

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

##### **1. Sejarah Singkat UIN Antasari Banjarmasin**

Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin sebelum berganti status pada tahun 2017, dikenal sebagai Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Antasari Banjarmasin yang didirikan pada 20 November 1964. Selama menjadi IAIN, lembaga ini dipimpin oleh delapan rektor. Rektor pertamanya, K.H. Zafri Zamzam, memimpin sejak awal berdirinya. Pada masa itu, ada empat fakultas: Fakultas Syariah di Banjarmasin dan Kandangan, Fakultas Tarbiyah di Barabai, serta Fakultas Ushuluddin di Amuntai. Kemudian, fakultas-fakultas baru didirikan, seperti Fakultas Tarbiyah di Banjarmasin, Martapura, Rantau, dan Kandangan, serta Fakultas Dakwah di Banjarmasin pada tahun 1970. Di akhir masa kepemimpinan Zafri Zamzam, IAIN Antasari memiliki sembilan fakultas.

Pada tahun 1973, rektor kedua, H. Mastur Jahri, MA., melakukan penyatuan fakultas. Semua Fakultas Tarbiyah digabung menjadi satu di Banjarmasin, begitu juga Fakultas Syariah dari Kandangan dan Fakultas Ushuluddin dari Amuntai dipindahkan ke Banjarmasin pada tahun 1978. Akhirnya, IAIN Antasari hanya memiliki empat fakultas yang semuanya berada di Banjarmasin: Fakultas Syariah, Fakultas Tarbiyah, Fakultas Dakwah, dan Fakultas Ushuluddin. Rektor kelima, Prof. Drs. K.H. M.

Asywadie Syukur, Lc., memprakarsai pembukaan Program Pascasarjana pada tahun 1999. Setelah melalui proses perencanaan dan pengajuan ke Departemen Agama di Jakarta, Program Pascasarjana resmi dibuka pada 2 Oktober 2000. Berdasarkan Keputusan Presiden Nomor 36 Tahun 2017 yaitu pada tanggal 3 April 2017, IAIN Antasari resmi beralih status menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin yang dipimpin oleh Prof. Dr. H. Akh. Fauzi Aseri, M.A. Dalam masa ini, UIN Antasari mendirikan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, sehingga memiliki lima fakultas: fakultas tarbiyah dan keguruan, fakultas syariah, fakultas ushuluddin dan humaniora, fakultas dakwah dan ilmu komunikasi, fakultas ekonomi dan bisnis islam, serta program pascasarjana.<sup>1</sup> Kemudian kepemimpinan UIN Antasari Banjarmasin dari 2017 sampai sekarang dilanjutkan oleh Prof. Dr. H. Mujiburrahman, M.A.

## **2. Letak Geografis UIN Antasari Banjarmasin**

UIN Antasari Banjarmasin memiliki 2 kampus, kampus 1 bertempat di Jl. A. Yani Km. 4,5 Kel. Kebun Bunga, Kec. Banjarmasin Timur, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Kode Pos 70235, dan kampus 2 Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin bertempat di Banjarbaru, Jl. Pandarapan KM. 1, Kel. Guntung Manggis, Kec. Landasan Ulin, Kota Banjarbaru.

---

<sup>1</sup> “Sejarah UIN Antasari Banjarmasin - Situs Resmi UIN Antasari,” accessed November 13, 2024, <https://www.uin-antasari.ac.id/sejarah-uin-antasari/>.

### 3. Visi Misi UIN Antasari Banjarmasin

Visi UIN Antasari adalah unggul dan berakhlak, unggul artinya menjadi universitas yang unggul dan terkemuka, dengan fokus pada penggabungan ilmu keislaman dan ilmu modern, menjunjung tinggi nilai-nilai kebangsaan, berakar pada budaya lokal, dan memiliki wawasan global di Asia Tenggara pada tahun 2024.<sup>2</sup> Sedangkan berakhlak adalah menjadi universitas yang menanamkan nilai-nilai akhlak mulia menurut ajaran Islam, yang tercermin dalam sikap dan perilaku yang baik terhadap diri sendiri, sesama, lingkungan, dan Tuhan. Adapun misi UIN Antasari, yaitu:<sup>3</sup>

- a. Menyediakan pendidikan ilmu-ilmu keislaman yang berkualitas, unik, dan mampu bersaing di tingkat internasional.
- b. Mengajarkan akhlak dan spiritualitas Islam secara menyeluruh di kampus, dengan pendekatan yang berkelanjutan.
- c. Melakukan penelitian yang bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan masyarakat.
- d. Mengembangkan program pemberdayaan masyarakat berbasis riset yang memberikan manfaat jangka panjang.
- e. Membangun kerjasama yang solid dengan lembaga-lembaga di tingkat regional, nasional, dan internasional.

---

<sup>2</sup> “Visi, Misi Dan Filosofi Keilmuan,” accessed November 13, 2024, <https://www.uin-antasari.ac.id/visi-misi/>.

<sup>3</sup> “Visi, Misi Dan Filosofi Keilmuan.”

- f. Menerapkan manajemen yang profesional untuk memastikan kepuasan seluruh sivitas akademika dan pemangku kepentingan.

## B. Alur Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama 3 bulan dengan alur penelitian, sebagai berikut:

TABEL 4. 1 PELAKSANAAN PENELITIAN

No	Hari/Tanggal	Kegiatan	Keterangan
1	13 Oktober 2024	Studi Pendahuluan	UIN Antasari Banjarmasin
2	12 Oktober 2024	Izin Skala Penelitian	E-Mail
3	16 Oktober 2024	Persetujuan Skala Penelitian	UIN Antasari Banjarmasin
4	29 Oktober 2024	Izin Penelitian	UIN Antasari Banjarmasin
5	18 Oktober – 18 Desember 2024	Pengambilan Data	UIN Antasari Banjarmasin
6	18 Desember 2024	Selesai Penelitian	UIN Antasari Banjarmasin

## C. Uji Asumsi Klasik

Pengujian asumsi klasik bertujuan untuk memastikan bahwa persamaan regresi yang diperoleh memiliki perhitungan yang tepat, bebas dari bias, dan metodologi yang kuat. Agar model regresi linier dapat digunakan secara efektif sebagai alat analisis data, asumsi klasik ini harus dipenuhi.<sup>4</sup> Uji asumsi klasik yang digunakan pada penelitian ini, sebagai berikut:

---

<sup>4</sup> Fitri April Yanti and Syukri Hamzah, *Statistik Parametrik Untuk Penelitian Pendidikan Dilengkapi Praktik* (Sleman: Penerbit Deepublish Digital, 2024), 1.

## 1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji statistik untuk mengetahui apakah suatu distribusi berdistribusi normal atau tidak.<sup>5</sup> Uji ini penting karena banyak metode statistik, seperti uji t, analisis regresi, dan ANOVA, mengasumsikan bahwa data berasal dari populasi yang terdistribusi normal.<sup>6</sup> Uji normalitas yang dipakai pada penelitian ini adalah Kolmogorov-Smirnov dengan menggunakan bantuan *SPSS statistic 26 for windows*. Uji Kolmogorov-Smirnov digunakan pada penelitian ini, karena uji ini tidak bergantung pada asumsi tentang distribusi data, sehingga bisa digunakan untuk data dengan distribusi yang tidak diketahui atau yang tidak memenuhi syarat statistik parametrik. Selain itu, uji ini cocok digunakan untuk sampel dengan ukuran yang cukup besar.<sup>7</sup> Kriteria dasar pengambilan keputusan didasarkan pada nilai signifikansi. Jika nilai signifikansi  $> 0,05$ , maka data dianggap berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi  $< 0,05$ , maka data dianggap tidak berdistribusi normal.<sup>8</sup> Hasil uji normalitas sebagai berikut:

TABEL 4. 2 HASIL UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		295
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.12293779

<sup>5</sup> Hardisman, *Tanya Jawab Analisis Data : Prinsip Dasar Dan Langkah-Langkah Praktis Pada Penelitian Kesehatan Dengan SPSS*, 85.

<sup>6</sup> Henry Kurniawan et al., *Buku Ajar Statistika Dasar* (Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2024), 64.

<sup>7</sup> Nur Cahyadi et al., *Analisis Data Penelitian* (Batam: Penerbit Cendekia Mulia Mandiri, 2024), 44.

<sup>8</sup> Nuryadi et al., *Buku Ajar Dasar-Dasar Statistik Penelitian*, 80.

