

# The Relationship Between Loneliness And Leisure Boredom And Tiktok Social Media Addiction In Teens

## [Hubungan Antara Kesepian Dan *Leisure Boredom* Dengan Kecanduan Media Sosial Tiktok Pada Remaja]

Keisha Raisasari<sup>1)</sup>, Zaki Nur Fahmawati <sup>\*,2)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi Psikologi Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2)</sup> Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi: [zakinurfahmawati@umsida.ac.id](mailto:zakinurfahmawati@umsida.ac.id)

**Abstract.** *TikTok's social media addiction is on the rise among teenagers, influenced by psychological factors such as loneliness and leisure boredom. This study analyzes the relationship between loneliness and leisure boredom and TikTok addiction in adolescents. A correlation quantitative method was used by purposive sampling on 291 respondents. Data was collected through a Likert scale questionnaire. The results of the analysis showed a significant association between loneliness and leisure boredom to TikTok addiction ( $p < 0.05$ ), with a strong correlation. These findings support the social-compensatory theory that lonely individuals seek interaction through digital media. Leisure boredom also increases excessive use of TikTok. This research contributes to understanding the psychological factors of social media addiction and supports preventive interventions for adolescents. Advanced studies can explore other factors such as emotion regulation and social support with a longitudinal approach.*

**Keywords** - *aloneness; leisure boredom; tiktok addiction*

**Abstrak.** *Kecanduan media sosial TikTok semakin meningkat di kalangan remaja, dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti kesepian dan leisure boredom. Penelitian ini menganalisis tentang hubungan antara kesepian dan leisure boredom dengan kecanduan TikTok pada remaja. Metode kuantitatif korelasional digunakan dengan purposive sampling pada 291 responden. Data dikumpulkan melalui kuesioner skala Likert. Hasil analisis menunjukkan hubungan signifikan antara kesepian dan leisure boredom terhadap kecanduan TikTok ( $p < 0,05$ ), dengan korelasi kuat. Temuan ini mendukung teori sosial-kompensatori bahwa individu kesepian mencari interaksi melalui media digital. Leisure boredom juga meningkatkan penggunaan TikTok secara berlebihan. Penelitian ini berkontribusi dalam memahami faktor psikologis kecanduan media sosial dan mendukung intervensi pencegahan bagi remaja. Studi lanjutan dapat mengeksplorasi faktor lain seperti regulasi emosi dan dukungan sosial dengan pendekatan longitudinal.*

**Kata Kunci** - *kesepian; leisure boredom; kecanduan tiktok*

## I. PENDAHULUAN

Laporan HootSuite dan We Are Social (2021) mencatat kenaikan pengguna media sosial lebih dari 13% dalam setahun, dengan 1,3 juta pengguna baru per hari. Indonesia menempati peringkat 9 dari 47 negara yang paling kecanduan media sosial [1] Survei di 34 provinsi menunjukkan 19% remaja Indonesia kecanduan internet, dengan durasi online naik 59,7% hingga 11,6 jam per hari [2]

Selain itu, APJII (2020) dalam [3] juga memaparkan bahwa pada Pulau Jawa merupakan salah satu kontributor terbanyak yang menggunakan dan mengakses internet yang ada di Indonesia khususnya Jawa timur sebanyak 66,3%. Wahyudiono (2012) dalam [3] memaparkan bahwasannya pengguna internet di Jawa Timur lebih dominan kelompok umur 15 tahun - 24 tahun.

Data Indonesia berada pada urutan ke 2 di dunia sebanyak 99,1 juta orang (We AreSocial, 2022) dalam [4]. [5]Memaparkan jika TikTok berkembang pesat dengan algoritma yang canggih, sehingga berpotensi menyebabkan kecanduan lebih serius.

Pada tahun 2022, pelajar dan mahasiswa menjadi kelompok dengan tingkat penggunaan internet tertinggi, mencapai nilai 99,26%. Diikuti oleh kelompok umur 13–18 tahun dengan nilai 99,16%, dan umur 19–34 tahun di posisi kedua dengan nilai 98,64% (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2022) Menurut Hurlock (1991) dalam [6] remaja awal berusia sekitar 13 – 16 / 17 tahun & remaja akhir usia 16 – 18 tahun. penggunaan TikTok selama 4-6 jam

atau lebih dalam sehari memiliki perilaku kecanduan (Tutgun-Ünal, 2020) [4]. Menurut (Al-Menayes, 2015) Penggunaan media sosial yang mengganggu kehidupan sehari-hari dapat dikategorikan sebagai kecanduan [7]

