

**PENGARUH KECENDERUNGAN *ALEXITHYMIA* TERHADAP
KECENDERUNGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL
PADA SISWA KELAS XI DI SMA NU 1 GRESIK**

SKRIPSI



Disusun Oleh :

FATHIMAH PITALOKA ISLAMI

200701059

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK

GRESIK

2024

**PENGARUH KECENDERUNGAN ALEXITHYMIA TERHADAP
KECENDERUNGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL
PADA SISWA KELAS XI SMA NU 1 GRESIK**

SKRIPSI

Diajukan guna Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Mencapai Gelar Sarjana Psikologi Pada
Program Studi Psikologi
Universitas Muhammadiyah Gresik

Disusun Oleh:
FATHIMAH PITALOKA ISLAMI
200701059

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK
GRESIK
2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh
Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi

Dosen Pembimbing I,



Ima Fitri Sholichah, S.Psi., MA
NIP. 07111803216

Dosen Pembimbing II,



Prianggi Amelasasih, S. Psi., M. Si
NIP. 07111710203

**HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI**

**PENGARUH KECENDERUNGAN *ALEXITHYMLIA*
TERHADAP KECENDERUNGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL
PADA SISWA KELAS XI DI SMA NU 1 GRESIK**

**Disusun Oleh :
FATHIMAH PITALOKA ISLAMI
200701059**

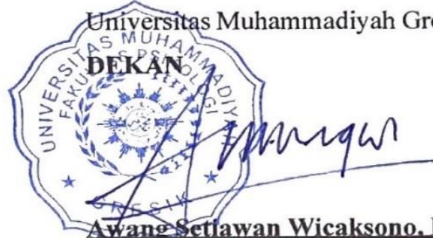
Telah disidangkan dan dipertahankan dihadapan para Dewan Penguji Skripsi Universitas Muhammadiyah Gresik dan dapat diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi.

Disahkan Pada Hari : Senin

Tanggal : 15 Juli 2024

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Gresik



**Awang Setiawan Wicaksono, M.Psi., Psikolog,
NIP: 198106302005011002**

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

NO	JABATAN	NAMA	NIP	TANDA TANGAN
1.	Ketua	Awang Setiawan Wicaksono, M. Psi., Psikolog	198106302005011002	
2.	Sekretaris	Muhimatul Hasanah S.Psi., M.A	07130909206	
3.	Anggota	Ima Fitri Sholichah, S.Psi., M.A	07111803216	

HALAMAN MOTTO

“Karena sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya bersama kesulitan pasti ada kemudahan” (Al-Insyirah 94:5-6)

