

**PENGARUH JENIS STRATEGI KOPING TERHADAP ADIKSI VIDEO PENDEK PADA
REMAJA DI SURABAYA**

***THE EFFECT OF COPING STRATEGIES TYPES ON SHORT FORM VIDEO ADDICTION ON
ADOLESCENTS IN SURABAYA***

**Maulia Gitawati Indiswari, Amiroh Unstal Asad, Siska Novita Gozaly, Alyaa
Saniyyah Imtiyaaz, Nabila Anzelina, Herdina Indrijati**

Fakultas Psikologi/ Universitas Airlangga

maulia.gitawati.indiswari-2021@psikologi.unair.ac.id*, amiroh.unstal.asad-
2021@psikologi.unair.ac.id, siska.novita.gozaly-2020@psikologi.unair.ac.id,
alyaa.saniyyah.imtiyaaz-2020@psikologi.unair.ac.id, [nabila.anzelina-
2020@psikologi.unair.ac.id](mailto:nabila.anzelina-2020@psikologi.unair.ac.id), herdina.indrijati@psikologi.unair.ac.id

ABSTRACT

Short-form video apps have become increasingly popular in recent years. However, excessive consumption of short-form videos can lead to short-form video addiction. Short-form video addiction leads to the use of short-form videos throughout the day on top of other daily routines. Adolescents themselves have high risk factors for short-form video addiction, one of the influencing factors is the type of coping strategy. Coping strategies are divided into problem-focused coping, emotion-focused coping, and avoidant coping. This study examined the relationship of each type of coping strategy to short form video addiction. Researchers took data from 424 samples of junior high school adolescents in Surabaya. The data were then analyzed using multiple linear regression techniques with the SPSS 25.0 for windows application. The results showed that there was a significant positive relationship between avoidant coping and short-form video addiction, as well as between emotion-focused coping and short-form video addiction. The study also showed that there was no significant relationship between problem-focused coping and short-form video addiction.

Keywords: Adolescent, Coping Strategies, Short-Form Video Addiction

ABSTRAK

Aplikasi *short-form video* menjadi semakin populer dalam beberapa tahun terakhir. Akan tetapi, konsumsi video pendek yang berlebihan dapat menyebabkan *short-form video addiction*. *Short-form video addiction* menyebabkan penggunaan *short-form video* sepanjang hari di atas rutinitas harian lainnya. Remaja sendiri memiliki faktor resiko yang tinggi terhadap adiksi video pendek, salah satu hal yang mempengaruhi adalah jenis strategi koping. Strategi koping terbagi menjadi *problem-focused coping*, *emotion-focused coping*, dan *avoidant coping*. Penelitian ini meneliti hubungan dari tiap jenis strategi koping terhadap *short form video addiction*. Peneliti mengambil data dari 424 sampel remaja SMP di Surabaya. Data lalu dianalisis dengan menggunakan teknik regresi linear berganda dengan aplikasi SPSS 25.0 *for windows*. Hasil menunjukkan terdapat hubungan positif signifikan antara *avoidant coping* dengan *short-form video addiction*, serta antara *emotion-focused coping* dengan *short-form video addiction*. Penelitian juga menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara *problem-focused coping* dengan *short-form video addiction*.

Kata Kunci: Adiksi Video Pendek, Remaja, Strategi Koping

PENDAHULUAN

Internet adalah sebuah sistem jaringan yang saling menghubungkan antara satu dengan yang lain secara global (Gani, 2020). Tercatat pada Januari 2023, sebanyak 212,9 juta penduduk Indonesia menggunakan internet, dengan 167 juta (60,4%) diantaranya adalah pengguna media sosial aktif (Kemp, 2023). Hal ini tentu saja membawa banyak pengaruh, baik positif maupun negatif. Pengaruh negatif yang muncul salah satunya berupa adiksi internet. Pengguna yang banyak dan spektrum yang luas menjadikan jenis adiksi internet beragam, salah satu adiksi yang marak dan ramai dibicarakan adalah *short-form video addiction*.

