

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Internet merupakan salah satu kebutuhan pokok bagi banyak orang pada masa ini. Begitu juga dengan perkembangan dari teknologi yang sangat mendorong kebutuhan akan internet. Internet semakin dikenal secara luas di semua kalangan usia, internet juga menjadi salah satu sarana seseorang untuk mencari informasi, hiburan, bahkan interaksi dengan orang lain. Internet sangatlah interaktif sehingga melalui internet seseorang bisa berhubungan dengan orang lain yang sudah ataupun belum pernah ditemuinya di kehidupan nyata. Roselin (2010) mengatakan perkembangan dari internet tidak terjadi begitu saja untuk mampu mewujudkan kehidupan masyarakat dunia global, tetapi internet bisa membuat sebuah perubahan dalam lingkup gerak kehidupan bagi masyarakat. Karena hal itu, manusia tanpa sadar sudah berada di dalam dua kehidupan yaitu kehidupan masyarakat maya dan kehidupan masyarakat nyata.

Dilansir dari bisnis.com, Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) merilis data survei yang sudah dilakukan sampai kuartal-II 2020, Jumlah pengguna Internet di Indonesia naik 8,9 persen atau 25,5 juta pengguna dari tahun 2019 dan total pengguna internet di Indonesia menjadi 196,7 juta orang (Jatmiko, 2020). Dilansir dari katadata.co.id, hasil survey Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2020 menjelaskan alasan utama orang-orang di Indonesia menggunakan internet. Alasan utama adalah untuk media sosial dengan presentase 51,50%. Selanjutnya, 32,90% menggunakan internet untuk berkomunikasi lewat pesan. Lalu, 5,20% untuk bermain permainan dan sisanya untuk kegiatan lain (Bayu, 2020). Data terakhir yang dikeluarkan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2018 menyebutkan bahwa pengguna internet di Indonesia didominasi oleh

rentang umur 19-34 tahun sebesar 49,52% dan merupakan rentang usia bagi mahasiswa dan pekerja.

Kebutuhan mahasiswa dan pekerja akan internet menjadi sangat meningkat begitu juga dengan durasi menggunakan internet itu sendiri. Pada tahun 2020, sebanyak 14,40% orang dewasa di Indonesia menderita kecanduan internet yang disebabkan oleh banyaknya kegiatan yang diharuskan untuk dilakukan dari rumah dan kenaikan rata-rata durasi penggunaan internet sebesar 52% dibandingkan dengan tahun-tahun sebelumnya (Siste dkk, 2020).

Beriringan dengan kemajuan teknologi, mahasiswa mendapatkan banyak keuntungan dengan adanya internet untuk membantu kegiatan sehari-harinya di bidang akademik seperti mencari jurnal, mendapatkan informasi tentang perkuliahan, mengerjakan tugas, dan juga untuk berkomunikasi dengan teman kuliah. Mahasiswa umumnya mulai memasuki fase dewasa muda. Menurut Maheswari dan Dwiutami (2013) fase ini membuat seseorang memiliki keinginan untuk berhubungan dengan orang lain untuk memenuhi kebutuhan individual dan interpersonalnya. Internet juga bisa digunakan oleh mahasiswa untuk membangun kembali pertemanan yang sudah ada sebelumnya atau untuk memperluas pertemanannya dengan bertemu banyak orang baru di internet. Dengan banyaknya aktivitas yang bisa dilakukan oleh mahasiswa melalui internet dan aplikasi daring, mahasiswa mempunyai potensi mengalami gangguan penggunaan internet atau *problematic internet use* (Reinaldo & Sokang, 2017).

Sejarah gangguan dalam penggunaan internet diawali oleh Young yang memberikan pandangannya melalui pendekatan klinis dengan merumuskan delapan gejala yang diambil dari gejala kecanduan judi lalu diaplikasikan kepada individu yang diduga mempunyai masalah dalam penggunaan internetnya dan Young menyebutnya dengan *internet addiction* atau adiksi internet (Young, 1999). Delapan kriteria adiksi internet yang disebutkan oleh Young adalah pikiran yang terfokus pada internet, membutuhkan waktu online yang lebih banyak untuk puas menggunakan internet,

kegagalan dalam percobaan mengendalikan penggunaan internet, merasa gelisah saat tidak menggunakan internet, penggunaan internet lebih lama dari yang diinginkan, berbohong kepada orang-orang tentang waktu penggunaan internetnya, mengabaikan orang lain dan pekerjaannya demi menggunakan internet, dan menggunakan internet sebagai pelarian dari masalah.