LANJUTAN TABEL 4.2

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
Most Extreme Differences	Absolute	.046
	Positive	.044
	Negative	-.046
Test Statistic		.046
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

Berdasarkan hasil pengolahan data pada tabel 4.4 di atas, diperoleh nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,200, > 0,05. Oleh karena itu, data sampel untuk variabel kesepian dan *problematic internet use* pada penelitian ini dapat dinyatakan berdistribusi normal. Hasil ini menunjukkan bahwa distribusi data untuk variabel kesepian dan *problematic internet use* pada penelitian memiliki pola sebaran data yang merata, sehingga bisa untuk dianalisis menggunakan teknik statistik parametrik seperti uji regresi linear.

## 2. Uji Linieritas

Uji linieritas merupakan proses yang digunakan untuk mengetahui bentuk hubungan antara variabel yang diteliti, dengan tujuan memastikan adanya hubungan linier yang signifikan di antara kedua variabel, sehingga uji ini biasanya menjadi prasyarat dalam analisis korelasi atau regresi linier.<sup>9</sup> Adapun dasar pengambilan keputusan didasarkan pada nilai probabilitas. Jika nilai probabilitas > 0,05, maka variabel-variabel tersebut memiliki hubungan linier. Sebaliknya, jika nilai probabilitas < 0,05, maka hubungan antara variabel-variabel tersebut tidak linier.<sup>10</sup>

<sup>9</sup> Qomusuddin, *Statistik Pendidikan: Lengkap Dengan Aplikasi IBM SPSS Statistic 20.0*, 38.

<sup>10</sup> Imam, *Metode Penelitian Kuantitatif Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan Dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif*, 119.

Pada penelitian ini uji linearitas akan di uji menggunakan bantuan *SPSS statistic 26 for window*. Hasil uji linearitas sebagai berikut:

TABEL 4. 3 HASIL UJI LINIERITAS

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Problematic Internet Use * Kesenian	Between Groups	(Combined)	4784.491	30	159.483	4.242	.000
		Linearity	3687.981	1	3687.981	98.092	.000
		Deviation from Linearity	1096.510	29	37.811	1.006	.462
Within Groups			9925.658	264	37.597		
Total			14710.149	294			

Berdasarkan hasil pengolahan data pada tabel 4.5 di atas, diperoleh nilai *Sig.Deviation from linearity* sebesar 0,462, > 0,05. Berdasarkan nilai tersebut, maka dapat dinyatakan variabel kesepian (X) dan *problematic internet use* (X) mempunyai hubungan yang linear. Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada penyimpangan signifikan dari linearitas. Artinya, hubungan antara kedua variabel cenderung mengikuti pola garis lurus, sehingga bisa dilakukan analisis statistik seperti regresi linear.

### 3. Uji Heteroskedastiditas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk memeriksa apakah ada perbedaan varian residual antar pengamatan dalam model regresi. Dalam penelitian ini, menggunakan uji Glejser. Uji heteroskedastisitas penting karena keberadaannya bisa

mempengaruhi hasil analisis dalam model regresi. Jika terdapat heteroskedastisitas, standar error dari estimasi koefisien regresi bisa menjadi tidak konsisten, sehingga kesimpulan tentang signifikansi statistik koefisien tersebut dapat menjadi kurang akurat.<sup>11</sup> Keputusan diambil berdasarkan nilai signifikansi, jika nilai signifikan  $\geq 0,05$ , maka tidak ada masalah heteroskedastisitas, namun jika  $< 0,05$ , ada masalah heteroskedastisitas.<sup>12</sup> Uji heteroskedastisitas ini akan di uji dengan bantuan *SPSS statistic 26 for windows*. Hasil uji heteroskedastisitas sebagai berikut:

TABEL 4. 4 HASIL UJI HETEROSKEDASTISITAS

Coefficients						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	7.532	1.659		4.539	.000
	Kesepian	-.068	.040	-.099	-1.696	.091

Berdasarkan hasil pengolahan data pada tabel 4.6 di atas, diperoleh nilai sig. pada variabel kesepian sebesar 0,091,  $> 0,05$ . Berdasarkan nilai tersebut, maka dapat dinyatakan bahwa tidak terdapat heteroskedastisitas pada data dalam penelitian ini. Artinya, ketika heteroskedastisitas tidak ada dalam penelitian, hasil regresi menjadi lebih akurat dan pengujian hipotesis lebih dapat dipercaya.

<sup>11</sup> Ratih Kusumawardhani and Nuryani Dwi Astuti, *Pengantar Statistika Dan Analisis Dengan SPSS* (Gowa: CV. Ruang Tentor, 2024), 107.

<sup>12</sup> Imam, *Metode Penelitian Kuantitatif Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan Dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif*, 127.



## D. Hasil Analisis Data dan Interpretasi

### 1. Gambaran Responden Penelitian

Responden pada penelitian ini berjumlah 295 mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin tahun 2024. Kemudian, karakteristik responden di bagi ke beberapa kategori, yaitu jenis kelamin, rentang usia, fakultas, angkatan, tempat tinggal dan mahasiswa perantau.

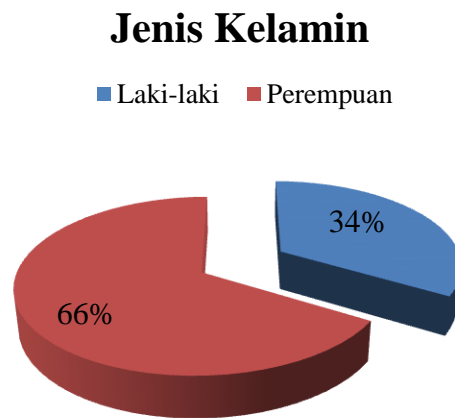
#### a. Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

TABEL 4. 5 RESPONDEN BERDASARKAN JENIS KELAMIN

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	99	34%
Perempuan	196	66%
<b>Total</b>	<b>295</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.7 di atas dari total 295 responden, terdapat sebanyak 99 orang (34%) merupakan laki-laki, sedangkan 196 orang (66%) merupakan perempuan yang dikategorikan berdasarkan jenis kelamin. Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan dengan persentase sebesar 66%. Berikut ini adalah gambar diagram presentase responden berdasarkan jenis kelamin.

GAMBAR 4. 1 DIAGRAM RESPONDEN BERDASARKAN JENIS KELAMIN



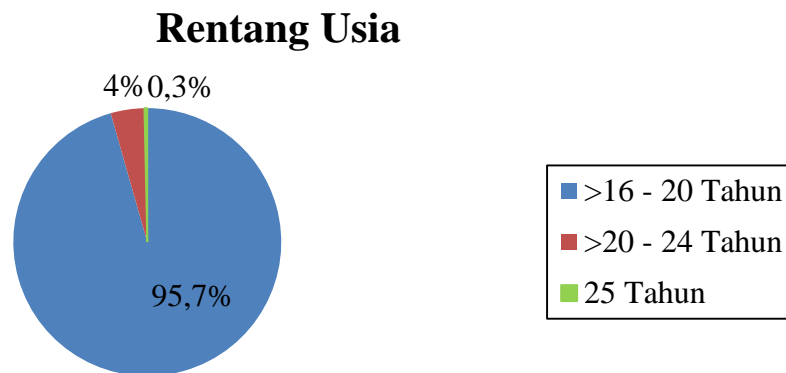
#### b. Gambaran Responden Berdasarkan Rentang Usia

TABEL 4. 6 RESPONDEN BERDASARKAN RENTANG USIA

Usia	Frekuensi	Persentase
>16 - 20 Tahun	282	95,7%
>20 - 24 Tahun	12	4%
25 Tahun	1	0,3%
<b>Total</b>	<b>295</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.8 di atas dari total 295 responden. Responden dengan rentang usia 16–20 tahun, yaitu sebanyak 282 orang (95,7%). Responden dengan rentang usia 20–24 tahun berjumlah 12 orang (4%), sementara responden berusia 25 tahun hanya 1 orang (0,3%) yang dikategorisasikan berdasarkan rentang usia. Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini didominasi oleh kelompok usia 16–20 tahun dengan persentase sebesar 96%. Berikut ini adalah diagram persentase responden berdasarkan rentang usia.

