

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring dengan semakin berkembangnya zaman, teknologi pun akan semakin canggih. Salah satu teknologi yang paling sering digunakan oleh mahasiswa adalah internet. Pada saat ini penggunaan internet sangatlah penting untuk kehidupan perkuliahan, selain untuk kuliah online, internet juga digunakan untuk mengakses media sosial, dan berbagai keperluan lain yang dapat diakses di internet. Mahasiswa adalah salah satu pengguna internet di dunia, dimana mahasiswa menggunakan internet sebagai salah satu alat untuk melakukan perkuliahan, seperti mengakses materi perkuliahan, dan kebutuhan informasi lain yang terdapat di internet. Namun, selain memberikan dampak positif untuk wawasan, internet juga memiliki dampak negative apabila mahasiswa menggunakannya secara berlebihan dan tidak sesuai dengan kebutuhan (Budiana, 2018).

Saat ini penggunaan internet dikalangan mahasiswa semakin berkembang, karena masa pandemic sendiri diharuskan untuk *study from home* yang menyebabkan mahasiswa harus menggunakan internet untuk mengakses perkuliahan, dan kegiatan lain seperti mencari materi yang belum jelas diterangkan oleh dosen, mencari jurnal untuk referensi, dan lain sebagainya. Hal itu dapat membantu serta memudahkan mahasiswa untuk memperluas ilmu pengetahuannya karena internet berisi banyak hal termasuk ilmu pengetahuan yang lebih mudah

untuk diakses, tidak terlalu membuang banyak waktu dan tenaga untuk mengaksesnya.

Menurut *We Are Social* (2021) pengguna media sosial di dunia terus meningkat setiap tahunnya. Tercatat sejak Januari 2021 pengguna media sosial meningkat mencapai 4,2 miliar atau bertambah sekitar 13,2% pengguna dibandingkan dengan periode yang sama pada tahun sebelumnya. Dan jika dirinci lebih lanjut, rata-rata pengguna baru media sosial meningkat lebih dari 1,3 juta pengguna setiap harinya sejak 2020, atau setara dengan 155 ribu pengguna baru media sosial setiap detik.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan APJII atau Asosiasi Penyelenggara Internet Indonesia (2020) periode 2019-kuartal II/2020 jumlah pengguna internet di Indonesia sendiri mencapai 196,7 juta jiwa. Yang mana jumlah ini terus meningkat sekitar 23,5 juta atau 8,9% pengguna dibandingkan pada tahun 2018.

APJII (2020) periode 2019-kuartal II/2020 juga melakukan survei untuk mengetahui penggunaan internet di pulau Jawa yang mendapatkan hasil bahwa jumlah pengguna internet di Indonesia terbanyak berasal dari provinsi Jawa Barat, yaitu sekitar 35,1 juta pengguna, disusul Jawa Tengah dengan total 26,5 juta pengguna, dan Jawa Timur dengan total 23,4 juta pengguna. Survei ini dilaksanakan melalui kuisioner dan wawancara terhadap 7000 sampel, dan dengan tingkat toleransi kesalahan (*margin of error*) sekitar 1,27%, dan riset dilakukan sejak 2 Juni 2020, hingga 25 Juni 2020.

Berdasarkan survey yang dilakukan peneliti dengan melakukan sedikit wawancara ke-10 mahasiswa di daerah Sleman, Yogyakarta, peneliti mendapatkan hasil bahwa beberapa dari mahasiswa di Indonesia senang mengakses internet di tengah pelaksanaan kuliah, sebagian mahasiswa yang diwawancarai cenderung mengakses internet dikarenakan bosan akan mata kuliah yang sedang dilaksanakan ataupun karena kuliah dilakukan di tengah hari, dan sudah melaksanakan perkuliahan lain. Biasanya mahasiswa mengakses internet untuk mencari materi perkuliahan di internet, namun beberapa mahasiswa mengakses internet untuk berkomunikasi dengan orang lain di media sosial, mengunggah foto atau video di media sosial, memberikan komentar di media sosial, menonton series, mendengarkan music, membuka aplikasi belanja online, bermain game bahkan tak jarang bermain judi online ditengah sedang melakukan perkuliahan. Berdasarkan hasil wawancara didapatkan bahwa mahasiswa mengakses internet dikarenakan jenuh karena seharian telah melakukan perkuliahan, dan memilih untuk bermain gadget untuk bermain internet dibanding berbicara secara langsung dengan temannya karena akan membuat kebisingan dan ditegur oleh dosen yang mengajar dikelas.

