

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Sebagai makhluk sosial pada dasarnya manusia harus selalu berhubungan dengan manusia lainnya sehingga tidak bisa untuk hidup sendiri. Dengan semakin pesatnya perkembangan teknologi mempermudah manusia untuk berkomunikasi dengan orang lain bahkan dengan orang yang berada di tempat jauh. Salah satu bentuk perkembangan teknologi ini adalah telepon genggam (Bivin, Mathew, Thulasi, & Philip, 2013).

Telepon genggam telah membuat perubahan dari alat komunikasi sederhana menjadi perangkat komunikasi yang canggih yang sering disebut sebagai *smartphone*. *Smartphone* telah menjadi alat komunikasi dan informasi dalam kehidupan sehari-hari. Informasi dan teknologi komunikasi telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari hidup kita (Cheever, Rosen, Carrier, & Chavez, 2014).

Mobilitas *smartphone* memberikan manfaat dan membantu orang memenuhi kebutuhan dasar mereka, namun juga dapat menyebabkan beberapa masalah yang terkait dengan penggunaan *smartphone* (Yildirim, 2014). Hubungan individu dengan *smartphone* sangat mempengaruhi perilaku interpersonal dan kebiasaan sosial. Teknologi komunikasi juga membuat perubahan dalam interaksi masyarakat dengan dunia, persepsi pada interaksi yang nyata dan interaksi lewat *smartphone* (Lucia, 2014). Dampak psikologis dari penggunaan teknologi pada individu, kelompok dan masyarakat pada umumnya terkait dengan perubahan

perilaku dan kebiasaan sebelum dan sesudah adanya *smartphone* (King, Valenca, Silva, Baczynski, Carvalho, & Nardi, 2013).

Sebuah organisasi riset di Inggris yang meneliti pengguna *smartphone* yang mengalami kecemasan menemukan bahwa hampir 53% pengguna *smartphone* di Inggris cenderung mengalami cemas ketika menghadapi jangkauan jaringan yang kurang, kehabisan baterai, dan ketika kehilangan *smartphone* mereka (Bivin, Mathew, Thulasi, & Philip, 2013).

Smartphone adalah ponsel pintar yang saat ini banyak dimiliki dan digunakan oleh hampir semua orang di dunia termasuk di Indonesia. Di Indonesia istilah *smartphone* ini sudah tidak asing lagi. Bahkan jumlah penjualan *smartphone* pada tiap tahunnya mengalami peningkatan. Lantaran harganya yang sudah semakin terjangkau, ponsel atau *smartphone* menjadi barang yang dapat dimiliki oleh seluruh kalangan. Sebagai negara dengan mangsa pasar *smartphone* terbesar di Asia Tenggara, Indonesia memiliki total penjualan *smartphone* mencapai 14,8 juta unit pada tahun 2013, sedangkan pada tahun 2014 penjualan mencapai 55 juta unit dan diperkirakan akan terus mengalami kenaikan sekitar 10-15% pada tahun 2015 (Nistanto, 2014).

Banyaknya fungsi dan kecanggihan *smartphone* saat ini, menjadikan penggunaannya tidak dapat lepas dari *smartphone* yang dimilikinya. Ketergantungan pada perangkat bergerak ini berdampak pada kehidupan sosial penggunanya. Sebanyak 33% pengguna yang bekerja, mengecek *smartphone* untuk email dan pesan pada malam hari. Dalam penelitian terdahulu, ditemukan bahwa kebanyakan orang mengecek *smartphone*-nya sebanyak 34 kali sehari, bukan

untuk keperluan memeriksa *email* atau menjalankan aplikasi yang lain, namun merupakan kebiasaan untuk menghindari rasa tidak nyaman. Penelitian lain menyebutkan, kebanyakan siswa memulai harinya dengan mengecek laman jejaring sosialnya. Rata-rata jejaring sosial diakses selama 5 jam per hari dengan menggunakan *smarthpone* (Jeffrey 2012, dalam Pradana, Muqtadiroh & Nisafani, 2016).

Sebanyak 18 negara telah menemukan bahwa 70% mengatakan *smartphone* lebih penting dalam kehidupan sehari-hari. Kemudian sebanyak 60% merasa wajib untuk terus memeriksa *smartphone* untuk update kegiatan terbaru, dan mereka merasa cemas ketika berjauhan dan tidak dapat memeriksa *smartphone*. Bahkan 90% mengatakan bahwa mereka memeriksa *smartphone* terlebih dahulu sebelum menggosok gigi, berpakaian, dan sarapan pagi (Cisco, 2012).

Sekelompok peneliti psikiatri di Brazil telah menetapkan gangguan baru yang disebut *nomophobia*. Istilah *nomophobia* muncul pertama kali setelah penelitian yang dilakukan oleh Uk Post Office pada tahun 2008 yang meneliti kecemasan pada pengguna ponsel (SecurEnvoy, 2012). Yildirim (2014) yang berpendapat bahwa *nomophobia* merupakan rasa takut berada diluar kontak ponsel dan dianggap sebagai fobia modern yang dihasilkan dari interaksi individu dengan teknologi informasi dan komunikasi khususnya *smartphone* (Yildirim, 2014).

