

**HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN SOSIAL DENGAN  
KETERGANTUNGAN MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

SKRIPSI

RAS MONIKA BR MANJORANG  
17.E1.0241



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2021

**HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN SOSIAL DENGAN  
KETERGANTUNGAN MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi  
Sebagian dari Syarat-syarat Guna memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Ras Monika Br Manjorang

17.E1.0241



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

**SEMARANG**

**2021**

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana  
Psikologi Fakultas Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan  
Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal:  
04 Oktober 2021

Mengesahkan  
Ketua Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



(Dr. Suparmi, M.Si)

Pembimbing Skripsi

Dewan Penguji

(Dr. M. Suharsono, M.Si)

(Dr. Y. Bagus Wismanto, MS)

(Drs. DP. Budi Susetyo, M. Si)

(Dr. M. Suharsono, M.Si)

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.

Semarang, 04 Oktober 2021

Yang menyatakan



Ras Monika Br Manjorang

17.E1.0248



**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK  
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ras Monika Br Manjorang

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul "Hubungan Antara Kecemasan Sosial dengan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata" beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 04 Oktober 2021  
Yang menyatakan

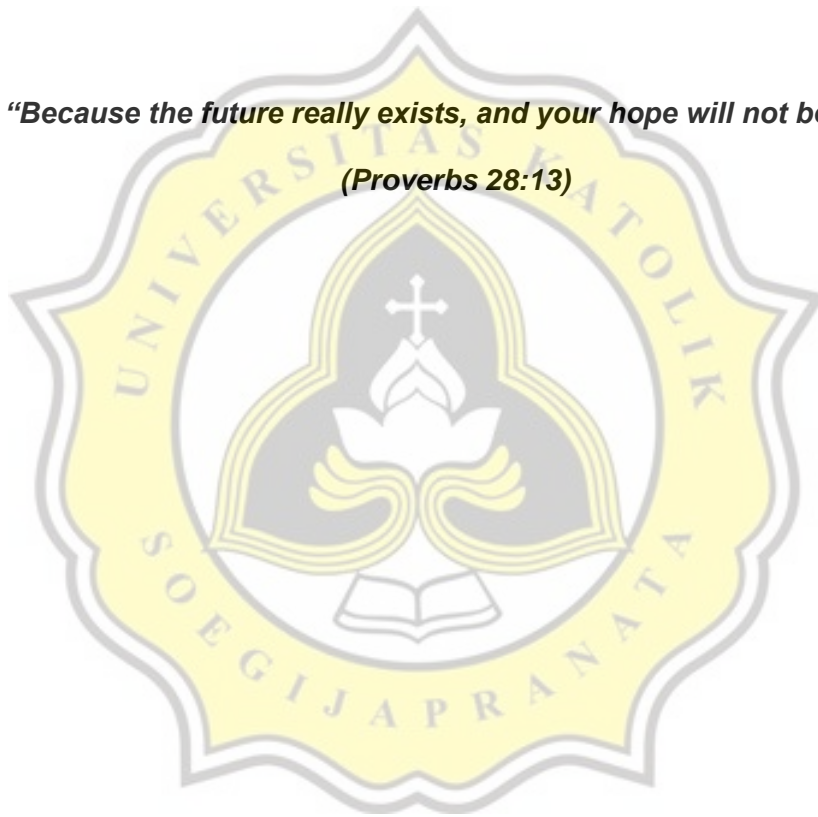


Ras Monika Br Manjorang  
17.E1.0248

## HALAMAN MOTTO

**Jika orang lain bisa melakukannya, maka aku juga bisa dengan berusaha dan doa serta menyerahkan kepada tuhan untuk hasil dari segala prosesnya**

***“Because the future really exists, and your hope will not be lost”***  
***(Proverbs 28:13)***





## HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa atas setiap penyertaan dan berkat-Nya sehingga saya mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi saya yang berjudul “Hubungan Antara Kecemasan Sosial Dengan Ketergantungan Media Sosial Pada Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata” dengan baik.

Skripsi ini penulis persembahkan kepada orang-orang tercinta yaitu bapak, mama, bang, adek, keluarga besar, sahabat dan teman-teman yang telah mendukung dari awal sampai akhir penyusunan tugas akhir skripsi ini. Tanpa dukungan, doa dan motivasi dari kalian, saya tidak bisa sampai pada titik ini. Saya mengucapkan banyak terimakasih, semoga karya ini dapat bermanfaat bagi banyak orang.

Semarang, 04 Oktober 2021  
Yang menyatakan



Penulis,  
Ras Monika Br Manjorang

## UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa atas setiap penyertaan dan berkat-Nya sehingga saya mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul “Hubungan Antara Kecemasan Sosial dengan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata”.