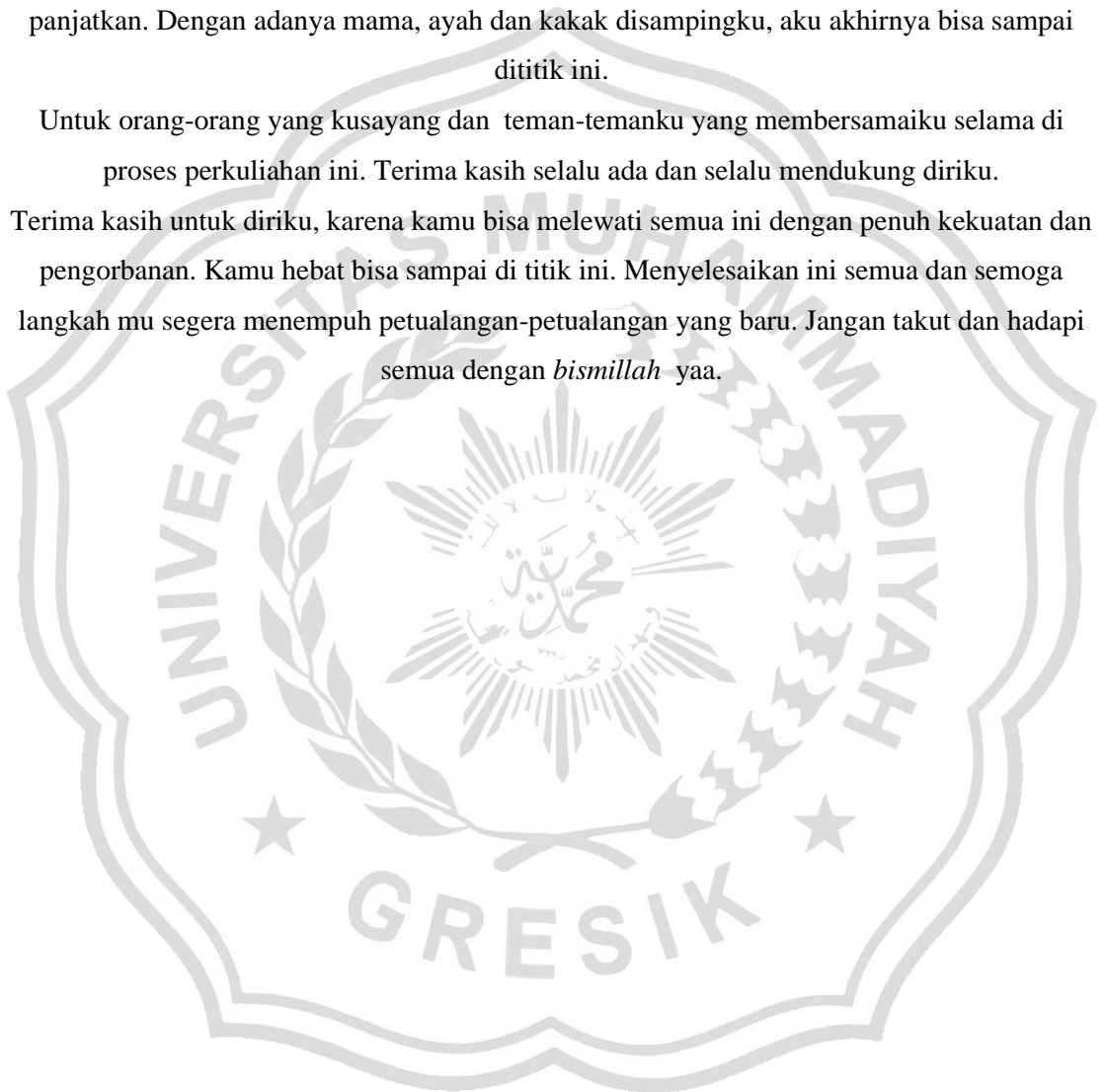
"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. ia mendapat pahala (dari kebaikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya" (Al -Baqarah 2:286)



HALAMAN PERSEMBAHAN

Penulisan ini kupersembahkan untuk diriku sendiri, kedua orang tuaku, mama, ayah dan kakakku. Terima kasih yang bisa kuucapkan untuk dukungan yang diberikan untukku. Mama, ayah terima kasih karena selalu melibatkanku dalam doa yang mama, ayah dan kakak panjatkan. Dengan adanya mama, ayah dan kakak disampingku, aku akhirnya bisa sampai dititik ini.

Untuk orang-orang yang kusayang dan teman-temanku yang membersamaiku selama di proses perkuliahan ini. Terima kasih selalu ada dan selalu mendukung diriku. Terima kasih untuk diriku, karena kamu bisa melewati semua ini dengan penuh kekuatan dan pengorbanan. Kamu hebat bisa sampai di titik ini. Menyelesaikan ini semua dan semoga langkah mu segera menempuh petualangan-petualangan yang baru. Jangan takut dan hadapi semua dengan *bismillah* yaa.



PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fathimah Pitaloka Islami

NIM : 200701059

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya skripsi yang berjudul “Pengaruh Kecenderungan *Alexithymia* terhadap Kecenderungan Kecanduan Media Sosial pada Siswa Kelas XI SMA NU 1 Gresik” adalah benar-benar hasil karya sendiri, kecuali jika disebutkan sumbernya dan belum pernah diajukan pada instansi manapun, serta bukan karya orang lain. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika ternyata dikemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Gresik, Juli 2024



Fathimah Pitaloka Islami
NIM. 200701059

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT. Yang telah memberikan daya dan kekuatan bagi orang-orang yang bertawakal, yang memberikan kemudahan dan menghilangkan kesukaran, memberikan petunjuk kebenaran yang benar dan kesalahan yang salah serta memberikan kekuatan kepada kami untuk mampu menjauhinya. Sholawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW., atas keluarga, sahabat dan orang-orang yang mengikuti mereka dengan baik hingga hari akhir.

