

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial, yang berarti manusia hidup bersama dengan orang lain di dalam masyarakat, dan perlu melakukan komunikasi dengan orang lain untuk memenuhi kepentingan dirinya maupun orang lain (Sutaryo, 2005). Manusia pada dasarnya tidak mampu hidup sendiri, manusia membutuhkan manusia lain untuk melakukan interaksi sosial atau tindakan komunikasi (Bungin, 2006). Fungsi komunikasi dalam kehidupan sehari-hari menyangkut banyak aspek, melalui komunikasi juga seseorang menyampaikan apa yang ada dalam benak pikiran dan perasaan kepada orang lain baik secara langsung maupun tidak (Harun & Ardianto, 2011). Berbagai sarana dan prasarana yang digunakan manusia dalam berkomunikasi sangatlah beragam salah satunya adalah *handphone*.

Mobile phone atau yang lebih dikenal dengan *handphone* (telepon genggam) merupakan alat telekomunikasi elektronik dua arah yang bisa dibawa ke mana-mana dan memiliki kemampuan untuk mengirimkan pesan berupa teks dan juga suara (Adzikra, 2016). Pertama kali telepon genggam masuk ke Indonesia ialah sekitar tahun 1985. Pada saat itu ukurannya masih cukup besar dengan layar *monochrome*, fungsinya pun masih sebatas pengirim pesan teks dan menerima telepon. Namun pada zaman yang sudah modern seperti saat ini telepon genggam mengalami perkembangan yang cukup pesat dan menjadi telepon pintar atau yang lebih dikenal

dengan *smartphone*. Dengan ukuran yang sangat minimalis dan berbagai fitur pendukung yang sangat menarik (Infiatech.com, 2016).

Smartphone adalah sebuah telepon genggam ‘cerdas’ yang memiliki kemampuan dengan penggunaan dan fungsi yang tidak jauh berbeda dengan komputer pada umumnya. Mengenai standar pasti dari definisi ‘*smartphone*’ tersebut, masih belum dipastikan dengan sangat jelas oleh pabrikan yang memproduksi gadget tersebut. Hingga saat ini, kepastian dari definisi *smartphone* yang sebenarnya pun masih belum dipastikan secara resmi. Banyak pihak industri yang beranggapan bahwa *smartphone* tersebut memiliki definisi yang akan terus berubah seiring dengan perkembangan waktu. Menurut David Wood, Wakil Presiden Eksekutif PT Symbian OS, “Ponsel cerdas dapat dibedakan dengan telepon genggam biasa dengan dua cara fundamental, yakni bagaimana mereka dibuat dan apa yang mereka bisa lakukan.” (Lily, 2015.)

Pengguna *smartphone* usia 18 sampai 24 tahun menghabiskan waktu lebih banyak dibandingkan usia lainnya, dengan penggunaan rata-rata selama 5,2 jam perhari (Salesforce, 2014). Total penduduk di Indonesia mencapai 286, 2 juta jiwa, sementara diketahui pengguna Mobile (ponsel pintar dan tablet) mencapai 355,5 juta jiwa. Sedangkan pengguna internet, tercatat ada 150 juta pengguna internet aktif, ini berarti 56% dari total jumlah penduduk Indonesia sudah menggunakan internet, demikian pula dengan media sosial, rata-rata 50% lebih penduduk Indonesia aktif menggunakan media sosial di tahun 2019. Kemudian pertumbuhan gawai yang paling sering digunakan masyarakat Indonesia dari tahun 2018-2019 adalah pengguna

mobile (ponsel pintar dan tablet) paling besar adalah Mobile Phone mencapai 91%, laptop/PC hanya 22% (websindo.com, 2019).

Aktivitas pelajar (mahasiswa) dalam penggunaan media *smartphone* dapat dilihat dari pemenuhan atas kebutuhan sehari-hari pada kegiatan proses belajar, seperti halnya kebutuhan informasi dalam menunjang kualitas akademisi dengan mempertimbangkan relevansi dan kredibilitasnya. Proses akademis belajar mengajar melalui penggunaan fasilitas media internet merupakan bagian tetap yang tidak dapat ditinggalkan dalam kehidupan belajar mahasiswa. Oleh sebab itu sarana media internet saat ini telah dipermudah melalui proses penggunaannya yaitu dengan media *smartphone* (Novianto, 2012).

