

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di zaman yang sudah serba canggih ini, internet sudah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Internet digunakan di berbagai bidang kehidupan dan menjadi alat yang memfasilitasi transformasi dan kemajuan yang pesat (Gani, 2018). Akses internet telah menciptakan perubahan mendasar dalam cara orang berkomunikasi, berinteraksi, dan mendapatkan informasi. Pemanfaatan internet yang semakin meluas telah membawa dampak yang signifikan pada berbagai aspek kehidupan masyarakat (Mohammad & Maulidiyah, 2023). Kemudian, menurut survei dari We Are Social (2024) median usia dari populasi pengguna internet di Indonesia yaitu 30 tahun dan rata-rata penggunaan internet di Indonesia yaitu 7 jam 38 menit per harinya. Didukung dengan riset yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) di Indonesia pada tahun 2024, tingkat penetrasi internet berada pada angka 79,5%, dengan jumlah pengguna internet mencapai 221 juta jiwa, yang mana tingkat penetrasi internet dan pengguna internet terus bertambah setiap tahunnya. Kemudian, riset tersebut juga mengungkapkan bahwa kini internet dapat diakses dari berbagai gawai, seperti dengan 89,44% mengakses internet melalui *handphone/tablet*, 0,88% menggunakan komputer/laptop, dan 9,68% menggunakan keduanya.

Riset APJII (2024) juga menyatakan bahwa Generasi Z dan Milenial mendominasi penggunaan internet, dengan Generasi Z sebanyak 34,4% dan

Milenial sebanyak 30,62%. Generasi Z pada riset tersebut merupakan individu yang terlahir di tahun 1997-2012, sedangkan generasi milenial merupakan individu yang lahir di tahun 1981-1996. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat diketahui bahwa generasi generasi z saat ini pada tahun 2025 ini yaitu 13-28 tahun, dan 29-44 tahun untuk generasi milenial.

Rentang usia dari sebagian generasi z tersebut termasuk dalam tahap perkembangan dewasa awal. Santrock (2012) menyatakan bahwa dewasa awal dimulai dari usia 18 tahun hingga 25 tahun. Kemudian Hurlock (2002) menyatakan bahwa individu dewasa awal ini memiliki tugas perkembangan yang baru dan berbeda dibandingkan semasa remajanya yaitu dengan memiliki peran baru; seperti menjadi pasangan dalam suatu hubungan perkawinan, menjadi orang tua, dan atau pencari nafkah. Maka dari itu, individu dewasa awal dihadapkan dengan permasalahan terkait penyesuaian diri dengan peran-peran barunya tersebut (Hurlock, 2002). Hal itu juga didukung oleh Arnett (dalam Santrock, 2012) bahwa dalam masa ini, individu dewasa awal memiliki permasalahan terkait ketidakstabilan dalam hal relasi romantis, karir, dan pendidikannya. Selain itu, individu dewasa awal juga cenderung fokus pada dirinya sendiri yang mana menjadi kurang terlibat dalam kewajiban sosialnya (Arnett dalam Santrock, 2012). Kemudian untuk melepaskan diri dari tekanan-tekanan tersebut, individu dewasa awal menggunakan internet sebagai pelariannya (Pettorruso dkk, 2020). Oleh karena itu, dewasa awal berisiko mengalami kecanduan internet dikarenakan individu dewasa awal mengakses internet lebih banyak dibandingkan kelompok usia lain (Anderson dkk, 2016). Hal tersebut didukung oleh Rahardjo (2019) yang

menyatakan bahwa hal tersebut dapat terjadi dikarenakan keakraban dewasa awal dalam penggunaan internet dalam berbagai aktivitas di kehidupan sehari-harinya. Hal itu juga ditunjukkan dengan hasil penelitian Wahjoe dan Hamdan (2023) yang menemukan bahwa sebagian besar dewasa awal mengakses internet selama 6-8 jam, dengan 58,9% mengakses internet selama 6-8 jam per hari, 38,2% mengakses internet selama 9-12 jam per hari, dan 2,81% mengakses internet selama lebih dari 12 jam per hari, yang mana hal tersebut sudah termasuk dalam *problematic internet use*. Sementara itu, Wang dkk (2011) menemukan bahwa penggunaan internet yang lebih dari delapan jam sehari dapat meningkatkan *problematic internet use*.

