HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DENGAN *PROBLEMATIC INTERNET USE* PADA *EMERGING ADULTHOOD* PENGGUNA MEDIA SOSIAL

Alodia¹ & Sandi Kartasasmita²

¹Program Studi Sarjana Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: alodiakong@gmail.com

²Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: sandik@fpsi@untar.ac.id

Masuk : 20-01-2020, revisi: 18-02-2022, diterima untuk diterbitkan : 23-07-2023

ABSTRACT

This study aims to determine whether there is a correlation between self esteem and problematic internet use in emerging adulthood social media users. This research was also conducted because of the increase in the duration of internet use, especially social media which is often used by individuals to interact with each other. Excessive and difficult to control internet use occurs because of low self esteem in individuals. In this study, the theory and measurement tools used were the Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) from Rosenberg (1965) and the Generalized Problematic Internet Use Scale 2 (GPIUS 2) from Caplan (2010). This study uses a quantitative method with a non-probability sampling technique, namely convenience sampling by distributing online questionnaires via google form. Participants in this study resulted in 500 participants with an age range of 18-25 years. The results of this study indicate that there is a negative and significant relationship between self-esteem and problematic internet use in emerging adulthood social media users with a value of $r = -0.566$, $p = 0.000 < 0.05$. Other results show that self esteem has a negative and significant relationship with the dimensions of preference for online social interaction, mood regulation, cognitive preoccupation, compulsive internet use, and negative outcomes on problematic internet use variables. This means that the higher the individual's self esteem, the lower the problematic internet use.

Keywords: *self esteem, problematic internet use, emerging adulthood, social media*

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self esteem* dengan *problematic internet use* pada *emerging adulthood* pengguna media sosial. Penelitian ini juga dilakukan karena adanya peningkatan durasi waktu penggunaan internet terutama media sosial yang seringkali digunakan oleh individu untuk berinteraksi satu sama lain. Penggunaan internet yang berlebihan dan sulit dikontrol terjadi akibat adanya *self esteem* yang rendah pada diri individu. Pada penelitian ini, teori dan alat ukur yang digunakan adalah *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) dari Rosenberg (1965) dan *Generalized Problematic Internet Use Scale 2* (GPIUS 2) dari Caplan (2010). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik *non probability sampling* yaitu *convenience sampling* dengan menyebarkan kuesioner secara online melalui *google form*. Partisipan dalam penelitian ini menghasilkan sebanyak 500 orang partisipan dengan rentang usia 18-25 tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *self esteem* dengan *problematic internet use* pada *emerging adulthood* pengguna media sosial dengan nilai $r = -0.566$, $p = 0.000 < 0.05$. Hasil lainnya menunjukkan bahwa *self esteem* memiliki hubungan negatif dan signifikan dengan dimensi *preference for online social interaction*, *mood regulation*, *cognitive preoccupation*, *compulsive internet use*, dan *negative outcomes* pada variabel *problematic internet use*. Hal ini berarti semakin tinggi *self esteem* individu, maka semakin rendah *problematic internet use*.

Kata Kunci: *self esteem, problematic internet use, emerging adulthood, media sosial*

1. PENDAHULUAN

Pada saat ini, perkembangan zaman membuat keberadaan internet menjadi salah satu hal yang mudah diakses oleh seluruh kalangan masyarakat yang bertujuan untuk membantu kebutuhan sehari-hari. Menurut Oetomo (2002) internet merupakan salah satu cara berkomunikasi berupa jaringan besar yang menghubungkan antara satu dengan yang lain dalam cakupan yang luas. Banyaknya manfaat yang didapat dalam penggunaan internet ini menimbulkan penggunaan

internet semakin tinggi dan meningkat seiring berjalan waktu. Menurut Pratama (2020) jumlah masyarakat di Indonesia berkisar 266 juta, di mana sekitar 75% masyarakat Indonesia merupakan pengguna internet yang berkisar 196 juta. Pada tahun 2019 kenaikan pengguna internet yaitu 21 juta, sedangkan pada tahun 2020 mengalami peningkatan menjadi 25,5 juta. Sedangkan menurut Hootsuite dan We Are Social (2021) pengguna internet berkisar 59,5% dari masyarakat di Benua Asia, Afrika, Amerika, Eropa atau pada Januari 2021 terdapat 4,66 miliar yang dinyatakan sebagai pengguna internet. Rentang usia yang menggunakan internet berkisar antara 16 hingga 64 tahun, di mana tujuan penggunaan internet untuk pencarian informasi, menjelajahi media sosial, menyaksikan video, atau mengisi waktu luang.