Short-form video merupakan bentuk video yang merangkul berbagai aktivitas kehidupan dalam durasi detik hingga menit (Zhang dkk., 2019). Bentuk *short-form video* ini segera memikat hati banyak masyarakat. Pada bulan Juni 2021, aplikasi berbasis *short-form video* China, seperti TikTok, Kuaishou, dan Semangka, telah menjangkau 888 juta pengguna dengan peningkatan sebesar 14,4 juta pengguna dibandingkan Desember 2020 (Huang dkk., 2020). *Short-form video* menyediakan konten yang dipersonalisasi berdasarkan analisis preferensi pengguna. Hal inilah yang menjadikan Konten *short-form video* memunculkan nilai hedonis yang memicu ketagihan (Zhang dkk., 2019). *Short-form video addiction* secara verbal didefinisikan sebagai kelekatan kuat pengguna pada *short-form video* dan tidak dapat mengontrol diri untuk tidak menggunakan dan melihat *short-form video* secara berlebihan (Yang dkk., 2016).

Aplikasi berbasis *short-form video* yang terkenal di Indonesia adalah aplikasi TikTok. TikTok adalah salah satu aplikasi dengan pertumbuhan paling cepat dibandingkan dengan media sosial sejenisnya dalam hal jumlah dan intensitas pengguna (Montag dkk., 2021). Perilaku kecanduan TikTok ditandai data bahwa sebesar 22% pengguna menonton video lebih dari 1 jam per hari (Tian dkk., 2023). Hal ini didukung data bahwa 70% pengguna bersedia mempertahankan aplikasi dalam jangka waktu panjang (Chen dkk, 2020).

Short-form video addiction ini juga mengkhawatirkan karena data kasus yang mencangkup 20% di bawah usia 19 tahun dan 52,8% dibawah 24 tahun (Chen dkk, 2020). Apalagi bagi beberapa dari mereka, *short-form video addiction* menyebabkan penggunaan *short-form video* sepanjang hari di atas rutinitas harian lainnya. Hal ini tentu dapat menyebabkan berbagai masalah, termasuk kualitas tidur yang rendah,

nyeri tubuh, mata kering dan buram, kecemasan, penurunan interaksi tatap muka, depresi, kesepian, gangguan, kualitas tidur rendah, dan isolasi sosial (Elhai dkk., 2017). Jika dibiarkan, dampak-dampak ini dapat berpengaruh signifikan karena sifat remaja yang mudah terpapar dan dalam kondisi pencarian jati diri (Weimann & Masri, 2020).

Remaja sendiri memiliki faktor resiko yang tinggi terhadap adiksi video pendek dikarenakan beberapa alasan. Peningkatan aksesibilitas (Young, 2004) dan kebutuhan menggunakan aplikasi internet untuk kegiatan pendidikan hingga keseharian membuat remaja lebih rentan mengalami adiksi (Al-Gamal dkk, 2016). Hal ini didukung dengan rasa stress yang dirasakan pada masa transisi (Kim, 2008). Bahkan Tate dkk (2007) menjelaskan masa remaja sebagai “Masa saat badai dan tekanan lebih mungkin untuk muncul dibandingkan di tahap umur lain”.

Di sinilah pentingnya letak strategi koping. Koping mengacu pada upaya terus menerus untuk menangani stressor eksternal atau internal (Lazarus & Folkman, 1984). Sheu, Lin, dan Hwang (2002) menyatakan bahwa strategi koping yang efektif dapat mengurangi konsekuensi negatif dari stres. Strategi koping sendiri terbagi menjadi *problem-focused coping*, *emotion-focused coping*, dan *avoidant coping*. *Problem-focused coping* merupakan strategi memecahkan situasi yang penuh tekanan secara proaktif. *Emotion-focused coping* di sisi lain, bertujuan untuk mengurangi pengaruh emosional negatif yang ditimbulkan oleh situasi stres dan meningkatkan rasa kesejahteraan. Terakhir, *avoidant Coping* adalah strategi penghindaran tekanan dengan menjauhkan diri dari masalah atau pemicu stres, daripada mengatasinya secara langsung (Allen, 2021).