Penulis mengucapkan terimakasih kepada banyak pihak yang telah berpartisipasi memberi dukungan, doa dan motivasi kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan baik, tanpa bantuan mereka saya tidak akan dapat sampai titik ini. Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
2. Dr. Suparmi, M.Si selaku Ketua Program Studi Sarjana Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata dan dosen wali saya yang telah memberikan dukungan, arahan dan motivasi selama masa perkuliahan.
3. Dr. M. Suharsono selaku dosen pembimbing skripsi yang telah sabar memberikan bimbingan, saran serta memberikan arahan selama proses penyusunan skripsi.
4. Seluruh Dosen di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah memberikan ilmu serta pengetahuan selama masa perkuliahan.
5. Seluruh Staf Tendik Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah membantu peneliti dalam mengurus administrasi dan surat selama kuliah dan menyelesaikan skripsi.



6. Bapak, Mama, Abang Ando dan Adek Joko. Terimakasih banyak atas segala doa, dukungan serta kerja keras kalian dalam mendukung monika dari segi moral maupun materi. Gelar sarjana ini salah satu tanda terimakasih kepada semua keluarga.
7. Seluruh keluarga besar saya, Tambun Family dan keluarga Simanjorang yang sudah mendukung serta memberikan motivasi dan doa
8. Seluruh sahabat, Dinar, Alin, Mita, Bang Syukur, Pretty, Dian Ratri, S2funny dan Mbloo yang selalu mendukung serta mau mendengar setiap keluh kesah selama proses penyusunan tugas akhir skripsi.
9. Teman-teman kelas 04 angkatan 2017 fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang sudah berdinamika selama masa perkuliahan, terimakasih buat setiap kenangan yang tak terlupakan.
10. Para responden dalam penelitian ini mulai dari angkatan 2017 sampai 2020 di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, terimakasih sudah mau berpartisipasi dan meluangkan waktunya untuk mengisi skala penelitian skripsi saya
11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah banyak membantu penulis menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.

Sekali lagi saya ucapkan terimakasih, semoga kita selalu diberkati dan senantiasa dalam lindungan Tuhan.

Semarang, 04 Oktober 2021



Penulis,

## DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan .....	i
Halaman Judul .....	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Pernyataan Bebas Plagiasi .....	iv
Halaman Pernyataan Publikasi Karya Ilmiah untuk Kepentingan Akademis v	
Halaman Motto.....	vi
Halaman Persembahan.....	vii
Ucapan Terimakasih .....	viii
Daftar Isi.....	x
Daftar Tabel .....	xii
Daftar Lampiran .....	xiii
Abstrak.....	xiv
Abstract.....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Tujuan .....	8
1.3. Manfaat .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>
2.1. Ketergantungan Media Sosial.....	9
2.1.1. Pengertian Ketergantungan Media Sosial.....	9
2.1.2. Aspek-aspek Ketergantungan Media Sosial.....	10
2.1.3. Faktor yang Memengaruhi Ketergantungan Media Sosial...13	
2.2. Kecemasan Sosial .....	16
2.2.1. Pengertian Kecemasan Sosial .....	16
2.2.2. Aspek-aspek Kecemasan Sosial.....	17
2.3. Dinamika Hubungan antara Kecemasan Sosial dengan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa.....	20
2.4. Hipotesis.....	22
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>23</b>
3.1. Metode Penelitian .....	23
3.2. Identifikasi Variabel Penelitian .....	23
3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	23
3.3.1. Ketergantungan Media Sosial.....	23
3.3.2. Kecemasan Sosial .....	24
3.4. Populasi dan Sampling .....	24
3.4.1. Populasi.....	24

3.4.2. Sampling .....	25
3.5. Teknik Pengumpulan Data.....	25
3.5.1. Skala Ketergantungan Media Sosial .....	26
3.5.2. Skala Kecemasan Sosial .....	26
3.6. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	27
3.6.1. Uji Validitas Alat Ukur .....	27
3.6.2. Uji Reliabilitas Alat Ukur.....	27
3.7. Metode Analisis Data .....	28
<b>BAB IV PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN.....</b>	<b>29</b>
4.1. Orientasi Kancah Penelitian.....	29
4.2. Persiapan Pengumpulan Data Penelitian.....	30
4.2.1. Penyusunan Alat Ukur .....	30
4.2.2. Perizinan Penelitian .....	32
4.3. Pelaksanaan Pengumpulan Data.....	32
4.4. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	33
4.4.1. Validitas dan Reliabilitas Skala Ketergantungan Media Sosial.....	34
4.4.2. Validitas dan Reliabilitas Skala Kecemasan Sosial .....	35
<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>37</b>
5.1. Uji Asumsi.....	37
5.1.1. Uji Normalitas .....	37
5.1.2. Uji Linearitas .....	38
5.2. Uji Hipotesis.....	38
5.3. Pembahasan .....	38
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>	<b>42</b>
6.1. Kesimpulan.....	42
6.2. Saran.....	42
6.2.1. Bagi Subjek Penelitian.....	42
6.2.2. Bagi Penelitian Selanjutnya .....	42
DAFTAR PUSTAKA.....	44
LAMPIRAN .....	49