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada Juni 2024, dengan mendistribusikan kuesioner melalui Google Form kepada 35 pelajar SMP Negeri 1 Sukodono, diperoleh hasil bahwa semua 35 remaja tersebut menggunakan media sosial TikTok. kemudian terdapat 34 dari 35 remaja pengguna aktif media sosial tiktok. Dilanjutkan 11 dari 35 remaja merupakan Konten Creator tiktok. Kemudian, 31 dari 35 remaja hanya menikmati konten creator tiktok. Kemudian, 24 dari 35 remaja mengikuti trend pada media sosial tiktok. Ada 24 dari 35 remaja ketika tidak membuka aplikasi tiktok merasa teritinggal. Data juga menunjukkan 24 dari 35 remaja dalam sehari dapat membuka tiktok lebih dari 6 jam. Dan juga 22 dari 35 remaja seringkali merasa tidak nyaman saat tidak bisa membuka tiktok. Lalu mendapati 30 dari 35 remaja sering teringat membuka tiktok disela kegiatannya. Selanjutnya, 19 dari 35 remaja merasa kesulitan untuk mengendalikan kegiatan membuka tiktok. Peneliti juga mewawancarai salah satu guru di SMP Negeri 1 Sukodono yang mengatakan bahwa seringkali mendapati anak-anak bermain ponsel di tengah-tengah pembelajaran berlangsung.

Dari hasil survey tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat permasalahan kecanduan akibat penggunaan media sosial tiktok pada pelajar remaja yang mengikuti survey awal penelitian berdasarkan aspek-aspek kecanduan yang sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Almenayes [2] Tiga aspek kecanduan media sosial berdasarkan dimensi kecanduan internet meliputi konsekuensi sosial, pengalihan waktu, dan perasaan kompulsif. Konsekuensi sosial mencerminkan dampak negatif penggunaan media sosial terhadap hubungan pribadi dan prestasi akademik. Pengalihan waktu terjadi ketika seseorang menghabiskan terlalu banyak waktu di media sosial, mengabaikan tugas dan tanggung jawab lainnya. Sementara itu, perasaan kompulsif ditandai dengan rasa bosan saat tidak menggunakan media sosial dan dorongan untuk terus mengaksesnya, meskipun ada tugas atau kegiatan lain yang lebih penting. Dari penelitian sebelumnya fenomena perilaku kecanduan aplikasi Tik Tok dibuktikan dengan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh (Puspitasari & Fikry, 2023) dalam [8] pada 349 anak muda di Kabupaten Bekasi menunjukkan bahwa 183 orang (52,4%) mengalami kecanduan aplikasi Tik Tok. Penelitian [9] mengungkapkan bahwa 51,4% remaja menanggung kecanduan media sosial tingkat rendah, sementara 48,6% mengalami kecanduan tingkat tinggi

Kesepian dan *leisure boredom* adalah beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecenderungan kecanduan internet pada Gen Z (Skues dkk., 2016) dalam [10]

Meskipun berbagai penelitian telah membahas penyebab kecanduan internet secara umum, sangat sedikit yang menyoroti pengaruh secara simultan dari kesepian dan *leisure boredom* pada generasi yang tumbuh dalam era digital ini yaitu gen Z.

Menurut (Andromeda & Kristanti, 2017). Dalam [11] Kesepian adalah pengalaman subjektif saat individu menutup diri akibat kesenjangan antara keinginan dan perasaan.

Menurut (Gierveld, van Tilburg, & Dykstra, 2009) dalam [12], Kesepian terjadi akibat kurangnya kualitas hubungan, baik secara emosional maupun sosial. Weiss (Gierveld, van Tilburg, & Dykstra, 2009) mengelompokkan kesepian menjadi dua jenis: kesepian emosional, yang muncul akibat kehilangan orang terdekat, dan kesepian sosial, yang disebabkan oleh hilangnya hubungan sosial. Weiss (Perlman, D, & Peplau, 1973) Kesepian emosional dianggap lebih menyakitkan, sementara kesepian sosial sering disertai perasaan ditolak dan rasa bosan.

