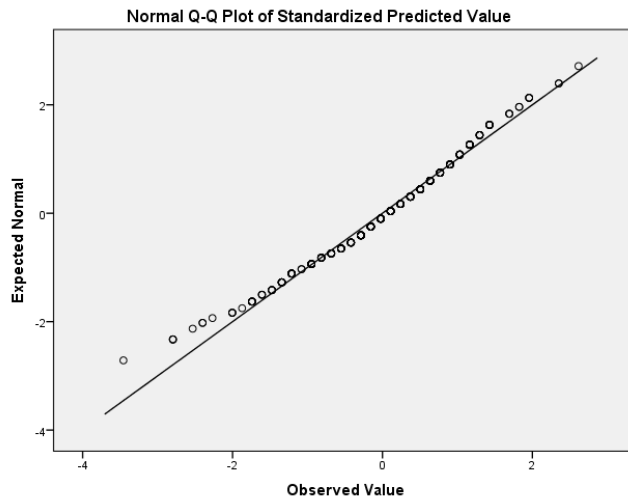


Diagram 4.4 Hasil Uji Normal Q-Q Plot Standardized Predicted Value

Dalam Diagram 4.4, jika kita amati, akan terlihat jelas bahwa hampir semua titik data yang ada cenderung berkumpul di sekitar garis lurus yang posisinya berada pada diagonal.

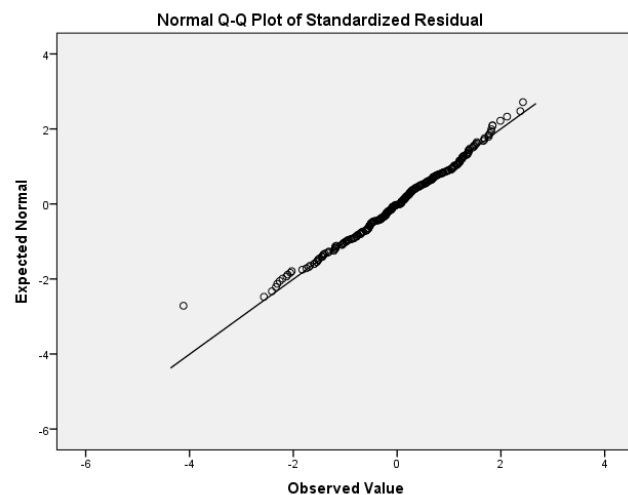


Diagram 4.5 Hasil Uji Normal Q-Q Plot of Standardized Residual

Melalui pengamatan terhadap Diagram 4.5, kita dapat menarik kesimpulan bahwa sebagian besar titik data sangat dekat dengan garis lurus yang memiliki kemiringan. Analisis tambahan dengan menggunakan grafik Q-Q plot dan P-P plot semakin memperkuat dugaan awal bahwa distribusi data tersebut adalah normal. Namun, untuk memastikan secara statistik, diperlukan uji tambahan. Hasil dari uji Kolmogorov-Smirnov yang mendukung kesimpulan ini dapat ditemukan di Tabel 4.6.

Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Standardized Predicted Value	.073	300	.200	.986	300	.204
Standardized Residual	.041	300	.200*	.990	300	.054

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Melalui uji Kolmogorov-Smirnov, hasil analisis untuk distribusi normalitas variabel kriteria (Y) dan prediktor (X) menunjukkan hasil yang signifikan. Diperoleh nilai D untuk kedua variabel, yaitu (Y=0,041, p=0,200 dan X=0,073, p=0,200). Sementara itu, visualisasi pada plot P-P dan Q-Q yang cenderung mengikuti garis lurus diagonal juga menunjukkan

bahwa sebaran residual data dari kedua variabel tersebut mengikuti distribusi normal.

2) Uji Linearitas

Tujuan dari uji linearitas adalah untuk menentukan apakah hubungan antara data yang telah dikumpulkan berbentuk garis lurus. Jika hubungan antar variabel dalam data tersebut bersifat linear, maka data tersebut dapat dimanfaatkan untuk analisis yang lebih lanjut. Penilaian mengenai linearitas data dilakukan berdasarkan nilai deviasi linearitas. Jika deviasi ini lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data menunjukkan hubungan linear. Tabel 4.7 menyajikan rincian lengkap mengenai hasil dari uji linearitas ini.

