

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Negara yang mengalami kemajuan dalam bidang teknologi maupun informasi salah satunya adalah Indonesia. Teknologi informasi seperti telah menguasai manusia, dengan kata lain yaitu manusia telah bergantung pada teknologi informasi. Sorotan utama dalam teknologi informasi yaitu web. Masyarakat mendapat informasi dan bertukar informasi menjadi sangat mudah. Internet adalah adalah interkoneksi antar jaringan komputer, namun secara umum internet perlu dipandang sebagai sumber daya informasi, karena isi dari internet itu sebagianya adalah informasi. Internet dapat dibayangkan sebagai suatu database atau perpustakaan multimedia yang sangat besar, bahkan internet dipandang sebagai dunia dalam bentuk lain (maya) karena hampir seluruh aspek kehidupan di dunia nyata ada didalam internet, seperti: bisnis, hiburan, olah raga, politik dan lain sebagainya (Sidharta, 1996). Prasetya (2014) mengatakan bahwa pengguna internet bisa mengakses banyak informasi di dalam perangkat lunak tersebut terkait pekerjaan, hobi, bisnis, pendidikan dan bahkan situs yang di kategorikan sebagai yang di anggap negatif. Seperti misalnya, *cybercrime (hacking, craking, dan carding, internet gambling dan cybersex)*. Namun sebagian dari mereka mengakses internet untuk melakukan pengiriman surat (email), mengakses sosial media, bermain *game* dan membuat *chanel youtube*.

Perkembangan teknologi pada saat ini semakin pesat sehingga dapat membuat manusia lebih efektif dan efisien dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari. Web adalah teknologi komunikasi yang memiliki perkembangan yang sangat pesat pada saat ini. Web dapat berdampak positif dan negatif terhadap kehidupan manusia. Web juga telah mengubah pola hidup manusia. Dampak positif dari web yaitu dapat berbelanja secara *online*, dapat berkomunikasi antar saudara, sahabat di manapun pada waktu yang diinginkan termasuk dapat berkomunikasi dengan orang yang pernah bertemu serta memperoleh informasi yang dibutuhkan. Selain dampak positif, web juga berdampak negatif. Sebagaimana hasil penelitian Elia (2009) yang menemukan bahwa 20% pengguna internet dapat terlibat dalam satu atau lebih masalah pengabaian diri, menghindari orang lain, terisolasi secara sosial, depresi, menurunnya produktivitas kerja akibat banyak bersosial media, munculnya masalah dalam relasi pernikahan, kecanduan seks, judi *online*, kegagalan studi karena tidak bisa mengatur penggunaan internet termasuk juga perilaku mengecek dan mengklik secara terus-menerus (Azka, Firdaus, & Kurniadewi, 2018).

Berdasarkan laporan dari *Hootsuite* dan *We Are Social* (2022) jumlah pengguna internet di dunia kini mencapai 5 miliar. Angka ini mewakili 63% populasi penduduk dunia yang kini diperkirakan mencapai 7,93 miliar orang. Jumlah pengguna internet pada April 2022 juga meningkat dari tahun sebelumnya, dengan kenaikan sebesar 196 juta pengguna. Meski kenaikannya terbilang signifikan, masih ada 2,9 miliar orang yang belum menggunakan internet dalam periode yang sama. Angka ini mewakili 37% dari total populasi global. Adapun sebarannya, jumlah pengguna internet tertinggi dunia berada di wilayah Asia Timur

dengan persentase 24,6%. Beberapa negara di kawasan ini termasuk China, Taiwan, Jepang, Korea Selatan dan Korea Utara. Kemudian disusul kawasan Asia Selatan yang meliputi negara Afghanistan, India, Pakistan hingga Sri Lanka. Persentase jumlah pengguna internet di Asia Selatan sebesar 18%. Jumlah pengguna internet tertinggi ketiga di dunia juga masih berada di Asia, yaitu kawasan Asia Tenggara meliputi negara Indonesia, Vietnam, Thailand, Singapura hingga Malaysia. Persentase jumlah pengguna internet di kawasan ini per April 2022 mencapai 9,9% (Maulida, 2022).

Berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), ada 210,03 juta pengguna internet di dalam negeri pada periode 2021-2022. Jumlah itu meningkat 6,78% dibandingkan pada periode sebelumnya yang sebesar 196,7 juta orang. Hal itu pun membuat tingkat penetrasi internet di Indonesia menjadi sebesar 77,02%. Melihat usianya, tingkat penetrasi internet paling tinggi di kelompok usia 13-18 tahun, yakni 99,16%. Posisi kedua ditempat oleh kelompok usia 19-34 tahun dengan tingkat penetrasi sebesar 98,64% (Bayu, 2022).

Terdapat 160 juta atau 59% populasi masyarakat Indonesia menggunakan internet untuk mengakses situs jejaring sosial (Pertiwi, 2020). Penggunaan internet di Indonesia yang tercatat pada bulan Maret 2021 adalah sebesar 212 juta jiwa (Kusnandar, 2021). Mencapai 76% dari total penduduk Indonesia tahun 2021 sejumlah 272 juta jiwa (Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kementerian Dalam Negeri, 2021). Berdasarkan riset pengguna internet oleh remaja di kota Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 17%. Tingginya angka internet dikarenakan Yogyakarta sebagai kota pendidikan sehingga internet lebih banyak

digunakan untuk meningkatkan ilmu pengetahuan. Berdasarkan riset Badan Pusat Statistik pengguna internet di Yogyakarta tertinggi yaitu mahasiswa sebesar 94,73% dan pelajar Sekolah Menengah Pertama sebesar 81,39 %.

Di Indonesia, penetrasi penggunaan media sosial terus meningkat menjadi 59% dari 272,1 juta total penduduk Indonesia (Moedia, 2020). Berdasarkan laporan disebutkan bahwa dari total 274,9 juta penduduk di Indonesia, 170 juta di antaranya telah menggunakan media sosial. Dengan demikian, angka penetrasinya sekitar 61,8 persen. Angka pengguna aktif media sosial di Indonesia tersebut meningkat tajam sebesar 10 juta atau sekitar 6,3 persen dibandingkan bulan Januari 2020. Dalam periode yang sama, pengguna internet di Indonesia tumbuh 27 juta atau 15,5 persen menjadi 202,6 juta (Maulida, 2022). Realitasnya seperti yang banyak dikatakan oleh para pakar ahli, media sosial yang mendominasi yang banyak digunakan adalah *facebook*, *whatsapp*, *instagram*, *telegram* dan berbagai jenis aplikasi berbasis internet lainnya.

Media sosial paling banyak dan paling populer yang digunakan di Indonesia yaitu *youtobe*, *blog*, *facebook*, *instagram*, *tiktok*, *path*, *twitter*, *linkedin*, dan *wikipedia* (Nasrullah, 2017). Jumlah pengguna *youtube* di Indonesia mencapai 139 juta orang atau 50% dari total penduduk selama tahun 2022. Riset mengatakan kalau jumlah pengguna *facebook* di Indonesia mencapai 129,9 juta pada awal 2022. Angka ini didapatkan dari sumber jangkauan iklan *facebook* ke pengguna Indonesia. Dengan demikian, persentase pengguna *facebook* di Indonesia setara dengan 46,8% dari total jumlah penduduk pada awal 2022. Jumlah pengguna *instagram* di Indonesia mencapai 99,15 juta orang atau setara 35,7% dari total

populasi. Dari jangkauan iklan *instagram*, ada 52,3% audiens adalah pengguna perempuan, sementara 47,7% sisanya adalah laki-laki. Jumlah pengguna *tiktok* di Indonesia mencapai 92,07 juta pada tahun 2022. Namun perlu diketahui kalau angka itu adalah pengguna yang berusia 18 tahun ke atas (Adson, 2022).

