

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa transisi dimana remaja merasakan keraguan dalam peran yang dilakukan. Status remaja saat ini yang bersifat tidak jelas menguntungkan bagi remaja itu sendiri, karena status tersebut memberi waktu kepada remaja untuk mencoba melakukan perlakuan yang tidak seharusnya atau kekerasan di gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai, dan sifat yang sesuai bagi diri remaja. Remaja merupakan individu yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan pada berbagai aspek, diantaranya aspek fisik, kognitif, dan sosioemosional (Santrock, 2012). Keinginan remaja untuk berhubungan dengan teman sebaya membutuhkan berbagai sarana, salah satunya adalah media sosial (Puspitasari, 2015).

Media sosial merupakan sebuah sarana media *online* atau dunia maya, dimana para penggunanya dapat dengan mudah berpartisipasi dan saling berbagi informasi yang digunakan untuk bersosialisasi dalam berhubungan, baik secara personal, kelompok dan lain sebagainya antar pengguna (Aprillia, 2019). Media sosial memiliki dampak bagi penggunanya. Menurut Istiqomah (2017), dampak positif dari penggunaan media sosial adalah dapat memfasilitasi remaja untuk menjalin pertemanan dan komunikasi dengan orang lain tanpa mengenal jarak dan waktu. Selain itu, remaja dapat membina pertemanan yang sempat hilang, bisa bergabung dalam satu komunitas yang sama, dapat menyalurkan hobi ataupun

sebagai sarana bisnis. Sedangkan, dampak negatif dari penggunaan media sosial adalah banyak remaja yang kecanduan menggunakan media sosial sehingga prestasi belajar mereka turun, tidak peka dengan lingkungan sosial serta meningkatnya agresifitas dan perilaku kriminal pada remaja. Berdasarkan laporan riset yang dimuat kompas.com dari *We Are Social* dan *Hootsuite* pada Juli 2019, lebih dari 3,5 miliar manusia di dunia bergabung ke media sosial. 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.

Remaja dapat berinteraksi dengan orang lain dengan menggunakan media sosial, termasuk salah satunya adalah Instagram (Puspitasari, 2016). Menurut Mahendra (2017), salah satu media sosial yang sedang populer di dunia dan banyak digunakan oleh remaja adalah Instagram. Di Indonesia sendiri, Instagram merupakan media sosial berbasis foto yang paling banyak digunakan (Kemp, 2020) dan merupakan salah satu *platform* yang mengalami pertumbuhan yang pesat, yakni berjumlah 45 juta pengguna aktif setiap bulan dan dua kali lipat lebih banyak dibandingkan dengan negara lain (Kompas.com, 2019).

Instagram adalah jejaring sosial yang terbagi menjadi dua kata “Insta” dan “Gram”. Kata “Insta” dikaitkan dengan kamera Polaroid yang menampilkan foto instan. Saat ini, kata “gram” diambil dari bagian kata “Telegram”, karena fungsi Telegram adalah dapat mengirim pesan dengan cepat, mirip dengan jejaring sosial

Instagram yang dapat mengirim gambar dan mengirimkan informasi. Instagram adalah aplikasi berbagi foto dan video yang menggunakan filter digital untuk berbagi dengan pengguna lain secara *online* (Sangaji, 2018). Interaksi dengan Instagram terjadi dengan mengikuti akun pengguna Instagram lain. Komunikasi di Instagram terjadi dengan menyukai dan mengomentari foto atau video yang diposting oleh pengguna lain (Ridgway & Clayton, 2016). Menurut Puspitasari (2016), sebagian orang suka menggunakan aplikasi Instagram seperti mengunggah foto dan video karena perlu menjelaskan dirinya kepada orang lain, mendukung orang lain, berpenampilan baik, serta berhubungan dengan orang lain.

Mahendra (2017) menemukan fakta bahwa generasi muda menginginkan akun mereka sendiri di jejaring sosial Instagram dapat dengan mudah berkomunikasi dengan orang lain dan berbagi kisah hidup. Hal ini menandakan bahwa Instagram mampu menarik minat pengguna jejaring sosial (Sembiring, 2017). Banyak pengguna Instagram yang ingin mengungkapkan perasaannya melalui jejaring sosial Instagram, salah satunya adalah meraih kesuksesan dan kepuasan dengan mengunggah foto. Sebuah foto yang diunggah di Instagram memiliki kekuatan untuk menyampaikan informasi agar dapat membuat orang merasa senang, isu ini berkaitan dengan topik anak muda di Instagram (Mahendra, 2017).