Selain kesepian, *leisure boredom* atau kebosanan dalam waktu luang juga mendorong penggunaan internet yang berlebihan (Capetillo dkk., 2015). *Leisure boredom* mencakup persepsi waktu dan kebutuhan sosial untuk pengalaman optimal [13]

Menurut Iso-Ahola dan Weissinger (dalam Kosasih dkk., 2021), *leisure boredom* merupakan persepsi subjektif yang timbul akibat ketidaksesuaian antara tersedianya waktu luang serta keperluan atas pengalaman yang memuaskan secara optimal. Menurut Leung (2007) dalam [14] semakin tinggi kebosanan, semakin besar risiko kecanduan *smartphone*.

Zhou dan Leung [15] menyatakan bahwa gen Z sering menggantikan kegiatan sosial yang lain dengan betah bermain di internet atau bermain game online. Hasil survei pra-penelitian di Karawang pada Januari 2024 menunjukkan bahwa *leisure boredom* mendorong gen Z menggunakan internet lebih sering, dengan 87,5% responden merasa jenuh di saat waktu luang dan mempergunakan internet sebagai pelarian [16] Fenomena kecanduan media sosial, khususnya TikTok, meningkat di kalangan remaja, seperti yang ditunjukkan oleh survei APJII (2020) dalam [3] dan penelitian sebelumnya (Young & de Abreu, 2011). Namun, masih sedikit studi yang menghubungkan antara

keseharian dan leisure boredom dengan kecanduan TikTok pada remaja. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara keseharian dan leisure boredom dengan kecanduan TikTok pada remaja SMP Negeri 1 Sukodono.

## II. METODE

Metode penelitian kuantitatif korelasi berganda. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara variabel keseharian dan waktu luang terhadap variabel kecanduan media sosial pada Remaja. Penelitian ini mencakup variabel independen keseharian (X1) dan kebosanan waktu luang (X2), serta variabel dependen kecanduan media sosial (Y1).

Menurut [17] Populasi dalam penelitian adalah kelompok atau elemen dengan karakteristik tertentu yang dikaji. Penelitian ini melibatkan 1.221 individu remaja sebagai populasi. sampel pada penelitian ini sebanyak 291 remaja dengan menggunakan rumus isaac michael dengan taraf kesalahan 5%. Penelitian ini menggunakan teknik nonprobability sampling dengan metode purposive sampling. Sampel dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan kepemilikan smartphone, akun TikTok, serta penggunaan TikTok lebih dari 3 jam per hari atau 20–25 jam per minggu. Data dikumpulkan melalui kuesioner skala Likert dengan pilihan jawaban: Tidak Pernah (TP), Kadang-Kadang (KK), Sering (S), dan Selalu (SL), yang mencakup pernyataan favorable dan unfavorable.

Penelitian ini menggunakan tiga instrumen untuk mengumpulkan data. Skala kecanduan internet diukur dengan Internet Addiction Test, sementara kecanduan media sosial diukur menggunakan skala yang dikembangkan oleh Al Manayes (2015) dalam [18] yang dimodifikasi menjadi 23 aitem. Skala kecanduan media sosial menggunakan empat pilihan jawaban: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS), dalam format kuesioner tertutup berbasis skala Likert. Skor diberikan dari 1 hingga 4. Setelah uji coba, diperoleh 15 aitem dengan daya beda  $> 0,3$ . Analisis reliabilitas dengan Alpha Cronbach menghasilkan skor 0,83, menunjukkan reliabilitas yang baik secara psikometris.

Pada instrumen Loneliness menggunakan skala adopsi dari [19]. Skala Loneliness Weiss (1973) terdiri dari 11 pernyataan yang mengukur keseharian emosional dan sosial, dengan reliabilitas sebesar 0,969. Instrumen Leisure Boredom menggunakan Leisure Boredom Scale (LBS) yang dikembangkan oleh Viviyanti berdasarkan teori Iso-Ahola dan Weissinger (1990). Skala ini terdiri dari 16 item dengan reliabilitas 0,773. [20]. untuk mengukur aspek-aspek tersebut dan memastikan sebaran data normal maka dari itu peneliti menggunakan uji normalitas data dengan One Sample Kolmogorov – Smirnov Test [21] Berdasarkan tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dan waktu luang dengan kecanduan media sosial TikTok pada SMP Negeri 1 Sukodono maka analisis menggunakan program komputer SPSS (Statistical Product and Service Solution).