Nomophobia secara harafiah adalah “*no mobile phone*” yang merupakan ketakutan berada jauh dari *smartphone*. Jika seseorang berada dalam suatu area yang tidak ada jaringan, kekurangan saldo atau bahkan lebih buruknya kehabisan

baterai, orang tersebut akan merasa cemas, yang memberikan efek merugikan sehingga memengaruhi tingkat konsentrasi seseorang. Penggunaan *smartphone* yang terus-menerus dapat menyebabkan perubahan dari *smartphone* yang hanya sekedar simbol menjadi sebuah kebutuhan, dimana *smartphone* menyediakan berbagai fitur seperti diari pribadi, *email*, kalkulator, *video game player*, kamera, dan pemutar musik (Yildirim, 2014).

Menurut Yildirim (2014) *Nomophobia* memiliki empat dimensi yaitu, perasaan tidak bisa berkomunikasi, aspek ini berhubungan dengan adanya perasaan kehilangan ketika secara tiba-tiba terputus komunikasi dengan orang lain. Aspek yang kedua kehilangan konektivitas, aspek ini berhubungan dengan perasaan kehilangan konektivitas ketika tidak dapat terhubung dengan layanan pada *smartphone*. Aspek yang ketiga tidak mampu mengakses informasi, aspek ini menggambarkan perasaan ketidaknyamanan ketika tidak dapat mengambil atau mencari informasi melalui *smartphone* dan aspek yang keempat adalah menyerah pada kenyamanan, aspek ini berhubungan dengan perasaan nyaman saat menggunakan *smartphone* dan keinginan untuk memanfaatkan kenyamanan dalam *smartphone* tersebut.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan pada 560 mahasiswa manajemen di Kota Pune, India, menunjukkan hampir 80% subjek setuju bahwa hari-hari mereka dimulai dengan situs jejaring sosial, seperti saat bangun pagi untuk melihat chat dari teman-temannya semalam atau sekedar mengucapkan selamat pagi pada keluarga dan teman, 80% subjek menghabiskan waktu lebih dari enam

jam per hari melihat layar ponsel untuk konektivitas mereka (Sudarji, 2017). Hal ini didukung oleh beberapa penelitian dari (Mahendra, Fajariah, Ikawidjaja, Sudrajad & Putri, 2013 ; Mayangsari, 2015) bahwa jumlah pengidap *nomophobia* di Indonesia mengalami peningkatan signifikan, pada tahun 2013 sekitar 75% dengan rentang usia 18-24 tahun dan tahun 2014 pengidap *nomophobia* sekitar 84% direntang waktu 19-24 tahun.

Hal tersebut diatas juga didukung oleh hasil riset yang menemukan bahwa ada sekitar 58% pria dan 42% wanita mengalami kecemasan bila mereka tidak membawa HP atau kehabisan baterai, disimpulkanlah bahwa mereka telah menderita *nomophobia*. Berdasarkan riset Securevoy disebutkan bahwa pengidap *nomophobia* meningkat secara signifikan di tahun 2008, dari 1.000 responden dua pertiganya merasa takut jika kehilangan atau tidak bermain dengan ponselnya, serta ditemukan pula pengidap *nomophobia* terbanyak yaitu rentang di usia 18-24 (77%) dan disusul oleh responden berusia 24- 34 tahun (68%). (Pinchot dalam Telecommunication Industry, 2013).

Menurut (Dasiroh, Miswatun, Ilahi, Nurjannah, 2016) Di Universitas Riau, penggunaan Gadget di kalangan mahasiswa sudah menjadi sebuah budaya teknologi yang merakyat, karena setiap mahasiswa memiliki gadget dan aktif menggunakan fitur dan aplikasi yang terdapat di dalamnya, terutama media sosial. Kecenderungan ini berakibat pada terjangkitnya wabah sindrom *nomophobia* yang dapat mengakibatkan terganggunya kesehatan kepribadian, menurunnya minat belajar, penurunan prestasi akademik serta sikap menjauh dari kehidupan sosial

seperti keluarga dan masyarakat. *Nomophobia* merupakan fenomena baru dan dicina disebut dengan “Keichu” dan lebih banyak mempengaruhi mahasiswa (Monaco, dalam Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2016).

