

# Hubungan Antara Kesenangan Dan Leisure Boredom Dengan Kecanduan Media Social Tiktok Pada Remaja

Oleh:

Keisha Raisasari,

Zaki Nur Fahmawati

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

April, 2025



# Pendahuluan

Penggunaan media sosial, khususnya TikTok, meningkat drastis di kalangan remaja.

Fenomena ini menimbulkan potensi kecanduan, terutama pada mereka yang merasa kesepian dan mengalami leisure boredom.

Survei awal menunjukkan banyak remaja mengakses TikTok lebih dari 6 jam/hari.

# Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Apakah terdapat hubungan antara:

1. Kesepian dan kecanduan dengan media sosial TikTok
2. Leisure boredom dan kecanduan dengan media sosial TikTok
3. Kesepian dan leisure boredom secara simultan terhadap kecanduan TikTok

# Metode

- Jenis Penelitian Kuantitatif korelasional -
- Sampel 291 remaja
- Instrumen:
  1. Skala Kesepian Weiss ( $\alpha = 0,969$ )
  2. Leisure Boredom Scale ( $\alpha = 0,773$ )
  3. Skala Kecanduan TikTok ( $\alpha = 0,83$ )
- Analisis Data:

Uji Normalitas, Linearitas, Multikolinearitas, Korelasi, Regresi, Uji t, Uji F

# Hasil

1. Data berdistribusi normal berdasarkan uji Kolmogorov-Smirnov ( $p = 0,978 > 0,05$ )
2. Terdapat hubungan linier antara kesepian dan leisure boredom dengan kecanduan TikTok ( $p = 0,000$ )
3. Tidak ditemukan multikolinearitas antar variabel (Tolerance = 0,401; VIF = 2,491)
4. Nilai korelasi (R) sebesar 0,768 menunjukkan hubungan yang kuat
5. Nilai R Square sebesar 0,589, artinya 58,9% kecanduan TikTok dijelaskan oleh kesepian dan leisure boredom  
Uji t menunjukkan kesepian ( $p = 0,004$ ) dan leisure boredom ( $p = 0,000$ ) berpengaruh signifikan secara parsial  
Uji F menunjukkan pengaruh simultan yang signifikan dari kedua variabel terhadap kecanduan TikTok ( $p = 0,000$ )

# Pembahasan

- Kesenangan mendorong remaja mencari interaksi sosial melalui media digital seperti TikTok.
- Hal ini sesuai dengan teori sosial-kompensatori, di mana media sosial dijadikan pelarian dari perasaan kesepian.
- Leisure boredom mendorong remaja menggunakan TikTok sebagai hiburan di waktu luang.
- Pengaruh leisure boredom terhadap kecanduan TikTok lebih kuat dibandingkan kesepian.
- Penggunaan TikTok yang berlebihan berawal dari kebiasaan mencari hiburan saat bosan.
- Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya, namun lebih relevan karena fokus pada remaja.
- Hasil penelitian menunjukkan pentingnya pengelolaan waktu luang dan dukungan sosial bagi remaja.

# Temuan Penting Penelitian

- Ada hubungan signifikan antara kesepian dan kebosanan waktu luang terhadap kecanduan TikTok.
- Leisure boredom memiliki pengaruh yang lebih kuat dibanding kesepian.
- Perilaku ini muncul sejak usia remaja dan membutuhkan perhatian khusus.

# Manfaat Penelitian

- Memberikan dasar bagi intervensi dini terhadap kecanduan media sosial.
- Menjadi rujukan bagi guru, orang tua, dan lembaga pendidikan dalam memahami perilaku digital remaja
- Membuka ruang eksplorasi lebih lanjut terkait regulasi emosi dan dukungan sosial.