GAMBAR 4. 2 DIAGRAM RESPONDEN BERDASARKAN RENTANG USIA



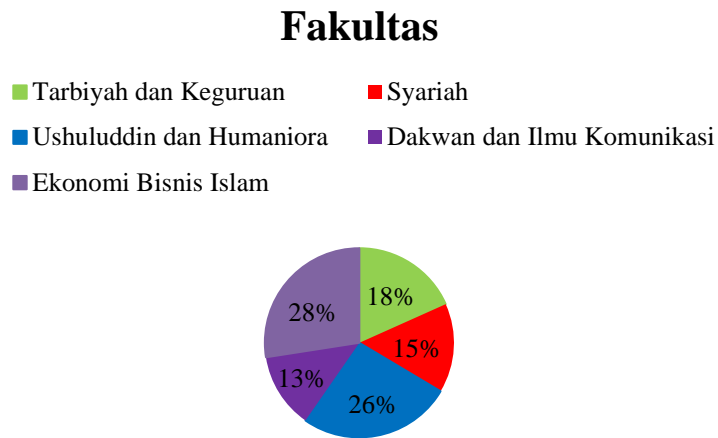
### c. Gambaran Responden Berdasarkan Fakultas

TABEL 4. 7 RESPONDEN BERDASARKAN FAKULTAS

Fakultas	Frekuensi	Persentase
Tarbiyah dan Keguruan	54	18%
Syariah	45	15%
Ushuluddin dan Humaniora	77	26%
Dakwan dan Ilmu Komunikasi	38	13%
Ekonomi Bisnis Islam	81	28%
<b>Total</b>	<b>295</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.9 di atas dari total 295 responden, terdapat sebanyak 54 orang (19%) dari Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, 45 orang (15%) dari Fakultas Syariah, 77 orang (26%) dari Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, 38 orang (13%) dari Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, kemudian 81 orang (27%) dari Fakultas Ekonomi Bisnis Islam. Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berasal dari Fakultas Ekonomi Bisnis Islam dengan persentase sebesar 27%. Berikut ini adalah diagram persentase responden berdasarkan Fakultas.

GAMBAR 4. 3 DIAGRAM RESPONDEN BERDASARKAN FAKULTAS



#### d. Gambaran Responden Berdasarkan Tempat Tinggal

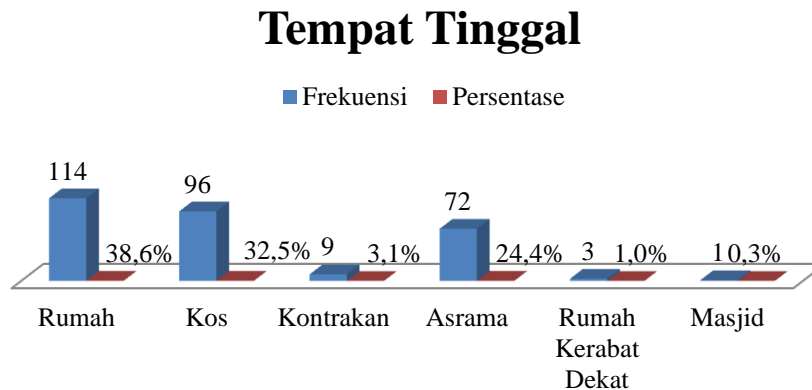
TABEL 4. 8 RESPONDEN BERDASARKAN TEMPAT TINGGAL

Tempat Tinggal	Frekuensi	Presentase
Rumah	114	38,7%
Kos	96	33%
Kontrakan	9	3%
Asrama	72	24%
Rumah Kerabat Dekat	3	1%
Masjid	1	0,3%
<b>Total</b>	<b>295</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.11 di atas dari total 295 responden, terdapat sebanyak 114 orang (38,7%) yang bertempat tinggal di rumah, 96 orang (33%) tinggal di kos, 9 orang (3%) tinggal di kontrakan, 72 orang (24%) tinggal di asrama, 3 orang (1%) tinggal di rumah kerabat dekat dan 1 orang (0,3%) tinggal di Masjid. Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa paling dominan responden bertempat tinggal di

rumah dengan persentase sebesar 39%. Berikut ini adalah diagram persentase responden berdasarkan tempat tinggal.

GAMBAR 4. 4 DIAGRAM RESPONDEN BERDASARKAN TEMPAT TINGGAL



**e. Gambaran Responden Berdasarkan Mahasiswa Perantau**

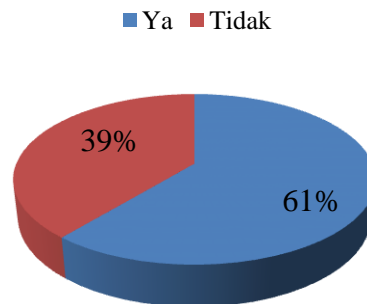
TABEL 4. 9 RESPONDEN BERDASARKAN MAHASISWA PERANTAU

Perantau	Frekuensi	Persentase
Ya	180	61%
Tidak	115	39%
<b>Total</b>	<b>295</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.12 di atas dari total 295 responden, terdapat sebanyak 180 orang (61%) merupakan mahasiswa perantau, sedangkan 115 orang (39%) merupakan mahasiswa yang tidak merantau yang dikategorikan berdasarkan jenis kelamin. Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini didominasi oleh mahasiswa yang merantau dengan persentase sebesar 61%. Berikut ini adalah gambar diagram presentase responden berdasarkan mahasiswa perantau.

GAMBAR 4. 5 DIAGRAM RESPONDEN BERDASARKAN MAHASISWA PERANTAU

### Mahasiswa Perantau



## 2. Analisis Deskriptif Hasil Penelitian

Analisis deskriptif adalah analisis yang digunakan untuk menjelaskan atau menggambarkan suatu objek penelitian berdasarkan data yang diperoleh dari sampel atau populasi, sesuai dengan kondisi apa adanya.<sup>13</sup> Berikut adalah hasil uji deskriptif penelitian pada tabel di bawah ini:

TABEL 4. 10 HASIL UJI DESKRIPTIF DATA PENELITIAN

Variabel	N	Min	Max	Range	Mean	Std. Deviation
Kesepian	295	20	80	60	50	10
<i>Problematic Internet Use</i>	295	15	60	45	37,5	7,5

Analisis deskriptif pada penelitian ini menggunakan instrumen atau alat ukur sebagai dasar referensi yaitu skala kesepian dan *problematic internet use*, dengan

<sup>13</sup> Luh Titi Handayani and Asmuji, *Statistik Deskriptif* (Jember: UM Jember Press, 2023), 18–19.

menggunakan skala likert yang mempunyai 4 skor jawaban yaitu 1, 2, 3 dan 4. Skala kesepian berjumlah 20 item dan skala *problematic internet use* berjumlah 15 item.

Berdasarkan tabel 4.13 di atas, skor minimum pada skala kesepian adalah 20, dan pada skala *problematic internet use* adalah 15. Nilai ini diperoleh dengan mengalikan nilai skor terendah (1) dengan jumlah item pada masing-masing variabel. Kemudian, nilai maksimum pada skala kesepian adalah 80, dan pada skala penggunaan internet bermasalah adalah 60, yang dihitung dengan mengalikan nilai skor tertinggi (4) dengan jumlah item pada masing-masing variabel.

Nilai range didapatkan melalui pengurangan nilai maksimum dengan nilai minimum pada masing-masing variabel sehingga diperoleh nilai range kesepian 60 dan *problematic internet use* 45. Kemudian, nilai mean didapatkan dari penjumlahan nilai minimum dan nilai maksimum kemudian dibagi 2 sehingga diperoleh nilai mean kesepian 50 dan *problematic internet use* 37,5. Sedangkan nilai standar deviasi didapatkan dari nilai range dibagi 6 sehingga diperoleh nilai standar deviasi kesepian 10 dan *problematic internet use* 7,5.

Selanjutnya adalah pengkategorisasian data yang dibagi menjadi 3 kategori, yaitu rendah, sedang dan tinggi. Kategorisasi pada penelitian ini menggunakan perhitungan pada nilai mean dan standar deviasi pada masing-masing variabel, peneliti menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\text{Rendah} = X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$$

$$\text{Sedang} = (\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$$

$$\text{Tinggi} = X \geq (\text{Mean} + 1\text{SD})$$

Keterangan :

X : Skor subjek

Mean : Nilai rata-rata

SD : Standar deviasi

**a. Kategorisasi Variabel *Problematic Internet Use***

Berdasarkan tabel 4.12, diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) skala *problematic internet use* adalah 37,5 dan standar deviasi sebesar 7,5. Nilai ini digunakan sebagai dasar untuk melakukan pengelompokan data (kategorisasi) melalui perhitungan berikut:

Rendah :  $X < (37,5 - 7,5)$

:  $X < 30$

Sedang :  $(37,5 - 7,5) \leq X < (37,5 + 7,5)$

:  $30 \leq X < 45$

Tinggi :  $X \geq (37,5 + 7,5)$

:  $X \geq 45$

TABEL 4. 11 KATEGORISASI SKALA *PROBLEMATIC INTERNET USE*

<b>Kategori</b>	<b>Rentang Nilai</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
Rendah	$X < 30$	30	10%
Sedang	$30 \leq X < 45$	229	78%
Tinggi	$X > 45$	36	12%
<b>Total</b>		<b>295</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas, dapat diketahui bahwa tingkat *problematic internet use* pada mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin



dengan kategori rendah 30 (10%), kemudian kategori sedang 229 (78%), sedangkan kategori tinggi 36 (12%). Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin memiliki tingkat *problematic internet use* yang berada pada kategori sedang, dengan persentase mencapai 78%. Hal ini berarti bahwa mahasiswa tahun pertama banyak menghabiskan waktu di internet, meskipun belum sampai tahap yang ekstrem. Akan tetapi, perlu diperhatikan juga terdapat *problematic internet use* yang tinggi pada mahasiswa tahun pertama.