Penelitian dengan populasi mahasiswa Taiwan dan Eropa membuktikan bahwa individu dengan *Short-form video addiction* lebih cenderung mengadopsi strategi *emotion-focused coping* (Polites dkk, 2018; Chiu 2014). Namun, penelitian Cheng dkk (2015) menunjukkan hasil bahwa tipe strategi *avoidant coping* adalah tipe yang memiliki pengaruh positif pada *Short-form video addiction*. Perbedaan hasil inilah yang menjadi dasar penelitian pada artikel ini. Selain itu, perbedaan tahapan usia serta budaya membuat adanya gap budaya antara penelitian sebelumnya dengan penelitian ini, padahal fenomena *Short-Form Video Addiction* di Indonesia semakin marak di remaja. Inilah yang menjadi tujuan penulisan artikel untuk mengetahui pengaruh strategi koping terhadap adiksi video pendek pada remaja di Surabaya.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan adalah kuantitatif non-eksperimental berupa survey secara offline. Partisipan dalam penelitian merupakan murid SMP Negeri dan Swasta di Surabaya dengan total populasi 112.000 murid per tahun 2019 (BPS Kota Surabaya, 2022). Dalam menentukan sekolah yang dituju, kami menggunakan teknik *sampling* berupa *cluster random sampling* dengan kriteria remaja SMP di Surabaya berusia 12-14 tahun. Dari total 534 orang partisipan yang mengisi kuesioner, terdapat 110 orang tidak dapat digunakan sehingga didapatkan total sampel sebanyak 424.

Variabel strategi koping diukur menggunakan *Coping Orientation to Problems Experienced Inventory* (Brief-COPE) *Questionnaire* milik Carver (1997) yang terdiri atas total 28 item. Kuesioner ini terdapat 3 dimensi, yaitu dimensi *problem-focused coping* total 8 item dan koefisien 0.715, dimensi *emotion-focused coping* dengan total 12 item dan koefisien 0.657, dan dimensi *avoidant coping* dengan total 8 item dan koefisien 0,54. Variabel adiksi video jangka pendek diukur menggunakan *Short-Form Video Application Addiction Questionnaire* milik Zhang dkk (2019) yang terdiri atas 6 item dengan koefisien 0.724.

Data survey lalu dianalisis dengan melakukan teknik regresi linier berganda untuk mengetahui hubungan masing-masing jenis strategi koping: *avoidant coping* (X1), *emotion-focused coping* (X2), dan *problem-focused coping* (X3) dengan *short-form video addiction* melalui aplikasi SPSS 25.0 *for windows*. Sebelum melakukan uji hipotesis, dilakukan uji syarat berupa uji normalitas dengan nilai signifikansi Kolmogorov Smirnov $> 0,05$ dan uji linieritas dengan nilai signifikansi Deviation from Linearity $> 0,05$.

HASIL PENELITIAN

Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah 424 murid SMP dengan total 208 murid laki-laki (49%) dan 216 murid perempuan (51%). Rentang usia partisipan adalah 12 sampai 14 tahun ($M = 12.8$, $SD = 0.68$). Rentang durasi penggunaan TikTok adalah 58 orang menggunakan kurang dari 30 menit (13,6%), 122 orang menggunakan selama 30 menit sampai 1 jam (28,7%), 90 orang menggunakan selama 1 sampai 2 jam (21,2%), 76 orang menggunakan selama 2 sampai 4 jam (17,9%), dan 78 orang selama lebih dari 4 jam (18,3%). Data ini kemudian dielaborasi dengan mengaplikasikan uji statistik yang dirincikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Uji Deskriptif

Variabel	N	Skor Empirik			
		Min	Maks	Mean	SD
Short-form video addiction	424	6	42	21.09	7.99
<i>Avoidant Coping</i>	424	10	32	22.74	3.87
Emotion-focused coping	424	17	45	30.75	5.14
Problem-focused Coping	424	9	27	15.57	3.01

Setelah mendapatkan deskripsi dari data, dilakukan kategorisasi variabel. Dari hasil kategorisasi dapat diketahui bahwa sebanyak 62.7% partisipan memiliki *short-form video addiction* dengan kategori sedang. Terkait strategi koping yang digunakan 84.9% partisipan memiliki *avoidant coping* dengan kategori rendah, 67.5% partisipan memiliki *emotion-focused coping* dengan kategori sedang, 95.3% partisipan memiliki *problem-focused coping* dengan kategori tinggi.