Berdasarkan 45 pasar internet terbesar di dunia yaitu Latin America, *Middle East* dan Africa, Asia dan Pacific, dan *North America* memperkirakan penggunaan media sosial tahun 2012 selama 90 menit per hari mengalami peningkatan di tahun 2019 menjadi 143 menit pada 3 bulan pertama yang data tersebut telah dianalisa oleh Global Web Index (Duarte, 2019). Sedangkan menurut Kemp (2020) rata-rata penggunaan media sosial di Indonesia sebanyak 3 jam 26 menit per harinya. Media sosial menjadi suatu media untuk berinteraksi yang diakses banyak kali menggunakan internet. Hootsuite dan We Are Social (2021) mengungkapkan media sosial menjadi media yang paling banyak diakses seperti di tahun 2020 penggunaan media sosial mengalami peningkatan yang signifikan sebesar 13%, kemudian di awal tahun 2021 menunjukkan pengguna baru pada media sosial sebesar 4,2 miliar jiwa.

Menurut Wolff (2021) berdasarkan penelitian yang dilakukan mendapatkan hasil yang menyatakan bahwa pada tahun 2021 pengguna media sosial banyak diakses oleh usia 18 sampai 24 tahun, di mana laki-laki sebesar 15,9% sedangkan perempuan sebesar 14,8%. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa dewasa awal merupakan kelompok usia yang paling banyak dalam penggunaan internet terutama media sosial. Di Indonesia saat ini, durasi penggunaan internet pada sebagian masyarakat luas berada di atas rata-rata durasi penggunaan internet yang berada di dunia.

Tercantum bahwa durasi individu di Indonesia dalam menggunakan internet menghabiskan waktunya lebih lama dari pengguna internet di dunia yaitu 8 jam 52 menit dari rata-rata pengguna dunia di negara Bagian Barat, Asia Tenggara, Uni Eropa yaitu 7 jam (Hootsuite & We Are Social, 2021). Berdasarkan data tersebut penggunaan internet ini berkaitan erat dengan lama waktu yang dihabiskan dalam sehari-hari. Lama waktu yang digunakan untuk menggunakan internet terutama media sosial ini dapat memicu munculnya sebuah masalah salah satunya yaitu penggunaan internet yang berlebihan. Hal tersebut didasarkan pada penelitian Ayar et al. (2018) bahwa adanya hubungan signifikan dan positif antara penggunaan internet terutama dalam penggunaan media sosial dengan *Problematic Internet Use*.

Menurut Caplan et al. (2009) *Problematic Internet Use* (PIU) adalah perilaku individu yang bermasalah dalam memonitor diri untuk menggunakan internet sehari-hari. Pikiran, perilaku dalam beraktivitas serta suasana hati menjadi sebuah tantangan tersendiri bagi individu ketika tidak menggunakan internet. Diomidous et al. (2016) menyatakan bahwa dampak negatif yang akan diterima muncul ketika individu tersebut tidak dapat mengendalikan dalam pemakaian internet. Dampak negatif yang dapat terlihat yaitu adanya jarak dalam berhubungan dengan teman ataupun orang tua, hilangnya ketertarikan dalam melakukan aktivitas, individu acuh tak acuh dalam mengerjakan tugas sekolah ataupun profesional. Dewasa awal menjadi salah satu kelompok usia yang memiliki kecenderungan PIU. Schimmenti et al. (2019) menyatakan bahwa kelompok dewasa awal berkisar usia 18 hingga 25 tahun yang menggunakan internet dengan

intensitas yang tinggi dan tanpa adanya batas waktu yang sulit diatur dapat menghasilkan *problematic internet use*. Kemunculan PIU dapat diakibatkan oleh beberapa faktor penyebab.