#### b. Kategorisasi Variabel Kesenian

Berdasarkan tabel 4.12, diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) skala kesepian adalah 50 dan standar deviasi sebesar 10. Nilai ini digunakan sebagai dasar untuk melakukan pengelompokan data (kategorisasi) melalui perhitungan berikut:

Rendah	: $X < (50-10)$ : $X < 40$
Sedang	: $(50-10) \leq X < (50+10)$ : $40 \leq X < 60$
Tinggi	: $X \geq (50+10)$ : $X \geq 60$

TABEL 4. 12 KATEGORISASI SKALA KESEPIAN

Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 40$	88	30%
Sedang	$40 \leq X < 60$	207	70%
Tinggi	$X \geq 60$	0	0%
<b>Total</b>		<b>295</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas, dapat diketahui bahwa tingkat kesepian pada mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin dengan kategori rendah 88 (30%), kemudian kategori sedang 207 (70%), sedangkan kategori tinggi 0 (0%). Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat kesepian pada mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin dalam penelitian ini paling dominan berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 70%. Hal ini berarti mahasiswa tahun pertama merasa kesepian secara emosional atau sosial, tetapi tidak dalam tingkat yang ekstrem atau kronis. Mahasiswa tahun pertama yang kesepian mungkin masih dapat menjalani aktivitas sehari-hari dengan cukup baik, meskipun mereka merasakan kekosongan atau kurangnya kedekatan emosional dengan orang lain.

### 3. Uji Beda

Uji beda dalam penelitian ini menggunakan uji *Independent T-Test* dan *One Way Anova*. Uji *Independent T-Test* adalah metode untuk membandingkan dua kelompok data yang tidak saling berhubungan, dengan data variabel dalam bentuk angka.<sup>14</sup> Sedangkan ANOVA adalah metode uji statistik yang digunakan untuk membandingkan perbedaan data dari lebih dari dua kelompok yang tidak saling berhubungan.<sup>15</sup> Adapun dasar untuk menentukan apakah ada perbedaan yang signifikan antara kelompok adalah jika nilai signifikan  $< 0,05$ . Uji beda dalam penelitian ini menggunakan bantuan *SPSS statistic 26 for windows*.

---

<sup>14</sup> Febri Endra B.S, *Pengantar Metodologi Penelitian: Statistika Praktis* (Sidoarjo: Penerbit Zifatma Jawara, 2017), 155.

<sup>15</sup> B.S, *Pengantar Metodologi Penelitian: Statistika Praktis*, 155.

a. *Problematic Internet Use*

1) *Problematic Internet Use* berdasarkan Jenis Kelamin

TABEL 4. 13 ANALISIS DATA *PROBLEMATIC INTERNET USE* BERDASARKAN JENIS KELAMIN

Group Statistics					
Problematic Internet Use	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
	Laki-laki	99	36.61	8.224	.827
	Perempuan	196	37.05	6.433	.459

Berdasarkan tabel 4.12 di atas, diketahui bahwa nilai rata-rata *problematic internet use* pada responden perempuan mencapai 37,05, sedangkan pada responden laki-laki hanya sebesar 36,61. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat *problematic internet use* cenderung lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki.

TABEL 4. 14 HASIL UJI BEDA *INDEPENDENT SAMPLE T-TEST PROBLEMATIC INTERNET USE* BERDASARKAN JENIS KELAMIN

Levene's Test for Equality of Variances		
		Sig.
Problematic Internet Use	Equal variances assumed	.004

Berdasarkan tabel 4.13 di atas, hasil analisis menunjukkan bahwa nilai signifikansi uji beda *problematic internet use* adalah sebesar  $0,004 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dalam tingkat *problematic internet use* antara responden laki-laki dan perempuan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin memiliki pengaruh terhadap perbedaan tingkat *problematic internet use* pada penelitian ini.

2) *Problematic Internet Use* berdasarkan Tempat TinggalTABEL 4. 15 ANALISIS DATA *PROBLEMATIC INTERNET USE* BERDASARKAN TEMPAT TINGGAL

Descriptives								
Problematic Internet Use								
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
Asrama	72	37.19	8.855	1.044	35.11	39.28	15	60
Kontrakan	9	38.11	3.855	1.285	35.15	41.07	32	43
Kos	96	36.36	6.930	.707	34.96	37.77	16	53
Masjid	1	36.00	.	.	.	.	36	36
Rumah	114	36.95	6.001	.562	35.83	38.06	19	54
Kerabat Dekat	3	42.00	11.533	6.658	13.35	70.65	30	53
Total	295	36.90	7.074	.412	36.09	37.71	15	60

Berdasarkan tabel 4.14 di atas, menunjukkan bahwa nilai rata-rata *problematic internet use* pada responden yang bertempat tinggal di Asrama sebesar 37.19, Kontrakan 38.11, Kos 36.36, Masjid 36.00, Rumah 36.95, dan Rumah Kerabat Dekat 42.00. Dari data tersebut, diketahui bahwa nilai rata-rata tertinggi terdapat pada responden yang bertempat tinggal di Rumah Kerabat Dekat, dengan nilai sebesar 42,00, menunjukkan kecenderungan yang lebih tinggi dibandingkan tempat tinggal lainnya.

TABEL 4. 16 HASIL UJI BEDA ANOVA *PROBLEMATIC INTERNET USE* BERDASARKAN TEMPAT TINGGAL

ANOVA					
Problematic Internet Use					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	126.059	5	25.212	.500	.776
Within Groups	14584.090	289	50.464		
Total	14710.149	294			

Berdasarkan tabel 4.15 di atas, hasil analisis menunjukkan bahwa nilai signifikansi uji beda *problematic internet use* adalah sebesar  $0,776 > 0,05$ . Hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan *problematic internet use* berdasarkan tempat tinggal pada penelitian ini.

## b. Kesepian

### 1) Kesepian berdasarkan Jenis Kelamin

TABEL 4. 17 ANALISIS DATA KESEPIAN BERDASARKAN JENIS KELAMIN

Group Statistics					
Kesepian	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
	Laki-laki	99	41.00	5.838	.587
	Perempuan	196	40.90	5.474	.391

Berdasarkan tabel 4.16 di atas menunjukkan bahwa rata-rata *problematic internet use* untuk responden laki-laki adalah 41,00, lebih tinggi dibandingkan responden perempuan yang memiliki rata-rata sebesar 40,90. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa laki-laki cenderung mengalami tingkat kesepian yang lebih besar dibandingkan perempuan.

TABEL 4. 18 HASIL UJI BEDA *INDEPENDENT SAMPLE T-TEST* KESEPIAN BERDASARKAN JENIS KELAMIN

Levene's Test for Equality of Variances		
		Sig.
Kesepian	Equal variances assumed	.267

Berdasarkan tabel 4.17 di atas, hasil analisis menunjukkan bahwa nilai signifikansi uji beda *problematic internet use* adalah sebesar  $0,267 > 0,05$ . Hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan kesepian antara responden laki-laki dan perempuan.

2) Kesepian berdasarkan Tempat Tinggal

TABEL 4. 19 ANALISIS DATA KESEPIAN BERDASARKAN TEMPAT TINGGAL

Descriptives								
Kesepian								
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
Asrama	72	40.94	5.746	.677	39.59	42.29	22	52
Kontrakan	9	43.00	4.301	1.434	39.69	46.31	36	49
Kos	96	40.99	5.941	.606	39.79	42.19	22	51
Masjid	1	41.00	.	.	.	.	41	41
Rumah	114	40.70	5.397	.506	39.70	41.70	24	53

LANJUTAN TABEL 4.19

Descriptives								
Kesepian								
Kerabat Dekat	3	41.33	1.155	.667	38.46	44.20	40	42
Total	295	40.93	5.589	.325	40.29	41.57	22	53

Berdasarkan tabel 4.18 di atas, menunjukkan bahwa rata-rata kesepian pada responden yang bertempat tinggal di Asrama sebesar 40,94, Kontrakan 43,00, Kos 40,99, Masjid 41,00, Rumah 40,70, dan Rumah Kerabat Dekat 41,33. Responden yang tinggal di Kontrakan memiliki rata-rata kesepian tertinggi yaitu 43,00, dibandingkan dengan responden dari tempat tinggal lainnya.

