

ANALISIS DAMPAK KETANGGUHAN TERHADAP KECANDUAN INTERNET YANG DI MEDIASI KESEPIAN PADA MAHASISWA UNIVERSITAS BUNG HATTA

Cah Ayu Putri Muzura¹, Akmal²

¹Mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Dan Bisnis, Universitas Bung Hatta

² Dosen Magister Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Bung Hatta

cahayuputrim@gmail.com drakmal210@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh ketangguhan terhadap kecanduan internet dengan kesepian sebagai variabel mediasi pada mahasiswa Universitas Bung Hatta. Populasi penelitian adalah mahasiswa angkatan 21 jenjang S1 di Universitas Bung Hatta dengan jumlah responden sebanyak 207 orang yang dipilih melalui teknik *stratified sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang mengukur tiga variabel utama: ketangguhan, kesepian, dan kecanduan internet. Analisis data dilakukan menggunakan metode *Structural Equation Modeling* berbasis *Partial Least Square 3.0 (SmartPLS 3.0)*. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ketangguhan berpengaruh negatif secara signifikan terhadap kesepian dan kecanduan internet. Kesepian juga berpengaruh positif signifikan terhadap kecanduan internet. Selain itu, kesepian terbukti memediasi pengaruh ketangguhan terhadap kecanduan internet. Model penelitian memiliki nilai *R Square* yang menunjukkan tingkat prediksi yang baik terhadap variabel endogen. Temuan ini menegaskan pentingnya ketangguhan sebagai faktor protektif untuk mengurangi risiko kecanduan internet, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui penurunan tingkat kesepian.

Kata Kunci: Kecanduan Internet, Ketangguhan, Kesepian.

ABSTRACT

This study aims to analyze the effect of resilience on internet addiction with loneliness as a mediating variable among students of Universitas Bung Hatta. The population comprised undergraduate students from the 21st cohort at Universitas Bung Hatta, with 207 respondents selected through stratified sampling. Data were collected using questionnaires measuring three main variables: resilience, loneliness, and internet addiction. Data analysis was conducted using Structural Equation Modeling based on Partial Least Squares 3.0 (SmartPLS 3.0). The statistical results show that resilience has a significant negative effect on both loneliness and internet addiction. Loneliness also has a significant positive effect on internet addiction. Additionally, loneliness was found to mediate the relationship between resilience and internet addiction. The model demonstrated satisfactory R Square values, indicating good predictive power for the endogenous variables. These findings highlight the importance of resilience as a protective factor in reducing the risk of internet addiction, both directly and indirectly by lowering levels of loneliness.

Keyword: Internet Addiction, Resilience, Loneliness

Pendahuluan

Secara global, transformasi digital telah mengubah cara manusia belajar, berinteraksi, dan membangun identitas sosial dalam masyarakat yang semakin terhubung secara daring. Mahasiswa menjadi salah satu kelompok yang paling terdampak oleh revolusi ini, karena aktivitas akademik dan sosial mereka kini banyak bergantung pada perangkat digital dan konektivitas internet (Scafuto et al., 2023).

Di lingkungan pendidikan tinggi, kemajuan teknologi informasi dan komunikasi memungkinkan mahasiswa mengakses bahan ajar digital, mengikuti perkuliahan daring, serta menjalin relasi sosial melalui berbagai platform. Namun, kemudahan ini juga menghadirkan tantangan baru berupa ketergantungan terhadap dunia maya yang berlebihan dan berisiko menimbulkan gangguan psikologis seperti kecanduan internet (Faramarzi, 2024).

Di Indonesia, peningkatan penggunaan internet dalam kehidupan sehari-hari juga sangat signifikan. Menurut laporan Datareportal oleh Kemp (2024), pengguna internet di Indonesia per Januari 2024 tercatat lebih dari 185 juta orang atau sekitar 66% dari populasi. Mahasiswa menjadi kelompok pengguna paling aktif, dengan durasi pemakaian internet rata-rata melebihi delapan jam per hari. Aktivitas tersebut didominasi oleh penggunaan media sosial, konsumsi konten hiburan, serta permainan daring, yang menempatkan mahasiswa sebagai kelompok yang sangat rentan terhadap risiko kecanduan digital.

Kecanduan internet menggambarkan kecenderungan individu untuk menggunakan internet secara kompulsif sebagai respons terhadap tekanan psikologis dan emosional. Scafuto et al. (2023), menjelaskan bahwa individu yang mengalami beban emosional, kecemasan tinggi, dan kesulitan dalam mengelola stres cenderung menggunakan internet sebagai sarana pelarian dari realitas yang dirasa mengancam. Ketika keterampilan pengendalian diri, ketahanan mental, dan regulasi emosi rendah, penggunaan internet dapat meningkat secara tidak adaptif dan berdampak pada kesejahteraan psikologis jangka panjang. Pola ini menunjukkan bagaimana internet bukan sekadar alat komunikasi, tetapi juga menjadi strategi pelarian bagi individu yang rentan secara emosional.

Untuk memahami perilaku tersebut, teori perilaku kognitif (Cognitive Behavior Theory) yang dikembangkan oleh Beck (2021) memberikan penjelasan yang relevan. Teori ini menyatakan bahwa pola pikir yang tidak realistis atau disfungsional dapat menghasilkan emosi negatif dan perilaku maladaptif. Mahasiswa yang merasa kesepian atau mengalami tekanan emosional dapat mengembangkan keyakinan negatif seperti “saya tidak mampu” atau “saya tidak berharga”, yang mendorong penggunaan internet secara kompulsif sebagai bentuk pelarian dari realita.