Menurut Pratyawan (dalam Ardhy, 2020), jumlah pengguna aktif media sosial di Indonesia mengalami peningkatan sebanyak 20% ditahun 2019 yakni mencapai 150 juta pengguna. *Facebook* adalah aplikasi media sosial yang sangat banyak diminati diseluruh penjuru dunia, diawal tahun 2019 Indonesia menempati urutan ke empat jumlah pengguna *facebook* terbanyak diduniadengan total 120 juta atau 44,94% dari total populasi. Jumlah pengguna *facebook messenger* di Indonesia mencapai 28,4 juta pada tahun 2022. Angka ini juga diperoleh dari jangkauan iklan perusahaan ke penggunanya. Berdasarkan data jangkauan iklan, jumlah pengguna *twitter* di Indonesia mencapai 18,45 juta orang atau setara 6,6% dari total populasi pada tahun 2022. Menurut Kemp (dalam Miftahurrahmah & Harahap, 2020) Indonesia menduduki peringkat ketiga negara dengan durasi penggunaan media sosial tertinggi di dunia, yaitu selama 3 jam 26 menit per hari. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial pada masyarakat Indonesia jauh di atas rata-rata penggunaan sosial media secara global, yakni selama 2 jam 24 menit atau sekitar 144 menit per harinya.

Menurut Usman (dalam Winarko, 2017) mengatakan bahwa penggunaan media sosial 2-3 jam secara rutin setiap hari dapat menimbulkan kecanduan. Yang dan Tung (2007) menjelaskan individu yang menghabiskan 8,5 hingga 21,5 jam online per minggu dianggap kecanduan media sosial.

Usia remaja merupakan masa pencarian dan pengukuhan jati diri sebelum menginjak usia dewasa. Media sosial memberikan dampak positif dan negatif bagi penggunaannya (Khairuni, 2016). Hal-hal yang berdampak negatif cenderung dialami remaja, karena ketidakmatangan seorang remaja dalam mengenali identitas diri maupun lingkungannya, mengingat masa remaja adalah masa meningkatnya kerentanan harga diri rendah dan timbulnya depresi McLaughlin dan King 2015 (dalam Woods & Scott, 2016). Remaja dapat dikatakan memasuki tahap ketergantungan media sosial, terbukti mereka menghabiskan 54% waktunya untuk *online* menggunakan media sosial Thompson dan Lougheed (dalam Woods & Scott, 2016).

Youtube merupakan salah satu bentuk media sosial berbasis video yang mulai naik daun sejak 5 tahun yang lalu. Dilansir dari statistik dalam situsnya sendiri, *youtube* memiliki lebih dari satu milyar pengguna yang merupakan hampir sepertiga semua pengguna internet. Hingga Maret 2015, pembuat konten di *youtube* sudah mengunggah 10.000 video, karena membuat akun atau channel di *youtube* dan meraih pelanggan atau penayangan bisa menghasilkan uang. Lama kelamaan, makin banyak orang membuat akun *youtube* yang membuka kesempatan sebagai lapangan pekerjaan. Tiap hari pengguna *youtube* bisa menonton ratusan juta jam video dan menghasilkan miliaran kali penayangan. Youtube menjangkau pemirsa rata-rata berusia 18 sampai 34 tahun. Beragam konten video bisa diakses dalam *youtube*, mulai dari musik, film, berita dan informasi, olahraga, gaya hidup, *gaming*, dan *vlog*.

Peringkat media sosial yang paling banyak digunakan oleh penduduk Indonesia pada tahun 2022 media sosial *instagram* menduduki peringkat dua yaitu sebanyak 84,8% dari jumlah populasi, dan di peringkat pertama yaitu *whatsapp* dengan persentase 88,7% dari jumlah populasi (Dananjaya, 2020). Di masa seperti sekarang ini tentunya banyak sekali kebutuhan masyarakat menggunakan media sosial seperti *instagram*. Dalam hal ini pengguna *instagram* pada masa pandemi meningkat, termasuk pengguna yang mengunggah 6,1 cerita insta dalam setahun. Tidak hanya itu, tetapi tayangan *instagram stories* meningkat hingga 21%. Pengguna media sosial Instagram sangat diminati saat ini remaja. Menurut analisis *e-marketer* Oscar Orozco yang diterbitkan oleh Liputan6.com, usia 12 hingga 17 tahun mulai menurun dia tertarik menggunakan *facebook*, jadi dia beralih ke *instagram* (Damar, 2018).