TABEL 4. 20 HASIL UJI BEDA ANOVA KESEPIAN BERDASARKAN TEMPAT TINGGAL

ANOVA					
Kesepian					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	45.350	5	9.070	.287	.920
Within Groups	9139.294	289	31.624		
Total	9184.644	294			

Berdasarkan tabel 4.19 di atas, hasil analisis menunjukkan bahwa nilai signifikansi uji beda kesepian adalah sebesar  $0,920 > 0,05$ . Hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan kesepian berdasarkan tempat tinggal pada penelitian ini.

## E. Uji Hipotesis

### 1. Uji Regresi Linear Sederhana

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan metode uji regresi linier sederhana. Uji regresi linier sederhana digunakan untuk mengetahui hubungan antar dua variabel dan merupakan teknik dalam statistika parametrik yang digunakan secara umum untuk menganalisis rata-rata respon dari variabel Y yang berubah sehubungan dengan intervensi dari variabel X.<sup>16</sup> Uji hipotesis dalam penelitian untuk mengetahui kontribusi perasaan kesepian (X) terhadap *problematic internet use* (Y) dengan menggunakan bantuan *SPSS statistic 26 for windows*. Adapun hipotesis penelitian sebagai berikut:

- a. Ha: terdapat kontribusi perasaan kesepian terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin.
- b. Ho: tidak terdapat kontribusi perasaan kesepian terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin.

TABEL 4. 21 HASIL UJI HIPOTESIS

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3687.981	1	3687.981	98.037	.000 <sup>b</sup>
	Residual	11022.168	293	37.618		
	Total	14710.149	294			
a. Dependent Variable: Problematic Internet Use						
b. Predictors: (Constant), Kesepian						

<sup>16</sup> Kurniawan and Yuniarto, *Analisis Regresi*, 63.



Berdasarkan Tabel 4.16 di atas, diperoleh nilai signifikansi (sig) sebesar 0,000. Dalam pengambilan keputusan uji hipotesis, jika nilai sig < 0,05, maka  $H_a$  diterima, sedangkan jika sig > 0,05,  $H_0$  ditolak. Dari hasil pengolahan data menggunakan *SPSS statistic 26 for Windows*, nilai sig sebesar  $0,000 < 0,05$  dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, yang berarti terdapat kontribusi perasaan kesepian terhadap *problematic internet use*.

TABEL 4. 22 HASIL UJI REGRESI LINIER SEDRHANA

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	10.964	2.644		4.147	.000
	Kesepian	.634	.064	.501	9.901	.000
a. Dependent Variable: Problematic Internet Use						

Berdasarkan tabel 4.17 di atas, nilai *constant* sebesar 10,964 menunjukkan bahwa jika variabel kesepian bernilai 0, maka *problematic internet use* akan memiliki nilai awal sebesar 10,964. Ini adalah nilai dasar tanpa pengaruh dari kesepian. Kemudian, nilai koefisien regresi variabel kesepian adalah 0,634 dengan tingkat signifikansi (sig) sebesar 0,000. Setiap peningkatan 1 poin dalam kesepian akan meningkatkan *problematic internet use* sebesar 0,634 poin. Hasil ini menunjukkan bahwa perasaan kesepian memiliki kontribusi positif yang signifikan terhadap *problematic internet use*. Artinya, semakin tinggi tingkat kesepian, maka semakin tinggi pula tingkat *problematic internet use*.

## 2. Uji Koefisien Determinasi R

Koefisien determinasi ( $R^2$ ) digunakan untuk mengukur sejauh mana hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Pengukuran ini dilakukan dengan melihat nilai R Square ( $R^2$ ), yang berkisar antara 0 hingga 1. Koefisien ini menunjukkan seberapa besar kontribusi variabel independen (X) dalam menjelaskan variabel dependen (Y). Semakin tinggi nilai  $R^2$ , semakin baik variabel X dalam menjelaskan perubahan yang terjadi pada variabel Y.<sup>17</sup> Uji koefisien determinasi pada penelitian ini menggunakan bantuan *SPSS statistic 26 for windows*, berikut adalah hasil uji koefisien determinasi pada tabel di bawah ini:

TABEL 4. 23 HASIL UJI KOEFISIEN DETERMINASI  $R^2$

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.501 <sup>a</sup>	.251	.248	6.133
a. Predictors: (Constant), Kesepian				

Berdasarkan tabel 4.18 di atas, koefisien determinasi ( $R^2$ ) memiliki nilai sebesar 0,251. Nilai ini diperoleh dengan mengkuadratkan koefisien (R), yaitu  $0,501 \times 0,501 = 0,251$ . Artinya, bahwa perasaan kesepian memberikan kontribusi sebesar 25,1% terhadap *problematic internet use* ( $0,251 \times 100\%$ ). Sedangkan, sisanya, sebesar 74,9%, dipengaruhi oleh variabel lain selain variabel kesepian.

<sup>17</sup> Darma, *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji T, Uji F, R2, 53*.

## F. Sumbangan Efektif

Sumbangan efektif bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi setiap aspek terhadap masing-masing variabel. Dalam penelitian ini, sumbangan efektif dihitung dengan membagi skor total setiap aspek dengan skor total seluruh variabel. Adapun rumus untuk mengetahui seberapa besar kontribusi setiap aspek, sebagai berikut:

$$\frac{\text{Jumlah total data aspek}}{\text{Jumlah total data variabel}} \times 100\%$$

Diketahui:

Total data variabel X : 12075

Total data variabel Y : 10886

### 1. Sumbangan Efektif Aspek Perasaan Kesepian

Terdapat 2 aspek utama dalam membentuk kesepian, yaitu *emotional loneliness* dan *social loneliness*. Berikut adalah hasil perhitungan sumbangan efektif aspek perasaan kesepian:

$$\textit{Emotional Loneliness} : \frac{6430}{12075} \times 100\% = 53\%$$

$$\textit{Social Loneliness} : \frac{5645}{12075} \times 100\% = 47\%$$

Berdasarkan perhitungan di atas didapatkan nilai persentase sumbangan efektif dari aspek *emotional loneliness* sebesar 53% dan *social loneliness* 47%. Dari

perhitungan tersebut, diketahui bahwa kesepian yang dirasakan mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin lebih banyak disebabkan perasaan kesepian secara emosional. Hal ini berarti kesepian yang dirasakan mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin, karena hubungan sosial mereka yang kurang mendalam secara emosional, dengan kontribusi sebesar 53%.

## 2. Sumbangan Efektif Aspek *Problematic Internet Use*

Terdapat 5 aspek utama dalam membentuk *problematic internet use*, yaitu *preference for online social interaction (POSI)*, *mood regulation*, *cognitive preoccupation*, *compulsive internet*, dan *negative outcomes*. Berikut adalah hasil perhitungan sumbangan efektif aspek *problematic internet use*:

$$\textit{Preference for Online Social Interaction} : \frac{1990}{10886} \times 100\% = 18\%$$

$$\textit{Mood Regulation} : \frac{2452}{10886} \times 100\% = 23\%$$

$$\textit{Cognitive Preoccupation} : \frac{2210}{10886} \times 100\% = 20\%$$

$$\textit{Compulsive Internet} : \frac{2143}{10886} \times 100\% = 20\%$$

$$\textit{Negative Outcomes} : \frac{2091}{10886} \times 100\% = 19\%$$

Berdasarkan perhitungan di atas diketahui bahwa nilai presentase sumbangan efektif dari aspek *preference for online social interaction (POSI)* sebesar 18%, *mood*

*regulation* 23%, *cognitive preoccupation* 20%, *compulsive internet* 20%, dan *negative outcome* 19%. Dari perhitungan tersebut, dapat disimpulkan bahwa *problematic internet use* yang dialami oleh mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin dominan dipengaruhi aspek *mood regulation* (regulasi suasana hati) dibandingkan aspek lainnya, yaitu sebesar 23%. Hal ini berarti bahwa mahasiswa tahun pertama yang cenderung memilih berinteraksi secara online sebagai cara untuk mengatasi kecemasan dan menghindari ketidaknyamanan yang mungkin timbul dalam hubungan tatap muka.