Sebagai media sosial yang cukup populer, Instagram tentu juga memiliki dampak tersendiri bagi penggunanya. Dampak positif Instagram dalam pertemanan remaja antara lain bisa memiliki banyak teman dari semua lapisan masyarakat dan luas, bisa mendapatkan informasi dengan cepat, selain terhibur

dengan melihat foto yang diunggah oleh orang atau dengan senang hati mengunggah foto mereka sendiri (Mahendra, 2017). Kehadiran Instagram di kalangan remaja atau pelajar memiliki dampak negatif, terutama jika digunakan secara berlebihan. Dampak negatif tersebut antara lain melupakan aktivitas mereka sebagai siswa, sering sadar waktu, tidak dapat mengendalikan, mengurangi atau berhenti menggunakannya, menjadi malas belajar atau malas melakukan kegiatan yang diperlukan seperti mengerjakan tugas karena lebih tertarik untuk membuka Instagram (Aprillia, 2019).

Penggunaan Instagram secara intensif tanpa batas dan tanpa ingat waktu dapat menyebabkan kecanduan (Jeffrey, 2019). Sarafino (dalam Basri, 2014) mengatakan bahwa dalam prespektif psikologi, kecanduan adalah suatu keadaan individu dimana ia merasa terdorong untuk menggunakan atau melakukan sesuatu agar mendapatkan dan memperoleh efek yang menyenangkan dari sesuatu yang dihasilkan dari perilaku yang dilakukan. Menurut Laili (dalam Sari, dkk. 2017), kecanduan merupakan suatu keterlibatan secara terus-menerus pada suatu aktivitas meskipun hal hal tersebut mengakibatkan konsekuensi negatif. Secara umum, kecanduan media sosial adalah penggunaan media sosial yang berlebihan sehingga dapat menurunkan aktivitas sosial, kesehatan, pekerjaan, dan hubungan interpersonal (Andreassen, 2015).

Penggunaan media sosial khususnya Instagram juga dapat menyebabkan seseorang menjadi kecanduan atau adiksi dalam bermain Instagram. Peningkatan waktu dalam penggunaan Instagram secara terus menerus dapat mengakibatkan

permasalahan yang dikenal sebagai adiksi media sosial Instagram (Dewi & Trikusumaadi, 2016).

Menurut Griffiths (2013), adiksi media sosial adalah kondisi psikologis yang memaksa seseorang untuk terlalu khawatir tentang media sosial, menghabiskan begitu banyak waktu di *platform* ini sehingga berdampak pada aspek lain dari kehidupan mereka. Adiksi media sosial merupakan gangguan psikologis yang ditandai dengan keasyikan, dorongan, atau perilaku yang berlebihan atau tidak terkontrol dengan baik terkait penggunaan sosial media yang mengarah pada gangguan atau kesusahan (Weinstein, Feder, Rosenberg, & Dannon, 2014). Menurut Griffiths (2013), adiksi media sosial memiliki beberapa aspek antara lain *salience* (kondisi disaat media sosial telah menjadi sebuah kebutuhan yang penting dalam kehidupan individu), *mood modification* (aktivitas bermain media sosial digunakan sebagai sarana pelarian dari masalah yang dihadapi), *tolerance* (kondisi disaat penggunaan media sosial mengalami peningkatan jumlah waktu), *withdrawal symptoms* (individu mengalami perasaan tidak menyenangkan saat penggunaan media sosial dikurangi), *conflict* (kondisi disaat penggunaan media sosial yang berlebihan menimbulkan konflik dalam diri individu maupun luar diri individu), dan *relapse* (individu kembali menggunakan media sosial secara berlebihan walaupun awalnya sudah dilakukan upaya kontrol).