Hasil “Survei Penetrasi Internet Indonesia” yang dilakukan oleh APJII (2024) mengungkap bahwa ‘mengakses sosial media’ menduduki peringkat satu dan ‘mengakses konten hiburan’ menduduki peringkat lima dalam ‘Tingkat kepentingan menggunakan internet berdasarkan alasan penggunaan’, dengan 13,78% menggunakan media sosial lebih dari 4 jam per harinya. Selain itu, survei tersebut juga mengungkap bahwa ‘infotainment atau gosip’ menduduki peringkat tiga dalam konten internet berita yang paling diakses. Selaras dengan itu, hasil penelitian Mauli dan Agustina (2022) mengungkapkan bahwa semakin lama durasi penggunaan internet maka semakin tinggi kecenderungan untuk *celebrity worship*. Aktivitas penggunaan internet pada dewasa awal ini dapat mengakibatkan penurunan terhadap kesehatan fisik, mengalami permasalahan prestasi belajar maupun prestasi kerja, dan penurunan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi (Khairunnisa dkk, 2022).

Internet, khususnya media sosial dan *platform* komunikasi *online* telah menjadi sarana penting bagi masyarakat untuk berinteraksi, berbagi informasi, dan berpartisipasi dalam diskusi publik. Namun, individu dengan durasi penggunaan media sosial yang lebih dari 7 jam per harinya cenderung mengalami *problematic internet use* (Yildirim dkk, 2024). Yildirim dkk (2024) juga menyatakan bahwa *problematic internet use* dapat ditunjukkan dengan perilaku seperti memilih kehidupan virtual, merasakan kesenangan melalui aktivitas virtual, menggunakan internet sebagai pelarian atau *escapism* dan sebagai strategi *coping* yang menghindar dan negatif. Hal tersebut selaras dengan pernyataan Khairunnisa dkk (2022) bahwa individu dengan *problematic internet use* cenderung menggunakan internet sebagai alternatif melarikan diri dari perasaan yang tidak menyenangkan, serta merasa ketagihan dan resah ketika tidak menggunakan internet. Oleh karena itu *problematic internet use* dalam kehidupan sehari-hari dapat menyebabkan masalah kesehatan mental serta dapat menyebabkan ketidakseimbangan dalam hidup dan mengganggu produktivitas individu (Mohammad & Maulidiyah, 2023). Hal tersebut juga selaras dengan hasil penelitian Akturk (2020) yang menunjukkan bahwa terjadinya permasalahan pada individu dewasa awal dapat menyebabkan *problematic internet use* yang kemudian dapat membawa dampak negatif pada kehidupan sehari-hari individu dewasa awal tersebut.

Problematic internet use sendiri didefinisikan oleh Caplan (2003) sebagai perilaku dan kognisi yang maladaptif dalam penggunaan internet yang berdampak buruk pada beragam bidang termasuk akademik, kehidupan profesional, dan sosial. Kemudian, Shapira dkk (2000) mendefinisikan *problematic internet use* sebagai

ketidakmampuan seseorang dalam mengendalikan penggunaan internet yang menyebabkan tekanan dan/atau gangguan fungsional. Selaras dengan itu, *problematic internet use* juga digambarkan sebagai ketidakmampuan individu dalam mengontrol penggunaan internet, yang mana individu merasakan keasyikan maladaptif sehingga durasi penggunaan internet menjadi lebih lama dari yang direncanakan, yang kemudian menimbulkan akibat negatif seperti kecemasan yang berarti jika tidak dapat mengakses internet (Mohan & Ravindran, 2020). Selain itu, penggunaan internet yang berisiko, berlebihan, atau impulsif yang menyebabkan konsekuensi kehidupan yang merugikan, khususnya gangguan fisik, emosional, sosial, atau fungsional juga merupakan definisi dari *problematic internet use* (Qolbi & Hatta, 2023).