# Referensi

- Abidah, I. M., & Maryam, W. (2024). Intensitas Penggunaan Media Sosial, Loneliness, dan Insecure Pada Remaja. 11(1), 2715–6206. <https://doi.org/10.35891/jjp.v11i1>
- Agung, I. M., & Sahara, D. (2023). Validitas Konstrak Skala Kecanduan Media Sosial. Psikobuletin:Buletin Ilmiah Psikologi, 4(2), 76. <https://doi.org/10.24014/pib.v4i2.21746>
- Aprilia, R., Sriati, A., & Hendrawati, S. (n.d.). Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja.
- Aresti, N. G., Lukmantoro, T., & Surayya Ulfa, N. (n.d.). Pengaruh Tingkat Fear of Missing Out (fomo) dan Tingkat Pengawasan Orang Tua terhadap Tingkat Kecanduan Penggunaan tiktok pada Remaja. <https://fisip.undip.ac.id/>
- Dwi Astutik,( 2019)
- Gilang Ramadhan, A., Lova Riza, W., Hati Leometa, C., Psikologi, F., & Buana Perjuangan Karawang, U. (n.d.). Internet Pada Gen Z: Dampak Kesenian dan Leisure Boredom terhadap Kecenderungan Kecanduan Internet pada Gen Z Internet in Gen Z: The Impact of Loneliness and Leisure Boredom on the Tendency Towards Internet Addiction in Gen Z. 5(3), 763–771. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v5i3.472>
- Hardyani, A., Ningsih, Y. T., Psikologi, J., Psikologi, F., & Kesehatan, D. (n.d.). NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial HUBUNGAN LONELINESS DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL TIKTOK PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR DI UNIVERSITAS NEGERI PADANG 1. <https://doi.org/10.31604/jips.v11i2.2024>
- Harfika, M., & Mei Widayanti, D. (2019). Hubungan Penggunaan Smartphone Dengan Aktivitas Fisik Remaja Di Desa Sumokali Kecamatan Candi Sidoarjo. In Jurnal Kesehatan Masyarakat (Vol. 3, Issue 2). <http://ejournal.urindo.ac.id/index.php/jukmas>
- Hasanuddin, S., Koanda, N., Nur, A., & Saudi, A. (n.d.-a). Halaman: 601-609 Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi. 4(2). <https://doi.org/10.56326/jpk.v4i2.5451>
- Hasanuddin, S., Koanda, N., Nur, A., & Saudi, A. (n.d.-b). Halaman: 601-609 Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi. 4(2). <https://doi.org/10.56326/jpk.v4i2.5451>
- Iswari, D., 1✉, P., & Karema Sarajar, D. (n.d.). Hubungan antara Leisure Boredom Terhadap Kecanduan Smartphone Pada Siswa SMA di Salatiga.

# Referensi

- Jailani, Ms., Jeka, F., & Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi, U. (n.d.). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis.
- Kristian Santoso, B., Noyjekayati, I., & Pasca Rina, A. (2023). Kecemasan sosial pada remaja akhir: Bagaimana peranan adiksi media sosial? INNER: Journal of Psychological Research.
- Lay, T. A., Meiyuntariningsih, T., Ramadhani, H. S., & Psikologi, F. (2023). Kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja: Adakah peran fear of missing out? INNER: Journal of Psychological Research, 2(4), 605–615.
- PENGARUH LEISURE BOREDOM DAN KONTROL DIRI TERHADAP KECENDERUNGAN KECANDUAN INTERNET PADA MAHASISWA. (n.d.).
- Idris, F., Sinring, A., Pandang, A., Bimbingan, J., & Konseling, D. (2023.). Addictive behavioral treatment of tiktok apps user (A Case Study on One Student at Faculty of Science Education Makassar State University ).
- Putri, A., & Ningsih, Y. T. (2019.). Hubungan Antara Kesenian dengan Kecanduan Game Online pada Mahasiswa yang Bermain Game Online X di Kota Padang.
- Qin, Y., Omar, B., & Musetti, A. (2022). The addiction behavior of short-form video app tiktok: The information quality and system quality perspective. Frontiers in Psychology, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.932805>
- Umar, 2021
- Sofi Pappa, G. Z., & Ririn Aristawati, A. (2023.). Leisure Boredom dan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial tiktok pada.
- Warella, V. W., & Pratikto, H. (2021). Kesenian dan kecemasan sosial: Dapatkah menjadi prediktor kecanduan media sosial? In INNER: Journal of Psychological Research E (Vol. 1, Issue 1).

