

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*Smartphone* merupakan teknologi *gadget portable* yang membuka jendela penggunaannya untuk dapat melakukan segala sesuatu aktivitas sederhana dengan hanya sentuhan jari. *Smartphone* dan aplikasi-aplikasi yang di kembangkan di dalamnya adalah suatu buah kemajuan era modern manusia, di mana beberapa waktu lalu lanskap teknologi yang didesain untuk membantu kegiatan sehari-hari terbagi menjadi beberapa perangkat, di mana masing-masing perangkat tersebut memiliki kegunaan dan manfaatnya sendiri, *smartphone* menggabungkan fitur ponsel dan fungsi komputer serta *gadget-gadget* sebelumnya menjadi satu perangkat kecil dengan fungsi majemuk. *Smartphone* sudah mulai merambah di kalangan masyarakat Indonesia sejak tahun 2000an (Aditama, 2017) berdasarkan data terbaru yang dipublikasikan oleh Hootsuite pada bulan Januari 2018 terdapat 177,9 juta jiwa penduduk Indonesia adalah pengguna aktif *Smartphone* dari total penduduk 265,4 juta jiwa (Paridawati et al., 2021).

Penggunaan teknologi komunikasi seperti perangkat *smartphone*, khususnya di kalangan mahasiswa, merupakan suatu pola gaya hidup yang tidak dapat dipisahkan dari aktivitas keseharian, Menurut Statistik Telekomunikasi Indonesia pada tahun 2019, sebanyak 44,17 persen pengguna *smartphone* berusia di bawah 25 tahun, dan juga ditemukan dari survei polling Flurry (Khalaf, 2014) di mana ditemukan demografis umur antara 18-24 tahun memiliki proporsi terbesar yang dilaporkan memiliki adiksi *smartphone*, maka dapat diketahui bahwa mahasiswa merupakan sub kelompok pengguna *smartphone* dengan jumlah pengguna yang signifikan serta diketahui memiliki resiko adiksi *smartphone*.

*Smartphone* dengan fitur dan fungsi yang ditawarkan nya dapat menyederhanakan aktivitas-aktivitas keseharian individu, mulai dari pelacak kesehatan dan kebugaran, kalender, peta dengan GPS, penelusuran Internet,

mendengarkan musik, fotografi, hingga *platform* media sosial untuk berbagi dan terhubung dengan teman dan keluarga secara instan. Dalam banyak hal, *smartphone* membuat kehidupan modern lebih efisien, produktif, dan terhubung khususnya *pada* kehidupan mahasiswa. *Smartphone* memungkinkan mahasiswa untuk mendapatkan informasi secara instan, konektivitas konstan dan spontan yang ditawarkan *smartphone* memungkinkan mahasiswa untuk berkomunikasi dan juga berkolaborasi dengan teman, rekan, dan serta dosen atau pengajar, *smartphone* juga mempersana interaksi antara mahasiswa dengan konten pembelajaran. Selain itu, *smartphone* juga membuka opsi mahasiswa untuk belajar melalui metode yang beragam, seperti melalui rekaman video atau suara, melalui pesan teks dan email, membangun koleksi sejarah pembelajaran, dan memperkuat ilmu yang diperoleh melalui partisipasi diskusi dan pembahasan *online* dengan teman sesama mahasiswa.

Berbagai manfaat yang telah diuraikan dapat menggambarkan pentingnya peran penggunaan *smartphone* dalam kehidupan mahasiswa, namun dalam penggunaan *smartphone* tertentu juga dapat dikaitkan dengan pola perilaku adiktif yang dapat berdampak negatif terhadap kehidupan individu (Long et al., 2016). Beberapa studi baru menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat dikaitkan dengan masalah kesehatan mental dan gangguan kesejahteraan psikologis, selain itu penggunaan aplikasi di *smartphone* secara terus-menerus dapat mengganggu pola tidur, memicu stres, penurunan aktivitas fisik, dan prestasi akademik yang lebih buruk (Samaha et al, 2015: 321). Selain konsekuensi tersebut penggunaan *smartphone* berlebihan, bermasalah, dan juga pola perilaku adiksi dapat dikaitkan dengan gangguan bagian otak yang mengatur perhatian (seperti perhatian terfokus dan perhatian terbagi), kontrol penghambatan rendah, gangguan memori kerja, pengurangan kapasitas pemrosesan numerik, dan perubahan kognisi sosial.

Banyak pengguna *smartphone*, terutama mahasiswa, menjadi sangat bergantung pada perangkat *smartphone* sebagai sumber eksklusif mereka untuk menjalin koneksi sosial baru. Selain itu, sebuah studi baru menyatakan bahwa mahasiswa terbiasa beralih ke *smartphone* mereka untuk menghilangkan perasaan inersia atau monoton (Roberts et al., 2014). Singkatnya, ketika mahasiswa merasa bosan atau memiliki waktu luang, mereka cenderung menggunakan *smartphone* secara berlebihan untuk pengalihan perhatian. Selain itu, penelitian lain menyimpulkan

bahwa *smartphone* dapat digunakan sebagai alat hiburan yang memungkinkan mahasiswa 'melarikan diri' dari situasi yang tidak nyaman (Albarashdi et al., 2016). Dengan demikian, dalam banyak kasus, *smartphone* menjadi sarana untuk menghindari masalah sehari-hari, dan untuk menghilangkan perasaan depresi, ketidakberdayaan, dan rasa bersalah (Shek et al., 2016). Secara khusus, mahasiswa cenderung menggunakan *smartphone* mereka untuk membangun realitas mereka sendiri sebagai suatu bentuk penolakan eksistensial yang dapat menciptakan dan mengintensifkan isolasi sosial (Muhammad et al., 2019).