Riset yang dipublikasikan oleh Crowdtap, Ipsos MediaCT, dan The Wall Street Journal pada tahun 2014 melibatkan 839 responden dari usia 16 hingga 36 tahun menunjukkan bahwa jumlah waktu yang dihabiskan untuk mengakses media sosial mencapai 6 jam 46 menit per hari. Kebutuhan akan menjalin

hubungan sosial di internet merupakan alasan utama yang dilakukan oleh pengguna dalam mengakses media sosial. Di Indonesia, diketahui dari 71 orang responden anak usia sekolah didapatkan hasil penelitian mengenai penggunaan media sosial, menunjukkan sebanyak 38% responden termasuk dalam kategori tidak adiktif dan 62% responden termasuk adiktif (Istiqomah, 2017). Selain itu, berdasarkan riset yang dilakukan pada tahun 2017 oleh *United Kingdom's Royal Society of Public Health*, para pengguna Instagram bahkan menjadi kecanduan akibat kehilangan kontrol diri karena terlalu lamanya menggunakan Instagram. Oleh karena itu, hasil riset menganjurkan agar penggunaan Instagram dibatasi dan tidak lebih dari 2 jam per hari (Aprillia, 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan Andarwati (2016) mengenai intensitas pengguna jejaring sosial instagram pada siswa SMA Negeri 9 Yogyakarta menunjukkan bahwa 76% siswa mengakses instagram sebanyak 10-40 jam setiap bulannya, hal ini dapat dilihat bahwa intensitas mengakses Instagram pada siswa tinggi. Selain itu, berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan memperlihatkan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat kecanduan mengakses jejaring sosial Instagram dalam kategori tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Rinaldi (2019) menunjukkan bahwa tingkat kecanduan mengakses jejaring sosial Instagram pada mahasiswa psikologi Universitas Negeri Padang digolongkan pada kategori tinggi. Hal tersebut ditunjukkan berdasarkan aspek kecanduan yang memiliki rata-rata empirisnya lebih tinggi ketika mengakses Instagram, sehingga menyebabkan subjek tidak dapat mengontrol dirinya ketika mengakses Instagram.

Data di atas didukung oleh fakta di lapangan yang diperoleh peneliti melalui wawancara yang dilakukan pada Maret 2023 terhadap delapan orang subjek yang mengalami adiksi media sosial, dimana subjek bermain media sosial lebih dari empat jam dan termasuk kategori remaja dengan rentang usia 18-21 tahun. Dilihat berdasarkan aspek-aspek adiksi media sosial maka diperoleh hasil bahwa pada aspek *salience*, subjek mengungkapkan bahwa Instagram telah menjadi bagian yang penting dalam kehidupan sehari-hari. Subjek juga mengungkapkan bahwa tetap mengakses instagram walau sedang melakukan aktivitas yang penting seperti makan, belajar, atau bekerja. Pada aspek *mood modification*, subjek mengungkapkan bahwa aktivitas mengakses Instagram dilakukan sebagai suatu upaya untuk menghilangkan perasaan yang tidak menyenangkan, seperti saat subjek merasa bosan, sedih, marah, atau bahkan kesepian. Pada aspek *tolerance*, subjek mengungkapkan bahwa dalam kurun waktu sehari bisa mengakses media sosial selama dua sampai delapan jam.

Pada aspek *withdrawal symptoms*, subjek mengungkapkan bahwa ketika tidak bisa mengakses Instagram maka subjek akan merasa kesal dan sedih. Kemudian pada aspek *conflict*, subjek mengatakan bahwa aktivitas mengakses Instagram terkadang membuat subjek menjadi lupa dengan tanggung jawab dan tugas-tugas seperti tugas akademik atau pekerjaan. Selanjutnya, pada aspek *relapse*, subjek mengungkapkan bahwa sebelumnya sudah mencoba melakukan sebuah upaya untuk mengontrol penggunaan Instagram namun upaya yang telah dilakukan tidak sepenuhnya berhasil. Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat

disimpulkan bahwa tujuh dari delapan remaja mengalami adiksi media sosial pada penggunaan Instagram.