Tabel 2. Kategorisasi Variabel

Variabel	Kategorisasi	Rentan Skor	F	Presentase
<i>Short-form video addiction</i>	Tinggi	$29.08 \leq X$	68	16%
	Sedang	$13.1 \leq X < 29.08$	266	62.7%
	Rendah	$X < 13.1$	90	21.2%
<i>Avoidant coping</i>	Tinggi	$26.61 \leq X$	2	0.5%
	Sedang	$18.87 \leq X < 26.61$	62	14.6%
	Rendah	$X < 18.87$	360	84.9%
<i>Emotion-focused coping</i>	Tinggi	$35.89 \leq X$	70	16.5%
	Sedang	$25.61 \leq X < 35.89$	286	67.5%
	Rendah	$X < 25.61$	68	16%
<i>Problem-focused coping</i>	Tinggi	$15.58 \leq X$	404	95.3%
	Sedang	$12.56 \leq X < 15.58$	12	2.8%
	Rendah	$X < 12.56$	8	1.9%

Uji asumsi pertama yang peneliti lakukan adalah uji normalitas. Hasil uji normalitas menunjukkan nilai Asymp.Sig (2-tailed) untuk skala *short-form video addiction*, *avoidant coping*, *emotion-focused coping*, dan *problem-focused coping* sebesar 0.057. Nilai signifikansi variabel menunjukkan angka $>0,05$ sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa data penelitian terdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

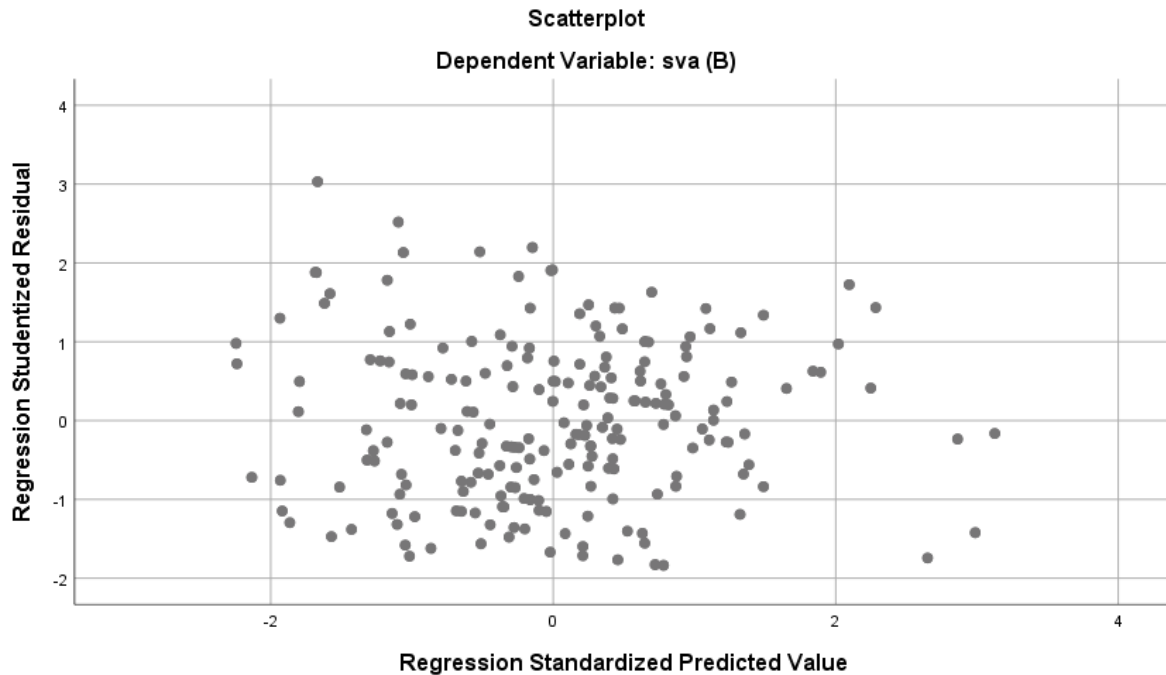
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		424
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.82328963
Most Extreme Differences	Absolute	.043
	Positive	.043
	Negative	-.033
Test Statistic		.043
Asymp. Sig. (2-tailed)		.057 ^c

Pada uji linearitas diperoleh taraf signifikan (sig) untuk variabel *short-form video addiction* dengan *avoidant coping* sebesar 0,09 (>0,05), untuk variabel *short-form video addiction* dengan *emotion-focused coping* sebesar 0,051 (>0,05), dan untuk variabel *short-form video addiction* dengan *problem-focused coping* sebesar 0,087 (>0,05). Nilai signifikansi semua variabel yang menunjukkan angka > 0.05 membuktikan bahwa terdapat hubungan yang linear.

