

**PERANAN KECENDERUNGAN *ALEXITHYMIA* TERHADAP  
KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA DI BANJARMASIN**

**Skripsi**

**Diajukan guna memenuhi sebagian syarat  
Untuk memperoleh derajat Sarjana Psikologi  
Universitas Lambung Mangkurat**



Oleh

Farda Nur Khalbi

1810914220006

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
BANJARBARU**

**Juni, 2023**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi

### PERANAN KECENDERUNGAN *ALEXITHYmia* TERHADAP KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA DI BANJARMASIN

dipersiapkan dan disusun oleh

**Farda Nur Khalbi**


telah dipertahankan di depan dewan penguji

pada tanggal 12 Juni 2023

#### Susunan Dewan Penguji


Pembimbing Utama

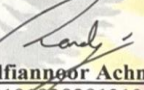
Anggota Dewan Penguji Lain

  
**Jehan Safitri, M.Psi., Psikolog**  
NIP.198506092014042001


  
**Rooswita Santia Dewi, M.Psi., Psikolog**  
NIP.197409082008122001

Pembimbing Pendamping

  
**Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog**  
NIP. 198104212008121005

  
**Rendy Alfiannoor Achmad, S.Psi., M.A**  
NIP.198810102020121010

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

  
**Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog**  
NIP. 198104212008121005

Koordinator Program Studi Psikologi

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 12 Juni 2023

Farda Nur Khalbi  
NIM.1810914220006

## ABSTRAK

### PERANAN KECENDERUNGAN *ALEXITHYMIA* TERHADAP KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA DI BANJARMASIN

Farda Nur Khalbi

*Alexithymia* merupakan ciri kepribadian seseorang yang dicirikan dengan kesulitan mengalami, mengidentifikasi, dan menggambarkan emosi. Media sosial dapat menjadi media pengekspresian emosi dan juga sebagai media berkomunikasi bagi individu dengan *alexithymia*, sehingga individu dengan kecenderungan *alexithymia* beresiko mengalami kecanduan media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan kecenderungan *alexithymia* terhadap kecanduan media sosial. Subjek penelitian adalah remaja di Banjarmasin yang berusia 11-19 tahun. Pengambilan data menggunakan metode *purposive sampling* dengan menyebarkan kuesioner menggunakan link *google form*. Jumlah subjek penelitian sebanyak 163 orang (29=Laki-laki, 134=Perempuan). Skala yang digunakan adalah *Toronto Alexithymia Scale* (TAS-20) dan *Social Media Addiction Scale - Student Form* (SMAS-SF). Analisis data menggunakan metode analisis regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peranan kecenderungan *alexithymia* terhadap kecanduan media sosial dengan pengaruh sebesar sebesar 30.9%, dan koefisien nilai konstanta pada penelitian ini bernilai positif, hal ini berarti semakin tinggi nilai kecenderungan *alexithymia* maka akan semakin tinggi nilai kecanduan media sosial.

**Kata kunci** : Kecenderungan *alexithymia*, kecanduan media sosial, remaja

## **ABSTRACT**

### **THE ROLE OF ALEXITHYMIA TENDENCY TOWARDS SOCIAL MEDIA ADDICTION AMONG ADOLESCENTS IN BANJARMASIN**

Farda Nur Khalbi

*Alexithymia is a personality trait characterized by difficulty identifying and describing emotions. Social media can be a medium to express emotions and also a medium to communicate for individuals with alexithymia; therefore, individuals with alexithymia tendency are at risk of experiencing social media addiction. This study aims to find out the role of alexithymia tendency towards social media addiction. The subjects were adolescents in Banjarmasin aged 11-19 years. Data were collected using the purposive sampling method by distributing questionnaires using the Google Forms link. The number of subjects was 163 people (29=male, 134=female). The scales used in the study included the Toronto Alexithymia Scale (TAS-20) and the Social Media Addiction Scale - Student Form (SMAS-SF). Data were analyzed using the simple linear regression analysis method. The results showed that there was a role for alexithymia tendency towards social media addiction with an effect of 30.9%, and the constant value coefficient in this study was positive, which means that the higher the alexithymia tendency, the higher the social media addiction.*