Tabel 4.7 Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
at * Between (Combined)	226.842	36	6.301	1.329	.108
ks Groups Linearity	53.599	1	53.599	11.308	.001
Deviation from Linearity	173.243	35	4.950	1.044	.407
Within Groups	1246.638	263	4.740		
Total	1473.480	299			

Tabel 4.7 menunjukkan bahwa hasil uji linearitas memberikan nilai signifikansi sebesar 0,407. Karena nilai ini lebih besar dari taraf signifikansi 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa ada

hubungan linear antara variabel-variabel yang diteliti. Artinya, terdapat hubungan yang lurus atau proporsional antara variabel bebas dan variabel terikat.

c. Analisis Data Deskriptif Hasil Penelitian

Dengan analisis deskriptif, kita bisa memahami karakteristik dari data yang telah dikumpulkan. Para peneliti menggunakan rumus statistik untuk mengelompokkan variabel-variabel dalam penelitian ke dalam kategori-kategori yang spesifik.

Kategori tinggi dapat dicapai apabila nilai data (X) sama dengan atau lebih besar dari rata-rata (Mean) ditambah satu standar deviasi (ISD). Kategori sedang berlaku ketika nilai data (X) berada di antara rata-rata dikurangi satu standar deviasi dan rata-rata ditambah satu standar deviasi. Sementara itu, kategori rendah berlaku jika nilai data (X) lebih kecil dari rata-rata dikurangi satu standar deviasi.

Tabel 4.8 menyatakan hasil analisis data yang mendalam mengenai dua variabel yang menjadi fokus dalam penelitian ini dapat ditemukan dibawah ini.

Tabel 4.8 Hasil Analisis Deskriptif Penelitian

	Skor Ideal	Skor Tertinggi	Skor Terendah	Rata-rata	Standar Deviasi	Varians
Kecemasan Sosial	72	71	25	51,18	7,58	57,37
<i>Alone together</i>	20	20	6	15,22	2,22	4,928

Pada setiap aitemnya, variabel-variabel ini diukur dengan skala 4-tingkat (1-4). Skala kecemasan sosial terdiri dari 18 aitem, sedangkan skala *alone together* hanya memiliki 5 aitem. Walaupun skor ideal untuk kedua skala ini adalah 72 dan 20, skor tertinggi yang dicapai masing-masing adalah 71 dan 20. Rata-rata skor untuk kecemasan sosial adalah 51,18 dengan deviasi standar 7,58, sementara rata-rata untuk skala *alone together* adalah 15,22 dengan deviasi standar 2,22. Nilai rata-rata dan deviasi standar ini akan menjadi acuan dalam pengelompokan responden berdasarkan tingkat kecemasan sosial dan rasa kesepian yang dialami.

1) Analisis Data Kecemasan Sosial

Dari Tabel 4.8 yang menunjukkan hasil analisis deskriptif, terlihat bahwa skor rata-rata untuk kecemasan sosial adalah 51,18, dengan penyebaran data sebesar 7,58. Nilai-nilai tersebut selanjutnya digunakan untuk menentukan kategori dari variabel, dan hasilnya disajikan dalam Tabel 4.9.

Tabel 4.9 Kategorisasi Kecemasan Sosial Mahasiswa

Interval skor	Frekuensi	Persentase	Kriteria
$59 \leq X$	47	15,7%	Tinggi
$44 \leq X < 59$	207	69%	Sedang
$X < 44$	46	15,3%	Rendah
Total	300	100%	

Pengamatan terhadap Tabel 4.9 menunjukkan bahwa 69% responden memiliki tingkat kecemasan sosial yang berada

dalam kategori sedang. Sedangkan, persentase responden yang memiliki tingkat kecemasan sosial rendah dan tinggi hampir setara, yaitu sekitar 15%.

2) Analisis Data *Alone together*

Tabel 4.8 menunjukkan bahwa rata-rata skor untuk variabel "*alone together*" mencapai 15,22, dengan deviasi standar 2,22. Data-data ini kemudian diolah dengan rumus untuk kategorisasi variabel, dan hasilnya dapat ditemukan dalam Tabel 4.10.