Beberapa penelitian penggunaan *smartphone* khususnya pada kalangan mahasiswa, menemukan bahwa mahasiswa menunjukkan aspek dan dampak negatif dari penggunaan *smartphone* seperti berdasarkan hasil studi yang dilakukan oleh Bide et al (2018) di mana ditemukan bahwa mahasiswa tidak dapat terpisah dan juga tidak dapat membatasi penggunaan *smartphone* mereka, dan juga bahwa pembatasan serta pemisahan *smartphone* diasosiasikan dengan perasaan tidak menyenangkan dan perasaan bahwa bagian penting dari dirinya telah hilang. Perasaan negatif tersebut diakibatkan dari di mana sebelumnya mahasiswa merasa lebih bebas untuk melakukan aktivitas dengan bantuan *smartphone*, tidak adanya *smartphone* mengakibatkan perasaan kehilangan yang sangat signifikan dalam kehidupan mahasiswa. Selain itu menurut hasil survei McCoy (2016) dalam *Journal of Media Education* ditemukan bahwa Sekitar 97% dari 675 mahasiswa sarjana dan pascasarjana antara usia 18 dan 22 melaporkan bahwa dirinya menggunakan *smartphone* di tengah kegiatan belajar-mengajar untuk tujuan non-pendidikan, banyak penelitian yang menemukan bahwa penggunaan *smartphone* di tengah pembelajaran dapat menghambat kinerja akademik (Glass dan Kang, 2019; Felisoni dan Godoi, 2018; Bjornsen dan Archer, 2015; Demirbilek dan Talan, 2018).

Krisis kehidupan yang disebabkan oleh Pandemi COVID-19 telah menyoroti pentingnya kontak serta interaksi antara individu dengan jaringan sosial mereka. Banyak dari mahasiswa yang mengandalkan tempat tinggal sementara seperti kos dan kontrakan khususnya sub kelompok mahasiswa yang merantau dari wilayah asal mereka. Penegakkan pembatasan mobilitas serta *social distancing* memiliki dampak yang signifikan terhadap mahasiswa, di mana beberapa mahasiswa terpaksa pulang ke wilayah asal mereka maka menyebabkan terputusnya diri dengan jaringan sosial dalam

lingkup perkuliahan seperti teman, rekan, dan juga dosen pengajar, serta banyak juga mahasiswa yang tinggal sendiri di mana mereka tidak dapat berinteraksi dengan keluarga secara langsung. Fenomena terputusnya mahasiswa dengan jaringan sosial mereka mengarah pada meningkatnya tingkat isolasi sosial yang dialami serta rendahnya dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa.

Menurut penelitian-penelitian sebelumnya ditemukan banyak dokumentasi adanya hubungan antara isolasi sosial dan adiksi. Seperti sebuah studi baru dari Kuwait menunjukkan hubungan yang signifikan antara tingkat isolasi sosial yang tinggi dan adiksi *smartphone* di kalangan mahasiswa, Al-Kandari dan Al-Sejari (2020) menemukan bahwa semakin tinggi skor isolasi sosial, semakin tinggi kemungkinan mereka akan adiksi *smartphone*. Studi sebelumnya telah menemukan bahwa orang yang kesepian lebih cenderung tidak kompeten secara relasional, menghabiskan lebih sedikit waktu untuk kegiatan sosial, dan mengalami kesulitan mempertahankan hubungan yang stabil (Cui et al., 2015; Kim et al., 2017). Menurut *Compensatory Internet Theory* (Kardefelt-Winther, 2014) ketika individu tidak dapat menyesuaikan diri di dunia nyata, mereka mungkin menggunakan *smartphone* (jaringan virtual) untuk menghindari perasaan negatif (kesepian/isolasi).

Beberapa studi cross-sectional telah mengidentifikasi bahwa pengguna *smartphone* yang memiliki tingkat dukungan sosial yang lebih rendah menunjukkan tingkat adiksi *smartphone* yang lebih tinggi (Aker, 2017; Billieux, Philippot et al., 2015; Ihm, 2018; Kim, 2017, 2018; Kwon, So, Han, & Oh, 2016; Lu et al., 2011). Menurut analisis studi yang dilakukan oleh Billieux dan rekan (2015) penggunaan *smartphone* sebagai hasil dari upaya untuk mempertahankan atau meningkatkan tingkat dukungan sosial yang sebelumnya rendah merupakan faktor pendorong yang mengarah pada peningkatan penggunaan *smartphone*, yang pada akhirnya dapat menyebabkan adiksi *smartphone* (Billieux, Maurage et al., 2015; Billieux, Philippot et al., 2015). Kim. (2017) selanjutnya menjelaskan, bahkan individu dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi, kontak sosial yang berlebihan melalui *smartphone* dapat menyebabkan peningkatan adiksi dan, sebagai akibatnya, hilangnya dukungan sosial. Selain itu, pengguna *smartphone* yang sangat sering menggunakan jejaring media sosial di *smartphone* mereka lebih cenderung mengembangkan kebiasaan dan perilaku adiktif lebih cepat (Jeong, 2016).