Salah satu faktor psikologis yang terbukti berperan dalam kecanduan internet adalah kesepian. Kesepian didefinisikan sebagai perasaan subjektif akibat kurangnya hubungan sosial yang memuaskan (Jakobsen et al., 2020). Penelitian menunjukkan bahwa individu yang merasa kesepian cenderung mencari pengganti koneksi sosial melalui interaksi daring, seperti media sosial atau game online, yang bersifat instan dan dangkal (Zelfina & Nurmina, 2023). Namun, bentuk interaksi ini seringkali tidak memberikan kedekatan emosional yang sejati, bahkan berpotensi memperparah rasa keterasingan (Mohammed, 2023).

Wongpakaran et al. (2021) menunjukkan bahwa kesepian memiliki efek langsung terhadap kecanduan internet, yang diperkuat oleh gangguan dalam relasi interpersonal. Ketika internet digunakan untuk menghindari tekanan psikologis, maka ia menjadi cara pelarian yang tidak sehat dan justru memperburuk kondisi mental pengguna.

Sebaliknya, ketangguhan atau resilience berfungsi sebagai pelindung yang penting dalam menghadapi tekanan. Individu yang tangguh mampu mengelola stres, bangkit dari kesulitan, dan mempertahankan fungsi psikologis yang sehat (Jakobsen et al., 2020). Ketangguhan diketahui berkorelasi negatif dengan kesepian, dan berkontribusi pada penurunan kecenderungan kecanduan internet (Ning et al., 2024). Penelitian Ozturk dan Kundakci (2021)

menyimpulkan bahwa ketangguhan berpengaruh langsung terhadap penurunan kecanduan internet, dan kesepian menjadi mediator dalam hubungan tersebut.

Meskipun temuan tentang hubungan antara ketangguhan, kesepian, dan kecanduan internet telah banyak dibahas dalam studi luar negeri (misalnya Ozturk & Kundakci, 2021; Wongpakaran et al., 2021), penelitian dengan pendekatan serupa masih jarang ditemukan di Indonesia. Studi lokal lebih banyak berfokus pada hubungan langsung antara kesepian dan kecanduan internet tanpa mempertimbangkan ketangguhan sebagai variabel protektif yang penting (Zelfina & Nurmina, 2023). Keterbatasan ini menciptakan kekosongan penelitian yang perlu diisi, agar dapat memahami secara lebih komprehensif dalam konteks mahasiswa Indonesia, khususnya dalam menghadapi tantangan penggunaan internet yang berlebihan.

Sementara itu, di lingkungan Universitas Bung Hatta, fenomena serupa juga dapat diamati. Mahasiswa menunjukkan ketergantungan tinggi terhadap smartphone, baik untuk keperluan akademik, bersosialisasi, maupun hiburan. Meski telah diberlakukan aturan larangan penggunaan handphone selama proses pembelajaran, tidak sedikit mahasiswa yang tetap mengakses ponsel mereka secara diam-diam di tengah kelas. Selain itu, kebiasaan menunda tugas kuliah sering terjadi karena mahasiswa lebih memilih menghabiskan waktu untuk berselancar di media sosial, bermain game online, atau menonton konten hiburan. Banyak dari mereka merasa gelisah atau tidak tenang ketika tidak dapat mengakses internet dalam waktu yang lama. Akibatnya, muncul gangguan konsentrasi, penurunan produktivitas akademik, waktu tidur yang terganggu, serta minimnya aktivitas fisik. Fenomena ini menunjukkan adanya indikasi kuat bahwa banyak mahasiswa Universitas Bung Hatta mengalami kecanduan terhadap penggunaan internet secara berlebihan.

Dengan mempertimbangkan dinamika tersebut, penelitian ini menjadi relevan untuk memahami bagaimana ketangguhan dapat memengaruhi kecanduan internet melalui pengaruh tidak langsung kesepian. Temuan ini akan berguna dalam mendukung pengembangan layanan kesehatan mental berbasis kampus, seperti pelatihan ketangguhan, program konseling, dan penguatan jejaring sosial mahasiswa.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak ketangguhan terhadap kecanduan internet yang di mediasi oleh kesepian pada mahasiswa Universitas Bung Hatta, dengan menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menguji hubungan langsung dan tidak langsung antar variabel.

Kajian Teori dan Hipotesis

1. Kecanduan Internet

Kondisi kecanduan internet juga dijelaskan oleh Mousoulidou et al. (2024) sebagai keterlibatan yang terlalu intens dalam aktivitas online secara kompulsif dan tidak terkendali, yang berfungsi sebagai pelarian dari tekanan hidup, kecemasan, atau perasaan tidak mampu dalam dunia nyata. Dalam banyak kasus, hal ini digunakan untuk menghindari emosi negatif seperti stres, depresi, atau rendah diri.

Sementara itu, Wang dan Zeng (2024) menegaskan bahwa kecanduan internet merupakan perilaku bermasalah yang berfungsi membantu mengurangi stres akibat penggunaan internet yang tinggi. Mereka mendefinisikannya sebagai gangguan kecemasan yang tidak melibatkan zat adiktif seperti narkoba, tetapi tetap berdampak negatif pada pendidikan, hubungan, keuangan, pekerjaan, dan kesejahteraan fisik.

