

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Internet merupakan hubungan antara berbagai jenis komputer dan jaringan di dunia yang berbeda sistem operasi maupun aplikasinya dimana hubungan tersebut memanfaatkan kemajuan komunikasi (telepon dan satelit) yang menggunakan protokol standar dalam berkomunikasi yaitu protokol TCP/IP (*Transmission Control/Internet Protocol*) (Hamka, 2015). Secara populer internet diartikan sebagai media online yang merupakan saluran informasi tanpa batas yang bisa menyajikan banyak informasi bagi siapa saja. Begitu mudahnya dalam mendapatkan informasi, sehingga internet dijadikan sebagai gudang berita (Zaharnita, Witarsa, & Rosyid, 2017).

Media teknologi internet memiliki dua sisi yang berbeda dan diibaratkan sebagai pisau bermata dua (Rodman & Fry, 2009). Di satu sisi memberikan manfaat kemudahan dalam mencari informasi, berhubungan dengan teman, dan memberikan berbagai hiburan. Di sisi lain terdapat fenomena yang ditimbulkannya bila di akses secara berlebihan dan tidak terkendali seperti videogames, pornografi, dan perilaku merugikan lainnya (Griffiths & Wood, 2000). Selain itu, kecanggihan teknologi internet menyebabkan antara satu individu dengan lainnya semakin jarang berinteraksi secara langsung dan lebih nyaman berinteraksi melalui dunia maya, sehingga menjadikan kemampuan individu untuk

berinteraksi dan bersosialisasi menjadi lemah karena memiliki kesenangan tersendiri untuk terus-menerus mengakses internet (Dewi, 2016).

Akses internet saat ini sudah masuk ke sekolah, universitas, kantor, bahkan lingkungan perumahan (Arisandy, 2009). Salah satu sektor terbesar yang berkaitan dengan internet adalah proses pendidikan, dimana subjek dari lingkup pendidikan yang cenderung lebih mudah mengalami penggunaan internet bermasalah adalah mahasiswa (Erizka, Nadjmir, & Usman, 2016). Menurut Hasanzadeh, Beydokhti, dan Zadeh (2012) mahasiswa lebih sering bekerja dengan internet, sehingga semakin besar kemungkinan untuk mengalami kecanduan. Mahasiswa juga menggunakan internet untuk mencapai kesenangan serta menghindari perasaan yang tidak menyenangkan karena beban dan tuntutan dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (Zulaicha & Sugiasih, 2011). Terlebih lagi mahasiswa dianggap sebagai kelompok risiko tertinggi kecanduan internet secara berlebihan dengan alasan tersedianya waktu luang namun tanpa adanya pengawasan dari orang tua (Gultom, Wardani, dan Fitrikasari, 2018). Salah satunya pengawasan orang tua pada mahasiswa perantau di Yogyakarta.

Mahasiswa perantau adalah individu yang rela meninggalkan daerah asalnya untuk menuntut ilmu pengetahuan di daerah lain (Hariyanto & Stiawan, 2015). Budiman, dalam (Ruth, & Joesetta, 2012) menjelaskan bahwa mahasiswa perantau merupakan individu yang tinggal di daerah lain untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi dan mempersiapkan diri dalam pencapaian suatu keahlian jenjang perguruan tinggi diploma, sarjana, magister atau spesialis (Budiman, dalam Ruth, & Joesetta, 2012). Mahasiswa yang memilih untuk merantau memiliki tanggung

jawab yang lebih besar terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan sehingga mahasiswa dituntut untuk menyesuaikan diri di lingkungan yang asing baginya (Ridha, 2018).

Menurut Bidang, Erawan, dan Sary (2018) mahasiswa perantau memiliki karakteristik dalam berinteraksi yaitu: 1) *assimilation*, dengan cara ini, seseorang tidak ingin terisolasi secara kultural tetapi ingin menjaga relasi dengan kelompok lain dengan kultur yang baru. Perantau ini kurang lebih diterima oleh penduduk lokal sehingga bisa melebur secara sosial dan kultural. 2) *separation*, ketika seseorang memutuskan untuk tetap pada kulturenya sendiri dan menghindari interaksi dengan kelompok lain. Cara ini bisa dibagi menjadi dua jenis, yang pertama adalah separasi dan segregasi. Separasi adalah keadaan dimana seseorang memutuskan untuk berada pada kulturenya sendiri tanpa dipaksakan, namun pada kasus ini masyarakat dominan menghargai keputusan tersebut. Sedangkan segregasi adalah keadaan dimana perbedaan tersebut dipaksakan dan dilestarikan dengan alasan kultural dari penduduk lokal, seperti diskriminasi orang kulit hitam terhadap kulit putih. 3) *Integration*, Intergrasi terjadi ketika perantau memiliki ketertarikan untuk mempertahankan budayanya sendiri namun tetap mengadakan interaksi dengan kelompok- kelompok lain. Bedanya dengan asimilasi adalah mereka lebih tertarik untuk mempertahankan budaya mereka sendiri. 4) *Marginalization*, hal ini terjadi ketika seseorang atau sekelompok orang mengekspresikan sedikit sekali ketertarikan dalam mempertahankan ikatan kultur dengan budayanya ataupun budaya yang lain. Hal ini biasanya terjadi karena pernikahan beda negara. Dampaknya adalah seseorang (yang pergi dari daerah

