

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar Belakang Masalah

Teknologi dan komunikasi saat ini berkembang secara pesat seiring dengan perkembangan zaman. Salah satu wujud perkembangan teknologi dan komunikasi yakni hadirnya *smartphone* sebagai media baru untuk berkomunikasi dan berinteraksi dalam berbagai aktifitas manusia. *Smartphone* merupakan sebuah telepon genggam (*mobile phone*) yang telah mengalami transformasi terbaru dan menyediakan fitur sesuai dengan kebutuhan masyarakat penggunanya. Backer (2010) dalam penelitiannya menyebut bahwa *smartphone* ialah telepon genggam yang memiliki kemampuan canggih dan merupakan bentuk lanjutan dari *Wireless Mobile Device* (WMD) yang dapat berfungsi seperti komputer serta menyediakan berbagai fitur seperti *Personal Digital Assistant* (PDA), *email*, akses internet, dan *Global Positioning System* (GPS).

*Smartphone* memiliki fungsi dan kegunaan yang beragam. Fungsi dasar *smartphone* sama seperti *handphone* pada umumnya, yaitu untuk melakukan komunikasi interpersonal dengan mengirim pesan singkat berupa teks dan panggilan telepon. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Osman, Talib, Sanusi, Yen, dan Alwi pada tahun 2012 di Malaysia, *smartphone* umumnya digunakan untuk melakukan panggilan telepon, mengecek *e-mail*, melakukan bisnis, media hiburan, media belajar, menjelajah halaman web, mengirim pesan teks, dan membaca PDF. Selain itu, 40 % dari 1.814 responden melaporkan bahwa mereka menggunakan *smartphone* untuk mengirim pesan teks setiap

harinya, dan sebesar 53% responden menggunakan *smartphone* untuk menjelajah halaman web setidaknya satu kali seminggu.

Setiap tahunnya jumlah pengguna aktif *smartphone* di Indonesia bertambah. Berdasarkan data statistik dari survei yang dilakukan *We Are Social* pada Januari 2018, menunjukkan data jumlah penduduk Indonesia sebanyak 265,4 juta orang. Dari hasil survei tersebut didapatkan hasil bahwa sekitar 177,9 juta penduduk Indonesia merupakan pengguna *smartphone*, dan sebanyak 130 juta penduduk Indonesia merupakan pengguna aktif media sosial. Selain itu, 132,7 juta penduduk merupakan pengguna internet dan sekitar 120 juta penduduk merupakan pengguna media sosial yang aktif *online* di perangkat *smartphone*. Dengan jumlah pengguna *smartphone* lebih dari 170 juta orang, Indonesia akan menjadi negara dengan pengguna aktif *smartphone* terbanyak keempat di dunia setelah Cina, India, dan Amerika.

Hasil riset Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2017 menunjukkan bahwa *smartphone* paling tinggi digunakan oleh orang yang berusia 18-25 tahun. Dimana usia 18-25 tahun termasuk dalam kategori remaja dan dewasa awal (Santrock, 2007). Remaja dan dewasa awal termasuk ke dalam kategori *digital natives*. *Digital natives* adalah generasi yang lahir setelah tahun 1980, ketika teknologi jejaring digital lahir (Palvrey & Gasser, 2013). Kategori *digital natives* memiliki karakter yang sangat aktif dalam menggunakan jejaring teknologi digital dan memiliki kecakapan dalam mengoperasikan teknologi berbasis internet (Oblinger dalam APJII, 2014).