Tabel 4. Uji Linieritas

Variabel	Deviation from linearity (F)	Taraf Signifikan	Keterangan
<i>SVA* Avoidant Coping</i>	2.112	0.09	Linier
<i>SVA* Emotion-focused Coping</i>	1.968	0.051	Linier
<i>SVA* Problem-focused Coping</i>	2.943	0.087	Linier

Pada uji heteroskedastisitas dapat diketahui bahwa titik-titik pada gambar menyebar dan tidak membentuk pola tertentu. Titik-titik juga tersebar di sekitar angka 0 pada sumbu Y. Dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas pada penelitian ini.



Gambar 1. Uji Heteroskedastisitas

Uji multikolinieritas bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya kesamaan fungsi antara variabel independen dengan variabel dependen. Hasil uji multikolinieritas menunjukkan bahwa collinearity tolerance pada tiap variabel bernilai $>0,1$ dengan nilai 0,779, 0,518, 0,624. Nilai *collinearity tolerance* $>0,1$ menunjukkan tidak ada kesamaan fungsi antara variabel. Hal ini didukung dengan nilai VIF <10 . pada tiap variabel (1,283, 1,930, 1,602) yang juga menunjukkan tidak ada kesamaan fungsi antara variabel independennya.

Tabel 5. Hasil Uji Multikolinieritas

	Collinearity Tolerance	Statistic VIF
<i>Avoidant Coping</i>	0.779	1.283
<i>Emotion-focused Coping</i>	0.518	1.930
<i>Problem-focused Coping</i>	0.624	1.602

Pada hasil uji hipotesis pertama diketahui bahwa koefisien korelasi (r_{x_1y}) = 0.193 dengan nilai sig. 0.0001 ($p < 0,01$). Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara *avoidant coping* dengan *short form video addiction* sehingga dapat disimpulkan bahwa uji hipotesis pertama pada penelitian ini dapat diterima.

Tabel 6. Uji Hipotesis Pertama

Variabel	R	Sig.	Keterangan
X1*Y	0.193	0.0001	Positif Signifikan

Pada hasil uji hipotesis kedua didapatkan koefisien korelasi (r_{x_2y}) = 0.154 dengan nilai sig. 0.001 ($p < 0,01$). Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara *emotion-focused coping* dengan *short-form video addiction* sehingga dapat disimpulkan bahwa uji hipotesis kedua pada penelitian ini dapat diterima.

Tabel 7. Uji Hipotesis Kedua

Variabel	R	Sig.	Keterangan
X2*Y	0.154	0.001	Positif Signifikan

Pada hasil uji hipotesis ketiga diketahui bahwa koefisien korelasi (r_{x_3y}) = 0.193 dengan nilai sig. 0.098 ($p < 0,01$). Hal ini dapat diartikan bahwa tidak terdapat hubungan antara *problem-focused coping* dengan *short-form video addiction* sehingga dapat disimpulkan bahwa uji hipotesis ketiga pada penelitian ini ditolak.

Tabel 8. Uji Hipotesis Ketiga

Variabel	R	Sig.	Keterangan
X3*Y	-0.080	0.098	Negatif Tidak Signifikan

Berdasarkan persamaan regresi pada tabel 9, nilai B = 10.966 menggambarkan jika *avoidant coping* (X1), *emotion-focused coping* (X2), dan *problem-focused coping* (X3) sama dengan nol maka nilai short form video addiction (Y) adalah 10.966. Tabel juga menunjukkan koefisien regresi *avoidant coping* (X1) sebesar 0.408, artinya setiap nilai *avoidant coping* (X1) bertambah satu maka akan memberikan kenaikan *short-form video addiction* (Y) sebesar 0.408 begitu pula sebaliknya. Koefisien regresi *emotion-focused coping* (X2) sebesar 0.139, artinya setiap nilai *emotion-focused coping* bertambah satu maka akan meningkatkan nilai *short-form video addiction* (Y) sebanyak 0.139 begitu pula sebaliknya. Selain itu, Koefisien regresi *problem-focused coping* (X3) menunjukkan nilai -.022, artinya setiap *problem-focused coping* (X3)

bertambah satu maka akan meningkatkan nilai *short-form video addiction* (Y) sebanyak 0.139 begitu pula sebaliknya.