Bagatarhan (2025) menggambarkan kecanduan internet sebagai gangguan yang ditandai oleh ketidakmampuan mengendalikan penggunaan internet, sehingga menimbulkan masalah dalam hubungan interpersonal, pekerjaan, dan kehidupan sosial. Bentuk kecanduan ini melibatkan perilaku maladaptif terkait penggunaan internet yang berlebihan dan berdampak negatif pada berbagai aspek kehidupan lainnya.

2. Kesepian

Twenge et al. (2021) menyebut kesepian sebagai pengalaman subjektif yang timbul ketika individu merasa tidak memiliki hubungan interpersonal yang memadai, dengan jarak besar antara harapan dan kenyataan dalam komunikasi sosial. Mereka menambahkan bahwa kesepian telah menjadi fenomena sosial yang umum terjadi lintas usia dan berpengaruh terhadap kehidupan sehari-hari.

Sementara itu, menurut Zelfina dan Nurmina (2023), kesepian merupakan faktor signifikan yang berkontribusi terhadap kecanduan internet, terutama bagi individu yang aktif menggunakan media sosial. Kondisi ini mendorong remaja untuk mencari relasi melalui dunia maya sebagai bentuk kompensasi terhadap kebutuhan interaksi sosial yang tidak terpenuhi di dunia nyata.

Dalam pandangan Rizki dan Andayani (2023), kesepian adalah pengalaman tidak menyenangkan yang muncul akibat ketidakseimbangan antara hubungan sosial yang diharapkan dan kenyataan yang dialami, baik secara kualitas maupun kuantitas. Kesepian bersifat subjektif, di mana seseorang bisa merasa kesepian meski dikelilingi banyak orang, sedangkan orang lain dengan sedikit relasi sosial dapat merasa cukup.

3. Ketangguhan

Li et al. (2024) memaparkan bahwa ketangguhan merupakan ciri kepribadian yang ditandai oleh kemampuan mengatasi kesulitan dan kembali pada kondisi normal, dengan adaptasi yang baik terhadap trauma, tragedi, atau stres signifikan lainnya. Ketangguhan digambarkan sebagai proses perkembangan dinamis di mana individu membentuk sumber daya internal penting seperti kontrol diri.

Dalam pandangan Bagatarhan (2025), ketangguhan diartikan sebagai proses dan hasil dari kemampuan individu untuk beradaptasi dengan pengalaman hidup yang menantang. Ketangguhan berfungsi sebagai faktor pelindung yang membantu individu menghadapi stres dan kesulitan yang mereka alami.

Almulla et al. (2025) mendefinisikan ketangguhan sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif terhadap kesulitan, stres, atau tekanan signifikan dalam hidup, seperti masalah keluarga, kesehatan, pekerjaan, atau keuangan. Konsep ini bersifat kompleks, mencakup dimensi spasial, temporal, dinamis, dan hasil yang menguntungkan bagi perkembangan individu.

Hubungan antara Ketangguhan dan Kesepian

Temuan dari Labrague (2021) menegaskan pentingnya ketangguhan sebagai prediktor kesepian emosional dan sosial pada mahasiswa selama pandemi. Mahasiswa yang lebih tangguh lebih mampu menahan tekanan emosional, menyesuaikan diri dengan perubahan, dan mempertahankan hubungan sosial yang sehat.

Penelitian terbaru menunjukkan peran penting ketangguhan sebagai pelindung emosional. Ning et al. (2024) menemukan bahwa mahasiswa dengan tingkat ketangguhan lebih tinggi cenderung mampu mengelola kekhawatiran mereka secara lebih adaptif di tengah stresor pandemi COVID-19, sehingga mengurangi kemungkinan mengalami kesepian.

Berdasarkan temuan dari berbagai penelitian terdahulu, hipotesis bahwa ketangguhan berpengaruh negatif terhadap kecanduan internet melalui penurunan tingkat kesepian telah didukung secara empiris. Peneliti berasumsi bahwa mahasiswa dengan tingkat ketangguhan lebih tinggi mampu mengelola stres dan membangun hubungan sosial yang lebih baik, sehingga mengurangi kesepian dan pada akhirnya menurunkan kecenderungan menggunakan internet secara kompulsif. Berdasarkan pemaparan di atas dapat ditarik hipotesis sebagai berikut:

H1 : Ketangguhan Berpengaruh Negatif Terhadap Kesepian

Hubungan antara Ketangguhan dan Kecanduan Internet

Kajian liter Almulla et al. (2025) menegaskan bahwa individu dengan tingkat ketangguhan lebih tinggi cenderung memiliki kecanduan internet lebih rendah. Penelitian ini menyoroti peran ketangguhan sebagai faktor pelindung yang signifikan dalam membantu seseorang menghadapi tantangan dan stres dalam kehidupan sehari-hari.

Bagatarhan (2025) menunjukkan hasil serupa, di mana ketangguhan memiliki hubungan negatif dengan kecanduan internet. Analisis penelitian mengungkapkan bahwa individu dengan ketangguhan tinggi lebih mampu mengatasi tantangan dan stres, sehingga risiko untuk mengalami kecanduan internet menjadi lebih rendah.