Tabel 4.10 Kategorisasi *Alone together* Mahasiswa

Interval skor	Frekuensi	Persentase	Kriteria
$17 \leq X$	85	28,3%	Tinggi
$13 \leq X < 17$	181	60,3%	Sedang
$X < 13$	34	11,3%	Rendah
Total	300	100%	

Melalui pengamatan terhadap Tabel 4.11, dapat disimpulkan bahwa 60,3% dari responden termasuk dalam kategori tingkat "*alone together*" yang sedang. Di samping itu, 28,3% responden menunjukkan tingkat yang rendah, sementara 11,3% responden sisanya menunjukkan tingkat yang tinggi. Untuk rincian distribusi yang lebih terperinci berdasarkan fakultas dan jenis kelamin, dapat dilihat pada tabel 4.11

Tabel 4.11 Distribusi Kaegorisasi Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Fakultas	Jenis Kelamin				Jumlah Persentase
		Laki-laki		Perempuan		
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase	
1	Fakultas Tarbiyah dan Keguruan	61	20,3%	71	23,7%	44%
2	Fakultas Syariah	22	7,3%	24	8%	15,3%
3	Fakultas Ushuluddin dan Humaniora	10	3,3%	32	10,7%	14%
4	Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi	14	4,7%	30	10%	14,7%
5	Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam	11	3,7%	25	8,3%	12%
Total						100%

d. Uji Hipotesis

Tujuan dari analisis regresi linear sederhana adalah untuk menginvestigasi pengaruh yang diberikan oleh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). Melalui penggunaan SPSS Statistics 24, peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut, baik yang bersifat positif maupun negatif. Hasil dari analisis ini akan dimanfaatkan untuk menjawab hipotesis yang telah ditetapkan dalam penelitian.

Ha: ada kontribusi dari kecemasan sosial menjadi penyebab munculnya fenomena "*alone together*" yang dirasakan oleh mahasiswa pengguna *Instagram* di UIN Antasari Banjarmasin.

H0: tidak ada Kontribusi dari kecemasan sosial menjadi penyebab munculnya fenomena "*alone together*" yang dirasakan oleh mahasiswa pengguna *Instagram* di UIN Antasari Banjarmasin.

Hasil uji regresi linear sederhana dapat dilihat pada tabel 4.12 berikut.

Tabel 4.12 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.191 ^a	.036	.033	2.183

a. Predictors: (Constant), kecemasan sosial

Dalam Tabel 4.12, dapat dilihat bahwa variabel independen memberikan pengaruh terhadap variabel dependen sebesar 3,6%, yang terlihat dari nilai R^2 yang didapatkan. Ini menunjukkan bahwa hanya 3,6% variasi total dalam variabel dependen yang dapat dijelaskan oleh perubahan dalam variabel independen. Di sisi lain, sekitar 96,4% variasi dalam variabel dependen dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak terukur dalam model ini. Dengan demikian, hubungan antara variabel independen dan dependen dapat dikatakan sangat lemah, seperti yang ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi (R) yang mencapai 0,191.

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	53.599	1	53.599	11.249	.001 ^b
	Residual	1419.881	298	4.765		
	Total	1473.480	299			

a. Dependent Variable: alone together

b. Predictors: (Constant), kecemasan sosial

Model regresi yang diterapkan terbukti efektif dalam memprediksi variabel "*alone together*", dengan *f* hitung yang mencapai 11,249 dan tingkat signifikansi yang sangat rendah (0,001), jauh di bawah batas ambang 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara variabel dalam model tersebut cukup kuat untuk menghasilkan prediksi yang tepat.

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	95.0% Confidence Interval for B		Correlations		
	B	Std. Error	Beta			Lower Bound	Upper Bound	Zero-order	Partial	Part
1										
	(Constant)	12.359	.862	14.333	.000	10.662	14.056			
	kecemasan sosial	.056	.017	3.354	.001	.023	.089	.191	.191	.191

a. Dependent Variable: alone together

Model regresi kita dinyatakan dalam persamaan $Y = 12,359 + 0,056X$, di mana konstanta (a) bernilai 12,359 dan koefisien regresi (b) adalah 0,056. Ini mengindikasikan bahwa setiap peningkatan satu unit pada variabel independen (X) akan menghasilkan peningkatan pada variabel dependen (Y) sebesar 0,056 unit atau 5,6%. Konstanta positif ini menunjukkan adanya pengaruh positif dari variabel independen terhadap variabel dependen. Dalam konteks penelitian ini, artinya adalah bahwa semakin tinggi kecemasan sosial yang dialami oleh mahasiswa pengguna *Instagram*, maka semakin besar pula perasaan "*alone together*" yang mereka rasakan.

