

## Lampiran 2. Kuesioner Penelitian

### a. Identitas Responden

Nama :  
Umur :  
Program Studi :  
Semester :

#### Menarche

- a. <12 tahun
- b.  $\geq$ 12 tahun

#### Lama Menstruasi

- a. <3 hari
- b. 3-7 hari
- c. >7 hari

#### Siklus Menstruasi

- a. <21 hari
- b. 21-35 hari
- c. >35 hari

### b. Kejadian Social media Addiction

#### Kuesioner *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS)

Kuesioner ini berisi 18 item pertanyaan. Saudara/Saudari dipersilahkan memberi tanda checklist(v) pada kolom jawaban yang sesuai dengan yang Saudara/Saudari rasakan.

#### Keterangan:

**SS:** Sangat Sering (selama  $\geq$  8- 6 jam per harinya)

**S:** Sering (selama 5-3 jam per hari)

**K:** Kadang-Kadang (selama 2-1 jam per hari)

**J:** Jarang (selama < 1 jam-30menit per hari)

**SJ:** Sangat Jarang (selama < 30 menit per hari)

No	Pernyataan	SS (5)	S (4)	K (3)	J (2)	SJ (1)
1	Menghabiskan banyak waktu untuk berpikir tentang media sosial atau merencanakan menggunakan media sosial					
2	Meluangkan waktu untuk menggunakan media sosial (upload, membaca komentar, membaca mengenai kejadian yang sedang tren, dsb)					
3	Mengetahui apa yang baru saja terjadi di media sosial					
4	Menghabiskan waktu lebih banyak untuk media sosial semakin sering daripada sebelumnya (menggunakan media sosial pada waktu-waktu yang tidak seharusnya misalnya saat pelajaran berlangsung)					
5	Merasa bahwa dorongan untuk menggunakan media sosial makin besar					
6	Merasa ketika menggunakan media sosial dengan intensitas lebih sering maka perasaan puas meningkat (misalnya: merasa senang ketika mendapatkan komentar positif, jumlah like bertambah, dan jumlah followers semakin banyak)					
7	Menggunakan media sosial untuk melupakan masalah pribadi					
8	Menggunakan media sosial untuk menurunkan perasaan galau					
9	Menggunakan media sosial untuk refreshing					
10	Mengalami peristiwa dimana seseorang meminta anda untuk tidak menggunakan media sosial namun anda tidak mempedulikannya					
11	Mencoba untuk tidak menggunakan media sosial tetapi tidak berhasil					
12	Memutuskan untuk mengurangi menggunakan media sosial tetapi tidak berhasil					
13	Menjadi terbebani apabila dibatasi menggunakan media sosial					
14	Menjadi kesal jika dibatasi menggunakan media sosial					
15	Merasa ada yang janggal jika tidak dapat masuk ke akun media sosial					
16	Penggunaan media sosial memberikan dampak negatif ke pekerjaan/sekolah (misanya: lupa mengerjakan PR, tidak memperhatikan guru saat pelajaran karena bermain media sosial, malas mengikuti kegiatan ekstrakurikuler karena asik bermain media sosial)					
17	Kurang memprioritaskan hobi, aktivitas, dan latihan yang melibatkan kegiatan fisik serta interaksi secara langsung karena media sosial					
18	Mengabaikan pasangan, anggota keluarga, atau teman karena media sosial					

Skor  $\geq 80$  = Addict,  
Skor 50-79 = Alert,  
Skor  $\leq 50$  = Normal