Berdasarkan temuan dari berbagai penelitian terdahulu, hipotesis bahwa ketangguhan berpengaruh negatif terhadap kecanduan internet melalui penurunan tingkat kesepian telah didukung secara empiris. Peneliti berasumsi bahwa mahasiswa dengan tingkat ketangguhan lebih tinggi mampu mengelola stres dengan lebih baik, membangun relasi sosial yang lebih memuaskan, dan mengurangi kesepian, sehingga pada akhirnya menurunkan kecenderungan menggunakan internet secara kompulsif. Berdasarkan pemaparan di atas dapat ditarik hipotesis sebagai berikut:

H2 : Ketangguhan Berpengaruh Negatif Terhadap Kecanduan Internet

Hubungan antara Ketangguhan dan Kecanduan Internet

Temuan Zelfina dan Nurmina (2023) mendukung hasil serupa dengan menunjukkan bahwa remaja dengan tingkat kesepian lebih tinggi cenderung memiliki kecanduan internet lebih signifikan. Analisis penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara kedua variabel tersebut.

Rizki dan Andayani (2023) juga menegaskan peran kesepian dalam memicu ketergantungan pada internet. Hasil analisis statistik menunjukkan korelasi positif antara kesepian dan durasi aktivitas online, terutama pada masa pembatasan sosial ketika interaksi tatap muka sangat terbatas.

Berdasarkan temuan dari berbagai penelitian terdahulu, hipotesis bahwa kesepian berpengaruh positif terhadap kecanduan internet telah didukung secara empiris. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa individu yang merasa kesepian cenderung menggunakan internet secara berlebihan sebagai bentuk pelarian untuk mencari interaksi sosial. Hal ini memperkuat asumsi bahwa semakin tinggi tingkat kesepian, semakin tinggi pula kecenderungan mengalami kecanduan internet. Berdasarkan pemaparan di atas dapat ditarik hipotesis:

H3: Kesepian Berpengaruh Positif Terhadap Kecanduan Internet

Hubungan Kesepian Memediasi Hubungan Antara Ketangguhan Dengan Kecanduan Internet

Li et al. (2024), dalam studi mereka yang dilakukan pada mahasiswa di Tiongkok mendukung pandangan serupa. Penelitian tersebut menemukan bahwa ketangguhan memiliki pengaruh negatif terhadap kecanduan internet, dengan kesepian berperan sebagai mediator yang signifikan. Artinya, individu dengan ketangguhan lebih tinggi cenderung merasa lebih terhubung secara sosial, sehingga keinginan untuk melarikan diri ke dunia online atau menggunakan internet secara kompulsif menjadi lebih rendah.

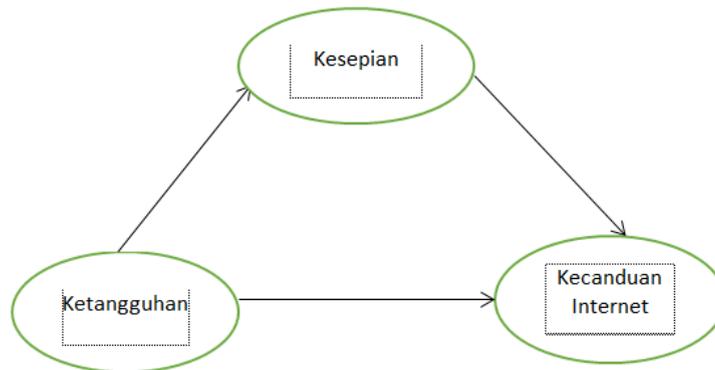
Temuan dari Yam et al. (2024) menunjukkan bahwa remaja yang mengalami kesepian lebih rentan terhadap kecanduan media sosial. Hal ini mengindikasikan bahwa kesepian dapat berfungsi sebagai mediator yang memperkuat pengaruh ketangguhan terhadap kecanduan internet.

Berdasarkan temuan dari berbagai penelitian terdahulu, hipotesis bahwa kesepian memediasi pengaruh ketangguhan terhadap kecanduan internet telah mendapat dukungan empiris. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa individu dengan ketangguhan yang lebih

rendah cenderung mengalami kesepian yang lebih tinggi, yang pada gilirannya meningkatkan risiko penggunaan internet secara kompulsif. Hal ini menguatkan asumsi bahwa kesepian menjadi jalur penting yang menjelaskan bagaimana ketangguhan dapat menurunkan kecenderungan kecanduan internet. Berdasarkan pemaparan di atas dapat ditarik hipotesis:

H4 : Kesepian Memediasi Hubungan Antara Ketangguhan dengan Kecanduan Internet.

Gambar 1. Model Penelitian



Metode Penelitian

1. Populasi dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2022). Merujuk pada uraian latar belakang serta perumusan masalah yang telah dibahas, fokus penelitian ini diarahkan pada mahasiswa. Penelitian ini menjadikan Universitas Bung Hatta sebagai fokus utama kajian. Adapun populasi dalam penelitian ini terdiri dari mahasiswa jenjang S1 angkatan 2021 Universitas Bung Hatta, yang berjumlah 1.015 orang.

Menurut Sugiyono (2022) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan diberlakukan untuk populasi. Untuk itu, sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili).

Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik *Stratified Sampling* yaitu pada teknik ini, semua orang dalam *sampling frame* dibagi kedalam “strata” (kelompok atau kategori), lalu kedalam setiap kategori tersebut diambil sampel yang *simple random* (Ferdinand, 2014). Pada penelitian ini, penulis mengambil sampel dari populasi mahasiswa Universitas Bung Hatta angkatan 21 jenjang pendidikan S1 yang terbagi dalam tujuh fakultas yang berjumlah 1015 orang. Dengan menggunakan rumus yamane, sampel pada penelitian ini berjumlah 287 orang.