Variabel	R	R Square	Sig.
Kecemasan Sosial dan <i>Alone together</i>	0,191	0,036	0,001

Pengujian hipotesis menghasilkan kesimpulan bahwa variabel X berkontribusi secara signifikan terhadap variabel Y. Nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,001 merupakan bukti dari hal ini. Mengacu pada kriteria yang telah disampaikan oleh Sugiyono, jika nilai signifikansi berada di bawah 0,05, maka hipotesis nol (H_0) harus ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kedua variabel tersebut.

Data analisis mengindikasikan adanya kontribusi dari kecemasan sosial terhadap keadaan yang dikenal sebagai *alone together*, meskipun kontribusi tersebut tergolong kecil. Dengan nilai R Square yang mencapai 0,036, ini menunjukkan bahwa hanya 3,6% dari varians keadaan *alone together* yang bisa dijelaskan oleh variabel kecemasan sosial. Artinya, terdapat faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini yang memberikan kontribusi yang jauh lebih besar, hingga 96,4%, terhadap fenomena itu.

e. Sumbangan Efektif

Sumbangan efektif dari setiap aspek pada variabel kecemasan sosial ini dapat dihitung dengan membagi skor dari setiap aspek dengan skor total variabel. Sumbangan efektif pada tiga aspek dari kecemasan sosial adalah sebagai berikut.

- Ketakutan akan Evaluasi Negatif $\frac{6.917}{15.249} \times 100 = 45,36\%$
- Penghindaran Sosial dan Distres Baru $\frac{5.088}{15.249} \times 100 = 33,36\%$
- Penghindaran Sosial dan Distres Umum $\frac{3.244}{15.249} \times 100 = 21,27\%$

Berdasarkan hasil penelitan tersebut juga meneliti tiga aspek yang di kemukkan oleh La Greca Dan Lopez yang memiliki tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa mengguna *instagram* di uin antasari banjarmasin dari aspek yang memiliki tingkat kecemasan sosial tinggi dilihat dari hasil penelitian yang memiliki tingkat kecemasan sosial pada mahasisswa pengguna *instagram* yang tinggi pada aspek pertama, yaitu ketakutan akan evaluasi negatif 45,36% aspek kedua penghindaran sosial dan distres baru sebesar 33,36% dan aspek ketiga penghindaran sosial dan distress umum sebesar 21,27%.

B. Pembahasan

Dengan merujuk pada analisis statistik yang menunjukkan hubungan antara fenomena *alone together* dan kecemasan sosial di antara mahasiswa pengguna *Instagram* di UIN Antasari Banjarmasin, akan dibahas tiga poin utama yang berhubungan dengan masalah yang telah dirumuskan sebelumnya.

1. Tingkat kecemasan sosial pada mahasiwa pengguna *Instgram* di UIN Antasari Banjarmasin

Analisis statistik menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa pengguna *Instagram* di UIN Antasari Banjarmasin, yaitu 69%, memiliki

tingkat kecemasan sosial yang berada pada level sedang. Hanya sebagian kecil mahasiswa yang mengalami tingkat kecemasan yang sangat rendah (15,3%) atau sangat tinggi (15,7%). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa secara umum, mahasiswa di universitas ini memiliki kecemasan sosial yang dapat dikategorikan sedang.

Menurut La Greca dan Lopez, kecemasan sosial adalah perasaan ketidaknyamanan yang mendalam dan menyeluruh, terutama dalam berinteraksi dengan individu yang tidak dikenal. Kecemasan ini sering kali dipicu oleh rasa khawatir akan penilaian buruk dari orang lain.⁶

Tiga elemen utama dari kecemasan sosial mencakup: ketakutan terhadap penilaian negatif, penghindaran situasi sosial yang baru dan umum, serta tekanan saat melakukan interaksi sosial. Mahasiswa di UIN Antasari Banjarmasin yang mengalami kecemasan sosial mungkin lebih suka berinteraksi melalui *Instagram*, karena mereka merasa lebih terkendali dan aman dibandingkan dengan interaksi tatap muka.