Penelitian yang dilakukan oleh Siddiqui dan Singh (2016) menjelaskan bahwa seharusnya media sosial dapat digunakan sebagai sarana komunikasi yang baik antar remaja, mendapatkan dukungan dari remaja lainnya, serta mendapatkan saran dan informasi terkait dengan tujuan karir. Penelitian lain yang dilakukan oleh Pata, Aspin, dan Pambudhi (2021) juga menjelaskan bahwa setiap individu seharusnya dapat mengontrol diri agar dapat menggunakan media sosial dengan bijaksana dan tidak berlebihan. Kemampuan mengontrol diri sangat diperlukan di kalangan siswa saat ini, dikarenakan dalam masa ini akan begitu banyak dorongan-dorongan keinginan untuk mengakses media sosial yang bergejolak (Pata, Aspin, & Pambudhi, 2021). Ketika individu tidak mampu mengontrol dalam penggunaan media sosial akan menyebabkan penggunaanya bersifat kecanduan atau adiksi (Norlina, 2019).

Dalam hal ini, adiksi media sosial pada penggunaan Instagram penting untuk diteliti karena adiksi media sosial baik itu Instagram dan aplikasi lainnya dapat membawa dampak baik dan juga dampak buruk bagi seorang remaja. Hal ini sesuai dengan penelitian dari Siddiqui dan Singh (2016) yang menjelaskan bahwa penggunaan media sosial bagi siswa memiliki manfaat yang positif yaitu siswa dengan mudah dapat berinteraksi dan berbagi informasi tentang tugas sekolah, kegiatan usaha kelas, dukungan dari teman-teman dan pekerjaan rumah secara cepat. Di samping itu, penggunaan media sosial juga memiliki dampak negatif yakni siswa dapat mengabaikan tugas sekolah, mengakses media sosial

pada saat jam pelajaran dan juga mengunggah hal-hal yang bersifat privasi di media sosialnya. Al-menayes (2015) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa remaja yang mengakses media sosial secara berlebihan dapat berdampak negatif terhadap psikologisnya, seperti kurang tidur dan mengabaikan tugas akademiknya. Dalam penelitian O’Keeffe dan Pearson (2011), dijelaskan bahwa hal tersebut dilakukan oleh remaja karena usia remaja yang masih belum berpengalaman dan masih memiliki keterbatasan dalam pengendalian diri saat menghadapi masalah.

Faktor-faktor yang memengaruhi adiksi media sosial berdasarkan hasil penelitian Casale, Rugai, dan Fioravanti (2018) terdiri dari faktor sosial, faktor psikologis dan faktor biologis. Salah satu faktor yang memengaruhi adiksi media sosial adalah faktor psikologis. Casale, Rugai, dan Fioravanti (2018) menyebutkan bahwa media sosial sebagai pelarian individu yang bertujuan untuk memperoleh kesenangan. Individu menggunakan media sosial sebagai bentuk pelampiasan dan untuk melarikan diri dari kenyataan, menerima hiburan atau rasa senang dari internet. Hal ini akan menyebabkan individu terdorong untuk lebih sering menggunakan internet sebagai pelampiasan dan akan membuat kecanduan.

Media sosial merupakan suatu kebutuhan. Kebutuhan dapat berfungsi sebagai pengatur utama pembangunan sosial. Hal ini termasuk *need fulfillment* (Chen, 2019). Beberapa studi menegaskan pengaruh *need fulfillment* ini terhadap penggunaan media sosial. Penggunaan Instagram banyak terkait dengan kebutuhan akan popularitas yang dibutuhkan penggunanya (Lup, Trub, & Rosenthal, 2015). *Need fulfillment* mendorong individu kian lekat dengan media sosial yang digunakan (Chen, 2019). Kelekatan ini dapat berimbas pada kegagalan

mekanisme penggunaan media sosial oleh individu dengan proporsional (Throuvala, Griffiths, Rennoldson, & Kuss, 2019). Sebagai konsekuensinya, kegagalan melakukan regulasi diri atas motivasi internal yang dirasakan mendorong individu terlibat adiksi dalam aktivitas dunia maya (Kopetz, Lejuez, Wiers, & Kruglanski, 2013).