Berawal untuk memenuhi kebutuhan komunikasi sederhana seperti pesan singkat dan suara tetapi saat ini telah beralih multifungsi. Fungsi-fungsi yang telah dihadirkan dalam telepon genggam atau *smartphone* tersebut, tentunya sangat membantu berbagai kalangan masyarakat dalam melakukan aktivitas mereka seperti melakukan panggilan telepon, mengirim pesan singkat, chattingan, menggunakan sosial media, untuk melakukan bisnis, mengambil gambar atau video, dan berbagai hal lainnya. *Smartphone* tersebut biasanya juga dilengkapi dengan berbagai fitur-fitur canggih yang bisa digunakan oleh para penggunanya. Salah satu kelebihan dari *smartphone*, yaitu memiliki program khusus (disesuaikan kembali dengan Operasi Sistem yang digunakan) untuk mengunduh suatu aplikasi yang diinginkan seperti game, aplikasi media sosial, aplikasi untuk mengedit gambar, video, ataupun tulisan, aplikasi untuk membuat dokumen, aplikasi media pembelajaran dan lain-lain karena

kelebihan yang dimiliki oleh *smartphone* tersebut, *smartphone* menjadi semakin mendunia dan banyak orang yang bisa menggunakan gadget mereka, mulai dari yang 'buta teknologi', hingga yang 'melek teknologi' (Lily, 2015).

Selain itu ada juga efek negatifnya, salah satunya adalah *nomophobia*. Berdasarkan penelusuran yang lebih mendalam, dua faktor utama penyebab ketergantungan adalah *game addicted* (kecanduan game) dan sindrom FoMO (*Fear of Missing Out*) atau lebih dikenal sebagai ketergantungan seseorang terhadap jejaring sosial. *Nomophobia* adalah sebuah penyimpangan psikis yang dipengaruhi oleh ketergantungan seseorang terhadap gadget. *Nomophobia* sendiri merupakan sebuah singkatan yang berasal dari bahasa Inggris, yaitu *No Mobile phone Phobia*, yang mempunyai arti sebuah kecemasan berlebih yang dirasakan oleh seseorang karena terpisah dari gadget yang dia miliki (Khalisa, 2015).

Smartphone Addiction didefinisikan sebagai perilaku keterikatan terhadap telepon genggam yang disertai dengan kurangnya kontrol dan memiliki dampak negatif bagi individu (Leung, 2007). Kemudian, Kwon, dkk (2013) menyebutkan bahwa istilah *Smartphone Addiction* adalah sebagai perilaku keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri, dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang.

Penggunaan telepon genggam yang terus menerus atau berlebihan jika dibiarkan maka akan menimbulkan kecanduan telepon genggam (*Smartphone Addiction*). Adapun ciri-cirinya adalah *Inability to control craving* adalah

ketidakmampuan untuk mengontrol keinginan menggunakan telepon, *Anxiety and feeling lost* adalah kecemasan dan merasa kehilangan bila tidak menggunakan telepon genggam, *Withdrawal and escape* adalah menarik diri dan melarikan diri, artinya telepon genggam digunakan sebagai sarana untuk mengalihkan diri saat mengalami kesepian atau masalah, dan *Productivity loss* adalah kehilangan waktu untuk menjadi produktif (Leung, 2007).

Seperti yang tercantum dalam penelitian Yuwanto (2010), sekitar 53% dari 200 mahasiswa di Surabaya mengalami *mobile phone addict* dengan tingkat sedang, analisis lebih lanjut menurut kategorisasi aspek ditemukan bahwa aspek dengan kategori dominan tinggi adalah *withdrawal* dan *productivity loss* yang mencapai prosentase 33% dan 45% sedangkan aspek *Anxiety* dan *Inability to control* mendapat kategori dominan sedang dengan prosentase masing-masing 30% dari masing-masing aspek keseluruhan.

Dari hasil survei oleh *Nationwide Building Society's Flexplus Current Account* tahun 2016 sebanyak 58 persen orang tidak dapat hidup tanpa ponsel lebih dari sehari. Penelitian yang dilakukan pada 2000 responden tersebut menemukan bahwa 53% responden hal pertama yang dilakukan dipagi hari adalah mengecek telepon genggam mereka sebelum berbicara dengan pasangan. Dan sekitar 66% merasa tidak bahagia ketika tidak bisa menggenggam ponsel ditangannya (*infiatech*, 2016).