Munculnya perilaku PIU dapat disebabkan oleh beberapa faktor yang mungkin saja individu tersebut tampak tidak menyadarinya, antara lain kesepian, adanya fungsi dalam keluarga yang tidak baik, atau tidak terpenuhi dalam menghabiskan waktu bersama keluarga (Costa et al., 2018). Faktor lain yang menyebabkan PIU yaitu memiliki *self esteem* yang rendah pada diri individu. Pemakaian internet sehari-hari digunakan oleh individu yang memiliki *self esteem* yang rendah sehingga lebih sulit menghentikan penggunaan tersebut akibat durasi penggunaan yang tinggi dan tidak dapat dikontrol (Zeng et al., 2021). Menurut Blachnio et al. (2016) salah satu hal bagi individu yang memiliki *self esteem* yang rendah dalam meningkatkan cara pandang dirinya untuk lebih positif dengan adanya penggunaan media sosial. Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mei et al. (2016) menyatakan bahwa perilaku PIU merupakan perilaku yang tidak mudah diatur yang biasa terjadi pada individu yang memiliki *self esteem* yang rendah, sehingga hal itu membuat *self esteem* penting untuk tetap dilindungi dengan baik. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mei et al. (2016) ditemukan bahwa *self esteem* memiliki hubungan yang signifikan dengan *Problematic Internet Use* (PIU).

Self esteem adalah cara bagi individu dalam memandang dan mempersepsikan dirinya baik secara positif ataupun negatif sesuai dengan pemikiran serta kepercayaan yang dimiliki individu tersebut (Baron & Byrne, 2004). Mruk (2006) menyatakan bahwa pada *self esteem* dibedakan menjadi *self esteem* tinggi dan rendah. Tingkatan tersebut menghasilkan karakteristik berbeda-beda bergantung *self esteem* yang ada pada diri individu. Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi *self esteem*, antara lain faktor lingkungan di dalam keluarga, adanya pengaruh dari jenis kelamin, kondisi fisik, lingkungan sosial, dan intelektual pada masing-masing individu (Ghufroon & Risnawati, 2011).

Emerging Adulthood memiliki kecenderungan memiliki *self esteem* yang rendah jika dibandingkan dengan kelompok usia lainnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Vally (2019) menemukan bahwa kisaran umur 18 hingga 33 memiliki *self esteem* rendah sebesar 16,9%. Dewasa awal memiliki karakteristik berbeda dengan kelompok usia lainnya yaitu adanya ketertarikan untuk berhubungan dengan lawan jenis, mencari jati diri, dan bersiap memasuki dunia kerja (Arnett, dalam Santrock, 2019). Menurut Arnett (2015) masa remaja menuju dewasa digolongkan masuk dalam kelompok *emerging adulthood*, di mana kelompok usia ini memiliki rentang usia 18 hingga 25 tahun. Menurut Erikson dewasa awal memiliki krisis normatif yang sedang dilewati saat ini yaitu *intimacy versus isolation*, pentingnya membangun hubungan pribadi dengan keterlibatan mendalam (Papalia & Martorell, 2020). Berdasarkan hal tersebut *emerging adulthood* merupakan salah satu kelompok yang memiliki *self esteem* yang rendah.

Terdapat beberapa penelitian yang dilakukan sebelumnya menemukan adanya perbedaan mengenai hubungan antara *self esteem* dan *problematic internet use*. Pada penelitian yang dilakukan oleh Mamun et al. (2020) menunjukkan hasil bahwa *self esteem* secara signifikan memiliki korelasi negatif pada *problematic internet use*. Namun, terdapat perbedaan yang kontras berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Zeng et al. (2021) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self esteem* dan *problematic internet use* pada mahasiswa di sebuah universitas di Guangzhou, China. Pada penelitian ini menyatakan bahwa hubungan tidak signifikan dengan nilai koefisien 0.026. Hal ini menjadikan kontradiksi di mana seharusnya penelitian yang signifikan menghasilkan nilai koefisien $p < 0.05$.

Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui lebih lanjut apakah terdapat hubungan antara *self esteem* dengan *problematic internet use*.