Ketika mahasiswa merasa kesepian secara sosial mahasiswa cenderung membuka media sosial untuk berkomunikasi dengan orang lain yang ia anggap cocok dengannya dibandingkan dengan orang di sekitarnya, mengunggah foto atau video di internet untuk sekedar membagikan ke orang lain di media sosial apa yang sedang ia kerjakan sekarang. Sedangkan ketika mahasiswa merasa kesepian secara emosional ia cenderung mengakses internet untuk mendengarkan music,

menonton video, bermain game atau bahkan bermain judi online, hal ini dianggap menyenangkan oleh mahasiswa dikarenakan ia biasa melakukannya dikala sedang luang atau bosan ketika tidak ada kegiatan, namun hal ini berlanjut dilakukan ketika perkuliahan sedang berlangsung karena mahasiswa lebih memilih hal yang menyenangkan untuk dilakukan dibandingkan dengan perkuliahan yang sedang berlangsung.

Dikalangan mahasiswa sendiri penggunaan internet sangat penting untuk mengakses kebutuhan perkuliahan, namun tak jarang mahasiswa menggunakan kesempatan itu untuk mengakses hal lain saat melakukan perkuliahan selain materi, seperti mengakses sosial media. Junco and Cotton (dalam HIMPSI, 2018) mengemukakan bahwa saat mahasiswa menggunakan teknologi tidak selalu konsisten dengan tujuan awal ingin menyelesaikan tugas akademik, justru teralih untuk mengakses hal lain yang tidak ada hubungannya dengan tujuan awalnya yaitu belajar. Pengaksesan internet yang dilakukan mahasiswa saat melakukan perkuliahan namun tidak ada hubungan dengan perkuliahan seperti mengakses *facebook*, *Instagram*, *tiktok* dan berbagai sosial media lain dapat disebut dengan *cyberslacking*.

Akbulut, dkk., (2016) mengemukakan bahwa *cyberslacking* adalah penggunaan internet untuk tujuan diluar akademik atau non-akademik. *Cyberslacking* dapat juga didefinisikan sebagai sebuah perilaku secara sadar yang dilakukan oleh seseorang untuk mengakses hal-hal yang tidak ada hubungannya dengan pekerjaannya dengan menggunakan akses internet instansi (Lim, 2002). *Cyberslacking* juga terjadi pada saat mahasiswa sedang mengerjakan tugas

akademik namun di luar perkuliahan tetapi pada saat yang sama mahasiswa beralih untuk melakukan hal yang tidak ada hubungannya dengan tugas akademik (Judd, 2014, Xu, 2015 (dalam HIMPSI, 2018)).

Karena semakin sering penggunaan internet di Indonesia dan semakin banyak aplikasi yang menyenangkan untuk di telusuri, mahasiswa lebih memilih sesuatu yang lebih menyenangkan daripada tugas kuliah yang terus menumpuk setiap harinya. Junco and Cotton (dalam HIMPSI, 2018) menyatakan bahwa mahasiswa lebih senang menggunakan internet dikala sedang menjalankan perkuliahan dibandingkan harus menatap layar untuk memperhatikan dosen yang sedang mengajar, ataupun materi perkuliahan yang terus berubah setiap harinya.

Menurut Lim (2002) terdapat dua aspek dari *cyberslacking* yaitu aktivitas *browsing* dan aktivitas *emailing*. Aktivitas *browsing* adalah aktivitas yang dilakukan seorang mahasiswa ketika sedang melakukan perkuliahan seperti mengakses internet, sosial media, dan hal lain yang diakses diluar perkuliahan yang sedang berlangsung. Sedangkan aktivitas *emailing* adalah aktivitas yang dilakukan mahasiswa ketika sedang melakukan perkuliahan namun mengakses surat elektronik atau *email* pribadi disaat sedang melaksanakan perkuliahan.