Peneliti juga meneliti hasil rata-rata Kecemasan sosial pada mahasiswa pengguna *Instagram* di UIN Antasari Banjarmasin per fakultas dari jumlah data dibagi dengan jumlah responden per fakultas, dapat dilihat dari fakultas Tarbiyah dan Keguruan terdapat nilai rata-rata 51,82, fakultas Ekonomi Bisnis Islam terdapat nilai rata-rata 64,11, Fakultas Syariah terdapat nilai rata-rata 50,17, fakultas Ushuluddin dan Humaniora terdapat

⁶ Annette M La Greca dan Nadja Lopez, "Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships," *Journal of abnormal child psychology* 26 (1998): 83.

48,83, dan fakultas Dakwah dan Penyiar Islam Terdapat nilai rata-rata 46,29.

Perasaan cemas atau takut yang berlebihan dikenal sebagai kecemasan. Kecemasan yang tidak dikelola dengan baik dapat mengganggu rutinitas harian seseorang. Dalam konteks Al-Qur'an, istilah "*halu'a*" menggambarkan perasaan cemas, takut, atau khawatir pada Surah QS. Al-Ma'arij ayat 19.

هَلُوْعًا خُلِقَ الْإِنْسَانُ إِنَّ

Artinya : "*Sesungguhnya manusia diciptakan dengan sifat keluh kesah*".

Dari ayat diatas *Haluu'aa* sendiri diambil dari suku kata *halu'a* yang secara bahasa dapat diartikan; kaget, terkejut, takut panik, dan ngeri yang dalam ayat ini ditafsirkan sebagai sifat keluh kesah.⁷

Dalam konteks ayat ini, '*halu'a*' menggambarkan ketakutan yang berhubungan dengan masa depan atau kemungkinan terjadinya hal-hal yang tidak diinginkan. Keadaan ini muncul dari pikiran individu yang sering berandai-andai dan rendahnya rasa percaya diri, sehingga hal-hal yang seharusnya dianggap kecil dapat menimbulkan kecemasan.⁸

Dalam perspektif psikologi Islam, sebagaimana termaktub dalam ayat-ayat suci, kecemasan dapat dipahami sebagai wujud nyata dari rasa

⁷Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2006), 454.

⁸Aditya Dedy Nugraha, "Memahami Kecemasan : Perspektif Psikologi Islam", *Indonesian Journal Of Islamic Psychology*: Vol.2 No. 1, (2020), h. 5.

takut. Ketakutan ini meliputi berbagai dimensi, seperti rasa gentar terhadap Tuhan Yang Maha Esa, kekhawatiran akan azab-Nya, keengganan untuk melakukan perbuatan maksiat, dan hasrat yang mendalam untuk mendapatkan keridhaan-Nya.

Di UIN Antasari Banjarmasin, mahasiswa sering merasa cemas ketika harus berhadapan langsung dengan teman-teman mereka. Ketakutan akan melakukan kesalahan atau merasa canggung mendorong mereka untuk mengalihkan perhatian dengan menggunakan *Instagram*. Namun, kecenderungan ini tidak selalu ada. Ada kalanya mereka tetap terlibat dalam komunikasi dan interaksi dengan orang lain.

2. Tingkat *Alone together* pada mahasiswa pengguna *Instagram* di UIN Antasari Banjarmasin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (60,3%) berada dalam kategori sedang terkait pengalaman fenomena "*alone together*", sementara hanya sedikit (28,3%) yang termasuk dalam kategori rendah dan (11,3%) termasuk dalam kategori tinggi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa di UIN Antasari Banjarmasin umumnya berada pada tingkat "*alone together*" yang sedang, dengan hanya sedikit yang menunjukkan perilaku penyendiri yang nyata.

"*Alone together*" menggambarkan kondisi di mana anggota kelompok lebih tertarik pada dunia mereka sendiri, yang sering kali disebabkan oleh penggunaan teknologi. Misalnya, sekelompok teman berkumpul tetapi masing-masing sibuk dengan gadget mereka sendiri.

Turkle berpendapat bahwa kondisi "*alone together*" terjadi akibat meningkatnya interaksi dengan teknologi,⁹ yang membuat individu lebih berkonsentrasi pada dunia digital daripada menjalin hubungan sosial di dunia nyata.¹⁰

Penelitian ini menemukan bahwa faktor lingkungan sosial dan perubahan situasi individu, seperti ketergantungan pada media sosial dan keinginan untuk mendapatkan pengakuan di dunia maya, berkontribusi pada fenomena "*alone together*" di kalangan mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin.