Dalam kondisi ideal penggunaan *smartphone* dapat membantu individu untuk menjalin komunikasi dengan orang lain dan maka dari itu dapat mengurangi isolasi sosial dan meningkatkan dukungan sosial. Namun, penelitian telah menunjukkan secara kontra-intuitif peningkatan penggunaan *smartphone* baik dalam hal waktu penggunaan per hari dan frekuensi kunjungan aplikasi dapat dikaitkan dengan peningkatan isolasi sosial dan dukungan emosional yang menurun secara linear (Shensa, Sidani, Lin, Bowman, & Primack, 2016) . Pernyataan ini diperkuat oleh temuan penelitian lain yang membahas hal yang serupa seperti penelitian Karsay (2019) di mana, penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat dikaitkan dengan gejala isolasi sosial, kesepian, stres, dan emosi negatif lainnya.

Berdasarkan uraian latar belakang sebelumnya, peneliti memutuskan untuk mengangkat variabel isolasi sosial, dukungan sosial, dan adiksi *smartphone* dan untuk mencari tahu apakah terdapat hubungan antara isolasi sosial dan dukungan sosial terhadap adiksi *smartphone* pada mahasiswa di Jabodetabek.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang sebelumnya, peneliti mengidentifikasi masalah-masalah yang ada dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran adiksi *smartphone* yang dialami mahasiswa di Jabodetabek?
2. Bagaimana gambaran isolasi sosial yang dialami mahasiswa di Jabodetabek?
3. Bagaimana gambaran dukungan sosial yang diterima mahasiswa di Jabodetabek?
4. Apakah terdapat hubungan antara isolasi sosial dan adiksi *smartphone* pada mahasiswa di Jabodetabek?
5. Apakah terdapat hubungan antara persepsi dukungan sosial dan adiksi *smartphone* pada mahasiswa di Jabodetabek?

6. Apakah terdapat hubungan simultan antara isolasi sosial dan persepsi dukungan sosial terhadap adiksi *smartphone* pada mahasiswa di Jabodetabek?

### 1.3 Pembatasan Masalah

Agar pelaksanaan penelitian lebih fokus dan berarah dan tidak menyimpang dari latar belakang dan identifikasi masalah yang sudah diuraikan di atas, peneliti membatasi masalah dengan memfokuskan pada hubungan antara isolasi sosial (yang mencakup aspek isolasi objektif, dan subjektif), dan persepsi dukungan sosial (keluarga, teman, significant others) terhadap adiksi *smartphone* pada mahasiswa di Jabodetabek.

### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara isolasi sosial dan persepsi dukungan sosial terhadap adiksi *smartphone* pada mahasiswa di Jabodetabek?”

### 1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mencari tahu ada atau tidaknya hubungan antara isolasi sosial dan persepsi dukungan sosial terhadap adiksi *smartphone* mahasiswa di wilayah Jabodetabek.

### 1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat sebagai berikut:

#### 1.6.1 Manfaat Teoritis

Peneliti berharap penelitian ini memberi kesempatan untuk mendalami dan mengembangkan pemahaman ilmiah mengenai masalah ketergantungan penggunaan *smartphone* di lanskap dunia penelitian ilmiah. Hasil analisis data yang dikumpulkan

dapat digunakan sebagai informasi dan pengetahuan mengenai isu adiksi *smartphone* mahasiswa dan juga diharapkan dapat menjadi basis perumusan dan pengembangan program / intervensi pencegahan dan penegakan strategi untuk melawan perkembangan isu adiksi *smartphone* untuk masyarakat umum.

### 1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi mahasiswa atau masyarakat umum dapat menambah wawasan dan pemahaman pengetahuannya mengenai isu adiksi *smartphone*
2. Bagi mahasiswa atau pembaca umum yang mengalami atau mengenal seseorang yang mengalami masalah adiksi dalam penggunaan *smartphone* dapat mendapat informasi mengenai pentingnya jalinan hubungan sosial, pentingnya koneksi timbal balik dukungan sosial antara teman, keluarga, dan juga *significant other*. Sehingga diharapkan dapat lebih mengerti lebih dalam faktor-faktor yang dapat menjelaskan isu tersebut dan implikasinya dalam mencegah dan mengurangi perkembangan isu adiksi *smartphone*.
3. Bagi badan pemerintahan, pihak berkewajiban, dan pengajar diharapkan dapat mendapatkan wawasan pengetahuan mengenai perkembangan isu adiksi *smartphone*, dan diharapkan dapat mengimplementasikan ilmu tersebut untuk mengatasi dan mencegah pengembangan masalah tersebut