*Keywords: Alexithymia tendency, social media addiction, adolescents*

## KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, penulis panjatkan puji syukur atas kehadiran-Nya, yang telah memberikan penulis kekuatan serta kelancaran sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal yang berjudul “Pengaruh kecenderungan *alexithymia* terhadap kecanduan media sosial pada remaja di Banjarmasin”. Skripsi ini telah disusun dengan maksimal sesuai dengan kemampuan penulis dan mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak sehingga dapat memperlancar pembuatan skripsi ini. Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat, Ibu Dr. dr. Istiana, M.Kes yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas bagi penulis dalam kelancaran proses pengerjaan skripsi.
2. Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Bapak Sukma Noor Akbar, S.Psi., M.Psi., Psikolog yang telah membantu dalam proses pengerjaan skripsi.
3. Ibu Jehan Safitri, M. Psi, Psikolog selaku pembimbing utama skripsi dan Bapak Sukma Noor Akbar, M. Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing pendamping yang telah bersedia membimbing dalam penulisan skripsi.
4. Kedua dosen penguji yaitu Ibu Rooswita Sintia Dewi, S.Psi, M.Si., Psikolog dan Bapak Rendy Alfiannoor Achmad, S.Psi., M.A yang telah memberikan arahan dan telah membantu menjadikan skripsi ini lebih baik lagi.

5. Ibu Marina Dwi Mayangsari, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing akademik yang telah membantu penulis dan meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan kepada penulis sejak awal masa perkuliahan.
6. Seluruh Staf Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat yang sudah membantu penulis dalam proses kelancaran pengerjaan skripsi.
7. Kedua orang tua terutama Ibu Parini, kakak penulis Dini Aprilia Pratiwi dan Zumaidil Arif Pratama serta keluarga besar penulis yang telah memberikan doa dan dukungannya kepada penulis dalam proses penyelesaian skripsi.
8. Kepada Muhammad Ridho Alvianur selaku rekan sepayung dan juga *partner* yang selama proses pengerjaan skripsi selalu membantu, memberikan support dan saran serta tempat penulis berkeluh kesah.
9. Sahabat terdekat penulis Nadilla, Salsa, Aulia, Rima, Rini yang juga selalu memberikan dukungan, bantuan, dan telah membantu penulis melewati masa sulit dalam proses menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata penulis menyadari dalam penulisan ini masih terdapat banyak kekurangan baik yang disengaja maupun yang tidak disengaja diluar kemampuan penulis. Oleh karena itu penulis dengan kerendahan hati mengharapkan segala saran dan kritik yang membangun guna terciptanya skripsi yang lebih baik lagi.

Banjarbaru, 12 Juni 2023

Farda Nur Khalbi

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	7
1.3 Tujuan penelitian .....	8
1.4 Manfaat penelitian .....	8
1.5 Signifikansi dan Keunikan Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	14
2.1 Kecanduan Media Sosial .....	14
2.1.1 Definisi Kecanduan Media Sosial .....	14
2.1.2 Aspek-aspek Kecanduan Media Sosial .....	14
2.1.3 Faktor-faktor Penyebab Kecanduan Media Sosial .....	16
2.2 Kecenderungan <i>Alexithymia</i> .....	18
2.2.1 Definisi Kecenderungan <i>Alexithymia</i> .....	18
2.2.3 Dimensi-Dimensi <i>Alexithymia</i> .....	19
2.3 Remaja .....	21
2.3.1 Definisi Remaja .....	21
2.3.2 Karakteristik-karakteristik Masa remaja .....	21
2.4 Peranan Kecenderungan <i>Alexithymia</i> dengan Kecanduan Media Sosial .....	23