Davis (2001) menyampaikan pandangannya terhadap disfungsi penggunaan internet dengan menggunakan pendekatan *cognitive-behavioural* dan menyebutnya dengan *pathological internet use*. Davis juga memberikan beberapa gejala untuk gangguan dalam penggunaan internet seperti selalu memikirkan internet saat sedang *offline*, mengantisipasi waktu untuk melakukan kegiatan daring selanjutnya, mengeluarkan banyak uang untuk keperluan penggunaan internet, menghabiskan lebih banyak waktu di internet daripada kegiatan lain yang sebelumnya menyenangkan, mengisolasi diri dari lingkungan, berbohong kepada orang lain tentang waktu penggunaan internetnya, dan merasa berkurangnya harga diri.

Caplan (2002) mengembangkan teori tentang disfungsi penggunaan internet, Caplan menyebutnya dengan *problematic internet use* (PIU) dan merupakan kembangan dari teori Davis (2001). Caplan mengatakan *problematic internet use* sebagai kumpulan dari pikiran, perilaku, dan *outcomes* yang bukan merupakan gangguan ataupun adiksi. Caplan (2002) juga membuat sebuah alat ukur yang dinamakan *Generalized Problematic Internet Use* (GPIU) yang berdasarkan pada konsep psikososial Davis (2001). Berangkat dari GPIU, Caplan (2010) mengembangkan lagi alat ukur tersebut menjadi *Generalized Problematic Internet Use Scale 2* (GPIUS2) yang merupakan gabungan dari teori *cognitive-behavioral* Davis (2001), konsep PIU Caplan (2003, 2005), dan model sosio-kognitif La Rose dkk (2009).

Terdapat istilah-istilah lain dari beberapa tokoh dalam penyebutan disfungsi penggunaan internet seperti *internet addiction* (Young, 1999), *internet dependence* (Scherer, 1997), *pathological internet use* (Davis, 2001), dan *Problematic Internet Use*

(Caplan, 2002). Pada intinya, teori yang dikemukakan oleh para ahli di atas menjelaskan hal yang sama yaitu disfungsi penggunaan internet.

Gangguan penggunaan internet atau *problematic internet use* merupakan sindrom yang multidimensional yang mencakup aspek emosional, kognitif, dan perilaku kesulitan mengatur kehidupan nyatanya (Caplan 2002, 2003, 2005). PIU adalah penggunaan internet dengan durasi yang lama baik tanpa tujuan atau lebih banyak waktu di ruang obrolan, seseorang dengan gangguan penggunaan internet lebih banyak lepas dari tanggung jawab dan mengakibatkan permasalahan yang signifikan dalam kesehariannya (Davis, 2001). PIU adalah. Young (1999) mengatakan bahwa adiksi internet adalah penggunaan internet untuk kegiatan daring secara berlebihan sehingga memberikan dampak yang negatif bagi kondisi kesehatan fisik, kondisi psikologis, kemampuan akademis, hubungan dengan orang lain, lingkungan sosial, dan memberikan dampak lain di berbagai macam aspek kehidupan individu.

Caplan (2003) memberikan karakteristik seseorang yang mengalami PIU yaitu, individu mempunyai masalah-masalah psikososial seperti kesepian, keinginan yang kuat untuk melakukan interaksi secara daring karena dianggap tidak terlalu mengancam, dan perilakunya di internet membuatnya tidak bisa mengontrol dunia nyatanya. Caplan (2010) mengatakan bahwa terdapat beberapa aspek dalam *problematic internet use* seperti preferensi untuk berinteraksi sosial secara daring atau *preference for online social interaction (POSI)*, kurangnya regulasi diri, regulasi suasana hati, *compulsive internet use*, dan memberikan dampak yang negatif.

Caplan (2003) mengatakan bahwa individu yang mempunyai preferensi atau kecenderungan untuk melakukan interaksi sosial secara *online* dibandingkan interaksi secara tatap muka sangat mendukung berkembangnya PIU dalam diri seseorang. Wong dkk (2015) mengatakan bahwa faktor yang bisa menyebabkan PIU pada seseorang adalah penggunaan internet yang berlebihan, mengabaikan pekerjaan, kurangnya kontrol diri dan mengabaikan kehidupan sosial. Kim dkk (2009) mengatakan kesepian merupakan salah satu faktor yang bisa menyebabkan berkaitan dengan konteks sosial

seseorang, kurangnya dukungan sosial dari keluarga atau teman dapat menyebabkan PIU. Penelitian yang dilakukan Casale dkk (2014) menambahkan bahwa dukungan sosial yang rendah dan ditambah dengan ketakutan akan evaluasi yang negatif saat bertemu secara langsung dapat memperbesar kemungkinan seseorang mengembangkan PIU.