Bagi remaja yang menyenangi teknologi, *smartphone* telah menjadi perwujudan gaya hidup masyarakat di era globalisasi ini (Resti, 2015). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Badriah (2017) pada mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Airlangga, penelitian ini mendapatkan hasil bahwa sebagian besar responden penelitian menjadikan *smartphone* sebagai gaya hidup dan untuk eksistensi diri. Dengan semakin bertambahnya perkembangan zaman dan teknologi, maka semakin berkembang luas pula gaya hidup yang dilakukan oleh individu dalam kehidupan sehari-harinya. Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Daeng, Mewengkang, dan Kalesaran (2017) pada mahasiswa Fispol Unsrat, ditemukan bahwa mahasiswa Fispol Unsrat memilih untuk menggunakan *smartphone* agar dapat mengakses internet dengan mudah serta untuk menunjang aktivitas sehari-hari terlebih aktivitas sebagai mahasiswa.

Kehadiran *smartphone* dapat memberi berbagai manfaat bagi penggunanya, khususnya mahasiswa. Dikarenakan kebutuhan dan aktivitas mahasiswa yang beragam, muncul keinginan yang serba instan, cepat, dan mudah sehingga membuat penggunaan *smartphone* semakin banyak (Rahadi & Zaniat, 2015). Penelitian Resti (2015) pada mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau menemukan bahwa saat bosan ataupun saat tidak ada kegiatan, mahasiswa menggunakan *smartphone* untuk *chatting*, *browsing*, atau mengunduh sesuatu, sehingga tanpa terasa waktu yang mereka habiskan untuk menggunakan *smartphone* cukup banyak. Selain itu, sebanyak 50% responden mengatakan bahwa mereka aktif menggunakan aplikasi-aplikasi yang ada di

*smartphone* setiap saat dimana pun dan kapan pun dengan rata-rata penggunaan *smartphone* setiap harinya di atas lima jam.

Menurut hasil survei Digital GFK Asia pada tahun 2016, secara rata-rata orang Indonesia menghabiskan waktu menggunakan *smartphone* selama 5 jam 30 menit dalam sehari. Sedangkan, menurut dr. Kristiana Siste dari departemen psikiatri Fakultas kesehatan Universitas Indonesia sebaiknya seseorang menggunakan *smartphone* tidak lebih dari tiga jam per harinya. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hussain, Griffiths, dan Sheffield (2017) pada 640 pengguna *smartphone*, menunjukkan bahwa peningkatan waktu yang dihabiskan untuk menggunakan *smartphone* dapat menyebabkan penggunaan bermasalah. Sejalan dengan hal ini, Lopez-Fernandez, Serano, Blanxart, dan Gibson (2014) mengungkapkan bahwa jumlah waktu yang dihabiskan individu dalam menggunakan *smartphone* merupakan prediktor penting dari penggunaan *smartphone* bermasalah.

Bianchi dan Phillips (2005) menyebut bahwa penggunaan *smartphone* bermasalah merupakan suatu masalah penggunaan *smartphone* yang bisa dikaitkan dengan suatu perilaku penggunaan secara berlebihan. Kecendrungan untuk secara otomatis mengecek *smartphone* ketika ada notifikasi akan menjadi gerbang untuk peningkatan penggunaan *smartphone* dan potensi penggunaan *smartphone* bermasalah (Oulasvirta, Rattenburry, Ma, & Raita, 2012). Ketika mengecek *smartphone* seseorang bisa terdorong untuk membuka berbagai aplikasi yang ada di *smartphone* sehingga bisa meningkatkan penggunaan *smartphone* (Oulasvirta, Rattenburry, Ma, & Raita, 2012).

Penggunaan *smartphone* dapat memberikan beragam dampak dan pengaruh pada berbagai aspek kehidupan penggunanya. Dampak positif *smartphone* diantaranya yaitu mempermudah seseorang untuk mendapatkan beragam informasi dan mempermudah untuk melakukan bisnis (Lakshmi, 2016). Dari segi pendidikan, *smartphone* dapat membantu siswa terhubung dengan mudah ke jaringan nirkabel dan mendapatkan akses tanpa batas ke koneksi internet yang ditujukan untuk meningkatkan pengalaman belajar dan kinerja siswa (Ifeanyi & Chukwuere, 2018).