Hal ini diperkuat dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti di lapangan pada tanggal 05 April 2019 pukul 20.00 WIB pada 18 mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang menunjukkan bahwasannya 15 orang diantaranya mengalami

kecanduan smartphone. Terdapat 10 subjek yang berpendapat bahwa merasa selalu ingin menggunakan *smartphone* di mana pun dan kapan pun serta tidak mampu untuk mengontrol penggunaannya. Kemudian terdapat 13 subjek yang merasa cemas dan kehilangan saat tidak menggunakan *smartphone* dengan alasan karena sudah terbiasa menggunakan *smartphone* jika tidak maka seperti ada yang hilang dan takut kehilangan kontak dengan teman di media sosialnya dan informasi terkini yang sedang hangat-hangatnya. Terdapat juga 8 subjek merasa kehilangan waktu untuk berproduktivitas seperti waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar ataupun mengerjakan tugas namun digunakan untuk bermain game online atau mengakses media sosial melalui *smartphone*. Dan terdapat 7 subjek yang menggunakan *smartphone* sebagai sarana saat diwaktu sendirian dan tidak ada kegiatan yang dilakukan.

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwasanya banyak dewasa awal (mahasiswa) mengalami *Smartphone Addiction* atau kecanduan menggunakan *smartphone*, hal ini dibuktikan dengan 13 subjek yang merasa cemas dan kehilangan karena takut kehilangan kontak dengan teman di media sosialnya dan takut tertinggal informasi, dan 10 diantaranya merasa susah untuk jauh dari *smartphonenya*, serta 8 diantaranya kehilangan waktu untuk menjadi produktif.

Individu yang mengalami *mobile phone addict* akan merasa bahwa telepon genggam dapat memberikan hal baru yang juga hal positif karena saat menggunakan telepon genggam seseorang akan merasakan hal yang tidak didapatkannya dari dunia nyata (<http://ubaya.ac.id>, 2010). Mazumder (dalam Wirajaya dan Hidayati, 2017)

menyebutkan bahwa pemberdayaan *smartphone* dapat membuka lapangan pekerjaan baru, mengurangi biaya promosi bisnis, dan meningkatkan infrastruktur teknologi di negara berkembang menyebutkan Pemerintah menggunakan jaringan *mobile* untuk dapat melakukan komunikasi dengan masyarakat, membangun infrastuktur kota berbasis jaringan internet, melakukan kontrol kesehatan menggunakan aplikasi oleh praktisi medis, dan membantu wiraswasta untuk meningkatkan produktifitas dan pendapatan. Sarwar & Soomro (2013), menyebutkan bahwa *smartphone* dapat membantu pelajar untuk mengakses materi pelajaran dari internet, meningkatkan prestasi, dan membangun komunikasi antara pelajar dengan guru.

Hurlock (2011) mengatakan bahwa dewasa awal dimulai pada usia 18 tahun sampai kira-kira usia 40 tahun. Secara umum, mereka yang tergolong dewasa awal ialah mereka yang berusia 20-40 tahun. Santrock (2012), orang dewasa muda termasuk masa transisi, baik secara fisik, transisi secara intelektual serta transisi peran sosial. Perkembangan sosial masa dewasa awal adalah puncak dari perkembangan sosial masa dewasa. Masa dewasa awal adalah masa beralihnya pandangan egosentris menjadi sikap yang empati. Pada masa ini, penentuan relasi sangat memegang peranan penting. Dewasa awal merupakan masa permulaan di mana seseorang mulai menjalin hubungan secara intim dengan lawan jenisnya. Hurlock (2011) mengemukakan beberapa karakteristik dewasa awal dan pada salah satu ininya dikatakan bahwa dewasa awal merupakan suatu masa penyesuaian diri dengan cara hidup baru dan memanfaatkan kebebasan yang diperolehnya.