Peneliti juga meneliti hasil rata-rata *alone together* pada mahasiswa pengguna *Instagram* di UIN Antasari Banjarmasin per fakultas dari jumlah data dibagi dengan jumlah responden per fakultas, dapat dilihat dari fakultas Tarbiyah dan Keguruan terdapat nilai rata-rata 15,53, fakultas Ekonomi Bisnis Islam terdapat nilai rata-rata 15,75, Fakultas Syariah terdapat nilai rata-rata 14,93, fakultas Ushuluddin dan Humaniora terdapat 14,71, dan fakultas Dakwah dan Penyiar Islam Terdapat nilai rata-rata 14,61.

Al-Qur'an menegaskan pentingnya saling mengenal dan berinteraksi, namun fenomena "*alone together*" yang menggambarkan kecenderungan

⁹Turkle, S. (2011). *Second Life: Computer And The Human Spirit, Alone Together Why We Expect More From Technology And Less From Each Other*.

¹⁰Tri Dayakisni dan Hudaniah, *Psikologi Sosial*, (Malang: UMM Press, 2009), h. 134.

individu untuk menyendiri meskipun berada dalam masyarakat, bertentangan dengan prinsip ajaran itu. Q.S Al-Hujurat ayat 13¹¹

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاهُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya: “Wahai manusia! Sungguh, Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan, kemudian Kami jadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sesungguhnya yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa. Sungguh, Allah Maha Mengetahui, Maha teliti.”¹²

Pesan yang terkandung dalam ayat tersebut menunjukkan bahwa manusia diharuskan untuk hidup berdampingan dengan berbagai suku dan bangsa. Oleh karena itu, kita dianjurkan untuk saling mengenal satu sama lain. Media sosial dapat menjadi sarana yang efektif untuk mencapai tujuan ini.¹³ Namun, sayangnya, ketergantungan pada gadget sering kali membuat kita mengabaikan orang-orang di sekitar kita. Maka dari itu, sangat penting untuk bijak dalam menggunakan media sosial agar interaksi sosial kita tidak terganggu.

Dengan jelas terlihat bahwa individu yang terlibat dengan gawai mereka saat berinteraksi dengan orang lain menunjukkan ketidakpatuhan terhadap adab. Misalnya, seorang mahasiswa yang sibuk membuka

¹¹Sohibul Hidayah, dkk, “Etika Berinteraksi Menurut Pandangan Islam, dalam Jurnal Riset Rumpun Agama dan Filsafat” *JURRAFI* Vol. 1, No. 2, (2022). 83-94.

¹²Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2006), 412.

¹³Vitri Nainggolan, Sintje A. Rondonuwu, dan Grace J. Waleleng, “Peranan Media Sosial Instagram dalam Interaksi Sosial Antar Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Unsrat Manado”, *ACTA Diurna Komunikasi* Vol. 7, No. 4, (2018).

Instagram ketika berkumpul dengan teman-teman. Tingkah laku semacam ini mencerminkan rendahnya kemampuan berkomunikasi dan kurangnya rasa hormat terhadap orang lain. Untuk mengatasi permasalahan ini, harus ada usaha untuk menghilangkan kebiasaan negatif tersebut, seperti rasa malu atau perasaan gugup saat berbicara. Dengan belajar teknik komunikasi yang efektif, diharapkan individu bisa lebih menghargai orang yang sedang diajak berbicara.

3. Kontribusi antara kecemasan sosial terhadap *Alone togher* pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menguji hubungan yang mungkin ada antara kecemasan sosial dan perasaan kesepian (*Alone together*) di kalangan mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kedua variabel tersebut. Kecemasan sosial berkontribusi sebesar 3,6% terhadap perasaan kesepian, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh berbagai faktor lainnya. Temuan ini menegaskan bahwa kecemasan sosial bisa berfungsi sebagai salah satu penyebab timbulnya perasaan kesepian di kalangan mahasiswa.

Individu yang sering mengalami kecemasan sosial sering kali menunjukkan tanda-tanda seperti pendiam, pemalu, dan gugup. Mereka biasanya lebih cenderung untuk menghindari situasi sosial karena takut akan penilaian yang buruk dari orang lain. Rasa cemas ini muncul akibat pikiran-pikiran negatif yang berulang di dalam pikiran mereka, sehingga

menimbulkan perasaan tidak nyaman dan kurang percaya diri ketika berinteraksi dengan orang lain.