Selain dampak positif, ada juga dampak negatif dari penggunaan *smartphone*. Dari segi kesehatan, penggunaan *smartphone* secara berlebihan dapat menyebabkan dampak negatif berupa keluhan sakit kepala dan nyeri leher. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Demirci dan Akgonul (2016), didapatkan hasil bahwa pada kelompok yang menggunakan *smartphone* secara sering ditemukan keluhan sakit kepala secara signifikan lebih tinggi. Dengan mayoritas pengguna *smartphone* yang merasakan sakit kepala telah menggunakan *smartphone* selama satu tahun. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Shan, Deng, Li, Zhang, dan Zhao (2013) menemukan bahwa penggunaan *smartphone* dapat menyebabkan nyeri leher dan bahu, serta sakit pada tulang belakang apabila penggunaan *smartphone* dalam jangka waktu lama dengan posisi tidak tepat.

Dampak negatif lain dari penggunaan *smartphone* dapat dilihat dari segi kognitif. Penelitian oleh Hussain, Griffiths, dan Sheffield (2017) menyebut bahwa seringnya menggunakan *smartphone* bisa mengakibatkan gangguan kognitif pada penggunanya dan dapat mempengaruhi hasil akademik. Selain itu dapat

mempengaruhi konsentrasi, misalnya pada mahasiswa yang menggunakan *smartphone* selama jam perkuliahan berlangsung.

Penggunaan *smartphone* juga mempengaruhi psikologis. Hasil penelitian Cheever, Rosen, Carrier, dan Chavez (2014) menemukan bahwa pengguna *smartphone* bermasalah mengalami peningkatan kecemasan ketika jauh dari *smartphone* mereka. Penelitian lain juga menemukan bahwa penggunaan *smartphone* dan internet secara berlebihan berhubungan langsung dengan gejala-gejala psikologis, seperti depresi, gangguan kecemasan, gangguan mood, dan gangguan kepribadian tertentu (Lepp, Barkley, & Karpinski, 2013).

Penggunaan *smartphone* secara berlebihan dapat disebabkan karena penggunaan *smartphone* memberikan kesenangan pada penggunanya. Menurut Deursen, Bolle, Hegner, dan Kommers (2015) *smartphone* dapat menghasilkan kesenangan serta menghilangkan rasa sakit dan perasaan stres untuk sementara waktu, namun akan menghasilkan konsekuensi yang membahayakan apabila seseorang gagal untuk mengendalikan atau membatasi penggunaan *smartphone*. Sejalan dengan hal ini, Elhai, Levine, Dvorak, dan Hall (2017) menemukan bahwa stres berhubungan secara konsisten dengan penggunaan *smartphone* bermasalah. Selain itu, seorang individu yang merasakan depresi mungkin terdorong untuk menggunakan *smartphone* secara berlebihan untuk menghindari perasaan negatif dari depresi (Elhai, Levine, Dvorak, & Hall, 2017).

Penggunaan *smartphone* dapat juga disebabkan oleh pengaruh kelompok sosial, khususnya seberapa banyak kelompok referensi yang relevan memberikan pengaruh terhadap aktivitas penggunaan *smartphone* (Walsh, White, Cox, &

Young, 2011). Menurut Song penggunaan *smartphone* disebabkan oleh kebutuhan psikologis, seperti kebutuhan untuk informasi, hiburan, mengekspresikan diri, dan kebutuhan interaksi sosial (dalam Wang, Wang, & Gaskin, 2015). Selain itu, penggunaan *smartphone* dapat juga disebabkan oleh *loneliness*. Leung (2007) menyebut bahwa penggunaan *smartphone* merupakan cara untuk melarikan diri dari masalah atau menghilangkan perasaan *loneliness*, cemas, dan depresi.