Selain itu, Liputan6.com dilansir dari laman *Press Examiner* juga menyebutkan bahwa kecanduan menggunakan *smartphone* secara berlebihan disebut dengan *nomophobia*. *Nomophobia* adalah semacam gangguan yang terjadi ketika pengguna merasa khawatir saat pengguna tersebut tidak memegang *smartphone* yang dimiliki. Liputan6.com juga menyebutkan bahwa Asia memiliki jumlah pecandu *smartphone* terbanyak dan diprediksi akan terus meningkat. Hasil survei yang dilakukan *Science Direct* menunjukkan terdapat 25% dari pengguna *smartphone* yang mayoritas remaja di Asia mengidap *nomophobia*. Penggunaan *smartphone* secara berlebihan dapat menyebabkan gangguan kesehatan seperti sakit kepala, iritasi dan vertigo (R, Jeko, 2015).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuwanto (2010) terdapat 4 faktor yang menjadi penyebab kecanduan *smartphone*, antara lain : faktor internal, faktor eksternal, faktor situasional dan faktor sosial. Di dalam faktor situasional, terdapat faktor-faktor penyebab yang mengarah pada penggunaan *smartphone* sebagai sarana membuat individu merasa nyaman secara psikologis ketika menghadapi situasi yang tidak nyaman, seperti pada saat stres, mengalami kesedihan, meras kesepian, mengalaih kecemasan, mengalami kejenuhan belajar, dan leisure boredom (tidak adanya kegiatan saat waktu luang) dapat menjadi penyebab kecanduan *smartphone* atau *Smartphone Addiction*. Selain itu Young (2015) menyebutkan penyebab kecanduan salah satunya adalah masalah sosial berupa masalah intrapersonal seperti harga diri rendah atau kemampuan komunikasi yang rendah, dan masalah interpersonal seperti kesepian. Menurut Parsons, Seay & Kraut (dalam Lemmens,

Valkenburg, & Peter, 2009), kesepian telah ditemukan sebagai salah satu prediktor terkuat dari kecanduan game di kalangan pemain game online. Kemudian hasil penelitian yang dilakukan oleh Andini (2009), terdapat hubungan yang signifikan antara *social loneliness* dan intensitas penggunaan internet pada mahasiswa. Penelitian lain yang berkaitan dengan *loneliness* dan *Smartphone Addiction* juga menyebutkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *self esteem*, *loneliness* dan faktor demografi terhadap kecenderungan adiksi *smartphone* (Zahrani, 2014). Morahan-Martin & Schumacher (dalam Weiten & Llyod, 2006) mengatakan bahwa pada individu yang mengalami *kesepian* lebih sering menunjukkan penggunaan internet juga menyebabkan gangguan dalam fungsi kehidupan sehari-harinya.

Kemudian ada juga pendapat yang diungkapkan oleh Yanuar (dalam Nurmala dan Kuncoro, 2011) bahwa secara umum ada dua faktor yang memengaruhi ketergantungan (kecanduan) internet yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal antara lain lingkungan keluarga, lingkungan sosial, dan budaya. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu seperti kontrol diri, minat, motif, kepribadian, pengetahuan, dan usia. Dilihat dari faktor diatas, ternyata kecanduan internet dapat dipengaruhi oleh faktor kepribadian. Salah satu tipe kepribadian yang cukup terkenal adalah tipologi kepribadian introvert dan ekstravert.

Sejalan dengan penelitian dari Koch dan Pratarelli (dalam Pagani dkk, 2013), yang menyebutkan bahwa seseorang dengan Introversitas tinggi cenderung lebih nyaman menggunakan internet untuk berkomunikasi. Didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Sudjono, F (2015) dengan jumlah subjek 38 orang menghasilkan

sumbangan efektif introversitas terhadap kecanduan internet adalah sebesar 16,2 %. Hal ini berarti introversitas memberikan pengaruh sebesar 16,2% dalam hubungannya dengan kecanduan internet. Sisanya sebesar 83,8% merupakan faktor lain yang juga ikut memengaruhi kecanduan internet.

Kepribadian menurut Eysenck (dalam Alwisol, 2004), kepribadian adalah keseluruhan pola tingkah laku aktual maupun potensial dan organisme, sebagaimana ditentukan dari keturunan dan lingkungan. Pola tingkah laku itu berasal dan dikembangkan melalui fungsional dari empat sektor utama yang mengorganisir tingkah laku, sektor kognitif, sektor afektif, dan sektor somatik.