Data selama Januari 2019, empat negara menggunakan *instagram* pada April 2019 Amerika Serikat, Brazil, India dan Indonesia. Antara Januari dan Mei 2020, pengguna *instagram* Indonesia mencapai 69,2 juta (69,27 juta) pengguna. Sebagai media sosial yang banyak peminatnya, Instagram tentu memiliki dampak bagi pengguna Instagram. Dampak positif dari Instagram Persahabatan remaja termasuk bahwa mereka dapat memiliki banyak teman dari Semua kalangan, secara umum, memiliki akses cepat ke informasi, kecuali dengan melihat foto yang diposting oleh orang atau oleh senang dia memposting fotonya (Mahendra, 2017). Memiliki *instagram* berdampak negatif bagi remaja atau siswa, terutama jika berlebihan. Efek negatif yang mereka alami sebagai remaja seringkali tidak mengenal waktu mengontrol, mengurangi atau berhenti menggunakan, menjadi malas Belajar atau

malas melakukan aktivitas yang perlu dilakukan, seperti mengerjakan tugas karena mereka lebih tertarik untuk membuka *instagram* (Aprillia, 2019).

Kecanduan media sosial merupakan gangguan psikologis dimana penggunaanya menghabiskan banyak waktu untuk mengakses media sosial yang disebabkan oleh rasa ingin tahu yang tinggi, kurangnya kontrol diri, serta kurangnya kegiatan produktif di kehidupannya (Lestary & Winingsih, 2020). Menurut Kuss dan Griffiths (2012) kecanduan media sosial dianggap sebagai semacam kecanduan internet. Young (2010) berpendapat bahwa kecanduan internet merupakan sebuah sindrom yang ditandai dengan menghabiskan sejumlah waktu yang sangat banyak dalam menggunakan internet dan tidak mampu mengontrol penggunaanya saat *online*.

Menurut Şahin (2018), terdapat aspek-aspek dalam kecanduan media sosial yaitu: *Virtual tolerance*, kecanduan media sosial terjadi dikarenakan adanya kebutuhan untuk seseorang terhubung terus menerus secara *online* di media sosial. *Virtual communication*, kecanduan media sosial dikarenakan seseorang kurang memiliki keterampilan mempresentasikan diri sehingga lebih memilih komunikasi secara virtual daripada interaksi tatap muka secara langsung. *Virtual problem*, kecanduan media sosial yang terjadi merupakan pelarian dari dunia nyata yang berbeda dengan apa yang diinginkan untuk memunculkan rasa bahagia maupun senang. *Virtual information*, kebutuhan seseorang untuk mendapatkan informasi yang dibagikan secara *online* di media sosial.

Media sosial dapat memberikan kenyamanan pada penggunaanya, karena penggunaannya yang sangat mudah dan dijumpai di kalangan remaja. Informasi

yang diakses semakin tinggi maka penggunaan media sosial pun meningkat (Meilinda,2018). Kemudahan dan kenyamanan yang diterima oleh setiap individu dalam mengakses media sosial dapat menjadi suatu permasalahan jika digunakan secara berlebihan serta dapat menimbulkan kecanduan (Marjosy, 2013).

Menurut penelitian Wulandari dan Netrawati (2020) kecanduan media sosial pada remaja dengan sampel yang digunakan dalam penelitian berjumlah 250 remaja. Secara umum kecanduan media sosial pada remaja pada kategori sedang yaitu 162 remaja dengan presentase sebesar 64,8%, kategori rendah dengan presentase 20,4% dan kategori tinggi dengan capaian presentase sebesar 13,6%. Beberapa ciri remaja yang mengalami kecanduan media sosial diantaranya adalah penggunaan yang berlebihan, kegelisahan ketika tidak dapat mengakses media sosial, meningkatnya toleransi terhadap penggunaan media sosial dan isolasi sosial (Rosyidah, 2016).