sama sekali tidak menemukan kemiripan atau kemampuan untuk berinteraksi dengan sekitarnya sehingga termarginalisasikan. 5) Mode gabungan dari relasi maksudnya adalah gabungan dari asimilasi, separasi dan integrasi dengan maksud dan tujuan tertentu. Misalnya saja dalam pekerjaan seseorang akan berasimilasi dengan lingkungannya. Ketika menikah, dia mungkin akan memilih pasangan dengan budaya yang sama sehingga melakukan separasi, lalu dalam kehidupan sosial melakukan integrasi dengan lingkungan tempat tinggalnya. Hal ini bisa dilakukan sesuai dengan keperluan dan situasi dari individu.

Menurut Harijanto dan Setiawan (2017) mahasiswa perantau tidak bisa berinteraksi secara langsung dengan orang tuanya, sehingga memiliki kebebasan untuk melakukan berbagai aktivitasnya. Hal ini termasuk aktivitas mengakses internet secara berlebihan (Zulaicha & Sugiasih, 2011). Akses internet berlebihan yang dilakukan mahasiswa berdampak pada penurunan kebiasaan belajar sampai absen kuliah demi mengakses aplikasi yang tidak relevan dengan pelajaran. Kenyataan ini terjadi karena internet dianggap mampu menyediakan berbagai informasi dan hiburan. Akan tetapi, disisi lain dapat menimbulkan dampak kecanduan atau adiksi internet bagi penggunanya (Arisandy, 2009). Menurut Basri (2014) seseorang yang memiliki adiksi internet akan menunjukkan penggunaan internet yang berlebihan, yakni meliputi segala macam hal yang berhubungan dengan internet seperti jejaring sosial, email, pornografi, judi online, game online, dan chatting. Adiksi internet terlihat dari tingginya intensi waktu yang digunakan di depan segala macam alat elektronik yang memiliki koneksi internet. Ningtyas (2012) menyatakan tanda-tanda seseorang yang kecanduan internet yaitu merasa

senang dengan internet, durasi penggunaan terus meningkat, menjadi cemas dan bosan ketika beberapa hari tanpa internet.

Adiksi atau kecanduan adalah perilaku ketergantungan pada suatu hal yang disenangi dengan hilangnya kontrol dan melakukannya secara terus menerus (Cooper dalam Wulandari, 2015). Istilah kecanduan awalnya digunakan pada penggunaan obat-obatan dan alkohol yang eksemif, kemudian istilah tersebut meluas sehingga orang secara umum menyebut kecanduan pada perilaku merokok, makan, berbelanja, internet, dan lain-lain (Smart, 2010). Selama beberapa dekade, muncul literatur yang mengembangkan arti adiksi internet dan telah dilegitimasi (Shaw & Black, 2008). Adiksi internet didefinisikan sebagai sindrom yang ditandai dengan menghabiskan sejumlah waktu yang sangat banyak dalam menggunakan internet dan tidak mampu mengontrol penggunaannya saat *online* (Young, 2004). Menurut Horrigan (2000) adiksi internet adalah frekuensi dan durasi penggunaan yang berlebihan, sehingga berdampak buruk pada kesehatan, kehidupan, dan kinerja akademik seperti penurunan kebiasaan belajar, nilai, dan risiko mengulang kelas (Gultom, dkk., 2018). Orzack (2004) menyatakan bahwa adiksi internet merupakan suatu kondisi dimana individu merasa dunia maya di layar komputernya lebih menarik daripada kehidupan nyata.