Dari berbagai analisis data yang sudah dilakukan peneliti di atas mengenai kontribusi perasaan kesepian dan *problematic internet use* pada mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin. Dapat disimpulkan bahwa data untuk variabel kesepian dan *problematic internet use* berdistribusi normal (Asymp. Sig. 0,200 > 0,05), sehingga selanjutnya bisa dianalisis menggunakan teknik statistik parametrik seperti regresi linier. Kemudian, terdapat hubungan linier antara kesepian dan *problematic internet use* (Sig. Deviation from linearity 0,462 > 0,05), menunjukkan tidak ada penyimpangan signifikan dari linieritas. Selain itu, tidak ditemukan heteroskedastisitas pada data (nilai Sig. 0,091 > 0,05), yang meningkatkan akurasi hasil regresi dan kepercayaan pada pengujian hipotesis.

Selanjutnya, dari total 295 responden paling banyak adalah perempuan 66%, mayoritas berusia 16–20 tahun (95,7%), dan banyak yang berasal dari Fakultas Ekonomi Bisnis Islam (27%). Sebagian besar responden tinggal di rumah (39%) dan merupakan mahasiswa perantau (61%). Tingkat kesepian dalam penelitian ini

didominasi oleh kategori sedang (70%), dan *problematic internet use* juga menunjukkan dominasi kategori sedang (78%). Kesepian berkontribusi signifikan terhadap *problematic internet use* (nilai sig  $0,000 < 0,05$ ) dengan kontribusi positif, yang berarti semakin tinggi tingkat kesepian, semakin tinggi juga *problematic internet use*.

Koefisien determinasi menunjukkan bahwa kesepian memberikan kontribusi 25,1% terhadap *problematic internet use*, sementara 74,9% dipengaruhi oleh variabel lain. Aspek kesepian emosional berkontribusi lebih banyak, yaitu 53% terhadap mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin. Kemudian, aspek *problematic internet use* paling dominan dipengaruhi oleh regulasi suasana hati (23%) dibandingkan aspek lainnya. Secara keseluruhan, penelitian ini menemukan bahwa kesepian yang dialami mahasiswa dapat mempengaruhi penggunaan internet mereka.

## **G. Pembahasan**

Mahasiswa tahun pertama merupakan mahasiswa yang sedang beralih dari kehidupan sekolah menengah ke perguruan tinggi. Masa ini merupakan transisi di mana mereka berpindah dari keterhubungan dan rasa aman yang sebelumnya diperoleh dari keluarga dan komunitas, menuju kebutuhan untuk membangun koneksi dan identitas di lingkungan kampus.<sup>18</sup> Namun, proses transisi ini sering kali tidak mudah, terutama dalam hal mencari teman di lingkungan baru. Teman-teman satu kampus biasanya berasal dari berbagai daerah dengan latar belakang yang berbeda-beda, yang dapat menyulitkan mahasiswa untuk menemukan teman yang cocok. Jika

---

<sup>18</sup> Asher and Weeks, "Loneliness and Belongingness in the College Years," 284.

mereka gagal menemukan teman yang sesuai, hal ini dapat memicu perasaan kesepian.<sup>19</sup> Zahedi, dkk menjelaskan bahwa mahasiswa tahun pertama lebih rentan merasa kesepian karena kesulitan menyesuaikan diri dengan situasi baru dan menciptakan kontak sosial baru.<sup>20</sup>

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti menemukan bahwa mahasiswa tahun pertama merasa kesepian karena belum ada sahabat dekat. Hal tersebut dikarenakan kalau di kampus, ia kemana-mana sendirian. Untuk mengatasi rasa kesepiannya, mahasiswa tahun pertama tersebut menggunakan internet seperti menonton video di media sosial atau berinteraksi dengan orang lain di media sosial. Mahasiswa tersebut juga mengatakan bahwa ia lebih nyaman berinteraksi melalui media sosial ketimbang secara langsung dikarenakan suka kehabisan topik pembicaraan dan penggunaan internetnya kurang dari 12 jam.<sup>21</sup>

Skues, dkk menjelaskan bahwa mahasiswa yang merasa kesepian cenderung menghabiskan waktu lebih banyak di internet, terutama di media sosial, karena mereka berusaha membangun hubungan sosial untuk mengurangi rasa kesepian yang mereka alami.<sup>22</sup> Mahasiswa yang merasa kesepian sering kali menghabiskan lebih banyak waktu di sosial media sebagai cara untuk mengatasi perasaan tersebut.

---

<sup>19</sup> Bernadeta Ria Anggriani and Bernardinus Agus Arswimba, "Perbedaan Tingkat Kesepian Mahasiswa Yang Tinggal Di Kost Dan Yang Tinggal Bersama Orang Tua/Keluarga Pada Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Sanata Dharma," *Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi* 5, no. 2 (2023): 83, <https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/article/view/7882/3767>.

<sup>20</sup> Hamideh Zahedi, Mohammad Hasan Sahebihagh, and Parvin Sarbakhsh, "The Magnitude of Loneliness and Associated Risk Factors among University Students: A Cross-Sectional Study," *Iranian Journal of Psychiatry* 17, no. 4 (2022): 412.

<sup>21</sup> NA, Wawancara Mahasiswa Tahun Pertama UIN Antasari Banjarmasin, 13 Oktober 2024.

<sup>22</sup> Jason Skues et al., "The Effects of Boredom, Loneliness, and Distress Tolerance on Problem Internet Use Among University Students," *International Journal of Mental Health and Addiction* 14, no. 2 (2016): 170.

Namun, hal ini bisa menyebabkan penggunaan internet yang berlebihan.<sup>23</sup> Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sari menemukan bahwa perasaan kesepian dapat menjadi pemicu munculnya masalah penggunaan internet yang berlebihan pada mahasiswa. Hal ini terjadi karena banyak mahasiswa menggunakan internet sebagai cara untuk mengatasi rasa kesepian. Akibatnya, mereka cenderung menghabiskan banyak waktu di social media, yang pada akhirnya dapat menyebabkan penggunaan internet yang bermasalah atau *problematic internet use*.<sup>24</sup>

Menurut Caplan ciri-ciri *problematic internet use* ditandai dengan perilaku sebagai berikut:<sup>25</sup> Individu yang menghadapi masalah psikososial seperti depresi dan kesepian, cenderung lebih banyak berinteraksi secara online, mengalami kesulitan dalam berinteraksi secara langsung, terlibat dalam penggunaan internet yang berlebihan dan kompulsif, dan menyebabkan dampak negatif pada aspek kehidupan lainnya.

Hasil uji deskriptif yang dilakukan oleh peneliti menemukan bahwa tingkat *problematic internet use* pada mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin sebagian besar berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 229 responden dengan presentase 78%, kemudian pada tingkat rendah sebanyak 30 responden dengan presentase 10%, sedangkan pada kategori tinggi sebanyak 36 responden dengan presentase 12%. Hal ini berarti bahwa mahasiswa tahun pertama banyak

---

<sup>23</sup> Zelfina and Nurmina, "Hubungan Antara Loneliness Dengan Internet Addiction Pada Remaja Pengguna Media Sosial," 110.

<sup>24</sup> Sari, "Kesepian, Kecemasan Sosial Dan Problematic Internet Use Pada Mahasiswa Pengguna Instagram," 74.

<sup>25</sup> Caplan, "Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being," 6.



menghabiskan waktu di internet, meskipun belum sampai tahap yang ekstrem. Akan tetapi, perlu diperhatikan juga terdapat *problematic internet use* yang tinggi pada mahasiswa tahun pertama. Fernandez,dkk menjelaskan bahwa *Problematic internet use* berada pada tingkat sedang dalam skala masalah penggunaan internet dan cenderung tidak terlalu berbahaya.<sup>26</sup>

Adapun aspek pembentuk utama yang berkontribusi terhadap *problematic internet use* berdasarkan perhitungan sumbangan efektif, yaitu aspek *preference for online social interaction* sebesar 18%, aspek *mood regulation* sebesar 23%, aspek *cognitive preoccupation* sebesar 20%, aspek *compulsive internet* sebesar 20% dan aspek *negative outcomes* sebesar 19%. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek *problematic internet use* yang paling dominan berkontribusi pada mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin dibandingkan aspek lainnya, yaitu *mood regulation* dengan presentase sebesar 23%. Hal ini berarti bahwa mahasiswa tahun pertama yang cenderung memilih berinteraksi secara online sebagai cara untuk mengatasi kecemasan dan menghindari ketidaknyamanan yang mungkin timbul dalam hubungan tatap muka.