Hal ini semakin diperkuat dari hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti terhadap 5 orang remaja di Yogyakarta pada tanggal 07 September 2021 yang menunjukkan bahwa mereka menggunakan media sosial berfungsi sebagai cara untuk mengatasi kesendirian dan sebagai pengganti hubungan tatap muka yang tidak diperolehnya dalam kehidupan sehari-hari karena takut untuk melakukan kontak langsung dengan orang lain dan lebih memilih hanya komunikasi *online*. Karena komunikasi *online* dapat dilakukan dengan sangat mudah. Remaja yang langsung berinteraksi dengan media sosial selain memiliki kontrol penggunaan media sosial, juga berdampak pada interaksi secara langsung, selain itu disebabkan

oleh interaksi secara langsung terdapat sebab-sebab lain yang mempengaruhi media sosial, yaitu kesulitan remaja untuk berinteraksi sosial dengan lingkungan sekitar.

Berdasarkan hasil wawancara kepada 5 remaja yang menggunakan media sosial dan mengarah pada aspek-aspek dari Şahin (2018) diperoleh:

Pada aspek *virtual tolerance*, terdapat 4 remaja yang merasa harus mencari pemenuhan dari media sosial sebagai suatu kebutuhan. Subjek dibuat merasa perlu terus-menerus mengakses media sosial. Mereka menggunakan media sosial kurang lebih 10 jam dalam sehari meskipun tidak langsung 10 jam berturut-turut, yang menyebabkan subjek lupa waktu dan bahkan tidak tidur.

Pada aspek *virtual communication*, terdapat 3 remaja yang mengaku lebih nyaman menggunakan media sosial karena dapat dengan mudah berinteraksi dengan orang lain meskipun tidak bertatap muka. Subjek juga merasa malu untuk berbicara langsung dengan orang lain, sehingga mereka lebih cenderung berkomunikasi secara virtual. Ketika berhadapan dengan orang lain, subjek bingung untuk berbicara dan berinteraksi, sehingga dia akhirnya diam.

Pada aspek *virtual problem*, terdapat 4 remaja yang mengaku menggunakan media sosial untuk mengatasi kesepian, masalah dan mencari kebahagiaan. Karena ada banyak hiburan dan kesenangan di media sosial. Sehingga hal ini membuat subjek semakin malas untuk belajar dan menggunakan media sosial secara berlebihan.

Pada aspek *virtual information*, terdapat 5 remaja yang mengatakan bahwa melalui media sosial, mereka dapat dengan mudah mengakses informasi secara virtual dan mereka dapat memperoleh wawasan secara luas.

Hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti, menunjukkan bahwa mereka menggunakan media sosial sebagai cara untuk mengatasi kesendirian dan kebutuhan yang harus dipenuhi agar mendapatkan kepuasan. Media sosial digunakan sebagai pengganti hubungan tatap muka yang tidak didapatkannya di kehidupan sehari-hari karena takut untuk melakukan kontak langsung dengan orang lain dan lebih memilih hanya komunikasi secara *online* maupun virtual. Karena komunikasi *online* dapat dilakukan dengan sangat mudah. Remaja dengan ketergantungan pada media sosial selain kurang memiliki kontrol dalam penggunaan media sosialnya, berakibat juga pada berkurangnya interaksi langsung secara tatap muka, selain karena disebabkan oleh kurangnya interaksi secara langsung, adapun sebab lain yang mempengaruhi kecanduan media sosial, yaitu kesulitan waktu remaja untuk berinteraksi dan beradaptasi dengan lingkungan.