Pada penelitian sebelumnya, Chun (2016) meneliti remaja awal berusia 12 hingga dengan 16 tahun di Korea yang memiliki hubungan signifikan antara *self esteem* dengan *problematic internet use* dengan menunjukkan koefisien $p < 0.05$. Namun, berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Vally (2016) yang menyatakan bahwa dewasa muda yang berusia 18 hingga dengan 33 tahun memiliki hubungan signifikan yang lebih tinggi antara *self esteem* dengan *problematic internet use* di Uni Emirat Arab dengan menunjukkan koefisien $p < 0.001$. Berdasarkan hasil dari dua penelitian tersebut terlihat bahwa partisipan dengan rentang usia 12 hingga dengan 16 tahun yang diteliti oleh Chun (2016) kurang terbukti dengan penggunaan internet yang berlebihan. Dari rentang usia tersebut, terdapat berbagai kalangan usia yang menggunakan internet, tetapi penggunaan internet yang paling banyak digunakan oleh *emerging adulthood*, di mana databoks (2018) membuktikan adanya perbedaan usia yang mendominasi penggunaan internet sebesar 49,52% pada rentang usia 19 hingga dengan 34 tahun di bulan Februari 2018 dan 16,68% pada rentang usia 13 hingga dengan 18 tahun di bulan Februari 2018. Dari data ini, dapat dinyatakan bahwa pengguna internet terbanyak merupakan kalangan *emerging adulthood* yang berumur 18 hingga dengan 25 tahun di tahun 2018.

Berdasarkan penjelasan fenomena di atas serta perbedaan pada beberapa penelitian sebelumnya, maka peneliti mengusulkan adanya penelitian lebih lanjut dalam meneliti hubungan *self esteem* dengan *problematic internet use* khususnya pada *emerging adulthood* pengguna media sosial. Berdasarkan latar belakang masalah yang dijabarkan di atas, rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah hubungan antara *Self Esteem* dengan *Problematic Internet Use* pada *Emerging Adulthood* Pengguna Media Sosial?

2. METODE PENELITIAN

Partisipan dan Prosedur Penelitian

Kriteria partisipan yang diambil dalam penelitian ini memiliki karakteristik yaitu, individu *emerging adulthood* yang berusia 18-25 tahun yang menggunakan media sosial. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan dalam penelitian ini didapatkan 500 partisipan (355 perempuan; 145 laki-laki).

Peneliti mendapatkan alat ukur *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965) untuk mengukur *self esteem*, dan alat ukur *Generalized Problematic Internet Use 2* (GPIUS 2) yang dikembangkan oleh Caplan (2010) untuk mengukur *problematic internet use*. Kemudian peneliti melanjutkan dengan pembuatan *google form* yang berisikan *informed consent*, data demografis, dan data butir-butir dari alat ukur terkait variabel penelitian. Peneliti menyiapkan poster digital yang berisikan mengenai penelitian serta syarat dan kriteria partisipan yang telah ditentukan dan menyebarkan *link* kuesioner melalui media sosial.

Pengukuran

Alat Ukur *Self Esteem*

Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965) digunakan dalam mengukur *self esteem*, yang terdiri atas: 20 butir yaitu 10 *favorable* dan 10 *unfavorable* yang berkaitan dengan kondisi partisipan yang sesuai pada diri saat ini dengan menggunakan 5 skala *Likert* yaitu 1 = Sangat Tidak Setuju (STS), 2 = Tidak Setuju (TS), 3 = Ragu-Ragu (RR), 4 = Setuju (S), dan 5 = Sangat Setuju (SS). Skor dalam kuesioner ini memiliki arti bahwa semakin tinggi skor individu, maka menunjukkan bahwa semakin tinggi *self esteem*.

Alat Ukur *Problematic Internet Use*

Generalized Problematic Internet Use 2 (GPIUS 2) yang dikembangkan oleh Caplan (2010) digunakan dalam mengukur *problematic internet use*, yang terdiri atas: 15 butir dan lima dimensi dengan masing-masing dimensi terdapat 3 butir, antara lain: (a) *Preference for Online Social Interaction*; (b) *Mood Regulation*; (c) *Cognitive Preoccupation*; (d) *Compulsive Internet Use*; dan (e) *Negative Outcomes*. Skala ini menggunakan 5 skala *Likert* yaitu 1 = Sangat Tidak Setuju (STS), 2 = Tidak Setuju (TS), 3 = Ragu-Ragu (RR), 4 = Setuju (S), dan 5 = Sangat Setuju (SS). Skor dalam kuesioner ini memiliki arti bahwa semakin tinggi skor menunjukkan bahwa semakin besar permasalahan dalam perilaku penggunaan internet.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data pada penelitian ini yang telah dikumpulkan akan dianalisis secara metode kuantitatif yang akan diolah menggunakan program *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 26.00. Peneliti akan melanjutkan untuk melakukan uji reliabilitas butir pada alat ukur *self esteem* dan *problematic internet use* dengan menggunakan *Cronbach's Alpha*. Kemudian, dilakukan uji normalitas *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dan uji hipotesis menggunakan *Spearman correlation*.