Prayoga dan Akmal dalam Fatih mengungkapkan temuan yang menunjukkan bahwa penelitian ini juga mengindikasikan hubungan yang signifikan antara kecemasan sosial dan kecenderungan individu untuk menggunakan media sosial secara berlebihan. Mereka yang mengalami kecemasan saat bersosialisasi biasanya lebih cenderung menggunakan media sosial sebagai cara untuk mengatasi tantangan yang muncul dalam interaksi sosial.¹⁴

Penelitian sebelumnya juga menunjukkan adanya hubungan antara ketidaknyamanan sosial dan kecenderungan individu untuk bergantung secara berlebihan pada media sosial. Temuan ini mengindikasikan bahwa kecemasan ketika berinteraksi sosial, perasaan sedih atau tertekan, dan juga perasaan kesepian dapat secara signifikan memicu individu untuk lebih aktif dalam menggunakan media sosial.¹⁵

Para mahasiswa yang menjadi objek dalam penelitian ini, yang mengalami kecemasan sosial saat berbicara secara langsung, menunjukkan kecenderungan yang kuat untuk menghindari interaksi tatap muka. Sebagai pengganti, mereka lebih senang berkomunikasi dalam bentuk tulisan melalui media sosial, seperti *Instagram*, untuk mengurangi kecemasan yang mereka rasakan.

¹⁴Fatih Azka, Elisa Kurniadewi, Dendih Fredi Firdaus, "Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa", 2018. 203.

¹⁵Fatih Azka, Elisa Kurniadewi, Dendih Fredi Firdaus, "Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa", 2018. 203

Untuk mengatasi kecemasan sosial, banyak mahasiswa memilih berkomunikasi secara daring. Mereka berusaha menciptakan kesan positif di mata orang lain dengan menyajikan diri mereka seideal mungkin di media sosial seperti *Instagram*. Akan tetapi, tuntutan untuk selalu menunjukkan kesempurnaan ini dapat menyebabkan peningkatan ketergantungan mereka pada platform tersebut dan membuat interaksi secara langsung menjadi semakin sulit.

Di UIN Antasari Banjarmasin, penelitian yang dilakukan menunjukkan kesamaan yang menarik. Sebanyak 69% mahasiswa mengalami kecemasan sosial, dan angka ini hampir sama dengan persentase mahasiswa yang merasakan "*alone together*", yaitu 60,3%. Temuan ini menunjukkan bahwa kecemasan sosial yang dialami oleh mahasiswa berdampak langsung pada perasaan kesepian mereka, meskipun mereka tetap terhubung secara online melalui *Instagram*.

C. Keterbatasan Peneliti.

Sesuai dengan pedoman yang ada dalam penelitian ilmiah, penelitian ini telah dijalankan dengan usaha maksimal untuk mendapatkan data yang relevan dengan isu yang diteliti. Namun, dalam proses pelaksanaannya, penelitian ini tidak bebas dari berbagai tantangan, terutama dalam hal pengumpulan data. Beberapa tantangan yang dihadapi dalam penelitian ini meliputi:

1. Peneliti hanya menggunakan skala untuk mengukur kecemasan sosial mahasiswa, karena keterbatasan waktu, biaya, serta banyaknya

jumlah sampel. Metode wawancara dan observasi langsung tidak dapat dilakukan.

2. Karena waktu pengumpulan data bertepatan dengan liburan semester genap, banyak mahasiswa sulit dijangkau untuk mengisi kuesioner, sehingga proses pengumpulan data mengalami kendala.
3. Peneliti harus melakukan sebagian pengumpulan data secara online menggunakan *Google Form* karena keterbatasan waktu dan tenaga, serta kesulitan dalam memantau secara langsung semua responden saat mengisi kuesioner.
4. Skala yang dipakai dalam penelitian ini dianggap kurang valid karena tidak memperhatikan nilai-nilai keislaman yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari para responden.
5. Walaupun kondisi dan situasi responden di lokasi penelitian mungkin berbeda, peneliti memutuskan tetap menggunakan skala kecemasan sosial dan *alone together* tanpa perubahan, karena dianggap sesuai dengan subjek yang diteliti.