Hasil uji *Independent Sample T-Test problematic internet use* berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa nilai signifikansi uji beda *problematic internet use* adalah sebesar  $0,004 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dalam tingkat *problematic internet use* antara responden laki-laki dan perempuan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin memiliki pengaruh

---

<sup>26</sup> Fernandes, Maia, and Pontes, "Internet Addiction or Problematic Internet Use? Wich Term Should Be Used?," 3.

terhadap perbedaan tingkat *problematic internet use* pada penelitian ini. Sedangkan pada hasil uji beda ANOVA *problematic internet use* berdasarkan tempat tinggal didapatkan nilai signifikansi uji beda *problematic internet use* adalah sebesar  $0,776 > 0,05$ . Hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan *problematic internet use* berdasarkan tempat tinggal pada penelitian ini.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Reinaldo dan Sokang menemukan bahwa mahasiswa cenderung menggunakan internet untuk mengelola emosi dan mengatasi perasaan negatif yang mereka alami. Mahasiswa sering menggunakan internet untuk memperbaiki suasana hati saat merasa sedih atau kesal. Aktivitas yang paling sering dilakukan adalah *chatting* dan mengakses media sosial. Hal ini berkaitan erat karena fitur *chatting* dan media sosial menjadi sarana utama bagi mahasiswa untuk menyalurkan emosi negatif. Bagi mereka, penggunaan internet ini diharapkan dapat membantu meningkatkan suasana hati dan membuat mereka merasa lebih baik.<sup>27</sup>

Istilah *problematic internet use* sering dikaitkan dengan adiksi internet, meskipun keduanya memiliki makna yang berbeda. Adiksi internet merujuk pada penggunaan internet yang patologis, yang terjadi ketika seseorang kesulitan mengontrol waktu yang dihabiskan di internet dan merasa dunia maya lebih menarik daripada dunia nyata. Adiksi ini serupa dengan kecanduan terhadap teknologi, seperti kecanduan komputer, dan termasuk dalam kategori kecanduan perilaku (*behavioral addiction*), seperti kecanduan berjudi. Beberapa tanda adiksi internet meliputi

---

<sup>27</sup> Reinaldo and Yasinta Astin Sokang, "Mahasiswa Dan Internet: Dua Sisi Mata Uang? Problematic Internet Use Pada Mahasiswa," *Jurnal Psikologi* 43, no. 2 (June 1, 2016): 114, <https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/17276>.

perasaan bahwa internet adalah hal terpenting dalam hidup (*salience*), menggunakan internet untuk mengubah suasana hati (*mood modification*), membutuhkan waktu lebih lama di internet untuk merasa puas (*tolerance*), merasa gelisah atau tidak nyaman saat tidak bisa online (*withdrawal*), mengalami konflik dengan orang lain atau dengan diri sendiri karena penggunaan internet (*conflict*), dan kembali menggunakan internet secara berlebihan setelah mencoba berhenti (*relapse*).<sup>28</sup>

Sedangkan *problematic internet use* (PIU) merupakan suatu pandangan non-klinis mengenai penggunaan internet yang tidak dianggap sebagai kondisi patologis, yang pertama kali diajukan oleh Davis.<sup>29</sup> Davis dalam Andangsari dan Fikri mengembangkan model etiologi *problematic internet use* (PIU) dengan pendekatan kognitif-perilaku. Dalam pandangan ini, masalah psikososial seperti depresi dan kesepian dapat mendorong seseorang untuk lebih sering berinteraksi secara online, seringkali dengan cara yang berlebihan dan kompulsif, yang pada akhirnya dapat memperburuk masalah yang sudah ada pada individu tersebut.<sup>30</sup>

Istilah *problematic internet use* (PIU) merujuk pada perilaku dan pola pikir yang tidak sehat dalam penggunaan internet, yang berdampak negatif pada berbagai aspek kehidupan, termasuk akademik, pekerjaan, dan kehidupan sosial. Menurut Davis dalam Caplan individu yang mengalami PIU cenderung memiliki karakteristik berikut: Mereka mengalami masalah psikososial seperti depresi dan kesepian, lebih memilih berinteraksi secara online daripada tatap muka karena merasa interaksi

---

<sup>28</sup> Prambayu and Dewi, "Adiksi Internet Pada Remaja," 73.

<sup>29</sup> Davis, "Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use," 187.

<sup>30</sup> Andangsari and Fitri, "Problematic Internet Use Pada Remaja Pengguna Facebook Di Jakarta Barat," 309.

online tidak begitu mengancam, memiliki dorongan kuat untuk selalu terhubung dengan internet, yang bisa menyebabkan penggunaan internet yang berlebihan dan kompulsif, sehingga mengganggu aspek kehidupan lainnya. Pandangan ini menekankan bagaimana masalah psikologis dapat mendorong penggunaan internet yang bermasalah dan bagaimana hal tersebut dapat mempengaruhi kehidupan seseorang secara negatif.<sup>31</sup> *Problematic internet use* berada pada tingkat keparahan yang lebih rendah dalam kontinum masalah ini dan cenderung bersifat ringan, sementara kecanduan internet berada di tingkat tertinggi dalam kontinum tersebut, dengan dampak serius yang mempengaruhi kehidupan individu secara negatif.<sup>32</sup>

Salah satu faktor psikososial seperti kesepian dapat menjadi penyebab dari penggunaan internet yang bermasalah atau *problematic internet use*.<sup>33</sup> Pada hasil analisis deskriptif yang dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin ditemukan bahwa tingkat kesepian paling dominan pada mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin berada pada kategori sedang, yaitu 70% dengan jumlah sebanyak 207 responden. Kemudian, pada kategori rendah, yaitu 30% dengan jumlah sebanyak 88 responden. Sedangkan pada kategori tinggi, yaitu 0%. Hal ini berarti mahasiswa tahun pertama merasa kesepian secara emosional atau sosial, tetapi tidak dalam tingkat yang ekstrem atau kronis. Mahasiswa tahun pertama yang kesepian mungkin masih dapat menjalani aktivitas sehari-hari dengan

---

<sup>31</sup> Caplan, "Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being," 627.

<sup>32</sup> Fernandes, Maia, and Pontes, "Internet Addiction or Problematic Internet Use? Wich Term Should Be Used?," 3.

<sup>33</sup> Kim, LaRose, and Peng, "Loneliness as the Cause and the Effect of Problematic Internet Use: The Relationship between Internet Use and Psychological Well-Being," 451.

cukup baik, meskipun mereka merasakan kekosongan atau kurangnya kedekatan emosional dengan orang lain.

Aspek pembentuk utama yang paling besar berkontribusi terhadap kesepian adalah *emotional loneliness* dengan presentase sebesar 53%. Sedangkan pada aspek *social loneliness* berkontribusi sebesar 47%. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek kesepian yang paling dominan berkontribusi pada mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin, yaitu *emotional loneliness* dengan presentase sebesar 53%. Hal tersebut berarti kesepian yang dirasakan mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin, karena hubungan sosial mereka yang kurang mendalam secara emosional. Ousman dan Nazir menjelaskan bahwa kesepian secara emosional merupakan kurangnya keintiman emosional dalam hubungan dapat membuat mahasiswa merasa kesepian. Kesepian secara emosional ini terjadi ketika mereka merasa bahwa hubungan yang dimiliki tidak cukup mendalam atau berarti.<sup>34</sup>

Hasil uji *Independent sample T-Test* kesepian berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa nilai signifikansi uji beda *problematic internet use* adalah sebesar  $0,267 > 0,05$ . Hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan kesepian antara responden laki-laki dan perempuan. Juga pada hasil uji beda ANOVA kesepian berdasarkan tempat tinggal menunjukkan bahwa nilai signifikansi kesepian adalah sebesar  $0,920 > 0,05$ . Hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan kesepian berdasarkan tempat tinggal pada penelitian ini.

---

<sup>34</sup> Youssouf Issen OUSMAN and Thseen NAZİR, "Loneliness Among University Students As A Growing Concern," *Journal of Family Counseling and Education* 8, no. 2 (2023): 87.

Islam mengajarkan kita hendaknya mengingat Allah dengan melakukan dzikrullah untuk mengatasi rasa kesepian agar hati menjadi tentram, dalam al-Qur'an surah ar-Ra'ad ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۗ

Artinya: “(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram” (Q.S Ar-Ra'ad/13: 28).<sup>35</sup>

Dzikrullah atau mengingat Allah, serta merenungkan ayat-ayat-Nya, dapat membawa ketenangan dan mengatasi kesepian yang dirasakan seseorang. Orang yang beriman dan beramal saleh akan menemukan kedamaian dan kebahagiaan di dunia dan di akhirat, serta mendapatkan surga sebagai tempat kembali yang baik. Oleh karena itu, dalam menghadapi kesepian, mengingat Allah dan merenungkan ajaran-Nya dapat menjadi sumber kekuatan dan penghiburan yang besar.