Hasil survei APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia rata-rata menghabiskan waktu 3 jam sehari untuk berselancar dunia maya (Hervani dalam Gultom, dkk., 2018). Selain itu, hasil penelitian Erizka, dkk. (2016) mengungkapkan bahwa di lingkungan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas terdapat 96.7% responden memiliki

akses internet pribadi dan 57% diantaranya menggunakan internet untuk kepentingan diluar pendidikan. Hasil penelitian ini juga mengungkapkan bahwa waktu akses rata-rata responden antara 6 hingga 7 jam bahkan lebih dari 12 jam dalam sehari. Hasil penelitian lainnya dilakukan di Universitas Gadjah Mada Yogyakarta yaitu terdapat 206 mahasiswa kecanduan internet dengan secara rutin menggunakan internet selama 5 sampai 10 jam per hari (Nugraini & Ramdhan, 2016). Menurut Young dan Rogers (1998) seseorang yang dianggap bermasalah adalah pengguna yang menghabiskan waktu berinternet selama 38.5 jam perminggu. Artinya, data tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki adiksi internet, karena durasi penggunaannya 38.5 jam perminggu bahkan lebih.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 12 September 2018 Maret 2018 hingga 14 September 2018 pada mahasiswa perantau di Yogyakarta dengan menggunakan aspek-aspek adiksi internet yang dikemukakan Young (2004). Diperoleh 11 dari 13 subjek pada aspek ciri khas yaitu subjek merasa bosan jika tidak mengakses internet dan bingung ingin melakukan kegiatan apa lagi. Pada aspek penggunaan berlebihan, ketika sedang asik bermain internet seperti *game online* terkadang subjek menghindari orang lain dengan berbagai alasan untuk melanjutkan permainan. Pada aspek pengabaian pekerjaan, subjek sulit berkonsentrasi untuk mengerjakan tugas, sehingga melalaikan tugasnya dan lebih memilih untuk bermain internet terlebih dahulu seperti menonton film dan lain sebagainya. Pada aspek antisipasi, subjek merasa sedih dan tidak bisa hidup tanpa internet, maka dimanapun dan kapanpun subjek selalu menatap layar monitornya. Subjek juga rela membeli paket internet walaupun

harus makan seadanya. Pada aspek ketidakmampuan mengontrol diri, subjek sulit mengontrol waktu penggunaan internet karena setiap saat selalu mengecek media social miliknya yaitu instagram, *line*, *whats up*, bahkan subjek juga bisa mengakses internet 5-8 jam sehari. Pada aspek mengabaikan kehidupan sosial, subjek lebih sering bermain internet dari pada bermain dengan temannya, karena internet menawarkan banyak sekali hiburan yang membuat subjek bahagia. Dari hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa 11 dari 13 subjek mengalami adiksi internet karena memenuhi aspek ciri khas, penggunaan yang berlebihan, pengabaian pekerjaan, antisipasi, ketidakmampuan mengontrol diri, dan mengabaikan kehidupan sosial.

Seharusnya, sebagai kelompok intelektual mahasiswa dapat mengendalikan dirinya untuk tidak berlebihan dalam menggunakan internet (Arisandy, 2009). Hal tersebut karena mahasiswa merupakan golongan yang memiliki dua sifat yaitu manusia muda dan calon intelektual. Sebagai calon intelektual, mahasiswa harus mampu berpikir kritis terhadap kenyataan sosial. Sedangkan sebagai manusia muda, mahasiswa seringkali tidak mengukur resiko yang akan menimpa dirinya (Djojodibroto, 2004). Oleh karena itu, mahasiswa seharusnya bijak dalam mengatur durasi waktu menggunakan internet dan memanfaatkan internet dengan mencari berbagai informasi untuk menunjang pengetahuannya, sehingga tidak melalaikan tugas-tugas dan dapat meraih kesuksesannya (Erizka, dkk., 2016).

Young (2004) menjelaskan bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi adiksi internet yaitu gender, kondisi psikologis, kondisi social ekonomi, tujuan dan waktu penggunaan internet. Peneliti akan menggunakan

faktor psikologis yang berupa kesepian. Menurut Montag dan Reuter (2015) kesepian merupakan faktor psikologis dimana seseorang akan merasakan kehampaan dan terisolasi dari lingkungan sosial tempat tinggalnya. Kesepian yang dirasakan membuat seseorang melarikan diri dari kenyataan dengan mencari hiburan atau rasa senang dari internet, sehingga seseorang terdorong untuk lebih sering menggunakan internet sebagai pelampiasan yang akan membuat kecanduan. Hal ini didukung berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Anuari (2018) yang mengungkapkan bahwa kesepian dapat mempengaruhi adiksi internet pada remaja.