Tabel 6. Persamaan Regresi Linear Berganda

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients
	B	Std.Error	Beta
(Constant)	10.966	2.780	
X1	.408	.144	.154
X2	.139	.103	.089
X3	-.022	.125	-.011

DISKUSI

Penelitian ini dianalisis menggunakan teknik analisis regresi berganda untuk melihat hubungan jenis strategi koping dengan *short-form video addiction*. Peneliti menggunakan bantuan SPSS 25.0 *for windows*. Sampel penelitian ini adalah 424 remaja SMP di Surabaya.

Penelitian ini menggunakan tiga pengkategorian yakni tinggi, sedang, dan rendah. Pada variabel *short-form video addiction* mayoritas partisipan dengan 266 orang (62.7%) memiliki tingkat kategori sedang, 90 partisipan (21,2%) memiliki tingkat kategori rendah, dan 68 partisipan (16%) memiliki tingkat kategori tinggi. Data deskriptif ini didukung dengan data jangka waktu penggunaan Tiktok dengan 244 partisipan (57.4%) menggunakan tiktok lebih dari 1 jam. Hasil ini menunjukkan fenomena *short form video* yang cukup mengkhawatirkan pada remaja, mengingat bahwa penggunaan tiktok untuk anak berusia di bawah 18 tahun sendiri seharusnya tidak lebih dari 60 menit per-hari (Hernandez, 2023).

Terkait strategi koping yang digunakan 84.9% partisipan atau 360 orang memiliki *avoidant coping* dengan kategori rendah, 67.5% partisipan atau 286 partisipan memiliki *emotion-focused coping* dengan kategori sedang, 95.3% partisipan atau 404 orang memiliki *problem-focused coping* dengan kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas partisipan memiliki kombinasi jenis koping dengan *problem-focused coping* kategori tinggi.

Terdapat tiga hipotesis pada penelitian ini, hipotesis pertama adalah terdapat hubungan antara *avoidant coping* dengan *short-form video addiction*. Hasil

menunjukkan bahwa hubungan *avoidant coping* dengan short form video addiction memiliki nilai koefisien korelasi (r_{x_1y}) 0.193 dengan nilai sig. 0.0001 ($p < 0.01$) yang artinya hipotesis dapat diterima. Koefisien regresi *avoidant coping* sebesar 0.408, artinya setiap nilai *avoidant coping* bertambah satu maka akan memberikan kenaikan *short-form video addiction* sebesar 0.408 begitu pula sebaliknya.

Avoidant Coping adalah strategi penghindaran tekanan dengan menjauhkan diri dari masalah atau pemicu stres, daripada mengatasinya secara langsung (Allen, 2021). Individu yang mengalami perilaku kecanduan dicirikan dengan gaya *avoidant coping*. Hal ini didasari oleh penelitian bahwa individu dengan *avoidant coping* cenderung lari dari dunia nyata dan situasi tidak nyaman ke dunia virtual (Kwon dkk, 2011). Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian oleh Cheng dkk (2015) yang menemukan hubungan positif antara kecanduan internet dan *avoidant coping* pada remaja Tionghoa.

Hipotesis kedua adalah terdapat hubungan antara *emotion-focused coping* dengan *short-form video addiction*. Hasil menunjukkan bahwa hubungan *emotion-focused coping* dengan *short-form video addiction* memiliki nilai koefisien korelasi (r_{x_2y}) 0,154 dengan nilai sig. 0.001 ($p < 0.01$) yang artinya hipotesis dapat diterima. Koefisien regresi *emotion-focused coping* sebesar 0.139, artinya setiap nilai *emotion-focused coping* bertambah satu maka akan meningkatkan nilai *short-form video addiction* sebanyak 0.139 begitu pula sebaliknya.

Emotion-focused coping merupakan strategi mengelola respon emosional terhadap situasi yang membuat stres daripada secara langsung menangani sumber stresor itu sendiri (Xu & Ma, 2023). *Emotion-focused coping* dianggap sebagai strategi koping yang maladaptif karena hanya memungkinkan individu untuk mengalihkan perhatian mereka dari stres untuk sementara, tetapi dalam jangka panjang, hal ini dapat menyebabkan individu mengalami lebih banyak stres ketika masalah yang sama muncul kembali (Chang, 2012). Maka dari itu individu dengan strategi koping ini cenderung terjebak dalam perilaku adiksi, termasuk *short form video addiction* karena ketidakmampuan menanggulangi sumber stressor. Hal ini didukung bukti penelitian Sriwilai & Charoensukmongkol (2016) yang menunjukkan bahwa orang yang kecanduan media sosial cenderung memilih *emotion-focused coping*.