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.1 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		291
Normal. Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	5,4109983
Most Extreme Differences	Absolute	,028
	Positive	,024
	Negative	-,028
Kolmogorov-Smirnov Z		,475
Asymp. Sig. (2-tailed)		,978

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

One-sample kolmogorov-smirnov test merupakan salah satu uji data yang digunakan untuk melihat normalitas variabel. Pada tabel 1.1 menunjukkan hasil dari signifikannya yaitu sebesar 0,978 yang mana apabila melihat dari dasar pengambilan keputusan jika nilai signifikansinya  $> 0,05$  maka nilai residual berdistribusi normal, jika  $< 0,5$  maka nilai

residual berdistribusi tidak normal. Dapat disimpulkan bahwa nilai signifikasinya sebesar  $0,978 > 0,05$  maka data tersebut berdistribusi normal.

Tabel 1.2 Uji Linieritas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
adiksi * kebosanan	Between Groups	(Combined)	14388,127	34	423,180	16,816	,000
		Linearity	12020,927	1	12020,927	477,676	,000
		Deviation from Linearity	2367,199	33	71,733	2,850	,000
	Within Groups		6442,354	256	25,165		
	Total		20830,481	290			
adiksi * kesepian	Between Groups	(Combined)	11493,475	20	574,674	16,618	,000
		Linearity	8969,556	1	8969,556	259,374	,000
		Deviation from Linearity	2523,919	19	132,838	3,841	,000
	Within Groups		9337,006	270	34,582		
	Total		20830,481	290			

Menurut priyatno, 2016 dalam [22] Jika nilai signifikansi  $< 0,05$ , maka terdapat hubungan yang linier antara X dan Y. Pada tabel 1.2, nilai signifikansi untuk hubungan antara adiksi dan waktu luang adalah 0,000, yang berarti terdapat hubungan linier antara keduanya. Begitu juga, nilai signifikansi 0,000 untuk hubungan adiksi dengan kesepian menunjukkan adanya hubungan linier antara kedua variabel tersebut.

Tabel 1.3 Uji Multikolinieritas

Coefficients <sup>a</sup>			Collinearity Statistics	
			Tolerance	VIF
1	kesepian		,401	2,491
	kebosanan		,401	2,491

a. Dependent Variable: kecanduan

Uji multikolinearitas digunakan untuk mengevaluasi apakah ada hubungan kuat antar variabel independen. Model regresi yang baik tidak menunjukkan interkorelasi antar variabel independen (tanpa gejala multikolinearitas). Pengambilan keputusan didasarkan pada nilai toleransi dan VIF. Jika nilai toleransi  $> 0,10$ , atau nilai VIF  $< 10,00$ , maka data tersebut tidak menunjukkan multikolinearitas. Pada tabel, kesepian dan kebosanan masing-masing mempunyai nilai toleransi 0,401 ( $> 0,10$ ) dan VIF 2,491 ( $< 10$ ), yang menunjukkan tidak terjadinya multikolinearitas pada data tersebut.

Tabel 1.4 Uji Korelasi

Model Summary									
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.768 <sup>a</sup>	,589	,586	5,452	,589	206,453	2	288	,000
a. Predictors: (Constant), kebosanan, kesepian									

Apabila mengacu pada dasar pengambilan keputusan pada hasil nilai signifikansi  $f$  changes  $< 0,05$  berkesimpulan bahwa ada hubungan secara signifikan antara kesepian dan kebosanan terhadap adiksi, sedangkan jika nilai signifikansi  $f$  changes  $> 0,05$  berkesimpulan bahwa tidak adanya hubungan secara signifikan antara kesepian dan kebosanan terhadap adiksi. pada hasil signifikansi  $f$  changes memperoleh nilai sebesar 0,000 yang mana nilai tersebut  $< 0,05$  maka disimpulkan ada hubungan secara signifikan antara X1 dan X2 terhadap Y. Kemudian tingkat keeratan variabel independen dengan dependen dapat dilihat dari nilai R yaitu nilai korelasi sebesar 0,768. Nilai tersebut dapat dikategorikan kuat.

Tabel 1.5 Uji T

		Coefficients <sup>a</sup>			t	Sig.
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	6,774	1,813		3,736	,000
	kesepian	,238	,082	,173	2,903	,004
	kebosanan	,511	,049	,626	10,497	,000

a. Dependent Variable: kecanduan

Berdasarkan dasar pengambilan keputusan, apabila nilai signifikannya sebesar  $< 0,05$ , maka variabel X berpengaruh secara parsial terhadap variabel Y. Sebaliknya, jika nilai signifikansi  $> 0,05$ , maka tidak ada pengaruh parsial. Pada tabel 1.6, kesepian memiliki nilai signifikansi 0,004 ( $< 0,05$ ), yang menunjukkan adanya pengaruh parsial terhadap kecanduan. Begitu juga, kebosanan dengan nilai signifikansi 0,000 ( $< 0,05$ ) menunjukkan pengaruh parsial terhadap kecanduan.