Terdapat empat aspek dari *problematic internet use* menurut Caplan (2010) yaitu POSI (*preference for online social interaction*), *mood regulation*, *deficient self-regulation*, dan *negative outcomes*. POSI (*preference for online social interaction*) adalah penggunaan internet sebagai preferensi untuk berinteraksi sosial. *Mood regulation* adalah menggunakan internet untuk meregulasi emosi atau suasana hati. *Deficient self-regulation* yaitu mengalami kesulitan dalam mengontrol keinginan untuk menggunakan internet dalam kehidupan sehari-hari. *Negative outcomes* yaitu subjek mendapatkan dampak negatif dari penggunaan internetnya yang bermasalah tersebut.

Penelitian Pettorruso dkk (2020) menemukan bahwa 11,2% dari 428 individu yang berusia 18 hingga 29 tahun termasuk dalam *problematic internet use*, yang mana 16,1% memiliki resiko tinggi (*High risk/HR*) untuk *problematic internet*

use. Kemudian penelitian Asmaussolihat dan Nugrahawati (2022) menunjukkan bahwa tingkat *problematic internet use* pada NCTzen usia dewasa awal berada pada tingkat sedang (*moderate*). Selain itu, penelitian Pitaloka dan Widyana (2022) yang menunjukkan bahwa 18,92% (43 subjek) individu dewasa awal berada pada tingkat *problematic internet use* pada kategori tinggi. Kemudian, penelitian Villanueva-Silvestre dkk (2022) menunjukkan bahwa dewasa awal memiliki *problematic internet use* pada tingkat tinggi, dengan kelompok usia 18-21 tahun mempunyai persentase *problematic internet use* tertinggi (37,8%), diikuti oleh kelompok usia 22 hingga 25 tahun (22%) dan kelompok usia 26 hingga 30 tahun (15,3%).

Untuk menggali permasalahan dari subjek dewasa awal, peneliti melakukan wawancara secara *online* menggunakan aplikasi *video conference* pada dua belas subjek dewasa awal berusia 21 hingga 25 tahun, pada 13 Oktober 2024 hingga 24 Oktober 2024. Wawancara dilakukan secara *online* dikarenakan beberapa subjek berdomisili di provinsi yang berbeda-beda yaitu Jawa Tengah, Jawa Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta, serta Daerah Istimewa Yogyakarta.

Tujuh diantara duabelas individu menyatakan bahwa ia menggunakan internet dikarenakan tuntutan pekerjaan maupun tuntutan akademis. Keduabelas individu menyatakan bahwa ia menggunakan internet untuk mencari informasi, menggunakan media sosial, menonton video, serta bermain *game online*. Kemudian, sembilan dari duabelas individu menyatakan bahwa subjek lebih menyukai bersosialisasi menggunakan internet dibandingkan bertemu tatap muka. Hal tersebut menunjukkan bahwa subjek termasuk dalam aspek POSI (*preference of*

social interaction) yang mana subjek menggunakan internet sebagai preferensinya untuk berinteraksi sosial.

Keduabelas individu tersebut menyatakan bahwa subjek menggunakan internet untuk mengisi waktu luang, mengisi kejenuhan, melarikan diri dari realita, ketika bosan, sedih maupun senang. Hal tersebut menunjukkan bahwa kedua belas individu tersebut termasuk dalam aspek *mood regulation* yang mana subjek menggunakan internet untuk meregulasi emosi atau suasana hatinya.