2. Pengukuran Instrumen

Kecanduan internet adalah kecanduan terhadap dunia maya di Internet dan ketidakmampuan mengendalikan perilaku online seseorang, yang berdampak negatif pada psikologi dan perilaku pribadi (Chern & Huang, 2018). Adapun untuk skala pengukuran skala pengukuran kecanduan internet menggunakan skala likert 5 poin sebagai berikut : a). Tidak pernah = 1, b). Jarang = 2, c). Kadang-kadang = 3, d). Sering = 4, e). Selalu = 5. Adapun jumlah pertanyaan sebanyak 18 item pertanyaan (Demetrovics et al., 2008).

Ketangguhan merupakan sifat kepribadian yang dicirikan oleh kemampuan untuk mengatasi kesulitan serta kembali ke keadaan normal, serta adaptasi individu yang baik terhadap kesulitan hidup, trauma, tragedi, ancaman, atau tekanan signifikan lainnya. Ketangguhan

berarti proses pengembangan individu yang dinamis dalam menghadapi kejadian dan kemunduran dalam hidup (Daly, 2020). Adapun untuk skala pengukuran ketangguhan menggunakan skala likert 5 poin sebagai berikut : a). Sangat tidak setuju = 1, b). Tidak setuju = 2, c). Netral = 3, d). Setuju = 4, e). Sangat setuju = 5. Adapun jumlah pertanyaan sebanyak 8 item pertanyaan (Gucciardi et al., 2015).

Kesepian adalah pengalaman psikologis subjektif yang terjadi ketika individu merasa tidak memiliki hubungan interpersonal yang memuaskan dan kebutuhan mereka akan komunikasi interpersonal jauh dari memadai. Hal ini sering kali disertai dengan reaksi emosional negatif seperti ketidakberdayaan dan kehampaan, kebosanan, isolasi dan stres. Kesepian terjadi ketika keterlibatan sosial seseorang saat ini tidak sesuai dengan harapannya (Li et al., 2024). Adapun untuk skala pengukuran kesepian menggunakan skala likert 5 poin sebagai berikut : a). Tidak pernah = 1, b). Jarang = 2, c). Kadang-kadang = 3, d.) Sering = 4, e). Selalu = 5. Adapun jumlah pertanyaan sebanyak 20 item pertanyaan (Russell, 1996).

3. Analisis Data

Sesuai dengan hipotesis yang telah dirumuskan, maka dalam penelitian ini metode analisis data menggunakan software Smart PLS 3. Partial Least Square (PLS) merupakan analisis persamaan struktural (Structural Equation Modeling) berbasis varian yang secara simultan dapat melakukan pengujian model pengukuran (Measurement Model Assessment = MMA). MMA digunakan untuk uji validitas dan uji reabilitas atau kehandalan, sedangkan Structural Model Assessment (SMA) digunakan untuk menguji kausalitas (pengujian hipotesis dengan predictive relevance). PLS merupakan metode analitis yang bersifat soft modeling, karena tidak mengasumsikan data harus dengan pengukuran skala tertentu, yang berarti jumlah sampel dapat kecil atau dibawah 100 (Ghozali dan Latan, 2015).

Hasil dan Pembahasan

Dalam penelitian ini jumlah kuesioner yang disebar yaitu sebanyak 287, dimana 80 kuesioner tidak dikembalikan, sedangkan kuesioner yang dikembalikan terdapat 207 kuesioner. Oleh karena itu, total kuesioner yang layak untuk dianalisis berjumlah 207.

Validitas konvergen dapat dievaluasi melalui empat (4) aspek, yaitu outer loading > 0,7; Cronbach's alpha > 0,7; composite reliability > 0,7; dan average variance extracted (AVE) > 0,5. Sementara itu, validitas diskriminan diuji menggunakan kriteria Fornell-Larcker, cross loading, dan metode HTMT.

Tabel 1. Outer Loading

	Kecanduan Internet	Kesepian	Ketangguhan
KI10	0,757		
KI11	0,826		
KI12	0,741		
KI13	0,779		
KI14	0,867		
KI15	0,853		
KI16	0,795		
KI17	0,732		
KI18	0,801		
KI2	0,812		
KI3	0,774		
KI5	0,723		
KI6	0,845		
KI7	0,809		
KI8	0,734		
KS1		0,874	
KS11		0,887	
KS13		0,869	
KS16		0,838	
KS2		0,842	

	Kecanduan Internet	Kesepian	Ketangguhan
KS20		0,844	
KS3		0,821	
KS4		0,743	
KS5		0,770	
KS6		0,834	
KS7		0,809	
KS9		0,787	
KT1			0,891
KT3			0,873
KT4			0,799
KT5			0,722
KT7			0,845
KT8			0,769

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa seluruh butir pernyataan yang digunakan untuk mengukur variabel kecanduan internet, kesepian dan ketangguhan dinyatakan valid karena semua butir pernyataan memiliki nilai outer loading di atas 0,7. Setelah menganalisis outer loading, hasil analisis Cronbach's alpha, composite reliability, dan average variance extracted (AVE) dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 2. Cronbach's Alpha, Composite Reliability, dan Average Variance Extracted (AVE)

	Cronbach's Alpha	Composite Reliability	Average Variance Extracted (AVE)
Kecanduan Internet	0,936	0,948	0,624
Kesepian	0,927	0,942	0,640
Ketangguhan	0,881	0,914	0,617

Berdasarkan Tabel 2, dapat diketahui bahwa seluruh variabel memiliki nilai Cronbach's alpha > 0,7, composite reliability > 0,7, dan AVE > 0,5 sehingga telah memenuhi syarat yang ditetapkan (Hair et al., 2019). Selanjutnya, hasil analisis validitas diskriminan dengan metode kriteria Fornell-Larcker dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Fornell-Larcker Criterion Method

	Kecanduan Internet	Kesepian	Ketangguhan
Kecanduan Internet	0,883		
Kesepian	0,731	0,887	
Ketangguhan	0,695	0,768	0,864

Hasil analisis validitas diskriminan menggunakan metode Fornell-Larcker Criterion sebagaimana disajikan pada Tabel 3 menunjukkan hubungan antar konstruk dalam model penelitian ini. Menurut Hair et al. (2019), validitas diskriminan dinyatakan tercapai apabila nilai akar kuadrat dari AVE (Average Variance Extracted) suatu konstruk lebih besar daripada nilai korelasinya dengan konstruk lain.