## DAFTAR TABEL

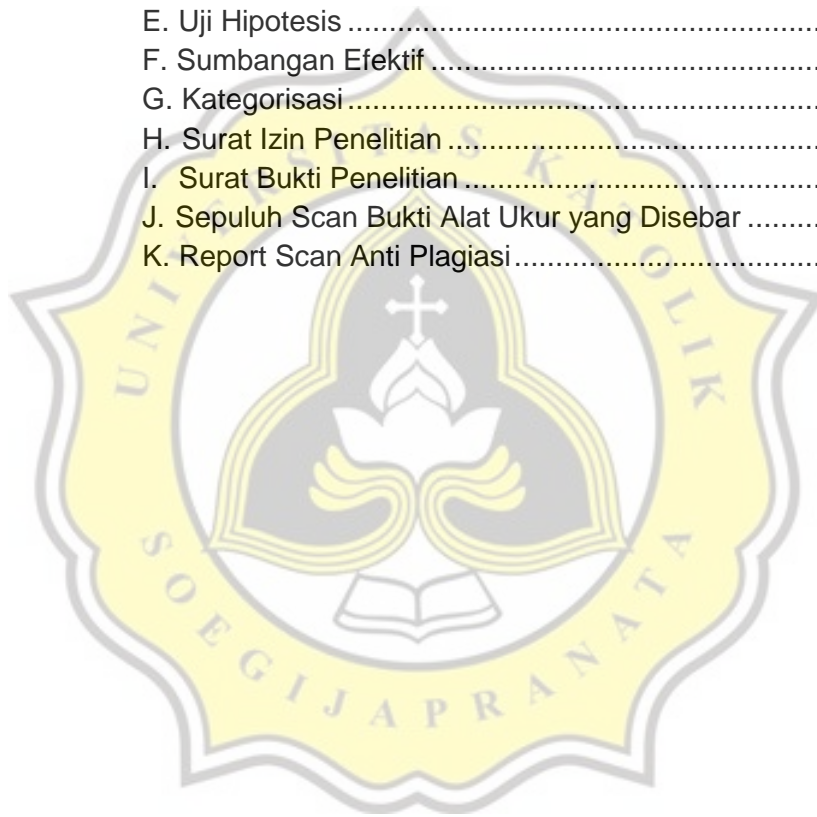
<b>Tabel 3.1</b>	<i>Blueprint</i> Skala Ketergantungan media sosial.....	26
<b>Tabel 3.2</b>	<i>Blueprint</i> Skala Kecemasan Sosial.....	27
<b>Tabel 4.1</b>	Sebaran item Ketergantungan media sosial.....	31
<b>Tabel 4.2</b>	Sebaran Item Skala Kecemasan Sosial.....	32
<b>Tabel 4.3</b>	Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Ketergantungan media sosial.....	34
<b>Tabel 4.4</b>	Sebaran Item Valid dan gugur Skala Kecemasan Sosial.....	35



## DAFTAR LAMPIRAN

### LAMPIRAN

A. Skala Penelitian.....	49
B. Data Penelitian.....	54
C. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	58
D. Uji Asumsi.....	67
E. Uji Hipotesis .....	69
F. Sumbangan Efektif .....	70
G. Kategorisasi.....	70
H. Surat Izin Penelitian .....	72
I. Surat Bukti Penelitian .....	73
J. Sepuluh Scan Bukti Alat Ukur yang Disebar .....	74
K. Report Scan Anti Plagiasi.....	84



## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan sosial dengan ketergantungan media sosial pada mahasiswa. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “ada hubungan positif antara kecemasan sosial dengan ketergantungan media sosial pada mahasiswa”. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang angkatan 2017-2020 yang menggunakan media sosial. Jumlah keseluruhan responden penelitian adalah 60 mahasiswa. Alat ukur yang digunakan skala kecemasan sosial dan skala ketergantungan media sosial. Alat ukur yang digunakan sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik *korelasi product moment* dari *Pearson*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kecemasan sosial dengan ketergantungan media sosial. Hal ini dapat dilihat dari nilai  $r_{xy} = 0,482$  pada taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) yang artinya hipotesis diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kecemasan sosial dengan ketergantungan media sosial pada mahasiswa.

Kata kunci : kecemasan sosial, ketergantungan media sosial



## **ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between social anxiety and social media dependence on students. The hypothesis proposed in this study is "there is a positive relationship between social anxiety and social media dependence on students". Respondents in this study were active students at the Soegijapranata Catholic University, Semarang class of 2017-2020 who used social media. The total number of research respondents was 60 students. The measuring instrument used is the social anxiety scale and the social media dependency scale. The measuring instrument used has been tested for validity and reliability. The data analysis technique used is the product moment correlation technique from Pearson. The results showed that there was a very significant positive relationship between social anxiety and social media dependence. This can be seen from the value of  $r_{xy} = 0.482$  at the significance level of  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ) which means that the hypothesis is accepted, so it can be concluded that there is a relationship between social anxiety and social media dependence on students.*

*Key words: social anxiety, social media dependence*