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan untuk menguji hubungan antara *self esteem* dengan *problematic internet use* diperoleh nilai $r(500) = -0.566$ nilai $p = 0.000 < 0.05$. Sehingga didapatkan sebuah kesimpulan bahwa H_0 ditolak yang artinya terdapat hubungan yang signifikan dan korelasi negatif di antara kedua variabel yaitu antara variabel *self esteem* dan *problematic internet use*. Hasil tersebut memberikan arti bahwa semakin tinggi *self esteem*, maka semakin rendah *problematic internet use* pada individu. Kemudian sebaliknya, bahwa semakin rendah *self esteem* maka, semakin tinggi *problematic internet use* pada individu.

Tabel 1

Tabel Hasil Uji Hipotesis Korelasi Variabel *Self Esteem* dengan *Problematic Internet Use*

<i>Self Esteem dan Problematic Internet Use</i>	
r	-0.566
p	0.000

Analisa hipotesis dilakukan antara variabel *self esteem* dengan tiap dimensi variabel *problematic internet use*. Uji korelasi antara *self esteem* dengan dimensi *preference for online social interaction* menunjukkan nilai $r(500) = -0.443$ dan nilai $p = 0.000 < 0.05$. Selanjutnya dilakukan uji korelasi antara *self esteem* dengan dimensi *mood regulation* menampilkan nilai $r(500) = -0.451$ dan nilai $p = 0.000 < 0.05$. Berikutnya uji korelasi variabel *self esteem* dengan dimensi *cognitive preoccupation* terdapat nilai $r(500) = -0.406$ dan nilai $p = 0.000 < 0.05$. Kemudian uji korelasi antara *self esteem* dengan dimensi *compulsive internet use* dengan menampilkan nilai $r(500) = -0.468$ dan nilai $p = 0.000 < 0.05$. Terakhir, dilakukan uji korelasi antara *self esteem* dengan dimensi *negative outcomes* dengan mendapatkan nilai $r(500) = -0.507$ dan nilai $p = 0.000 < 0.05$ yang memberikan simpulan bahwa nilai signifikan lebih kecil dari 0.05. Dapat disimpulkan bahwa uji korelasi antara variabel *self esteem* dengan tiap dimensi variabel *problematic internet use* memiliki hubungan signifikan dan berkorelasi negatif.

Tabel 2

Tabel Hasil Uji Hipotesis Korelasi Variabel Self Esteem dengan Dimensi Problematic Internet Use

<i>Problematic Internet Use</i>	<i>Self Esteem</i>	
	<i>r</i>	<i>p</i>
<i>Preference for Online Social Interaction</i>	-0.443	0.000
<i>Mood Regulation</i>	-0.451	0.000
<i>Cognitive Preoccupation</i>	-0.406	0.000
<i>Compulsive Internet Use</i>	-0.468	0.000
<i>Negative Outcomes</i>	-0.507	0.000

Berdasarkan hasil analisa tersebut disimpulkan bahwa *self esteem* memiliki hubungan lebih besar terhadap *problematic internet use* pada dimensi *negative outcomes* daripada dimensi lainnya yaitu *preference for online social interaction*, *mood regulation*, *cognitive preoccupation*, dan *compulsive internet use*. *Self esteem* memberikan hubungan signifikan dengan korelasi negatif terhadap kelima dimensi *problematic internet use*, yang artinya semakin rendah *self esteem* maka semakin tinggi individu mengalami *problematic internet use*.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil olah data yang dilakukan dalam penelitian ini mendapatkan kesimpulan akhir bahwa adanya hubungan signifikan dan korelasi negatif antara *self esteem* dengan *problematic internet use* pada *emerging adulthood* pengguna media sosial. Hasil tersebut memberikan arti bahwa semakin tinggi *self esteem*, maka semakin rendah *problematic internet use* pada individu. Kemudian sebaliknya, bahwa semakin rendah *self esteem* maka, semakin tinggi *problematic internet use* pada individu.