Dalam hal ini, nilai diagonal pada tabel mewakili akar kuadrat dari AVE masing-masing konstruk. Untuk konstruk Kecanduan Internet, diperoleh nilai AVE sebesar 0,883, yang lebih tinggi dibandingkan korelasinya dengan Kesepian (0,731) dan Ketangguhan (0,695). Hal ini menunjukkan bahwa konstruk Kecanduan Internet memiliki validitas diskriminan yang baik. Selanjutnya, konstruk Kesepian memiliki nilai AVE sebesar 0,887, yang juga lebih tinggi dari

korelasinya dengan Kecanduan Internet (0,731) dan Ketangguhan (0,768), sehingga validitas diskriminan konstruk Kesepian dapat dinyatakan terpenuhi. Demikian pula, konstruk Ketangguhan memiliki AVE sebesar 0,864, lebih tinggi dari korelasinya dengan Kecanduan Internet (0,695) dan Kesepian (0,768).

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa seluruh konstruk dalam penelitian ini telah memenuhi kriteria validitas diskriminan, karena masing-masing konstruk memiliki nilai AVE yang lebih besar daripada korelasi dengan konstruk lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa konstruk-konstruk dalam model dapat dibedakan secara konseptual dan tidak terjadi tumpang tindih antar konstruk (Hair et al., 2019).

Langkah berikutnya, nilai R Square (R^2) digunakan untuk mengukur seberapa besar variabel endogen dipengaruhi oleh variabel lain (eksogen). Hasil analisis R Square dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Analisis R Square (R^2)

Variabel	R Square	Keterangan
Kecanduan Internet	0,779	Kuat
Kesepian	0,737	Kuat

Berdasarkan hasil analisis R square (R^2), variabel Kecanduan Internet memiliki nilai (R^2) sebesar 0,779, yang mengindikasikan bahwa ketangguhan dan kesepian secara bersama-sama mampu menjelaskan perubahan yang terjadi pada kecanduan internet. Selain itu, nilai R^2 untuk variabel kesepian juga tinggi, yakni sebesar 0,737, yang menunjukkan bahwa variasi dalam kesepian dapat dijelaskan oleh ketangguhan.

Jika merujuk pada kategori interpretasi dari Hair et al. (2019), nilai R^2 di atas 0,75 termasuk dalam kategori kuat (substansial). Hal ini menunjukkan bahwa model yang digunakan dalam penelitian ini memiliki kemampuan penjelasan yang sangat baik terhadap variabel-variabel yang dianalisis, terutama dalam menjelaskan keterkaitan antara ketangguhan, kesepian, dan kecanduan internet.

Q Square digunakan untuk menilai sejauh mana model mampu memprediksi nilai yang diobservasi dan estimasi parameter dari variabel endogen. Hasil analisis Q Square dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Analisis Q square (Q^2)

Variabel	Q Square	Keterangan
Kecanduan Internet	0,573	Kuat
Kesepian	0,526	Kuat

Berdasarkan hasil analisis Q square (Q^2), dapat diketahui bahwa variabel Kecanduan Internet memiliki (Q^2) sebesar 0,573 dan variabel kesepian memiliki (Q^2) sebesar 0,526 yang menunjukkan bahwa kemampuan model dalam memprediksi variabel ini tergolong kuat (Hair et al., 2019). Nilai-nilai ini menunjukkan bahwa model memiliki kemampuan prediksi yang sangat baik terhadap kedua variabel tersebut. Semakin tinggi nilai Q^2 , maka semakin baik pula model dalam memprediksi respons yang sebenarnya.

Berdasarkan panduan dari Hair et al. (2019), nilai Q^2 di atas 0,35 menandakan bahwa model memiliki kemampuan prediktif yang besar. Maka dari itu, hasil ini menguatkan bahwa ketangguhan dan kesepian tidak hanya mampu menjelaskan variabel kecanduan internet, tetapi juga secara akurat memprediksi kecenderungan tersebut di masa mendatang.

Structural Model Assessment (SMA) adalah model struktural yang digunakan untuk memprediksi hubungan kausal antar variabel laten.

Tabel 6. Hasil Analisis Structural Model Assessment (SMA)

Variabel	Original Sample	T Statistics	P Values	Hipotesis
Ketangguhan -> Kesenian	0,682	6,541	0,000	H1 Diterima
Ketangguhan -> Kecanduan Internet	0,641	5,723	0,000	H2 Diterima
Kesenian -> Kecanduan Internet	0,569	6,947	0,000	H3 Diterima

Berikut ini adalah hasil dan interpretasi Tabel 6 :

1. Pengaruh Ketangguhan terhadap Kesenian (H1)

Hasil pengujian menunjukkan bahwa ketangguhan memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap kesenian, dengan nilai Original Sample (O) sebesar 0,682, T-statistic sebesar 6,541, dan p-value < 0,001. Nilai koefisien jalur ini termasuk dalam kategori pengaruh kuat, karena berada dalam rentang 0,51–0,70. T-statistik yang melebihi 1,96 juga menunjukkan bahwa hubungan ini signifikan secara statistik. Oleh karena itu, hipotesis pertama diterima.