Remaja yang mengalami kecemasan sosial tinggi, akan menggunakan media sosial secara berlebihan yang mengakibatkan remaja mengalami kecanduan media sosial. Menurut Koch dan Gulyagci (Hou dkk., 2019) dalam studi yang meneliti kecanduan media sosial terdapat dampak negatif dari kecemasan sosial, yaitu depresi, kecemasan, dan insomnia. Menurut Young, Pistner, O'Mara, dan Buchanan (2000), beberapa indikator kecanduan media sosial pada remaja antara lain menganggap media sosial sebagai jalan keluar dari masalah pribadi, tidak dapat beradaptasi dengan kehidupan sosial, menarik diri ketika jauh dari media sosial, insomnia, kenaikan berat badan karena penurunan tingkat aktivitas, gangguan seperti kebiasaan makan yang tidak teratur, dan tidak dapat mencegah diri untuk memasuki situs media sosial meskipun mereka mengetahui semua efek yang tidak

diinginkan ini. Menurut Kırık, Arslan, & Çetinkaya (2015) meskipun kecanduan media sosial didefinisikan sebagai menghabiskan waktu berlebihan di situs jejaring sosial dan ketidakmampuan untuk mengontrol diri sendiri untuk mengakses situs-situs tersebut, tidak ada diagnosis pasti dari penyakit tersebut. Maka dari itu, sangat sulit untuk mendiagnosis kecanduan media sosial pada diri seseorang.

Menurut Young (2010), faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan media sosial adalah: Kondisi psikologis, kecanduan internet juga timbul akibat masalah-masalah emosional seperti depresi, gangguan kecemasan serta sering menggunakan dunia fantasi di internet sebagai pengalihan secara psikologis terhadap perasaan yang tidak menyenangkan atau situasi yang menimbulkan stress. Kecemasan sosial menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi seseorang menggunakan media sosial secara berlebihan. *Gender*, *gender* mempengaruhi jenis aplikasi yang digunakan dan penyebab individu tersebut mengalami kecanduan internet. Laki-laki lebih sering mengalami kecanduan terhadap game *online*, situs porno, dan perjudian *online*, sedangkan perempuan lebih sering mengalami kecanduan terhadap *chatting* dan berbelanja *online*. Tujuan dan waktu penggunaan internet, menggunakan internet akan memilih sejauh mana individu tadi akan mengalami kecanduan internet, terutama terhadap banyak ketika yang pribadinya sendiri pada depan *smartphone* atau komputer tempat mereka menghabiskan waktu buat mengakses internet terutama bermedia sosial. Hal ini merupakan tujuan penggunaan internet bukan digunakan menjadi upaya untuk mengatasi atau mengobati diri asal masalah-masalah yang dihadapinya di kehidupan konkret atau sekedar hiburan. Dari beberapa faktor penyebab kecanduan media sosial yang telah

dijabarkan oleh Young (2010) diatas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi seseorang untuk kecanduan media sosial secara garis besar adalah; kondisi psikologis, *gender*, dan tujuan dan waktu penggunaan internet. Dalam faktor psikologis terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecanduan media sosial yaitu kecemasan sosial. Adapun menurut Martin (2008) terdapat faktor penyebab kecanduan internet yaitu kecemasan sosial.

Kecemasan sosial berkaitan dengan kecemasan secara komunikatif. Hal ini dapat digambarkan seperti perasaan takut, cemas maupun khawatir saat individu tersebut berada pada situasi sosial. Individu yang mengalami kecemasan sosial akan mengembangkan perasaan-perasaan negatif dan memprediksi hal-hal negatif saat berinteraksi dan komunikasi dengan orang lain (DeVito,2001). Individu tersebut memiliki kepribadian dengan ciri-ciri seperti gugup, pemalu, pendiam, dan mengantisipasi untuk tidak berinteraksi dengan orang lain demi menghindari pandangan negatif dari orang lain terhadap dirinya (Geçer & Gümüş, 2010). Data yang diperoleh dari Groupon, 39% orang Indonesia mengalami kecemasan sosial berlebih melewati momen-momen tertentu dalam kehidupan sosial mereka (Parisa & Leonardi, 2014). Individu dengan kecemasan sosial menggunakan internet khususnya media sosial untuk mengobati kesendirian dan pengganti hubungan tatap muka yang tidak diperolehnya dalam kehidupan sehari-hari karena takut melakukan kontak langsung dengan orang lain dan lebih memilih komunikasi *online* (Soliha, 2015). Internet secara sosial menghubungkan dan sekaligus mengisolasi, hal itu menjadikan kecanduan internet. Pernyataan ini menjelaskan pengguna dapat menyesuaikan derajat interaksi sosialnya dengan cara