Need fulfillment merupakan fungsi dari konteks sosial yang dimana dapat memenuhi suatu kebutuhan individu dalam hubungan tertentu dan juga mengembangkan konseptualisasi yang dapat memenuhi kebutuhan diri sendiri dan juga oranglain (Patrick dkk, 2007). *Need fulfillment* adalah suatu kebutuhan dalam diri individu yang dapat memenuhi hasrat dan keinginan individu (Chen, 2019). Knee dkk (2005) menjelaskan bahwa *need fulfillment* adalah pemenuhan akan kebutuhan dalam diri individu yang muncul melalui keinginan dan kondisi situasional yang dialami oleh seseorang. *Need fulfillment* adalah suatu kebutuhan dalam individu yang harus terpenuhi dan juga tercapai yang dimana merupakan suatu pemenuhan dan keinginan individu (Prager & Buhrmester, 1998). *Need fulfillment* adalah suatu hasrat secara alamiah yang dimiliki oleh individu untuk memenuhi keinginan pada benda, kualitas dan pengalaman yang dapat dirasakan oleh indera-indera pada tubuh manusia (Siregar, 2019). Beberapa aspek yang berkaitan dengan *need fulfillment* diantaranya yaitu *competence, relatedness, pleasure, security, self-esteem*, dan *popularity* (Rahardjo, Qomariyah, Andriani, Hermita, & Zanah, 2020).

Adiksi media sosial yang dipicu akibat adanya *need fulfillment* merupakan hal yang krusial karena *need fulfillment* adalah salah satu faktor penyebab

terjadinya adiksi sosial media Instagram. Penggunaan Instagram didasari oleh keinginan individu untuk menjadi populer dan timbul perasaan terkoneksi dengan orang lain. Beberapa dampak negatif dari adiksi media sosial yang dialami remaja meliputi penurunan prestasi akademik, permasalahan dalam lingkungan sosial, berbagai masalah psikologis seperti kesepian hingga depresi (Rahardjo, Qomariyah, Andriani, Hermita, & Zanah, 2020). Terdapat pengaruh *need fulfillment* terhadap penggunaan media sosial yaitu memberikan efek samping negatif dari penggunaan media sosial. Namun, penggunaan media sosial adalah prediktor positif yang signifikan terhadap *need fulfillment*, hiburan dan identitas pribadi dan adiksi media sosial (Böhmer, 2022).

Beberapa jenis *need fulfillment* dan keterikatan pada media sosial dapat memengaruhi adiksi media sosial pada remaja. Dalam penggunaan Instagram terdapat dua kebutuhan yang berperan penting dalam adiksi media sosial remaja melalui keterikatan media sosial, yaitu kebutuhan untuk membangun hubungan sosial yang hangat dan untuk menjadi bahagia. Sedangkan, untuk penggunaan Whatsapp, ada empat kebutuhan yang berperan penting dalam adiksi media sosial remaja melalui keterikatan media sosial, yaitu kebutuhan untuk dapat berbuat banyak, membangun hubungan sosial yang hangat, bersenang-senang, merasa aman dan memiliki kemampuan untuk mengambil kendali situasi (Rahardjo, Qomariyah, Andriani, Hermita, & Zanah, 2020).

Penelitian selanjutnya menyebutkan bahwa dilihat dari filosofi sains, adiksi internet dan media sosial adalah dikatakan sains dan bukan pseudosains karena *need fulfillment* dalam diri yang dicirikan dengan terpenuhinya ilmu yang

logis, empiris, dan dapat dipalsukan. Perlu ada perhatian khusus dari orang Indonesia tentang kecanduan internet dan media sosial sehingga ini kecanduan dapat diantisipasi dan gejala yang ditimbulkan dapat diminimalkan (Nugroho & Mahayana, 2021).

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan *need fulfillment* dengan adiksi media sosial pada remaja pengguna Instagram?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan tersebut maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan *need fulfillment* dengan adiksi media sosial pada remaja pengguna Instagram.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini di diharapkan dapat menjadi sumbangan ilmiah, dan diharapkan dapat dipergunakan untuk memperluas wawasan ilmiah psikologi dan keilmuan lainnya khususnya dalam bidang psikologi klinis untuk menjelaskan fenomena psikologis yaitu mengenai hubungan *need fulfillment* dengan adiksi media sosial pada remaja pengguna Instagram.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu masyarakat dalam mengetahui dan memahami adanya hubungan *need fulfillment* dengan adiksi

media sosial pada pengguna Instagram sehingga dapat menjadi sumber informasi yang dapat diterapkan untuk anak remaja.