Dari duabelas individu dewasa awal yang menggunakan internet, tiga diantaranya menyatakan bahwa subjek menggunakan internet kurang lebih delapan hingga sepuluh jam, dua diantaranya menggunakan internet kurang lebih sepuluh hingga lima belas jam, dan lima diantaranya menggunakan internet kurang lebih enam belas hingga dua puluh jam per harinya. Dimana penggunaan internet yang berkaitan dengan pekerjaan ataupun studi hanya berlangsung selama maksimal enam hingga delapan jam per harinya, sedangkan berjam-jam (belasan hingga puluhan jam) lainnya tersebut dihabiskan untuk tujuan lainnya. Keduabelas individu juga menyatakan bahwa merasakan kecanduan dan tidak bisa berhenti menggunakan internet. Hal tersebut menunjukkan bahwa subjek termasuk dalam aspek *deficient self-regulation* yang mana subjek mengalami kesulitan dalam mengontrol keinginan untuk menggunakan internet dalam kehidupan sehari-hari. Keduabelas individu menyatakan bahwa subjek merasakan dampak negatif dari penggunaan internet dalam durasi yang lama tersebut, seperti mata lelah atau iritasi, badan pegal, dan pusing yang disebabkan oleh penggunaan gawai untuk mengakses internet dalam durasi yang lama, merasa terbebani dengan informasi yang diterima

melalui internet, merasa terlarut dalam emosi yang dibagikan oleh pengguna lain di internet seperti ketika melihat unggahan pengguna lain yang mencurahkan amarahnya, maka individu juga terlarut dalam emosi marah tersebut. Selain itu, tiga dari dua belas individu menyatakan bahwa penggunaan internetnya telah mengganggu kegiatan sehari-hari, seperti kesulitan untuk tidur, merasa malas untuk melakukan pekerjaannya, serta kurang produktif. Hal tersebut menunjukkan bahwa kedua belas individu tersebut termasuk dalam aspek *negative outcomes* atau subjek mendapatkan dampak negatif dari penggunaan internetnya yang bermasalah. Padahal memperhatikan gaya hidup dan kesehatan ini sangat penting bagi individu dewasa awal, dikarenakan hal tersebut berpengaruh terhadap dirinya di tahap perkembangan selanjutnya (Santrock, 2012). Kemudian, kondisi kesehatan yang buruk ini menghambat individu dalam mencapai keberhasilan maksimum dalam karir maupun pergaulan sosialnya; yang mana hal tersebut membuat individu dewasa awal frustrasi dan lambat laun mengalami ketegangan mental (Hurlock, 2002).

Tujuh dari dua belas individu menyatakan bahwa internet digunakan untuk kegiatan yang berkaitan dengan selebriti idolanya, seperti untuk mencari informasi terbaru terkait selebriti tersebut, mendukung karyanya dengan *streaming* lagu, *streaming* drama atau film, menonton musik video, dan atau menonton acara varietas (*variety show*) atau acara kompetisi yang melibatkan selebriti idolanya. Selain itu, subjek juga menyatakan bahwa mereka menggunakan internet, khususnya media sosial, untuk saling berbagi informasi terkait selebriti idolanya

dengan sesama penggemar. Selebriti yang diidolakan juga beragam, baik itu penyanyi, aktor, *Youtuber*, maupun atlet baik dari dalam negeri maupun luar negeri.

Dari hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa kedua belas individu dewasa awal mengalami *problematic internet use*, ditunjukkan dengan adanya POSI (*preference of social interaction*), *mood regulation*, *deficient self-regulation*, dan *negative outcomes* yang dialami oleh kedua belas subjek.

Mustafa (2011) menyatakan bahwa penggunaan internet yang sehat adalah penggunaan internet untuk tujuan tertentu dalam jangka waktu yang wajar tanpa ketidaknyamanan kognitif atau perilaku. Adanya kemudahan teknologi melalui internet seharusnya dapat digunakan dengan efektif untuk kebutuhan sehari-hari. Hal tersebut didukung oleh pernyataan Kesici dan Sahin (2009) bahwa internet dapat digunakan dengan efektif, terutama untuk berhubungan sosial, mengumpulkan informasi untuk tujuan akademik, sebagai kegiatan di waktu luang, untuk memenuhi kebutuhan emosional, menyelesaikan tugas, serta untuk memantau kemajuan individu itu sendiri.