Seiring dengan rasa syukur kepada Allah SWT, atas terselesainya penulisan skripsi yang berjudul “PENGARUH KECENDERUNGAN *ALEXITHYMIA* TERHADAP KECENDERUNGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA SISWA KELAS XI SMA NU 1 GRESIK” maka penulis tidak lupa mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak Awang Setiawan Wicaksono, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
2. Ibu Prianggi Amelasasih, S.psi., M.Si selaku Ka. Prodi Psikologi dan Dosen Pembimbing II
3. Ibu Idha Rahayuningsih, M.Psi., Psikolog selaku dosen wali.
4. Ibu Ima Fitri Sholichah, S.Psi., M.A Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi I yang senantiasa mengarahkan dan membimbing dengan penuh pengertian.
5. Seluruh dosen dan Civitas Akademika Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
6. Bapak ibu guru dan siswa siswi SMA NU 1 Gresik yang telah membantu berjalannya penyusunan skripsi ini hingga akhir.
7. Ayah Muhayyan dan mama ku, Alfijati Saidijah tersayang, terima kasih atas segala doa dan kasih sayangnya, dukungan kalian menjadi penguat utamaku dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Terima kasih saudariku, Nurus Silmi Kaffah yang setia memberi nasihat-nasihat, uluran tangan ketika aku terpuruk, yang setia menemani dan mengorbankan dirinya untukku menyelesaikan skripsi ini.
9. Terima kasih banyak kepada sahabat-sahabatku tercinta Ela, Gita, Ayangg, Aisy, Anis, Nabila, Mbak Sherly, Afif dan warga Lab yang selalu memberikan energi, dan kebahagiaan di sela-sela penyelesaian skripsi ini.
10. Terima kasih banyak juga untuk Mas yang sudah selalu menemani pasang surutnya hatiku dalam menyelesaikan skripsi ini.

11. Terima kasih untuk seluruh teman fakultas psikologi angkatan 2020 yang sudah menjadi salah satu momen kebahagiaan yang ku lewati di masa kuliah ini.

Penulis menyadari bahwa di dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan walaupun demikian penulis tetap berharap semoga penulisan skripsi ini berguna dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang psikologi.

Gresik, 15 Juli 2024

Penulis



DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan.....	ii
Halaman Motto.....	iv
Halaman Persembahan.....	v
Pernyataan Keaslian Skripsi.....	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
Kata Pengantar.....	vii
Daftar Isi.....	ix
Abstrak.....	xvi
<i>Abstract</i>	xvii
BAB I : PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	1
1.3 Batasan Masalah.....	1
1.4 Rumusan Masalah.....	1
1.5 Tujuan Penelitian.....	1
1.6 Manfaat Penelitian.....	1
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Kecenderungan Kecanduan Media Sosial.....	2
2.1.1 Pengertian Kecanduan Media Sosial.....	2
2.1.2 Aspek-Aspek Kecanduan Media Sosial.....	2
2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecenderungan Kecanduan Media Sosial ..	2
2.2.1 Ciri-Ciri Kecanduan Media Sosial.....	2