Hipotesis ketiga adalah terdapat hubungan antara *problem-focused coping* dengan *short form video addiction*. Hasil menunjukkan bahwa *problem-focused coping* dengan *short form video addiction* memiliki nilai koefisien korelasi (r_{x_3y}) -0,080 dengan

nilai sig 0.098 ($p > 0.01$) yang artinya dua variable ini tidak emiliki hubungan signifikan sehingga hipotesis ditolak.

Problem-focused coping merupakan strategi untuk menyelesaikan situasi yang penuh tekanan secara proaktif (Allen, 2021). *Problem-focused coping* lebih cenderung menghasilkan hasil yang positif karena memungkinkan orang untuk benar-benar menghilangkan sumber stres (Hsieh skk, 2012). Hal ini membuat *problem focused coping* tidak meningkatkan sva pada remaja karena fokus dari strategi koping ini adalah menyelesaikan sumber stresor.

Dari ketiga hipotesis tersebut, diperoleh hasil bahwa *avoidant coping* memiliki pengaruh lebih besar dibandingkan *emotion-focused coping* ataupun *problem-focused coping*. Hasil analisis juga menunjukkan bahwa *problem-focused coping* tidak memiliki hubungan signifikan terhadap *short-form video addiction*.

Avoidant coping dapat disimpulkan memicu *short-form video addiction* pada remaja di surabaya. Hal ini dikarenakan strategi koping ini memiliki tujuan untuk melarikan diri dari dunia nyata. Individu dengan *avoidant coping* akan mengandalkan aktivitas di dunia maya untuk lari dari tekanan di kehidupan nyata (Boellstorff, 2015).

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil pengujian hipotesis pertama yang menguji hubungan *avoidant coping* dengan *short form video addiction* menunjukkan bahwa *avoidant coping* berpengaruh positif terhadap *short-form video addiction* pada remaja di Surabaya. Hal ini berarti jika *avoidant coping* meningkat maka *short-form video addiction* juga meningkat dan sebaliknya. Hipotesis kedua menguji hubungan *emotion-focused coping* dengan *short form video addiction*. Hasil menunjukkan *emotion-focused coping* memiliki pengaruh positif pada *short-form video addiction*. Hal ini berarti jika *emotion-focused coping* meningkat maka *short form video addiction* juga meningkat dan sebaliknya. Hipotesis ketiga menguji hubungan *problem-focused coping* dengan *short-form video addiction*. Hasil menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara dua variabel.

Implikasi untuk subjek penelitian diharapkan dapat mengambil informasi dalam penelitian untuk meningkatkan pemahaman terkait *short-form video addiction*. Penelitian ini dapat dijadikan bahan untuk mengevaluasi strategi koping remaja di surabaya ataupun indonesia untuk mencegah atau mengobati *short-form video addiction*. orang tua, pemerintah, dan lembaga pendidikan diharap dapat memahami

pentingnya strategi koping pada remaja untuk mencegah *short-form video addiction*. Penelitian lanjutan dengan mengkaji variabel lain yang dapat mempengaruhi hubungan sangat disarankan. Peneliti lain juga dapat memperhatikan aspek algoritma aplikasi dan sumber stresor untuk lebih mendalami topik ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Gamal, E., Alzayyat, A., & Ahmad, M. M. (2016). Prevalence of Internet addiction and its association with psychological distress and coping strategies among university students in Jordan. *Perspectives in psychiatric care*, 52(1), 49-61.
- Allen, M. T. (2021). Explorations of avoidance and approach coping and perceived stress with a computer-based avatar task: detrimental effects of resignation and withdrawal. *PeerJ*, 9, e11265.
- Boellstorff, T. (2015). *Coming of age in Second Life: An anthropologist explores the virtually human*. Princeton University Press.
- BPS Kota Surabaya. (2022). *Statistik Kesejahteraan Rakyat Kota Surabaya 2022*. Badan Pusat Statistik. Surabaya.
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief cope. *International journal of behavioral medicine*, 4(1), 92-100.
- Cheng, C., Sun, P., & Mak, K. K. (2015). Internet addiction and psychosocial maladjustment: Avoidant coping and coping inflexibility as psychological mechanisms. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(9), 539-546.
- Chen, H. C., Wang, J. Y., Lin, Y. L., & Yang, S. Y. (2020). Association of internet addiction with family functionality, depression, self-efficacy and self-esteem among early adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 17(23), 8820.
- Chiu, S. I. (2014). The relationship between life stress and smartphone addiction on Taiwanese university student: A mediation model of learning self-efficacy and social self-efficacy. *Computers in human behavior*, 34, 49-57.
- Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C., & Hall, B. J. (2017). Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of affective disorders*, 207, 251-259.
- Gani, A. G. (2020). Sejarah dan perkembangan internet di Indonesia. *Jurnal Mitra Manajemen*, 5(2).