2. Pengaruh Ketangguhan terhadap Kecanduan Internet (H2)

Ketangguhan juga ditemukan memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap kecanduan internet, dengan nilai Original Sample (O) sebesar 0,641, T-statistic 5,723, dan p-value 0,000. Berdasarkan standar interpretasi, nilai β ini masih berada dalam kategori pengaruh kuat, dengan hubungan yang signifikan secara statistik ($p < 0,05$). Dengan demikian, hipotesis kedua diterima.

3. Pengaruh Kesenian terhadap Kecanduan Internet (H3)

Hasil analisis menunjukkan bahwa kesenian berpengaruh positif dan signifikan terhadap kecanduan internet, dengan Original Sample (O) sebesar 0,569, T-statistic 6,947, dan p-value 0,000. Nilai koefisien ini juga termasuk dalam kategori kuat, dan nilai T yang tinggi menunjukkan signifikansi yang sangat baik. Oleh karena itu, hipotesis ketiga juga diterima.

Selanjutnya, hasil analisis mengenai pengaruh mediasi dari variabel kesenian dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil Kesenian Sebagai Variabel Mediasi

Variabel	Original Sample	T Statistics	P Values	Hipotesis
Ketangguhan -> Kesenian -> Kecanduan Internet	0,537	7,214	0,000	H4 Diterima

Berdasarkan hasil analisis mediasi yang disajikan dalam Tabel 7, ditemukan bahwa variabel Kesenian berperan sebagai mediator parsial dalam hubungan antara Ketangguhan dan Kecanduan Internet. Analisis ini menggunakan teknik bootstrapping, yang menghasilkan nilai pengaruh tidak langsung (indirect effect) sebesar 0,537, dengan T-statistic = 7,214 dan P-value = 0,000. Karena nilai t-statistik > 1,96 dan p-value < 0,05, maka hipotesis keempat (H4) diterima, dan pengaruh tersebut signifikan secara statistik.

Kesimpulan

Berdasarkan rangkaian hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan, sejumlah kesimpulan dapat ditarik dari penelitian ini, sebagaimana dijelaskan berikut: Ketangguhan berpengaruh negatif terhadap kesepian, Ketangguhan berpengaruh negatif terhadap kecanduan internet, Kesepian berpengaruh positif terhadap kecanduan internet, Kesepian memediasi hubungan antara Ketangguhan dengan Kecanduan Internet.

Berdasarkan hasil kesimpulan yang telah dijelaskan sebelumnya, maka bagian berikut akan memaparkan keterbatasan dalam penelitian ini beserta saran yang dapat dipertimbangkan untuk penelitian selanjutnya: Penelitian ini memiliki keterbatasan pada lingkup responden yang hanya melibatkan mahasiswa Universitas Bung Hatta angkatan 21. Oleh karena itu, penelitian mendatang disarankan untuk memperluas partisipan yaitu mahasiswa seluruh angkatan Universitas Bung Hatta, bisa juga seluruh mahasiswa PTS di Padang dan bahkan wilayah LLDIKTI X serta mahasiswa PTN di Sumbar. Dan penelitian ini hanya meneliti peran kesepian sebagai satu-satunya variabel mediasi antara ketangguhan dan kecanduan internet. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan variabel lainnya seperti dukungan sosial (social support), kontrol diri (self control), kepuasan hidup (Life Satisfaction), kecemasan sosial (social anxiety) sebagai variabel mediasi atau moderasi tambahan agar dapat memberikan gambaran yang lebih mendalam dan menyeluruh mengenai faktor-faktor psikologis yang memengaruhi kecanduan internet pada mahasiswa.

Daftar Pustaka

- Almulla, M. O., Alismail, A. M., Mahama, I., & Almulla, A. A. (2025). Resilience as a predictor of internet addictive behaviours: a study among Ghanaian and Saudi samples using structural equation modelling approach. *BMC Psychology, 13*(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02383>
- Bağatarhan, T. (2025). Investigating the mediating effect of resilience in the relationship between self-efficacy, happiness, social support, and Internet addiction in adolescents. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-07931-8>
- Beck, J. S. (2021). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond* (3rd ed.). Guilford Press.
- Chern, K. C., & Huang, J. H. (2018). Internet addiction: Associated with lower health-related quality of life among college students in Taiwan, and in what aspects? *Computers in Human Behavior, 84*, 460–466. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.03.011>
- Demetrovics, Z., Szeredi, B., & Rózsa, S. (2008). The three-factor model of Internet addiction: The development of the Problematic Internet Use Questionnaire. *Behavior Research Methods, 40*(2), 563–574. <https://doi.org/10.3758/BRM.40.2.563>
- Dwiyanti, F., Lestari, H., & Tina, L. (2019). Hubungan antara Kesepian, Kontrol Diri dan Kemudahan Akses Internet dengan Tingkat Kecanduan Internet pada Siswa Kelas XII Ipa di SMAN 4 Kendari dan SMAN 7 Kendari Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat, 4*(1), 1–8.
- Faramarzi, M., Karim, B., Gholami, Z., Khoshkhou, F., Shirazi, F., Soghli, N., Parvaneh, M., Shirafkan, H., & Khorshidian, F. (2024). Exploring internet addiction during Covid-19 pandemic: a comparative study considering psychological, social, familial and individual aspects in University students. *Health Science Reports, 7*(10), 1–10. <https://doi.org/10.1002/hsr2.70118>