memaksimalkan kenyamanan dan mengatur hubungan, sekaligus meminimalkan kecemasan sosial dan membatasi isyarat-isyarat konteks sosial yang dibutuhkan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Prayoga dan Akmal (2014) menyatakan adanya keterkaitan antara kecemasan sosial dan ketergantungan media sosial, individu yang memiliki kecemasan sosial akan menggunakan media sosial secara berlebihan untuk mengatasi hambatan yang ada pada dirinya. Hasil penelitian tersebut (Prayoga & Akmal, 2014) menunjukkan adanya dampak negatif ketergantungan media sosial terhadap kehidupan sosial individu tersebut dalam hal fungsi interpersonalnya. Penelitian lain yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan sosial dengan ketergantungan media sosial, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Soliha (2015) yang menyatakan bahwa kecemasan sosial, depresi, dan rasa kesepian secara signifikan berpengaruh terhadap timbulnya ketergantungan pada media sosial.

Terdapat karakteristik kecemasan sosial seperti kognitif yang negatif dalam mengevaluasi diri dan lingkungannya, bentuk perilaku penolakan terhadap lingkungan dan diri sendiri, manifestasi fisik berupa jantung berdebar serta berbicara dengan terbata-bata (Duana & Hadjam, 2012). Kecemasan sosial yang berlebihan secara otomatis penggunaan media sosial juga akan tinggi. Karena individu akan merasakan cemas dan frustrasi sehingga mereka akan menggunakan media sosial agar mereka tidak merasa cemas apalagi frustrasi. Sejalan dengan Honnekeri dkk., (2017), dikatakan bahwa siswa yang mengalami kecemasan sosial cenderung menghabiskan lebih banyak waktu di *facebook* guna menanggulangi cemas secara sosial dengan gejala berkeringat, suara tremor dan ekspresi wajah

yang sembunyi dibalik layar. Berdasarkan hasil wawancara diatas peneliti mengatakan bahwa remaja mengalami kecemasan sosial yang tinggi.

Media sosial dapat dimanfaatkan sebagai salah satu media yang efektif bagi individu yang memiliki kepribadian dengan ciri-ciri seperti rasa malu, gugup, diam, dan mengantisipasi untuk tidak berinteraksi demi untuk menghindari pandangan negatif dari orang lain kepada dirinya (Geçer & Gümüş, 2010). Pola interaksi yang diciptakan oleh media sosial hampir mendekati pola interaksi secara langsung, akan tetapi dimediasi oleh perangkat digital sehingga individu dengan bebas berbicara tanpa ada rasa gugup, tanpa perlu melibatkan emosi ketika berbicara dengan orang lain dan juga dapat mengekspresikan diri kepada siapapun tanpa perlu khawatir orang lain menilai kita seperti apa, karena media sosial memiliki sifat *self-presentation*. Artinya, seseorang dapat mengontrol pandangan orang lain tentang diri kita (Kaplan & Haenlein, 2010). Kita dapat membuat citra diri secara konsisten dengan satu identitas pribadi sesuai keinginan kita, apakah kita dapat dianggap sebagai orang yang bijaksana dan dewasa dan sebaliknya. Apabila dirasa tujuan telah terpenuhi oleh pengguna media sosial maka akan timbul ketergantungan.