Mahasiswa merupakan salah satu kelompok yang sangat membutuhkan dukungan sosial dan kebutuhan individu akan dukungan sosial akan terus meningkat saat mereka menghadapi tantangan atau hal-hal baru dalam hidup mereka. Internet memberikan perubahan dalam cara berinteraksi antar individu, interaksi antar individu saat ini bisa dilakukan dimana saja dan kapan saja sehingga pemberian dukungan sosial kepada seseorang bisa lebih fleksibel (Sosiawan, 2020). Wang (2013) mengatakan bahwa seseorang yang menggunakan internet sebagai media komunikasi dan merasa lebih dekat dengan orang-orang yang berada di internet, lama-kelamaan mereka akan merasa bergantung pada dukungan sosial dari orang-orang yang ditemui di internet saat merasa membutuhkan seseorang untuk diajak berbicara dan akhirnya hal ini membuat seseorang sulit untuk mengontrol penggunaan internet mereka.

Zimet dkk (1988) mengemukakan pendapat bahwa dukungan sosial adalah cara seseorang untuk mengartikan dukungan sosial yang tersedia dari keluarga, teman, dan orang lain yang spesial. Sarafino dan Smith (2014) mengatakan dukungan sosial merupakan persepsi atau perasaan seseorang pada rasa kepedulian, kenyamanan, kepedulian, dan bantuan yang diberikan kepada individu ketika diperlukan. Shumaker dan Brownell (1984) mendefinisikan dukungan sosial sebagai pertukaran antara dua orang atau lebih yang dipersepsikan sebagai tujuan yang baik oleh penerima dukungan. Zimet dkk (1988) mengatakan sumber dukungan sosial yang dipersepsikan oleh seseorang bisa diperoleh dari orang terdekat yang menjalin kontak dengan individu seperti keluarga dan teman atau bisa juga didapatkan dari orang lain yang spesial bagi individu. Zimet dkk (1988) juga menggambarkan dukungan sosial yang berasal dari keluarga bisa membantu individu dalam membuat keputusan dan dukungan sosial yang diberikan oleh teman bisa membantu individu dalam melakukan kegiatan sehari-

harinya. Sarafino dan Smith (2014) mengatakan bahwa dukungan sosial bisa datang dari berbagai orang mulai dari pasangan, keluarga, hingga komunitas yang membuat seseorang merasa bahwa mereka dicintai, dihargai, dan dianggap bagian dari lingkungan sosial. Cohen dan Wills (1985) mengatakan bahwa terdapat beberapa bentuk dari dukungan sosial seperti *appraisal support*, *tangible support*, *self-esteem support*, dan *belonging support*. Sarafino dan Smith (2014) mengatakan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yang diterima oleh individu seperti penerimaan dukungan, penyedia dukungan, komposisi dan struktur jaringan sosial. Sarason (1987) berpendapat bahwa dukungan sosial mencakup dua hal yaitu, persepsi individu pada jumlah orang yang bisa diandalkan ketika individu membutuhkan bantuan dan persepsi individu pada kebutuhannya yang terpenuhi. Kumalasari (2012) menambahkan bahwa dukungan sosial bukan hanya tentang pemberian bantuan kepada individu, tetapi bagian terpentingnya adalah persepsi dari penerima memaknai bantuan yang diberikan sehingga penerima merasakan manfaat dari bantuan yang diberikan sehingga memberikan kepuasan.

Penelitian yang dilakukan oleh Khan dan Arif (2019) mendapatkan bahwa seseorang yang mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan individu seperti keluarga dan teman mempunyai korelasi yang positif terhadap kesejahteraan psikologis seorang mahasiswa dan dukungan sosial juga bisa digunakan untuk memprediksi kesehatan mental seorang mahasiswa. Hefner dan Einsburg (2009) mengatakan mahasiswa yang menerima lebih sedikit dukungan sosial mempunyai kemungkinan yang lebih besar untuk mengalami gangguan kesehatan mental seperti depresi. Berbanding terbalik dari mahasiswa yang menerima sedikit dukungan sosial, mahasiswa yang banyak menerima dukungan sosial dari lingkungannya mempunyai tingkat kesehatan mental yang tinggi. Individu yang kurang sehat psikososialnya bisa mengalami kesulitan untuk mempertahankan interaksi sosial yang sehat dalam kehidupan nyata bisa mengembangkan rasa kesepian mereka sehingga mengandalkan komunikasi secara daring (Kim dkk, 2009). Odaci dan Celik (2013) menambahkan bahwa individu yang menggunakan dunia maya sebagai media