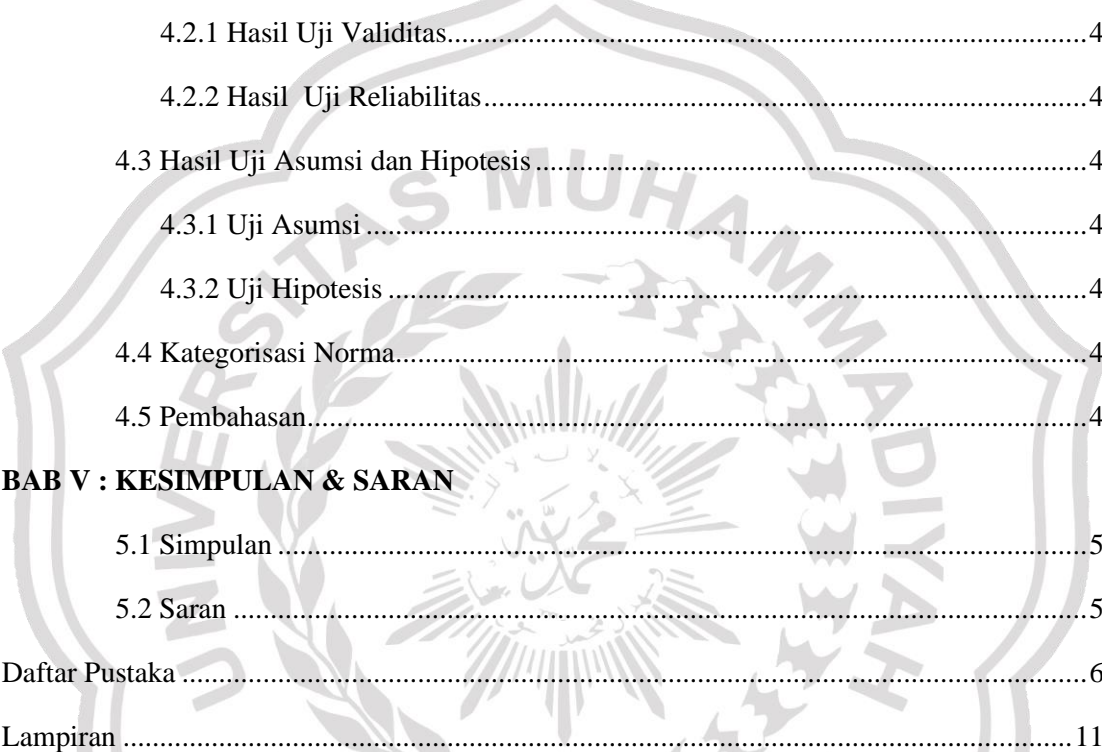
2.3 Kecenderungan <i>Alexithymia</i>	2
2.3.1 Pengertian Kecenderungan <i>Alexithymia</i>	2
2.3.2 Aspek-Aspek <i>Alexithymia</i>	2
2.3.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Alexithymia</i>	2
2.4 Hubungan Antar Variabel	2
2.5 Kerangka Konseptual	2
2.6 Hipotesis	2

BAB III : METODE PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian	3
3.2 Identifikasi Variabel.....	3
3.3 Definisi Operasional	3
3.3.1 Kecenderungan <i>Alexithymia</i>	3
3.3.2 Kecenderungan Kecanduan Media Sosial.....	3
3.4 Populasi dan Teknik Sampel.....	3
3.4.1 Populasi.....	3
3.4.2 Sampel	3
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	3
3.6. Validitas dan Reliabilitas	3
3.6.1. Validitas	3
3.6.2 Reliabilitas	3
3.7 Teknik Analisis Data.....	3
3.7.1 Uji Asumsi	3
3.8. Uji Hipotesis	3

BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN

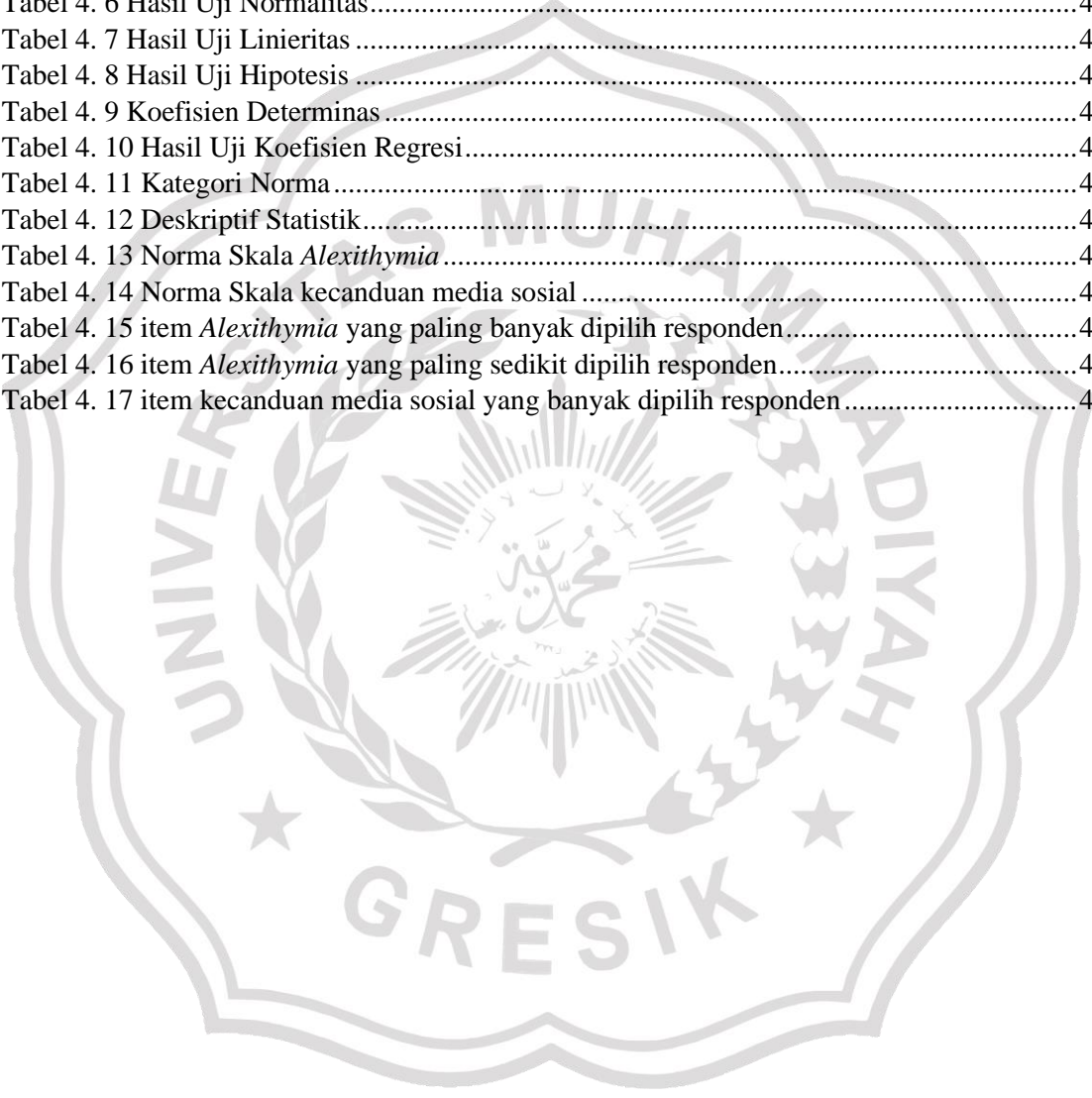
4.1 Gambaran Umum Penelitian	4
------------------------------------	---



4.1.1 Profil SMANUSA.....	4
4.1.2 Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	4
4.1.3 Subjek Penelitian	4
4.1.4 Hambatan Dalam Proses Penelitian.....	4
4.2 Hasil Pengukuran Validitas dan Reliabilitas.....	4
4.2.1 Hasil Uji Validitas.....	4
4.2.2 Hasil Uji Reliabilitas.....	4
4.3 Hasil Uji Asumsi dan Hipotesis.....	4
4.3.1 Uji Asumsi.....	4
4.3.2 Uji Hipotesis.....	4
4.4 Kategorisasi Norma.....	4
4.5 Pembahasan.....	4
BAB V : KESIMPULAN & SARAN	
5.1 Simpulan.....	5
5.2 Saran.....	5
Daftar Pustaka.....	6
Lampiran.....	11

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Data karakteristik responden	4
Tabel 4. 2 Hasil Uji validitas Skala <i>Alexithymia</i>	4
Tabel 4. 3 Hasil Uji Validitas Skala kecanduan media sosial	4
Tabel 4. 4 Hasil Uji Reliabilitas <i>Alexithymia</i>	4
Tabel 4. 5 Hasil Uji Reliabilitas Kecanduan media sosial.....	4
Tabel 4. 6 Hasil Uji Normalitas.....	4
Tabel 4. 7 Hasil Uji Linieritas	4
Tabel 4. 8 Hasil Uji Hipotesis	4
Tabel 4. 9 Koefisien Determinas.....	4
Tabel 4. 10 Hasil Uji Koefisien Regresi.....	4
Tabel 4. 11 Kategori Norma	4
Tabel 4. 12 Deskriptif Statistik.....	4
Tabel 4. 13 Norma Skala <i>Alexithymia</i>	4
Tabel 4. 14 Norma Skala kecanduan media sosial	4
Tabel 4. 15 item <i>Alexithymia</i> yang paling banyak dipilih responden.....	4
Tabel 4. 16 item <i>Alexithymia</i> yang paling sedikit dipilih responden.....	4
Tabel 4. 17 item kecanduan media sosial yang banyak dipilih responden.....	4