2.5 Landasan Teori .....	26
2.6 Hipotesis .....	29
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
3.1 Rancangan Penelitian .....	30
3.2 Identifikasi, Konseptualisasi, dan Operasionalisasi Variabel Penelitian .....	31
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian .....	31
3.2.2 Definisi Konseptual dan Operasional Variabel Penelitian ...	31
3.3 Subjek dan Tempat Penelitian .....	32
3.4 Teknik Pengumpulan Data .....	34
3.4.1 Instrumen penelitian .....	34
3.4.2 Adaptasi Alat Ukur .....	36
3.4.3 Seleksi Aitem, Validitas, dan Reliabilitas Alat Ukur .....	38
3.5 Analisis Data .....	42
3.5.1 Uji Asumsi .....	42
3.5.2 Uji Hipotesis .....	43
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>45</b>
4.1 Gambaran Subjek Penelitian .....	45
4.2 Pelaksanaan Penelitian .....	46
4.3 Hasil Penelitian .....	47
4.3.1 Deskripsi Data Penelitian .....	47
4.3.2 Hasil Analisis Data Penelitian .....	52
4.4 Pembahasan .....	55
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>61</b>
5.1 Kesimpulan .....	61
5.2 Saran .....	61
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>64</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>67</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Skala Kecenderungan <i>Alexithymia</i> .....	35
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Kecanduan Media Sosial.....	36
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Skala Kecanduan Media Sosial Setelah Uji Coba .....	39
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Skala Kecenderungan <i>Alexithymia</i> .....	39
Tabel 3.5 Penomoran Ulang Skala Kecenderungan <i>Alexithymia</i> Setelah Uji coba .....	40
Tabel 3.6 Tingkat Keandalan <i>Alpha Cronbach</i> .....	41
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Kedua Variabel.....	42
Tabel 4.1 Deskripsi Demografi Subjek Penelitian .....	45
Tabel 4.2 Skor Rata-Rata Demografi Subjek Penelitian.....	47
Tabel 4.3 Rumus Perhitungan Skor Hipotetik Variabel Penelitian .....	48
Tabel 4.4 Perbandingan Skor Hipotetik dan Skor Empirik Variabel Penelitian...	48
Tabel 4.5 Rumus Norma Pengkategorisasian .....	49
Tabel 4.6 Rumus Norma Kategorisasi Kecanduan Media Sosial .....	50
Tabel 4.7 Rumus Norma Kategorisasi Kecenderungan <i>Alexithymia</i> .....	50
Tabel 4.8 Tabel Mean Aspek Pengkategorisasi .....	51
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas .....	52
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas .....	53
Tabel 4.11 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana .....	54
Tabel 4.12 Nilai Koefisien Determinasi Regresi .....	54
Tabel 4.13 Koefisien Nilai Konstanta.....	55

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Skala Asli Penelitian .....	67
A.1 Skala Asli Kecenderungan <i>Alexithymia</i> .....	68
A.2 Skala Asli Kecanduan Media Sosial .....	69
B. Skala Penelitian .....	70
B.1 Skala Penelitian Variabel Kecenderungan <i>Alexithymia</i> .....	70
B.2 Skala Penelitian Variabel Kecanduan Media Sosial.....	71
C. Proses Adaptasi Alat Ukur .....	73
C.1 Adaptasi Skala Kecanduan Media Sosial .....	73
D. Tampilan <i>Google Form</i> .....	84
D.1 Tampilan <i>Google Form</i> Uji Coba .....	84
D.2 Tampilan <i>Google Form</i> Penelitian .....	85
D.3 Perhitungan G-Power .....	86
E. Data Kasar Uji Coba Penelitian.....	87
E.1 Data Kasar Uji Coba Skala Kecanduan media sosial .....	87
E.2 Data Kasar Uji Coba Skala Kecenderungan <i>Alexithymia</i> .....	91
F. Analisis Data Uji Coba Penelitian .....	93
F.1 Hasil Analisi Data Uji Coba skala Kecanduan Media Sosial .....	93
F.2 Hasil Analisi Data Uji Coba skala Kecenderungan <i>Alexithymia</i> .....	93
G. Data Hasil Penelitian.....	94
G.1 Hasil Data Skala Kecenderungan <i>Alexithymia</i> .....	94
G.2 Hasil Data Skala Kecanduan Media Sosial.....	98
H. Analisis Data Penelitian .....	105
I. Administrasi Penelitian.....	107
I. 1 Perizinan Penggunaan Alat Ukur <i>Alexithymia</i> .....	107
I. 2. Perizinan Penggunaan Alat Ukur Kecanduan Media Sosial.....	107
J. Formulir Cek Referensi .....	108
J.1 Cek Referensi Pertama .....	108
J. 2 Lampiran Cek Referensi Kedua.....	109

K. Lembar Persetujuan Bimbingan Skripsi .....	110
L. Bukti Bimbingan Skripsi .....	112
M. Sertifikat Uji Plagiasi .....	116
N. Halaman Persetujuan.....	117