- Ferdinand, A. (2014). Metode penelitian manajemen: Pedoman penulisan skripsi, tesis, dan disertasi ilmu manajemen (cet. ke-5). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gucciardi, D. F., Hanton, S., Gordon, S., Mallett, C. J., & Temby, P. (2015). The Concept of Mental Toughness: Tests of Dimensionality, Nomological Network, and Traitness. *Journal of Personality*, 83(1), 26–44. <https://doi.org/10.1111/jopy.12079>
- Ghozali, I., & Latan, H. (2015). Partial least squares: Konsep, teknik dan aplikasi menggunakan program SmartPLS 3.0 untuk penelitian empiris (Edisi ke-2). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Jakobsen, I. S., Madsen, L. M. R., Mau, M., Hjemdal, O., & Friberg, O. (2020). The relationship between resilience and loneliness elucidated by a Danish version of the resilience scale for adults. *BMC Psychology*, 8(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00493-3>
- Kemp, S. (2024). Digital 2024: Global overview report. DataReportal. <https://datareportal.com/reports/digital-2024-global-overview-report>
- Labrague, L. J., De los Santos, J. A. A., & Falguera, C. C. (2021). Social and emotional loneliness among college students during the COVID-19 pandemic: The predictive role of coping behaviors, social support, and personal resilience. *Perspectives in Psychiatric Care*, 57(4), 1578–1584. <https://doi.org/10.1111/ppc.12721>
- Li, R., Fu, W., Liang, Y., Huang, S., Xu, M., & Tu, R. (2024). Exploring the relationship between resilience and internet addiction in Chinese college students: The mediating roles of life satisfaction and loneliness. *Acta Psychologica*, 248(December 2023), 104405. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104405>
- Mohammed, A. R., Prof, A., & City, S. (2023). Loneliness, Internet Addiction, and Mental Health Among Adolescents: A Mediation Model. *Psycho-Educational Research Reviews*, 12(3), 522–530. https://doi.org/10.52963/perr_biruni_v12.n3.01
- Mousoulidou, M., Christodoulou, A., Averkiou, E., & Pavlou, I. (2024). Internet and Social Media Addictions in the Post-Pandemic Era: Consequences for Mental Well-Being and Self-Esteem. *Social Sciences*, 13(12). <https://doi.org/10.3390/socsci13120699>
- Ning, J., Yin, S., & Tang, R. (2024). The Impact of the Risk Perception of COVID-19 PANDEMIC on College Students' Occupational Anxiety: The Moderating Effect of Career Adaptability. *International Journal of Statistics in Medical Research*, 13(01), 41–53. <https://doi.org/10.6000/1929-6029.2024.13.05>
- Öztürk, A., & Kundakçı, N. (2021). Loneliness, Perceived Social Support, and Psychological Resilience as Predictors of Internet Addiction: A Cross-Sectional Study with a Sample of Turkish Undergraduates. *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology*, 31(4), 449–456. <https://doi.org/10.5152/pcp.2021.21115>
- Rizki, M. F., & Andayani, H. (2023). Hubungan antara Kesepian dan Internet Addiction selama Masa Pandemi COVID-19 pada Siswa/i Kelas XI SMA Negeri 99 Jakarta. *Junior Medical Journal*, 1(5), 512–520.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40.

- Scafuto, F., Ciacchini, R., Orrù, G., Crescentini, C., Conversano, C., Mastorci, F., Porricelli, M., & Gemignani, A. (2023). Covid-19 Pandemic and Internet Addiction in Young Adults: a Pilot Study on Positive and Negative Psychosocial Correlates. *Clinical Neuropsychiatry*, 20(4), 240–251. <https://doi.org/10.36131/cnfioritieditore20230403>
- Sugiyono. (2022). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (edisi ke-2). Alfabeta.
- Twenge, J. M., Haidt, J., Blake, A. B., McAllister, C., Lemon, H., & Le Roy, A. (2021). Worldwide increases in adolescent loneliness. *Journal of Adolescence*, 93(January), 257–269. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.06.006>
- Wang, Y., & Zeng, Y. (2024). Relationship between loneliness and internet addiction: a meta-analysis. *BMC Public Health*, 24(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18366-4>
- Wongpakaran, N., Wongpakaran, T., Pinyopornpanish, M., Simcharoen, S., & Kuntawong, P. (2021). Loneliness and problematic internet use: testing the role of interpersonal problems and motivation for internet use. *BMC Psychiatry*, 21(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03457-y>
- Yam, F. C., Yıldırım, O., & Köksal, B. (2024). The mediating and buffering effect of resilience on the relationship between loneliness and social media addiction among adolescent. *Current Psychology*, 43(28), 24080–24090. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06148-5>
- Young, K. S., & de Abreu, C. N. (Eds.). (2017). Kecanduan internet: Panduan konseling dan petunjuk untuk evaluasi dan penanganan (Helly P. Soetjipto & Sri M. Soetjipto, Penerjemah). Pustaka Pelajar.
- Zelfina, T., & Nurmina. (2023). Hubungan Antara Loneliness Dengan Internet Addiction Pada Remaja Pengguna Media Sosial. *CAUSALITA: Journal of Psychology*, 1(2), 109–115. <https://doi.org/10.62260/causalita.v1i2.70>