komunikasinya akan kesulitan untuk melakukan komunikasi di dunia nyata dan sulit mempertahankan hubungan sosialnya. Mazzoni (2016) mengatakan dampak bagi seseorang yang mengandalkan komunikasi secara daring atau bahkan mencari dukungan sosial dari orang-orang yang berada di internet, maka kemungkinan individu tersebut untuk mengembangkan PIU menjadi sangat besar. Hal ini bisa terjadi karena seseorang yang lebih banyak mencari dukungan sosial secara daring akan lebih banyak menghabiskan waktu di internet lebih banyak dibandingkan dengan seseorang yang menerima dukungan sosial dari dunia nyata terutama dari keluarga dan teman-temannya. Tetapi, mencari dukungan sosial melalui internet bukanlah sebuah penyelesaian untuk permasalahan sosial yang dialami karena berdasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Hardie dan Tee (2007) yang mengatakan bahwa dukungan yang berasal dari internet tidak membantu meringankan rasa kesepian dan kecemasan sosial yang dialami individu.

Penelitian yang dilakukan Probierz dan Pindych (2020) mendapatkan hasil bahwa dukungan sosial memiliki korelasi yang negatif dengan *problematic internet use*. Penelitian yang dilakukan oleh Cardak (2013) mengatakan bahwa mahasiswa yang kecanduan internet sangat berhubungan dengan rendahnya kesejahteraan psikologis, mahasiswa yang mempunyai adiksi internet yang tinggi menunjukkan adanya hubungan dengan berkurangnya interaksi sosial, kesepian, depresi, dan rendahnya harga diri. Privera dkk (2018) melakukan penelitian kepada siswa SMA dan Mahasiswa, PIU berhubungan dengan kesepian, rasa malu yang tinggi, kekurangan dukungan sosial, dan kebutuhan untuk diakui. Dukungan sosial yang diberikan secara nyata oleh lingkungan seseorang di dunia nyatanya bisa menjadi faktor pelindung bagi seseorang untuk terhindar dari *problematic internet use*.

Berdasarkan data-data dan pembahasan di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa penelitian tentang dukungan sosial terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa penting untuk dilakukan, hal ini dikarenakan belum banyaknya penelitian terdahulu yang meneliti hal ini. Dukungan sosial bisa menjadi salah satu indikator untuk melihat kemungkinan seorang mahasiswa mengalami *problematic internet use*.

Kemungkinan mahasiswa untuk mengalami PIU bisa terjadi karena penggunaan internet yang akan terus meningkat baik dari penggunaan untuk akademik sampai berinteraksi dengan orang lain. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengidentifikasi pengaruh dukungan sosial terhadap *problematic internet use* dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Problematic Internet Use* Pada Mahasiswa”.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka peneliti dapat mengidentifikasi beberapa masalah yang ada di dalam penelitian ini, sebagai berikut :

- 1.2.1. Bagaimana gambaran dukungan sosial pada mahasiswa?
- 1.2.2. Bagaimana gambaran *problematic internet use* pada mahasiswa?
- 1.2.3. Bagaimana pengaruh dukungan sosial terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa?

## 1.3 Pembatasan Masalah

Mencegah meluasnya pembahasan terhadap masalah, maka pembatasan masalah dalam penelitian sangat diperlukan, permasalahan dalam penelitian ini difokuskan pada pengaruh dukungan sosial terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa.

## 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa?”.

## 1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa.

## **1.6 Manfaat Penelitian**

### **1.6.1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan tambahan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang psikologi dan memberikan gambaran dukungan sosial terhadap *problematic internet use*.

### **1.6.2. Manfaat Praktik**

Manfaat praktis dari penelitian ini bisa digunakan oleh beberapa pihak, yaitu:

#### **1.6.2.1. Bagi Mahasiswa**

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan tambahan informasi bagi mahasiswa tentang dukungan sosial dan *problematic internet use*. Mahasiswa diharapkan bisa saling mendukung temannya untuk tidak mengembangkan perilaku *problematic internet use*.

#### **1.6.2.2. Bagi Penelitian Selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi dan tambahan data untuk penelitian selanjutnya.