Tabel 1.6 Uji F

		ANOVA <sup>a</sup>				Sig.
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	
1	Regression	12271,310	2	6135,655	206,453	.000 <sup>b</sup>
	Residual	8559,171	288	29,719		
	Total	20830,481	290			

a. Dependent Variable: kecanduan

b. Predictors: (Constant), waktu luang, kesepian

Berdasarkan dasar pengambilan keputusan, jika nilai signifikannya sebesar  $< 0,05$ , maka terdapat pengaruh simultan antara variabel X dan Y. Pada tabel 1.7, nilai signifikansi 0,000 ( $< 0,05$ ) menunjukkan bahwa variabel X memiliki pengaruh simultan terhadap variabel Y.

Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis hubungan antara kesepian dan leisure boredom dengan kecanduan media sosial TikTok pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kesepian dan leisure boredom terhadap kecanduan TikTok ( $p < 0,05$ ). Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh [16] yang menyatakan bahwa individu dengan tingkat kesepian yang tinggi cenderung lebih sering menggunakan media sosial sebagai pelarian dari keadaan emosional mereka.

Temuan ini dapat dijelaskan melalui teori sosial-kompensatori, yang menyatakan bahwa individu yang mengalami kesepian berusaha menggantikan interaksi sosial di dunia nyata dengan keterlibatan aktif di media sosial (Nowland, Necka, & Cacioppo, 2018) dalam [8]. Selain itu, leisure boredom yang tinggi juga mendorong peningkatan penggunaan media sosial sebagai bentuk hiburan instan, yang kemudian berkembang menjadi kecanduan. Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian sebelumnya oleh [7], yang menemukan bahwa kecanduan TikTok berhubungan erat dengan tingkat loneliness pada mahasiswa semester akhir. Namun, terdapat perbedaan dalam populasi penelitian, di mana penelitian ini berfokus pada remaja SMP, sementara studi sebelumnya meneliti mahasiswa. Perbedaan lain ditemukan dalam aspek leisure boredom, yang dalam penelitian ini menunjukkan dampak lebih signifikan dibandingkan dengan studi sebelumnya.

## VII. SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kesepian dan leisure boredom memiliki hubungan yang signifikan terhadap kecanduan media sosial TikTok pada remaja. Temuan ini menegaskan bahwa remaja yang merasa kesepian dan mengalami kebosanan dalam waktu luang cenderung lebih rentan terhadap penggunaan media sosial yang berlebihan, yang sejalan dengan teori sosial-kompensatori dan penelitian sebelumnya. Penelitian ini memberikan kontribusi dengan menyoroti faktor psikologis yang berperan dalam kecanduan media sosial, khususnya pada generasi muda di era digital. Implikasi dari penelitian ini dapat digunakan untuk merancang intervensi yang lebih efektif dalam mencegah kecanduan media sosial, misalnya melalui program edukasi digital dan peningkatan aktivitas sosial yang lebih sehat bagi remaja. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengeksplorasi variabel lain yang berpotensi memoderasi hubungan ini, seperti dukungan sosial atau regulasi emosi, serta mempertimbangkan metode longitudinal untuk memahami dinamika kecanduan media sosial dalam jangka panjang.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga kegiatan penelitian ini dapat terlaksana dengan baik. Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak SMP Negeri 1 Sukodono yang telah memberikan izin dan dukungan dalam pelaksanaan penelitian, serta kepada para siswa yang telah bersedia menjadi responden dan memberikan data yang diperlukan. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo atas fasilitas dan dukungan akademik yang diberikan selama proses penelitian berlangsung. Tidak lupa, terima kasih disampaikan kepada semua pihak lainnya yang telah membantu, baik secara langsung maupun tidak langsung, dalam kelancaran kegiatan penelitian ini. Semoga segala bentuk dukungan dan bantuan yang diberikan mendapatkan balasan terbaik dari Allah SWT.