*Loneliness* adalah pengalaman umum yang dialami setiap orang pada suatu saat dalam hidupnya (Rokach dalam Bevinn, 2011). Studi terdahulu telah menemukan bahwa karakteristik individu seperti *loneliness* adalah prediktor penting dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan (Bian & Leung, 2015; Kim, LaRose, & Peng, 2009), dimana individu menggunakan *smartphone* sebagai *coping* dari permasalahan di kehidupan. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, penggunaan *smartphone* secara berlebihan berkaitan dengan penggunaan *smartphone* bermasalah.

*Loneliness* merupakan persepsi subjektif seseorang terkait kurangnya hubungan sosial yang ia jalani (Russell, Cutrona, Rose, dan Yurko, 1984). *Loneliness* terjadi pada situasi ketika hubungan yang ada kurang dan tidak sesuai dengan yang diharapkan atau situasi keakraban yang diinginkan belum tercapai. Individu yang merasa *loneliness* akan meningkatkan kemungkinan untuk lebih mengandalkan aktivitas *online* sebagai sarana untuk mengurangi atau melepaskan diri dari masalah yang dapat mengisolasi dan meningkatkan perasaan *loneliness* mereka (Kim, LaRose & Peng, 2009).

Survei yang dilakukan oleh *Mental Health Foundation* di Inggris pada Maret tahun 2010, dari 2256 orang 48% berpendapat bahwa pada umumnya masyarakat merasa kesepian. Dimana subjek berumur 18-34 tahun lebih merasakan kesepian daripada subjek berumur di atas 55 tahun. Hasil ini menunjukkan bahwa *loneliness* menjadi masalah terutama pada generasi muda. Sejalan dengan hasil survei yang dilakukan oleh *Mental Health Foundation*, dalam penelitian Doane dan Adam (2010) menyebut bahwa kalangan remaja akhir dan dewasa awal menghabiskan sebagian waktunya untuk sendirian dan lebih merasa kesepian dibandingkan dengan kelompok usia lainnya di bawah 60 tahun. Selain itu, menurut Woodward masa remaja biasanya ditandai dengan perasaan *loneliness*, tertekan, dan keterasingan (dalam Casey, 2012).

Woodhouse, Dykas, dan Cassidy (2012) melakukan penelitian mengenai *loneliness* terhadap 2091 remaja di Amerika dan mendapatkan hasil bahwa 55,74% subjek yang diteliti mengalami *loneliness*. Hasil penelitian oleh Yurni (2015) terhadap mahasiswa menemukan bahwa dari 76 responden 43% mengalami *loneliness* dalam hubungan pertemanan, 29% mengalami *loneliness* dalam hubungan kelompok, dan 4% mengalami *loneliness* dalam hubungan dengan keluarga. Dari hasil penelitian Yurni ini, hubungan pertemanan menjadi penyebab terbesar mahasiswa merasakan *loneliness*. Mahasiswa mengembangkan perasaan *loneliness* karena kehidupan di kampus adalah masa transisi dari masa remaja menjadi dewasa sehingga dalam usaha mencari dan membangun hubungan sosial dapat menyebabkan pengalaman akan rasa kesepian (Al Khatib, 2012).

Penelitian mengenai *loneliness* lainnya pernah dilakukan oleh Agusti dan Leonardi (2015) pada 97 mahasiswa di Surabaya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Agusti dan Leonardi (2015) mengenai hubungan antara *loneliness* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara *loneliness* dengan *problematic internet use*. Penelitian lain mengenai *loneliness* dilakukan oleh Krisnawati dan Soetjningsih (2017) untuk melihat hubungan antara *loneliness* dengan *selfie-liking* pada 64 orang mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW Salatiga. Penelitian Krisnawati dan Soetjningsih (2017) ini mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara kedua variabel dengan tingkat *loneliness* berada pada kategori cukup (45,31%).