Sedangkan menurut Akbulut, dkk., (2016) aspek-aspek dari *cyberslacking* adalah *sharing*, *shopping*, *real-time update*, *acesing online content*, *gaming/gambling*. *Sharing* adalah suatu hal yang dilakukan oleh mahasiswa dengan cara mengecek postingan di media sosial, memberikan komentar di media sosial orang lain, melakukan pembicaraan dengan orang lain, dan berbagai aktivitas lain

yang dapat dibagikan dengan orang lain. Yang kedua *shopping* adalah ketika mahasiswa belanja secara online ketika sedang melakukan perkuliahan. *Real-time updating* adalah suatu aktivitas yang dilakukan mahasiswa seperti mengunggah sesuatu di internet, seperti mengunggah foto atau video disaat perkuliahan berlangsung. *Accessing online content* adalah suatu aktivitas yang dilakukan mahasiswa yang menggunakan music, video ataupun aplikasi lain yang terdapat banyak sekali di internet yang bisa diakses ketika perkuliahan berlangsung. Dan yang terakhir adalah *gaming/gambling* hal ini adalah perilaku paling tidak menyenangkan karena ketika bermain *game* atau melakukan perjudian online memerlukan focus yang banyak, dan ketika melakukan perkuliahan pun mahasiswa membutuhkan focus yang banyak, maka dari itu ketika melangsungkan perkuliahan disambi dengan bermain game dan perjudian online adalah hal yang paling tidak patut dilakukan oleh mahasiswa.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Simajuntak, E., dkk., (2019) mendapatkan hasil bahwa dari 220 mahasiswa fakultas psikologi di sebuah Universitas swasta di Surabaya dengan kategorisasi rentang usia 18-23 tahun yang berjudul Skala *Cyberslacking* pada Mahasiswa, yang mana penelitian ini diteliti menggunakan skala yang diadopsi dengan menggunakan aspek dari teori Akbulut, dkk., (2016) yang didapatkan hasil bahwa skala ini dapat digunakan sebagai alat ukur untuk fenomena *cyberslacking* pada mahasiswa, yang dapat membantu mengembangkan penelitian *cyberslacking* akademik di Indonesia.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Simajuntak, Nawangsari, & Ardi (2020) yang melakukan penelitian terhadap 385 mahasiswa di salah satu

Universitas swasta di Surabaya dengan kriteria mahasiswa berusia 17-28 tahun, yang didapatkan hasil bahwa mahasiswa mengakses internet diluar akademik, yang mana mahasiswa lebih banyak mengakses internet untuk membuka media sosial karena bosan dengan perkuliahan.

Dampak dari perilaku penggunaan internet yang berlebihan akan mengurangi produktivitas mahasiswa pada saat menuntut ilmu, focus mahasiswa akan terpecah, dan tak jarang mahasiswa akan lebih memilih hal yang menyenangkan dibanding harus pusing memikirkan perkuliahan yang tak ada habisnya. Tetapi dibalik dampak negative penggunaan internet juga memiliki dampak positif seperti mahasiswa menjadi lebih kreatif karena lebih sering mengeksplor internet, dan *update* tentang berita-berita, dan hal-hal yang sedang terjadi di dunia, karena di internet mahasiswa dapat mengakses berbagai macam informasi tanpa harus lelah keluar rumah. Tetapi penggunaan internet yang berlebihan dan tidak mengenal tempat akan menjadi sangat berbahaya untuk kelangsungan pendidikan mahasiswa, akan menyebabkan kurangnya produktifitas sehingga menghambat kelulusan, karena tidak focus melakukan perkuliahan dan lebih focus dengan dunia internet.

Bagi mahasiswa tidak seharusnya melalaikan perkuliahan seperti lebih focus dengan penggunaan internet diluar perkuliahan pada jam perkuliahan, karena tugas mahasiswa sendiri adalah belajar dan mengikuti perkuliahan sesuai jadwal yang telah ditentukan. Karena telah ditentukan jadwal untuk melakukan perkuliahan seharusnya mahasiswa dapat mengatur waktunya untuk lebih focus dengan perkuliahan dan waktu untuk mengakses internet. Perilaku mahasiswa yang

lebih focus dengan mengakses internet seperti membuka media sosial, menonton, mendengarkan lagu bermain game bahkan melakukan judi online saat sedang melakukan perkuliahan adalah hal yang tidak patut dilakukan, hal itu dapat menyebabkan terpecahnya focus, dan membuat mahasiswa tidak melakukan perkuliahan dengan senang hati.