Kesepian seringkali menjadi pemicu mahasiswa untuk menggunakan internet secara berlebihan, yang kemudian dapat menyebabkan mereka mengalami *problematic internet use*.<sup>36</sup> Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Garvin, menunjukkan bahwa remaja yang merasa kesepian cenderung menggunakan internet sebagai cara untuk melarikan diri, terutama dalam mencari interaksi sosial dan mengatasi emosi mereka. Akibatnya, remaja yang kesepian lebih rentan mengalami masalah dalam *problematic internet use*.<sup>37</sup>

<sup>35</sup> RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya Edisi Penyempurnaan 2019*, 350.

<sup>36</sup> Hatice Odac and Melek Kalkan, “Problematic Internet Use, Loneliness and Dating Anxiety Among Young Adult University Students,” *Computers and Education* 55, no. 3 (2010): 1091–1097.

<sup>37</sup> Garvin, “Hubungan Antara Kesepian Dengan Problematic Internet Use Pada Remaja,” 18.

Berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana didapatkan nilai signifikansi (sig) sebesar  $0,000 < 0,05$  dengan kriteria pengambilan keputusan uji hipotesis, jika nilai sig  $< 0,05$ , maka  $H_a$  diterima, sedangkan jika sig  $> 0,05$ ,  $H_o$  ditolak. Dari data tersebut, hipotesis dapat diterima yaitu  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang berarti terdapat kontribusi perasaan kesepian terhadap *problematic internet use*. Kemudian berdasarkan nilai koefisien regresi variabel kesepian adalah 0,634. Setiap peningkatan 1 poin dalam kesepian akan meningkatkan *problematic internet use* sebesar 0,634 poin. Hasil ini menunjukkan bahwa perasaan kesepian memiliki kontribusi positif yang signifikan terhadap *problematic internet use*. Artinya, semakin tinggi tingkat kesepian, maka semakin tinggi pula tingkat *problematic internet use*. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Octaviani dan Hatta bahwa kesepian berpengaruh secara signifikan terhadap *problematic internet use* dengan arah yang positif, yang berarti semakin tinggi kesepian maka semakin tinggi juga *problematic internet use*.<sup>38</sup>

Selanjutnya uji koefisien determinasi ( $R^2$ ) yang dilakukan oleh peneliti, didapatkan nilai sebesar 0,251. Artinya, bahwa perasaan kesepian memberikan kontribusi sebesar 25,1% terhadap *problematic internet use*. Sementara sisanya, yaitu 74,9 dipengaruhi oleh variabel lain selain variabel kesepian. Menurut Caplan variabel lain seperti depresi, kecemasan, rasa malu, agresi dan kurangnya keterampilan sosial

---

<sup>38</sup> Asrie Mirazd Octaviani and Ilmi Hatta, "Pengaruh Kesepian Terhadap Problematic Internet Use Pada Mahasiswa Universitas Islam Bandung," *Jurnal Riset Psikologi* (July 18, 2024): 48, <https://journals.unisba.ac.id/index.php/JRP/article/view/3885>.

dapat mempengaruhi *problematic internet use*.<sup>39</sup> Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh 'Aliyah, dkk ada 2 faktor yang mempengaruhi *problematic internet use* yaitu faktor pribadi dan sosial. Faktor pribadi yang mempengaruhi *problematic internet* antara lain: jenis kelamin, harga diri, perspektif maladaptif tentang masa depan, kepuasan hidup yang rendah, kontrol diri, efikasi diri akademik, kesepian, rasa malu, disregulasi emosional, *psychological distress*, agresi, tempramen, serta intensitas, tujuan, dan preferensi penggunaan internet individu. Sedangkan faktor sosial yang berkontribusi terhadap *problematic internet use* antara lain: dukungan sosial, hubungan dengan orang tua dan teman sebaya, pola asuh orang tua, sikap orang tua terhadap penggunaan internet anak, serta pendidikan orang tua dan pendapatan keluarga. Faktor-faktor tersebut dapat berkontribusi secara positif maupun negatif terhadap *problematic internet use*.<sup>40</sup>

Mahasiswa tahun pertama rentan merasa kesepian akibat transisi kehidupan dan kesulitan menjalin hubungan sosial baru, yang seringkali mendorong mereka untuk menggunakan internet secara berlebihan sebagai pelarian. Kesepian, terutama *emotional loneliness*, terbukti berkontribusi signifikan terhadap *problematic internet use* dengan kontribusi sebesar 25,1%, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti depresi, kecemasan, harga diri rendah, dan kurangnya keterampilan sosial. Penggunaan internet berlebihan ini dapat berdampak negatif pada aspek kehidupan

---

<sup>39</sup> Scott Caplan, Dmitri Williams, and Nick Yee, "Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being Among MMO Players," *Computers in Human Behavior* 25, no. 6 (2009): 1313.

<sup>40</sup> Shabrina Muyassirotul 'Aliyah, Diniy Hidayatur Rahman, and Henny Indreswari, "Faktor-Faktor Yang Berkontribusi Terhadap Problematic Internet Use (PIU) Pada Siswa: Sebuah Systematic Literature Review," *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling* 13, no. 3 (September 30, 2023): 506, <https://ojs.fkip.ummetro.ac.id/index.php/bk/article/view/7754>.



mahasiswa, sehingga diperlukan upaya untuk mengatasi kesepian, termasuk pendekatan spiritual seperti dzikrullah.

## H. Temuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk melihat kontribusi perasaan kesepian terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin. Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, peneliti menemukan beberapa temuan penelitian, antara lain:

1. Aspek yang berkontribusi terhadap kesepian adalah *emotional loneliness* dengan presentase sebesar 53%. Sedangkan pada aspek *social loneliness* sebesar 47%. Dapat disimpulkan bahwa aspek yang paling dominan berkontribusi terhadap kesepian adalah *emotional loneliness*, ini berarti kesepian yang dirasakan mahasiswa tahun pertama UIN Antasari Banjarmasin, karena hubungan sosial mereka yang kurang mendalam secara emosional.
2. Aspek berkontribusi terhadap *problematic internet use* adalah aspek *preference for online social interaction* sebesar 18%, aspek *mood regulation* sebesar 23%, aspek *cognitive preoccupation* sebesar 20%, aspek *compulsive internet* sebesar 20% dan aspek *negative outcomes* sebesar 19%. Dapat disimpulkan bahwa aspek yang paling dominan berkontribusi terhadap *problematic internet use* adalah *mood regulation*, berarti bahwa mahasiswa tahun pertama yang cenderung memilih berinteraksi secara online sebagai

cara untuk mengatasi kecemasan dan menghindari ketidaknyamanan yang mungkin timbul dalam hubungan tatap muka.

3. Hasil uji beda *problematic internet use* berdasarkan jenis kelamin menggunakan *Independent Sample T-Test*, didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan signifikan antara responden laki-laki dan perempuan dengan nilai signifikansi  $0,004 < 0,05$ . Sedangkan pada hasil uji beda *problematic internet use* berdasarkan tempat tinggal menggunakan ANOVA, didapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan *problematic internet use* berdasarkan tempat tinggal dengan nilai signifikansi  $0,776 > 0,05$ .
4. Hasil uji beda kesepian berdasarkan jenis kelamin menggunakan *Independent Sample T-Test* didapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara responden laki-laki dan perempuan dengan nilai signifikansi  $0,267 > 0,05$ , dan juga pada uji beda berdasarkan tempat tinggal menggunakan ANOVA, didapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan kesepian berdasarkan tempat tinggal dengan nilai signifikansi  $0,920 > 0,05$ .
5. Hasil studi pendahuluan sejalan dengan hasil uji deskriptif, bahwa mahasiswa kesepian karena belum menemukan sahabat dekat, sehingga akhirnya mereka menggunakan internet untuk menghilangkan emosi negatif (*mood regulation*) dengan harapan dapat mengatasi kesepian yang mereka alami.

## **I. Keterbatasan Penelitian**

Berdasarkan penelitian secara langsung yang dilakukan oleh peneliti. Peneliti menyadari masih terdapat keterbatasan dalam penelitian ini, antara lain:

1. Responden hanya terbatas pada mahasiswa angkatan 2024, sehingga tidak bisa merepresentasikan seluruh mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin.
2. Sebaran skala pada tiap fakultas tidak merata, dikarenakan keterbatasan waktu dan tenaga oleh peneliti.
3. Waktu pengambilan data dilakukan saat setelah selesai mata kuliah, sehingga mahasiswa tidak terlalu fokus dalam mengisi kuisioner dan rata-rata pengambilan data dilakukan pada waktu siang dan sore hari.
4. Terbatasnya referensi dalam keislaman mengenai variabel kesepian dan *problematic internet use*.