*Loneliness* dapat terjadi pada individu setiap saat, tanpa memilih tempat dan keadaan. Individu yang berada dalam sebuah keramaian dapat mengalami *loneliness* karena merasa terasing, individu tersebut merasa kebutuhan sosialnya tidak terpenuhi meskipun dikelilingi orang banyak (Graham dalam Sembiring, 2017). Menurut Brehm (dalam Misyaroh, 2016), *loneliness* berhubungan dengan *self-esteem* yang rendah. Orang yang memiliki *self-esteem* rendah cenderung merasa tidak nyaman pada situasi beresiko secara sosial, misalnya berbicara didepan umum dan berada di kerumunan orang yang tidak dikenal. Dalam keadaan seperti ini orang tersebut akan menghindari kontak sosial tertentu secara terus menerus dan lebih memilih untuk melakukan kontak sosial melalui *smartphone*. Psikolog Sherry Turkle dari Institut Teknologi Massachusset (MIT) mengatakan bahwa individu akan terus mengirim pesan dan menggunakan sosial

media yang ada pada *smartphone* sehingga individu tidak merasa *loneliness* (dalam Triwidodo & Dewi, 2012).

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan, tingkat penggunaan *smartphone* di kalangan remaja khususnya mahasiswa cukup tinggi dan berkembang menjadi penggunaan *smartphone* bermasalah. Penggunaan *smartphone* yang sering dapat menyebabkan beragam dampak baik positif maupun negatif. Selain itu, telah dijelaskan bahwa penggunaan *smartphone* bermasalah salah satunya dapat disebabkan oleh *loneliness*. Belum adanya penelitian mengenai hubungan *loneliness* dan penggunaan *smartphone* bermasalah di kota Padang mendasari peneliti untuk melakukan penelitian ini. Oleh karena itu, peneliti menganggap penting untuk melakukan penelitian mengenai hubungan *loneliness* dengan penggunaan *smartphone* bermasalah.

### 1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang dijelaskan oleh peneliti, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara *loneliness* dengan penggunaan *smartphone* bermasalah?”

### 1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada rumusan masalah yang dikemukakan oleh peneliti, maka tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara *loneliness* dengan penggunaan *smartphone* bermasalah.

## 1.4. Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah wawasan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi khususnya mengenai *loneliness* dan penggunaan *smartphone* bermasalah.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan masukan bagi banyak kalangan, antara lain:

- a. Bagi subjek penelitian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai tingkat *loneliness* dan penggunaan *smartphone* bermasalah pada mahasiswa Universitas Andalas Padang. Selain itu, diharapkan dapat berguna untuk meminimalisir dampak negatif yang dapat disebabkan oleh penggunaan *smartphone* bermasalah.
- b. Bagi masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai hubungan antara *loneliness* dan penggunaan *smartphone* bermasalah.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan acuan dan masukan untuk penelitian selanjutnya, khususnya mengenai penggunaan *smartphone* bermasalah dan *loneliness*.



## 1.5. Sistematika Penulisan

### BAB I : Pendahuluan

Bab ini berisi penjelasan mengenai latar belakang permasalahan yang akan diteliti, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

### BAB II : Landasan Teori

Bab ini menguraikan tentang tinjauan teoritis, kerangka pemikiran yang digunakan dalam penelitian, dan hipotesis dari penelitian ini.

### BAB III : Metode Penelitian

Bab ini berisi penjelasan mengenai identifikasi variabel, definisi konseptual dan definisi operasional variabel penelitian, populasi, sampel, teknik pengambilan sampel, lokasi penelitian, alat ukur penelitian, pengujian alat ukur, prosedur penelitian, dan metode analisis data.

### BAB IV: Hasil dan Pembahasan

Berisi keseluruhan hasil penelitian yang berupa analisa data, gambaran umum subjek penelitian, hasil penelitian, dan pembahasan.

### BAB V : Penutup

Bab ini berisi kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya dan saran yang perlu disampaikan kepada pihak yang berkepentingan dengan hasil penelitian maupun untuk peneliti selanjutnya.