Faktor yang melatarbelakangi terjadinya perilaku *cyberslacking* menurut Ozler dan Polat (2012) terbagi menjadi tiga yaitu yang pertama faktor individual yang terdiri dari malu, kesepian (*loneliness*), *isolation*, control diri, harga diri, *locus of control*, kebiasaan, adiksi internet, demografis, keinginan untuk terlibat sesuatu, norma sosial, dan juga kode etik personal atau kode etik yang dimiliki oleh individu. Lalu faktor yang kedua adalah organisasi, yaitu meliputi pembatasan pada penggunaan internet, hasil yang diharapkan, dukungan sosial, pandangan lingkungan terhadap *cyberslacking*, sikap mahasiswa dan karakteristik perkuliahan yang sedang dilakukan. Sedangkan faktor yang terakhir adalah faktor situasional terdiri dari kedekatan antara mahasiswa dengan dosen dan mahasiswa dengan lingkungan.

Berdasarkan dari faktor yang telah dijelaskan diatas maka salah satu faktor yang menyebabkan mahasiswa melakukan *cyberslacking* adalah kesepian. Lee and Cagle (2017) mengemukakan bahwa kesepian adalah suatu perasaan tertekan yang dirasakan seseorang yang terisolasi dari kehidupan sosial dan kurangnya persahabatan yang berarti. Sedangkan menurut Baron and Byrne (2005) secara psikologis kesepian adalah suatu keadaan berdasar emosi dan kognitif ketika seseorang tidak bahagia yang diakibatkan oleh suatu hasrat ketika hubungan yang

akrab namun tidak dapat diraih. Ketika seseorang merasa kesepian ia akan merasa bahwa tidak ada atau hanya sedikit orang yang dapat akrab dengannya, biasanya orang yang merasa kesepian cenderung melakukan aktivitas sendirian, dan tidak memiliki teman dekat melainkan hanya teman biasa yang tidak dapat diajak berbicara dengan santai dan luwes.

Menurut Baron and Byrne (2005) individu yang kesepian akan merasa tersingkirkan dan percaya bahwa ia hanya memiliki sedikit kesamaan dengan orang yang ditemuinya, dan tidak merasa akrab dengan orang yang ditemuinya tersebut. Individu yang merasa dirinya kesepian cenderung mencari aktivitas lain untuk menghilangkan rasa kesepiannya, salah satunya dengan melihat media sosial. Ketika seseorang merasa kesepian disaat sedang melakukan perkuliahan seseorang cenderung lebih suka melihat sosial media dan aplikasi lain dibanding memperhatikan perkuliahan, hal inilah yang disebut dengan *cyberslacking*.

Menurut Lee dan Cagle (2017) terdapat dua aspek kesepian yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial. kesepian emosional adalah ketika seseorang merasa terisolasi dari kehidupan sosialnya yang akan menyebabkan orang tersebut merasa kesepian, untuk beberapa waktu merasa tidak memiliki teman untuk bercerita, atau merasa ditinggalkan oleh lingkungan, sehingga membuat seseorang dalam beberapa saat merasa sendiri dan kesepian. Sedangkan kesepian sosial adalah ketika seseorang tidak memiliki hubungan sosial yaitu ketika seseorang merasa tidak cocok dengan lingkungannya, merasa tidak selaras dan tidak sepemikiran dengan lingkungan sekitar, tidak merasa dekat dengan siapapun, dan merasa bahwa tidak

ada satupun orang yang memahaminya, sehingga membuat seseorang merasa sendirian dan kesepian.

Salah satu bentuk kesepian adalah kesepian sosial yang terjadi ketika seseorang tidak memiliki rasa untuk berinteraksi atau melibatkan diri dengan masyarakat seperti teman, tetangga, ataupun lingkungan (Perlman and Peplau, 1998). Dalam dunia perkuliahan ketika seseorang sedang melaksanakan perkuliahan tetapi merasa kesepian adalah ketika tidak dapat berinteraksi dengan lingkungan perkuliahan, seperti susah untuk berinteraksi dengan teman kuliah, ataupun tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan sehingga membuat seseorang merasa kesepian selama perkuliahan berlangsung. Salah satu cara seseorang yang merasa kesepian menghilangkan rasa kesepiannya adalah dengan mengakses internet diluar perkuliahan atau melakukan *cyberslacking*.

Maka berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul hubungan antara *loneliness* dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa, untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *loneliness* dengan *cyberslacking* pada mahasiswa.

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *loneliness* dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa.

2. Manfaat

Terdapat dua manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu dalam penelitian psikologi khususnya dalam penelitian mengenai hubungan antara *loneliness* dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa untuk mengurangi perilaku *cyberslacking* dan lebih memperhatikan alasan seseorang melakukan *cyberslacking* karena merasa kesepian.