Cooper (2000) berpendapat bahwa kecanduan merupakan perilaku ketergantungan pada suatu hal yang disenangi. Orang dikatakan kecanduan apabila dalam suatu hari melakukan kegiatan yang sama sebanyak lima kali atau lebih. Ketergantungan adalah perihal hubungan sosial seseorang yang tergantung kepada orang lain atau masyarakat. Jadi dapat dikatakan bahwa kecanduan dan

ketergantungan memiliki pengertian yang sama yaitu perilaku ketergantungan pada suatu hal.

Menurut Soliha (2015) berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa antara kecemasan sosial dan ketergantungan pada media sosial memiliki hubungan yang kuat. Penelitian ini memperkuat penelitian yang pernah dilakukan oleh Caplan (Young & Abreu, 2011). Menurutnya kecemasan sosial berkorelasi secara positif dengan *Pathological Internet Use* (PIU), dengan kata lain bahwa kecemasan sosial secara teoritis merupakan faktor sebagai penyebab seseorang menjadi ketergantungan. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kecemasan sosial dan tingkat ketergantungan pada media sosial dengan tingkat hubungan cukup kuat yakni sebesar 31,4% meskipun memiliki pengaruh yang sangat kecil, dimana hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai R Square 12,7% dari *variance* tingkat ketergantungan pada media sosial dapat dijelaskan oleh perubahan dalam variabel kecemasan sosial dengan P-value = 0.000 yang jauh lebih kecil dari $\alpha = 0.05$. Secara statistik terdapat pengaruh kecemasan sosial terhadap ketergantungan pada media sosial secara signifikan dan positif. Artinya jika kecemasan sosial tinggi, maka ketergantungan pada media sosialnya pun tinggi. Apabila remaja tidak melakukan interaksi dengan orang lain, maka remaja akan mengalami kecemasan sosial, sehingga dapat menyebabkan remaja tersebut mengalami kecanduan media sosial. Karena media sosial dapat dikatakan sebagai tempat pelarian dari dunia nyata dan remaja dapat berkomunikasi dengan orang lain meskipun secara virtual. Sebaliknya ketika

remaja sering berinteraksi dengan orang lain maka tingkat kecemasan sosial akan rendah, sehingga tingkat kecanduan media sosial juga akan menjadi rendah.

Demikian dapat disimpulkan bahwa kecemasan sosial dapat mempengaruhi kecanduan media sosial. Karena dengan munculnya kecemasan sosial, remaja akan mencari hiburan yaitu dengan menggunakan media sosial secara berlebihan. Caplan (Young & Abreu 2017) menjelaskan kecemasan sosial berkorelasi positif dengan *Pathological Internet Use (PIU)*. Penelitian ini memberikan kontribusi pengembangan ilmu pengetahuan dengan mengintegrasikan antara konsep kecemasan sosial dan teori ketergantungan, dimana kecemasan sosial menghasilkan hubungan yang positif dan signifikan dengan ketergantungan. Remaja yang tidak memperhatikan kesehatannya, kecemasan yang mereka alami, membuat peneliti ingin mendalami fenomena kecanduan remaja pada media sosial. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara kecemasan sosial dengan kecanduan media sosial pada remaja di Yogyakarta. Apakah ada hubungan antara kecemasan sosial dengan kecanduan media sosial pada remaja di Yogyakarta?

B. Tujuan dan Manfaat

Berdasarkan uraian pada rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecemasan sosial dengan kecanduan media sosial pada remaja di Yogyakarta.

Penelitian ini memiliki tujuan-tujuan tertentu, juga mencakup dua manfaat utama, yaitu manfaat teoritis dan praktis

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi pengembangan dalam ilmu psikologi sosial, khususnya tentang kecemasan sosial dengan kecanduan media sosial.

2. Manfaat Praktis

Memberikan informasi kepada remaja tentang hubungan antara kecemasan sosial dengan kecanduan media sosial pada remaja. Kecemasan sosial merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecanduan media sosial pada remaja sehingga kecemasan sosial harus diperhatikan agar remaja tidak menggunakan media sosial secara berlebihan.