Berdasarkan hasil dalam penelitian ini menunjukkan *self esteem* dengan *problematic internet use* memiliki hubungan yang signifikan dan negatif. Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dimiliki oleh Mamun et al. (2020) yang menemukan bahwa adanya hubungan yang signifikan dan negatif antara *self esteem* dengan *problematic internet use*.

Terdapat pula hubungan antara kedua variabel melalui hasil uji korelasi variabel *self esteem* dengan kelima dimensi pada variabel *problematic internet use* yang terdiri dari *preference for online social interaction*, *mood regulation*, *cognitive preoccupation*, *compulsive internet use*, serta *negative outcomes*. Berdasarkan hasil pada variabel *self esteem* dengan kelima dimensi pada variabel *problematic internet use* memiliki hubungan signifikan dan berkorelasi negatif. Dapat diartikan bahwa semakin rendah *self esteem*, maka semakin tinggi juga kelima dimensi *problematic internet use*.

Emerging adulthood yang tidak memenuhi intimasi dengan individu lain akan merasa terisolasi dan egois yang memicu individu memiliki *self esteem* yang rendah. Sehingga membuat individu memiliki *self esteem* rendah beralih menggunakan internet termasuk media sosial sebagai alternatif untuk tidak berinteraksi sosial tatap muka sehingga mengakibatkan *emerging adulthood* mengalami *problematic internet use*. Individu yang memiliki *self esteem* yang rendah dapat mengatasinya dengan berprestasi di dalam kelas, aktif mengikuti lomba, atau organisasi.

Saran teoretis bagi penelitian selanjutnya yaitu membahas terkait keberagaman etnis yang bermacam-macam lebih lengkap dan detail. Serta penelitian selanjutnya dapat membedakan dalam teknik pengambilan data, latar belakang usia, serta menambahkan variabel lain yang

sekiranya dapat mempengaruhi *problematic internet use*, seperti depresi, kesepian, *social anxiety*, *obsessive-compulsive*, dan lainnya untuk memperkaya penelitian ini.

Saran praktis bagi penelitian selanjutnya yaitu *emerging adulthood* dapat mencari hobi baru, mengikuti les bahasa, dan melatih keterampilan baru seperti memasak, berenang, memancing, dan sebagainya. Keluarga dapat menyediakan kebutuhan yang dibutuhkan seperti mencari guru les bahasa atau menyiapkan alat atau bahan yang akan digunakan untuk menjalankan keterampilan baru. Keluarga dan lingkungan dapat membatasi penggunaan internet sehari-hari, melakukan diskusi, menjadi wadah bercerita, mengapresiasi, dan mendukung kegiatan positif yang dilakukan individu.

Ucapan Terima Kasih (Acknowledgement)

Puji dan syukur sebesar-besarnya saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya. Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan masukan dan dukungan. Serta terima kasih kepada seluruh partisipan skripsi yang telah berpartisipasi, baik yang mengisi kuesioner maupun yang membantu peneliti dalam menyebarkan kuesioner penelitian.