Peneliti juga melakukan wawancara pada tanggal 15 November 2018 pada 20 mahasiswa di Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang terdiri dari 10 orang laki-laki dan 10 orang perempuan. Empat belas mahasiswa mengaku selalu terkoneksi dengan layanan data internet dan memiliki minimal 3 akun media sosial yang selalu aktif setiap harinya untuk memastikan bahwa subjek dapat mengakses informasi, hal tersebut memenuhi salah satu aspek dari *nomophobia* yaitu perasaan tidak bisa berkomunikasi. Ketika ke kamar mandi 6 diantaranya membawa *smartphone* untuk mengisi kesepian dan untuk *browsing*, dan 11 diantaranya juga mengaku akan bergegas mengisi daya baterai apabila *smartphonenya lowbat*, kemudian selalu membawa *power bank* atau *charger* kemana saja, hal tersebut memenuhi dari aspek *nomophobia* yaitu menyerah pada kenyamanan. Tiga belas diantaranya juga mengaku langsung bergegas mengisi paket internet jika kouta internetnya habis atau mencari *wi-fi* gratis, hal tersebut memenuhi aspek dari *nomophobia* yaitu kehilangan konektivitas. Sebelum tidur dan bangun tidur 17 mahasiswa akan terlebih dahulu mengecek *smartphonenya*. Mereka juga mengaku menggunakan *smartphone* sebanyak puluhan kali dalam sehari karena selalu melihat informasi terbaru dari *smartphonenya* dan selalu membuka *smartphone* ketika sedang luang, hal tersebut memenuhi salah satu aspek *nomophobia* yaitu tidak mampu mengakses informasi.

Anies Baswedan mengatakan perkembangan literasi tidak hanya sebatas kemampuan membaca, menulis, dan menganalisis informasi yang baik, tetapi juga kemampuan menggunakan internet untuk kebaikan pembangunan bangsa. Salah satu pemanfaatan *smartphone* pun berdampak bagi para pelajar atau mahasiswa. *Smartphone* seharusnya bisa digunakan atau dimanfaatkan untuk menjadi wadah bagi pelajar atau mahasiswa untuk saling berdiskusi, belajar informasi baru, dan mengeksplorasi berbagai hal di dunia internet (Kompas.com).

Berdasarkan data-data yang sudah dijelaskan diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah yang paling rentan terhadap gangguan *nomophobia* karena seperti yang sudah dipaparkan diatas oleh (Monaco, dalam Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2016) bahwa *nomophobia* lebih banyak mempengaruhi mahasiswa. Berdasarkan riset Securenvoy (2012) juga disebutkan bahwa terdapat sebanyak 77% pengidap *nomophobia* adalah mahasiswa yang rentang usianya antara 18-24 tahun dan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi seseorang mengalami *nomophobia* menurut Yildirim (2014) yaitu, jenis kelamin, harga diri, usia, *ekstraversi* dan *neurotisme*.

Penelitian ini akan mengkaji faktor jenis kelamin yang peneliti pilih sebagai variabel bebas karena beberapa penelitian sebelumnya mengatakan bahwa terdapat perbedaan *nomophobia* antara laki-laki dan perempuan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Turner dkk (dalam Al-Barashdi, Bouazza, dan Jabur, 2015) menemukan jenis kelamin memiliki perbedaan hubungan dengan beberapa aspek perilaku penggunaan *smartphone*. SecurEnvoy telah menemukan bahwa sekitar 66

persen dari 1.000 pengguna ponsel memiliki *nomophobia*. Tetapi tingkat *nomophobia* tersebut berbeda-beda pada masing-masing orang. Selain itu, kajian pada tahun 2008 di Inggris yang melibatkan lebih dari 2.100 responden, menunjukkan bahwa 53% dari pengguna ponsel menderita *nomophobia*. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa pria lebih rentan terhadap *nomophobia* daripada wanita, dengan 58% dari laki-laki dan 48% dari perempuan menunjukkan perasaan cemas ketika tidak dapat menggunakan telepon genggam mereka (Mail Online, 2008). Berbeda dengan penelitian di tahun 2008, riset pada tahun 2012 menemukan bahwa wanita lebih rentan terhadap *nomophobia*, dengan 70% dari wanita dibandingkan dengan 61% dari pria yang telah mengungkapkan perasaan cemas ketika kehilangan ponsel mereka atau ketika mereka tidak dapat menggunakan telepon mereka (Yildirim, 2014).

Berbeda lagi dengan Morahan-Martin (dalam Oktog, 2012) menemukan bahwa tingkat menghabiskan waktu dengan *smartphone* pada laki-laki lebih banyak daripada perempuan, sama halnya yang dilakukan oleh Uneri and Tanidir (dalam Oktog, 2012) menjekaskan juga bahwa laki-laki memiliki tingkat lebih tinggi menghabiskan waktu dengan *smartphone* daripada perempuan. Akan tetapi penelitian yang dilakukan oleh Choliz (2012) menunjukan hasil bahwa wanita lebih memiliki ketergantungan terhadap *smartphone* daripada laki-laki.

Berdasarkan uraian tersebut diatas, jenis kelamin diasumsikan menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *nomophobia* dan menurut beberapa hasil penelitian yang dilakukan diatas menunjukan adanya perbedaan yang tidak

konsisten, oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti “Apakah terdapat perbedaan *nomophobia* pada mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin ?”.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *nomophobia* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi disiplin ilmu psikologi terutama di bidang psikologi klinis dan psikologi sosial.

b. Manfaat Praktis

Melalui publikasi dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi terhadap perbedaan *nomophobia* antara laki-laki dan perempuan dan masukan bagi masyarakat umum terutama mahasiswa agar dapat mengurangi penggunaan *smartphone* sehingga tidak mengalami *nomophobia*.