Namun jika individu tidak dapat menggunakan internet sesuai dengan fungsi dan keperluannya, maka akan menimbulkan dampak negatif baik secara fisiologis maupun psikis. Hal tersebut dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan selama masa pandemi COVID-19 oleh Wang dkk (2022) yang menemukan bahwa semakin lama waktu penggunaan internet di kalangan anak muda (usia 20-44 tahun), semakin tinggi pula kemungkinan mereka untuk merokok dan minum minuman keras. Kemudian hasil penelitian Nadya dan Wati (2023) menemukan bahwa semakin tinggi perilaku *problematic internet use* maka semakin tinggi juga kualitas tidur

yang buruk pada dewasa awal. Penelitian tersebut menemukan bahwa *problematic internet use* memiliki peran sebesar 54.3% terhadap kualitas tidur pada dewasa awal. Selain itu, Ouyang dkk (2017) juga menyatakan bahwa umumnya pengguna yang lebih jarang menggunakan internet lebih bahagia dibandingkan pengguna internet yang intens.

Internet maupun media sosial sering dijadikan penggemar sebagai sarana untuk memenuhi informasi berita terhadap idolanya dan berdiskusi dengan penggemar lainnya (Akhmad dkk, 2018). Hal tersebut juga sesuai dengan pernyataan Pradiri dan Hartini (2018) bahwa internet, khususnya media sosial, menjadi sumber terbesar paparan utama para penggemar akan selebriti idolanya dimana individu mengikuti aktivitas keseharian dan informasi terkait selebriti idolanya. Selain itu, semakin tinggi tingkat individu mengagumi dan menyukai selebriti idolanya maka semakin tinggi keterlibatan individu terhadap idolanya tersebut. Hal itu dikarenakan adanya *celebrity worship* yang menyebabkan individu tidak lepas dari hal-hal yang berkaitan dengan selebriti idolanya (Jamilah dkk, 2020). Oleh karena itu, individu yang memiliki *celebrity worship* yang tinggi juga memungkinkan untuk memiliki *problematic internet use* yang tinggi pula (Vally dkk, 2021).

Celebrity worship dianggap sebagai faktor yang berkontribusi terhadap *problematic internet use*, dengan pengaruh sebesar 10,1% (Mauli & Agustina, 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Zsila dkk (2018) juga menemukan bahwa *celebrity worship* berperan sebagai faktor penyebab *problematic internet use*, dengan koefisien regresi sebesar 0,20. Temuan ini juga didukung oleh hasil

penelitian Vally dkk (2021), yang menunjukkan bahwa *celebrity worship* memiliki koefisien regresi sebesar 0,32 terhadap *problematic internet use*.

Aktivitas *celebrity worship* merupakan aktivitas yang satu arah dimana individu memantau aktivitas selebriti idolanya di internet, menantikan konten yang berkaitan dengan idolanya dan atau yang diunggah oleh selebriti idolanya, serta berinteraksi dengan sesama penggemar terkait selebriti idolanya, yang mana aktivitas di internet terkait perilaku *celebrity worship* tersebut dapat menimbulkan *problematic internet use* (Asmaussolihat & Nugrahawati, 2022). Penggemar atau *fans* sering menghabiskan waktunya selama berjam-jam di depan komputer ataupun menggunakan *handphone* hanya untuk mencari informasi, berbagi dan berdiskusi tentang selebriti idolanya (Sumirna, dkk, 2023).