Perbedaan antara penelitian ini dengan yang lainnya adalah pada penelitian Anuari (2018) menggunakan subjek remaja yang memasuki masa Sekolah Menengah Atas (SMA), sedangkan penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa. Selanjutnya, pada penelitian Rosdaniar (2008) subjek yang digunakan tidak spesifik yaitu hanya mahasiswa saja. Sedangkan penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa perantau di Yogyakarta. Menurut Harijanto & Setiawan (2017) mahasiswa perantau sulit mendapatkan pengawasan dari orang tua karena tidak bisa berinteraksi secara langsung, sehingga membuatnya lebih bebas untuk melakukan segala hal yang diinginkannya. Terlebih lagi, mahasiswa perantau dihadapkan dengan berbagai tantangan yaitu menyesuaikan diri yang bersumber dari akademik seperti cara dosen mengajar, tugas perkuliahan, materi pelajaran yang sulit, dan menurunnya IPK. Selain itu, terdapat juga permasalahan non-akademik seperti tinggal terpisah dari keluarga, sulit mengatur keuangan, dan perbedaan latar belakang sosial-budaya (Nurfitriana, 2011). Menurut Harijanto

dan Setiawan (2017) mahasiswa perantau harus beradaptasi dengan baik dan ketika sulit beradaptasi maka mahasiswa akan merasakan kesepian karena tidak ada orang yang dapat memperhatikan serta mengerti perasaannya. Hal tersebut membuat mahasiswa menarik diri dari lingkungannya dan lebih memilih untuk bermain internet secara terus-menerus sebagai pelarian dari rasa kesepiannya (Gultom, dkk., 2018). Oleh karena itu, kesepian akan menjadi satu faktor dominan dan variabel bebas dalam penelitian ini.

Kesepian adalah perasaan subjektif dikarenakan tidak adanya keseimbangan hubungan individu dengan lingkungannya, sehingga individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan pada kehidupan dilingkungannya (Russel, 1996). Kesepian adalah emosi negatif yang muncul karena adanya kesenjangan hubungan sosial yang diharapkan dengan kenyataan yang ada (Russel, Peplau, & Cutrona, 1980). Menurut Perlman dan Peplau (1998) kesepian merupakan pengalaman tidak menyenangkan yang terjadi ketika jaringan seseorang dalam hubungan sosialnya mengalami kekurangan baik secara kuantitas atau kualitas. Kesepian juga adalah perasaan emosi yang dirasakan ketika individu merasa tidak puas dengan kehidupan sosialnya.

Suadirman (2011) menjelaskan kesepian yang dirasakan seseorang dapat menimbulkan perasaan terasing, tidak diperhatikan lingkungan disekitarnya, dan tidak ada seseorang yang bisa dijadikan tempat berbagi rasa, sehingga seseorang merasa sedih dan tidak berharga. Menurut (Young, 1996) perasaan tidak berharga menyebabkan seseorang mengabaikan kehidupan sosial dan lebih memilih internet sebagai pelarian dari lingkungannya. Menurut Siwi (dalam Nigtyas, 2012)

penggunaan internet akan mengalami peningkatan ketika seseorang terus merasakan ketidak berhargaan dalam menjalani aktivitasnya. Kondisi ini menjadikan seseorang sulit untuk memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku *online*-nya, sehingga tenggelam dalam internet, tidak mampu menggunakan internet sesuai dengan kebutuhan, dan sulit menyeimbangkan aktivitas *online* dengan aktivitas-aktivitas lain dalam kehidupannya. Horrigan (2000) menyatakan bahwa seseorang yang menggunakan internet secara berlebihan akan berdampak buruk pada kesehatan, kehidupan, dan kinerja akademik. Berbagai masalah dalam akademik termasuk penurunan kebiasaan belajar, nilai akademik, dan risiko mengulang kelas (Gultom, dkk., 2018). Menurut Caplan (2003) kehidupan yang harmonis membuat seseorang tidak akan merasakan kesepian. Keharmonisan didalam kehidupan menjadikan seseorang cenderung mengakses internet sesuai kebutuhan dengan durasi waktu penggunaan seminim mungkin (Arisandy, 2009). Erizka, dkk. (2016) menyatakan bahwa penggunaan internet yang tepat membuat seseorang lebih meluangkan waktunya dengan lingkup sosial, sehingga mengurangi celah untuk mengakses internet secara terus-menerus. Seseorang juga akan lebih bijak dalam memanfaatkan waktu yang ada dengan mencari informasi untuk menyelesaikan berbagai tugas akademiknya (Zulaicha & Sugiasih, 2011).

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “apakah terdapat hubungan antara *kesepian* dengan adiksi internet pada mahasiswa perantau di Yogyakarta?”

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *kesepian* dengan adiksi internet pada mahasiswa perantau di Yogyakarta.

2. Manfaat penelitian

a. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan di bidang psikologi khususnya psikologi pendidikan, sosial dan klinis dalam hal kesepian dan adiksi internet pada mahasiswa perantau.

b. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan untuk mengurangi adiksi internet melalui usaha mengatasi masalah kesepian pada mahasiswa perantau.