REFERENSI

- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties (2nd ed.)*. Oxford University Press.
- Ayar, D., Gerçeker, G. O., Ozdemir, E. Z., & Bektas, M. (2018). The effect of problematic internet use, social appearance anxiety, and social media use on nursing students' nomophobia levels. *CIN: Computers, Informatics, Nursing*, 36(12), 589-595. doi: 10.1097/CIN.0000000000000458
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial Jilid 1 Edisi Kesepuluh*. Erlangga.
- Błachnio, A., Przepiorka, A., & Rudnicka, P. (2016). Narcissism and self-esteem as predictors of dimensions of facebook use. *Personality and Individual Differences*, 90, 296–301. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.11.018>
- Caplan, S., Williams, D., & Yee, N. (2009). Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behavior*, 25(6), 1312–1319 <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.06.006>
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 1089–1097. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.012>
- Chun, J. S. (2016). Effects of psychological problems, emotional dysregulation, and self-esteem on problematic internet use among Korean adolescents. *Children and Youth Services Review*, 68, 187–192. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2016.07.005>
- Costa, R. M., Patrão, I., & Machado, M. (2018). Problematic internet use and feelings of loneliness. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 23(2), 160–162. <https://doi.org/10.1080/13651501.2018.1539180>
- Databoks (2018, Februari 23). *Usia produktif mendominasi pengguna Internet*. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2018/02/23/usia-produktif-mendominasi-pengguna-internet>
- Diomidous, M., Chardalias, K., Magita, A., Koutonias, P., Panagiotopoulou, P., & Mantas, J. (2016). Social and psychological effects of the internet use. *Acta Informatica Medica*, 24(1), 66- 68. doi: 10.5455/aim.2016.24.66-68
- Duarte, F. (2019, September 9). *Berapa banyak waktu yang dihabiskan rakyat Indonesia di media sosial? BBC News Indonesia*. <https://www.bbc.com/indonesia/majalah-49630216>

- Ghufron, N. & Risnawati, R. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-ruzz Media.
- Hootsuite & We Are Social. (2021, Januari 27). *Digital 2021: The latest insights into the 'state of digital'*. We Are Social. <https://wearesocial.com/blog/2021/01/digital-2021-the-latest-insights-into-the-state-of-digital>
- Kemp, S. (2020, Januari 30). *Digital 2020: 3.8 billion people use social media*. We Are Social. <https://wearesocial.com/uk/blog/2020/01/digital-2020-3-8-billion-people-use-social-media/>
- Mamun, M. A., Hossain, M. S., Moonajilin, M. S., Masud, M. T., Misti, J. M., & Griffiths, M. D. (2020). Does loneliness, self-esteem and psychological distress correlate with problematic internet use? A Bangladeshi survey study. *Asia Pac. Psychiatry*, 12, 1-8. <https://doi.org/10.1111/appy.12386>
- Mei, S., Yau, Y. H., Chai, J., Guo, J., & Potenza, M. N. (2016). Problematic Internet use, well-being, self-esteem and self-control: Data from a high-school survey in China. *Addictive Behaviors*, 61, 74-79. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.05.009>
- Mruk, C. J. (2006). *Self-esteem research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self-esteem* (3rd ed.). Springer Publishing Company.
- Oetomo, B. S. D. (2002). *E-Education: Konsep, Teknologi dan Aplikasi Internet Pendidikan*. Andi.
- Papalia, D., & Martorell, G. (2020). *Experience Human Development* (14th ed.). McGraw-Hill Education.
- Pratama, A. M. (2020, Agustus 9). *Pengguna internet Indonesia hingga kuartal ii 2020 capai 1967 juta orang*. Kompas. <https://money.kompas.com/read/2020/11/09/213534626/pengguna-internet-indonesia-hingga-kuartal-ii-2020-capai-1967-juta-orang>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and The Adolescent Self-Image*. Princeton University Press.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-Span Development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Schimmenti, A., Musetti, A., Costanzo, A., Terrone, G., Maganuco, N.R., Aglieri Rinella, C., & Gervasi, A. M. (2019). The unfabulous four: Maladaptive personality functioning, insecure attachment, dissociative experiences, and problematic internet use among young adults. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-15. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00079-0>
- Vally, Z. (2019). Generalized problematic Internet use, depression, and explicit self-esteem: Evidence from the United Arab Emirates. *Neurology, Psychiatry and Brain Research*, 33, 93-100. <https://doi.org/10.1016/j.npbr.2019.07.002>
- Wolff, H. N. (2021, Agustus 9). *Breakdown of social media users by age and gender in Indonesia as of January 2021*. Statista. <https://www.statista.com/statistics/997297/indonesia-breakdown-social-media-users-age-gender/>
- Zeng, G., Zhang, L., Fung, S. F., Li, J., Liu, Y. M., Xiong, Z. K., Jiang, Z. Q., Zhu, F. F., Chen, Z. T., Luo, S. D., Yu, P., & Huang, Q. (2021). Problematic internet usage and self-esteem in chinese undergraduate students: The mediation effects of individual affect and relationship satisfaction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 1-14. <https://doi.org/10.3390/ijerph181369>