Jung (dalam Suryabrata, 2003) menguraikan individu dengan tipe kepribadian introvert lebih utama dipengaruhi dunia subjektif, yaitu dunia di dalam diri sendiri. Orientasinya terutama tertuju ke dalam pikiran, perasaan, serta tindakan-tindakan terutama ditentukan oleh faktor subjektif, penyesuaian dengan dunia luar kurang baik, jiwa tertutup, sukar bergaul, sukar berhubungan dengan individu lain, kurang dapat menarik hati individu lain. Tetapi penyesuaian dengan batin sendiri cukup baik. Bahaya dari tipe kepribadian ini adalah bila jarak dengan dunia subjektif terlalu jauh, sehingga individu lepas dari dunia objektifnya sendiri. Eysenck (dalam Suryabrata, 2003) juga mengungkapkan bahwa tipe kepribadian introvert dicirikan dengan pribadi yang tenang, konsisten, terkontrol, berpikir sebelum bertindak, pasif, *moody*, cemas, *rigid*, *sober*, pesimis, *reserved*, *unstable*, dan pendiam.

Kesepian merupakan bagian dari faktor sosial yang telah dikemukakan oleh Yuwanto (2010) dan kepribadian introvert merupakan bagian dari faktor internal

yaitu kepribadian yang diungkapkan oleh Yanuar (dalam Nurmala dan Kuncoro, 2011), maka peneliti memilih kesepian dan kepribadian introvert sebagai variabel bebas dalam penelitian ini karena kesepian sebagai salah satu penyebab kecanduan sering dialami oleh dewasa awal (mahasiswa) yang berkisar antara 18-24 tahun, di mana pada masa itu seseorang tergolong pada masa dewasa awal. Sebagaimana ditekankan oleh Erickson (dalam Hurlock, 1999) bahwa masa dewasa awal merupakan masa “krisis keterpencilan.” Dalam masa ini pria dan wanita sering merasa kesepian. Hal ini dikarenakan teman-teman lama sudah berpencar dan banyak diantaranya yang sudah sibuk dengan pasangan. Akibatnya mereka merasa kehilangan pergaulan yang menyenangkan pada masa remaja, ketika selalu ada teman untuk melakukan kegiatan bersama. Havighrust (dalam Hurlock, 1999) telah menjelaskan bahwa rasa kesepian pada masa dewasa awal terjadi karena masa ini merupakan “periode yang relatif kurang terorganisir dalam kehidupan seseorang yang menandai transisi dari lingkungan yang terbagi menurut umur ke lingkungan yang terbagi menurut status sosial. Mereka tidak lagi begitu saja menikmati pergaulan yang spontan sebagaimana dulu ketika masih bersekolah. Kemudian kepribadian introvert juga dapat menjadi penyebab mahasiswa menjadi kecanduan *smartphone* dikarenakan individu yang *introvert* dipengaruhi oleh dunia subjektif, yaitu dunia di dalam dirinya sendiri. Hal ini didukung oleh Jung (dalam Boeree, 2004) yaitu kepribadian introvert adalah pribadi yang lebih mementingkan dunia internal pikiran, perasaan, fantasi dan mimpi mereka. Seseorang yang introvert cenderung menarik diri dari kontak sosial, minatnya lebih mengarah ke dalam pikiran-pikiran dan pengalaman sendiri. Pribadi

introvert menunjukkan libidonya ke dalam dan tenggelam menyendiri ke dalam diri sendiri, khususnya dalam saat-saat mengalami ketegangan dan tekanan batin. Seorang introvert cenderung merasa mampu dalam upayanya mencukupi diri sendiri, sedangkan orang ekstrovert membutuhkan orang lain.

Berdasarkan pada latar belakang masalah tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai apakah ada hubungan antara Kepribadian Introvert dan Kesepian dengan *Smartphone Addiction* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta?

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kepribadian introvert dan kesepian dengan *smartphone addiction* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menjadi rujukan atau referensi di dalam bidang psikologi khususnya psikologi klinis dan para peneliti berikutnya terutama mengenai *Smartphone Addiction* serta dapat memberikan informasi mengenai Hubungan Kepribadian Introvert dan Kesepian dengan *Smartphone Addiction*.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi masyarakat guna memberikan pengetahuan dan informasi bahwa kecanduan *smartphone* dapat dipengaruhi oleh kepribadian introvert dan kesepian.