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual2



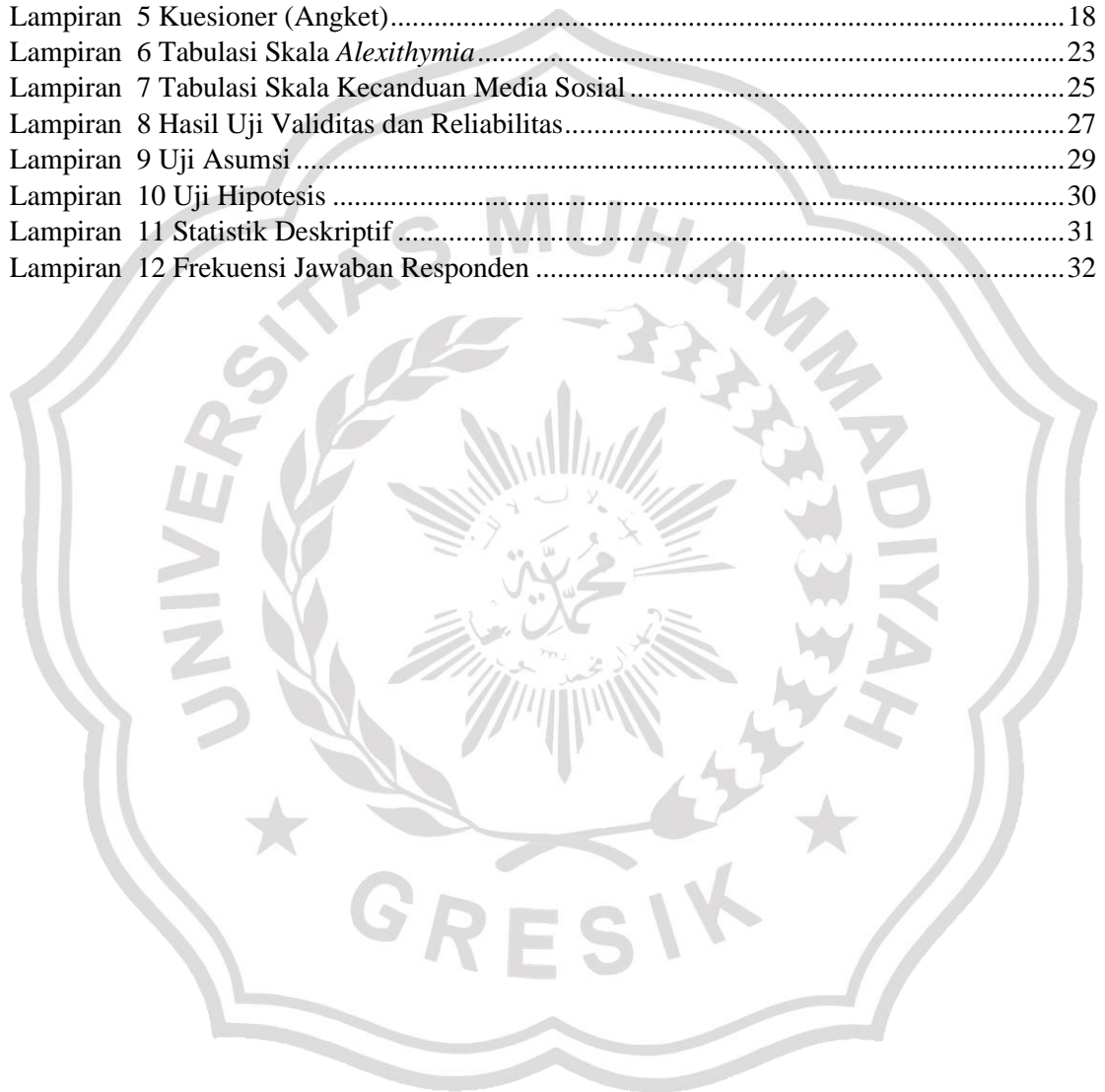
DAFTAR RUMUS

Rumus 1 Perhitungan Sampel Slovin.....3



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian.....	11
Lampiran 2 Uji Plagiarisme.....	13
Lampiran 3 Kartu Bimbingan Skripsi	14
Lampiran 4 Surat Persetujuan Expert Judgement.....	16
Lampiran 5 Kuesioner (Angket).....	18
Lampiran 6 Tabulasi Skala <i>Alexithymia</i>	23
Lampiran 7 Tabulasi Skala Kecanduan Media Sosial	25
Lampiran 8 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	27
Lampiran 9 Uji Asumsi	29
Lampiran 10 Uji Hipotesis	30
Lampiran 11 Statistik Deskriptif	31
Lampiran 12 Frekuensi Jawaban Responden	32



ABSTRAK

Fathimah Pitaloka Islami. (200701059). Pengaruh Kecenderungan *Alexithymia* terhadap Kecenderungan Kecanduan Media Sosial pada Siswa kelas XI SMA NU 1 Gresik

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecenderungan *alexithymia* terhadap kecenderungan kecanduan media sosial pada siswa kelas XI SMA NU 1 Gresik. Metode penelitian ini adalah kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas XI SMA NU 1 Gresik baik Perempuan maupun laki-laki. Serta penentuan sampel menggunakan Teknik *sampling purposive*. Sampel penelitian ini berjumlah 147 siswa. Data penelitian ini dikumpulkan dengan menyebarkan angket dengan skala *Alexithymia* dan Kecanduan Media Sosial. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert dengan 4 pilihan untuk skala *Alexithymia* dan 6 pilihan jawaban untuk kecanduan media sosial. alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini untuk *alexithymia* peneliti menggunakan adaptasi dari (Estugra, 2019) dan skala kecanduan menggunakan adaptasi dari (Izzati, 2017). Uji validitas skala menggunakan validitas isi. Uji reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach*. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan Teknik analisis regresi sederhana. Hasil analisis data regresi sederhana menghasilkan nilai $R = 0,257$ dengan taraf signifikan (p) = $0,002 < 0,05$ yang berarti adanya pengaruh signifikan antara variable *alexithymia* terhadap kecanduan media sosial. Berdasarkan analisis data tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *alexithymia* terhadap kecenderungan kecanduan media sosial pada siswa kelas XI SMA NU 1 Gresik.

Kata kunci : *Alexithymia*, Kecanduan Media Sosial, Siswa Kelas XI, SMA NU 1 Gresik



ABSTRACT

Fathimah Pitaloka Islami. (200701059). *The effect of alexithymia tendency toward social Media addiction in Class XI students of SMA NU 1 Gresik.*

This study aims to determine the influence of alexithymia tendency toward social media addiction in Grade XI students of SMA NU 1 Gresik. This research method is quantitative. The population in this study were students of Class XI SMA NU 1 Gresik both women and men. And determination of samples using purposive sampling techniques. The sample was 147 students. The data was collected by distributing questionnaires with a scale of Alexithymia and social Media addiction. The scale used in this study is a likert scale with 4 choices for alexithymia scale and 6 choices of answers for social media addiction. The measuring instrument used in this study for alexithymia researchers used adaptation from (Estugra, 2019) and Addiction Scale used adoption from (Izzati, 2017). Scale validity test using content validity. Reliability test using Cronbach's Alpha. The technique used in this study is using a simple regression analysis technique. The results of simple regression data analysis resulted in a value of $R = 0.257$ with a significant level $(p) = 0.002 < 0.05$ which means that there is a significant influence between alexithymia variables on social media addiction. Based on the analysis of these data, it can be concluded that there is an influence of alexithymia on the tendency of social media addiction in Grade XI students of SMA NU 1 Gresik.

Keywords: *Alexithymia, social Media addiction, Class XI students, SMA NU 1 Gresik.*