- Hernandez, J. (2023). TikTok sets a new default screen-time limit for teen users. *NPR*. <https://www.npr.org/2023/03/01/1160317717/tiktok-teens-screen-time-limit-mental-health>
- Hsieh, P. H., Sullivan, J. R., Sass, D. A., & Guerra, N. S. (2012). Undergraduate engineering students' beliefs, coping strategies, and academic performance: An evaluation of theoretical models. *The Journal of Experimental Education*, *80*(2), 196-218.
- Huang, Q., Hu, M., & Chen, H. (2021). Exploring stress and problematic use of short-form video applications among middle-aged Chinese adults: the mediating roles of duration of use and flow experience. *International journal of environmental research and public health*, *19*(1), 132.
- Kemp, S. (2023). *Digital 2023: Indonesia*. Kepios.
- Kim, J. (2008). The effect of an R/T group counselling program on the Internet addiction level and self-esteem of Internet addiction university students. *International Journal of Reality Therapy*, *17*, 4-12. Retrieved from <http://www.choixdecARRIERE.com/pdf/5671/26.pdf>
- Kwon, J. H., Chung, C. S., & Lee, J. (2011). The effects of escape from self and interpersonal relationship on the pathological use of Internet games. *Community mental health journal*, *47*, 113-121.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Montag, C., Yang, H., & Elhai, J. D. (2021). On the psychology of TikTok use: A first glimpse from empirical findings. *Frontiers in public health*, *9*, 641673.
- Polites, G. L., Serrano, C., Thatcher, J. B., & Matthews, K. (2018). Understanding social networking site (SNS) identity from a dual systems perspective: an investigation of the dark side of SNS use. *European Journal of Information Systems*, *27*(5), 600-621.
- Sheu, S., Lin, H. S., & Hwang, S. L. (2002). Perceived stress and physio-psycho-social status of nursing students during their initial period of clinical practice: the effect of coping behaviors. *International journal of nursing studies*, *39*(2), 165-175.
- Sriwilai, K., & Charoensukmongkol, P. (2016). Face it, don't Facebook it: impacts of social media addiction on mindfulness, coping strategies and the consequence on emotional exhaustion. *Stress and Health*, *32*(4), 427-434.
- Tate, S. R., Patterson, K. A., Nagel, B. J., Anderson, K. G., & Brown, S. A. (2007). Addiction and stress in adolescents. In *Stress and Addiction* (pp. 249-262). Academic Press.

- Tian, X., Bi, X., & Chen, H. (2023). How short-form video features influence addiction behavior? Empirical research from the opponent process theory perspective. *Information Technology & People*, 36(1), 387-408.
- Weimann, G., & Masri, N. (2023). Research note: Spreading hate on TikTok. *Studies in conflict & terrorism*, 46(5), 752-765.
- Xu, Y., Wang, J., & Ma, M. (2023). Adapting to lockdown: exploring stress coping strategies on short video social media during the COVID-19 pandemic. *Psychology Research and Behavior Management*, 5273-5287.
- Yang, S., Liu, Y., & Wei, J. (2016). Social capital on mobile SNS addiction: A perspective from online and offline channel integrations. *Internet Research*, 26(4), 982-1000.
- Young, K. S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American behavioral scientist*, 48(4), 402-415.
- Zhang, X., Wu, Y., & Liu, S. (2019). Exploring short-form video application addiction: Socio-technical and attachment perspectives. *Telematics and Informatics*, 42, 101243.