## REFERENSI

- [1] B. Kristian Santoso, I. Noviekayati, And A. Pasca Rina, "Kecemasan Sosial Pada Remaja Akhir: Bagaimana Peranan Adiksi Media Sosial?," *Inner: Journal Of Psychological Research*, 2023.
- [2] P. Perilaku *Et Al.*, "Addictive Behavioral Treatment Of Tiktok Apps User (A Case Study On One Student At Faculty Of Science Education Makassar State University )."
- [3] M. Harfika And D. Mei Widayanti, "Hubungan Penggunaan Smartphone Dengan Aktivitas Fisik Remaja Di Desa Sumokali Kecamatan Candi Sidoarjo," 2019. [Online]. Available: [Http://Ejournal.Urindo.Ac.Id/Index.Php/Jukmas](http://ejournal.urindo.ac.id/index.php/jukmas)
- [4] N. G. Aresti, T. Lukmanto, And N. Surayya Ulfa, "Pengaruh Tingkat Fear Of Missing Out (Fomo) Dan Tingkat Pengawasan Orang Tua Terhadap Tingkat Kecanduan Penggunaan Tiktok Pada Remaja." [Online]. Available: [https://Fisip.Undip.Ac.Id/](https://fisip.undip.ac.id/)
- [5] Y. Qin, B. Omar, And A. Musetti, "The Addiction Behavior Of Short-Form Video App Tiktok: The Information Quality And System Quality Perspective," *Front Psychol*, Vol. 13, Sep. 2022, Doi: 10.3389/Fpsyg.2022.932805.
- [6] T. A. Lay, T. Meiyuntariningsih, H. S. Ramadhani, And F. Psikologi, "Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja: Adakah Peran Fear Of Missing Out?," *Inner: Journal Of Psychological Research*, Vol. 2, No. 4, Pp. 605–615, 2023.
- [7] A. Hardyani, Y. T. Ningsih, J. Psikologi, F. Psikologi, And D. Kesehatan, "Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial Hubungan Loneliness Dengan Kecanduan Media Sosial Tiktok Pada Mahasiswa Semester Akhir Di Universitas Negeri Padang 1", Doi: 10.31604/Jips.V11i2.2024.
- [8] G. Z. Sofi Pappa And A. Ririn Aristawati, "Leisure Boredom Dan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Tiktok Pada".
- [9] R. Aprilia, A. Sriati, And S. Hendrawati, "Tingkat Kecanduan Media Sosial Pada Remaja."
- [10] "Fkp.N.%2039-19%20ast%20h".
- [11] V. W. Warella And H. Pratikto, "Kesepian Dan Kecemasan Sosial: Dapatkah Menjadi Prediktor Kecanduan Media Sosial?," 2021.
- [12] A. Putri And Y. T. Ningsih, "Hubungan Antara Kesepian Dengan Kecanduan Game Online Pada Mahasiswa Yang Bermain Game Online X Di Kota Padang".
- [13] D. Iswari, P. 1✉, And D. Karema Sarajar, "Hubungan Antara Leisure Boredom Terhadap Kecanduan Smartphone Pada Siswa Sma Di Salatiga".

- [14] S. Hasanuddin, N. Koanda, A. Nur, And A. Saudi, "Halaman: 601-609 Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi," Vol. 4, No. 2, Doi: 10.56326/Jpk.V4i2.5451.
- [15] "Pengaruh Leisure Boredom Dan Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Mahasiswa."
- [16] A. Gilang Ramadhan, W. Lova Riza, C. Hati Leometa, F. Psikologi, And U. Buana Perjuangan Karawang, "Internet Pada Gen Z: Dampak Kesepian 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," Vol. 5, No. 3, Pp. 763–771, Doi: 10.51849/J-P3k.V5i3.472.
- [17] Ms. Jailani, F. Jeka, And U. Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi, "Populasi Dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) Dalam Pendekatan Praktis."
- [18] I. M. Agung And D. Sahara, "Validitas Konstrak Skala Kecanduan Media Sosial," *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, Vol. 4, No. 2, P. 76, May 2023, Doi: 10.24014/Pib.V4i2.21746.
- [19] "Skala Kesepian 11 Item".
- [20] S. Hasanuddin, N. Koanda, A. Nur, And A. Saudi, "Halaman: 601-609 Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi," Vol. 4, No. 2, Doi: 10.56326/Jpk.V4i2.5451.
- [21] I. M. Abidah And W. Maryam, "Intensitas Penggunaan Media Sosial, Loneliness, Dan Insecure Pada Remaja," Vol. 11, No. 1, Pp. 2715–6206, 2024, Doi: 10.35891/Jip.V11i1.
- [22] R. S. Putra and A. H. Lestari, "Pengaruh Metode Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Siswa," \*Jurnal Pendidikan Indonesia\*, vol. 10, no. 1, pp. 15–22, Mei 2022.

**Conflict of Interest Statement:**

*The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.*