Maltby dkk (2003) mengartikan *celebrity worship* sebagai perilaku obsesif dimana terdapat fenomena yang tidak normal dalam interaksi parasosial dimana individu mengasumsikan identitasnya utuh menjadi terobsesi dengan satu atau lebih selebriti. *Celebrity worship* juga digambarkan sebagai peningkatan kekaguman terhadap orang terkenal, yang terkadang bermanifestasi dalam ketertarikan berlebihan pada kehidupan seorang selebriti (McCutcheon dkk, 2021). Kemudian, Hapsari dan Sumaryanti (2022) mendefinisikan *celebrity worship* sebagai perilaku pemujaan pada selebriti. Hal tersebut selaras dengan definisi *celebrity worship* menurut Zsila dkk (2024) yang mana *celebrity worship* merupakan kekaguman yang berlebihan terhadap selebriti.

Dalam penelitian yang lain, Maltby dkk (2006) menyatakan terdapat tiga tahapan atau level dari *celebrity worship*, dari tingkat rendah hingga tingkat tinggi,

yaitu *entertainment-social*, *intense-personal*, dan *borderline-pathology*. Dalam aspek *entertainment-social*, individu merasa tertarik pada selebriti idola karena kemampuannya dalam menghibur. Kemudian dalam aspek *intense-personal*, individu memiliki perasaan intensif dan kompulsif akan selebriti idolanya. Sedangkan pada aspek *borderline-pathology*, individu memiliki perilaku sosial-patologis yang mana ekspresi paling ekstrim dari *celebrity worship*.

Internet dapat digunakan sebagai sarana untuk menikmati konten hiburan dari para selebriti. Konten tersebut dapat berupa lagu, video, *music video*, dan unggahan lainnya di media sosial. Selain itu dengan adanya internet, penggemar dapat menggunakan media sosial untuk berhubungan dan berinteraksi dengan selebriti idolanya maupun dengan sesama penggemar (Morgan dkk, 2024). Mauli dan Agustina (2022) menyatakan bahwa individu yang memiliki *celebrity worship* cenderung berlebihan dalam memuja idola yang disukainya dan merasa terputus dengan lingkungan sosialnya namun masih ingin tetap bersosialisasi dengan orang lain. Hal itu didukung oleh pernyataan Sumirna, dkk (2023) bahwa penggemar menghabiskan waktunya di internet untuk mencari, berbagi dan berdiskusi tentang selebriti idolanya. Kemudian, Morgan dkk (2024) menyatakan bahwa pemujaan selebriti yang berlebihan melalui aktivitas di internet yang dilakukan selama berjam-jam tersebut dapat berdampak negatif, seperti menyebabkan obsesi dan kecanduan dan kondisi ketidaknyamanan fisik pada individu. Vally dkk (2021) menyatakan bahwa dengan semakin tingginya tingkat *celebrity worship* pada individu maka semakin tinggi juga kemungkinan individu tersebut dalam perilaku *problematic internet use*, khususnya dalam penggunaan internet yang berlebihan

atau tidak terkontrol. Hasil penelitian Asmaussolihat dan Nugrahawati (2022) juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dari *celebrity worship* terhadap *problematic internet use*, yang mana semakin tinggi *celebrity worship* maka semakin tinggi pula *problematic internet use*-nya.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *celebrity worship* dengan *problematic internet use* pada dewasa awal yang memiliki selebriti idola?”.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara *celebrity worship* dengan *problematic internet use* pada dewasa awal yang memiliki selebriti idola.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini yaitu harapannya penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan keilmuan psikologi, khususnya psikologi sosial dan psikologi siber, serta psikologi yang berkaitan dengan perilaku *celebrity worship* dan *problematic internet use*. Selain itu, penelitian ini harapannya dapat dijadikan acuan dan referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan perilaku *celebrity worship* dan *problematic internet use*.

b. Manfaat Praktis

Dapat menjadi acuan atau dasar pertimbangan, khususnya bagi individu dewasa awal, dalam menggunakan internet dan dalam mengidolakan seseorang atau selebriti. Hal tersebut diasumsikan karena perilaku *celebrity worship* dapat mempengaruhi perilaku *problematic internet use* pada individu dewasa awal. Selain itu, dapat digunakan untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya penggunaan internet yang sehat.