

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Indonesia saat ini sedang mengalami masalah yang cukup rumit dalam kurun waktu yang sangat panjang serta dampak yang merugikan dalam berbagai bidang yaitu terjadinya Covid-19. Pandemi Covid-19 yang disebabkan oleh virus SARS-COV-2 meluas begitu cepat ke seluruh dunia, termasuk di Indonesia (WHO,2020). Meluasnya Covid disebabkan oleh mudahnya cara penyebaran virus corona.

Beberapa negara di dunia menerapkan protokol *lockdown* namun, *tidak semuanya menerapkan lockdown* secara full tergantung zona yang ada di wilayah tersebut yang mengakibatkan seluruh warganya untuk mengurangi aktifitasnya. Hal tersebut menyebabkan individu merasa kesepian. Kesepian merupakan situasi yang secara subjektif dirasakan individu terkait dengan perasaan kekurangan dalam hal kualitas dan kuantitas hubungan (de jong-gierveld,1987). Kondisi pandemi dapat memperburuk kesepian yang dialami oleh individu disebabkan interaksi sosial yang terbatas. Individu terpaksa menghabiskan waktu sepanjang hari di tempat tinggal masing-masing dalam waktu yang cukup lama. Keadaan ini dapat membuat individu kehilangan rasa kebersamaan bersama sahabat, timbulnya kebosanan, kehilangan semangat atau kegembiraan.

Interaksi sosial merupakan bagian terpenting dalam kehidupan sosial. Adanya interaksi sosial membuat kebutuhan dalam menjalin

hubungan dengan orang lain akan terpenuhi. Dapat dikatakan bahwa hidup dalam kesendirian akan terasa tidak menyenangkan, jenuh bahkan kesepian. Dalam menjalin relasi dengan orang lain terkadang tidak sepenuhnya seperti yang diinginkan. Tentu banyak hal yang tidak menyenangkan, seringkali akan ada perbedaan pendapat, juga dalam pemikiran dan sebagainya.

Baron & Byrne (2005) mengatakan bahwa *loneliness* (kesepian) adalah suatu reaksi emosional dan kognitif individu terhadap sebuah kondisi dimana individu tersebut memiliki hubungan sosial yang tidak memuaskan karena tidak sesuai dengan harapannya. Dalam hal ini individu belum menemukan kepuasan atas harapannya dalam menjalin hubungan dengan orang lain. Cherry dalam Hidayati (2015) kesepian menyebabkan seseorang yang mengalaminya merasa kosong, merasa sendiri dan tidak diinginkan walaupun sebenarnya orang tersebut tidak sedang sendiri dan berada pada kondisi lingkungan yang ramai. Kesepian dapat terjadi dimana dan kapan saja walaupun di tempat ramai selama individu tidak mendapatkan perlakuan dan hubungan yang menyenangkan dari lingkungan.

Kesepian merupakan situasi yang tidak menyenangkan, merasa sendiri, dan tidak ada satu hal pun yang di harapkan dari oranglain untuk memberikan rasa gembira, nyaman dan tenang dari suatu hubungan. Individu akan lebih bahagia dan bermakna walaupun hanya berteman dengan satu orang karena kebutuhannya terpenuhi, diperhatikan dan diperlakukan dengan baik.

Keadaan ini juga bisa terjadi karena tidak terpenuhinya kebutuhan pada diri individu. Hal ini dapat dilihat pada teori kebutuhan Abraham Maslow, yaitu *physiological needs, safety needs, belongingness and love needs, esteem needs, dan self-actualization needs*, yaitu:

### **1. Kebutuhan Fisiologis**

Kebututuhan yang memiliki prioritas tertinggi kebutuhan dasar. Kebutuhan ini memiliki delapan macam seperti: kebutuhan

oksigen, cairan, makanan, eliminasi urin, istirahat, aktivitas, kesehatan temperatur tubuh, dan seksual.

## **2. Keselamatan dan Rasa Aman**

Merupakan kebutuhan yang mengidentifikasi berbagai jenis ancaman yang berbahaya untuk manusia. Sebagai contoh tempat penampungan seperti rumah yang memberikan perlindungan dari bencana cuaca.

## **3. Kebutuhan Akan Rasa Cinta Memiliki dan Dimiliki**

Setelah seseorang memenuhi kebutuhan fisiologis dan keamanan, mereka menjadi termotivasi oleh kebutuhan akan cinta seperti keinginan untuk berteman, keinginan untuk mempunyai pasangan dan anak, kebutuhan untuk menjadi bagian sebuah keluarga, sebuah perkumpulan, dan lingkungan masyarakat.

## **4. Kebutuhan Harga Diri**

Kebutuhan harga diri terbagi menjadi dua diantaranya: a) menghargai diri sendiri adalah kebutuhan yang memiliki kekuatan, penguasaan, kompetensi, prestasi, kepercayaan diri, kemandirian, dan kebebasan. Orang membutuhkan pengetahuan tentang dirinya sendiri, bahwa dirinya berharga mampu menguasai tugas dan tantangan hidup. b) mendapat penghargaan dari orang lain adalah kebutuhan penghargaan dari orang lain, ketenaran, dominasi, menjadi orang penting, kehormatan dan apresiasi. Kebutuhan harga diri apabila tidak terpenuhi maka akan menimbulkan canggung, lemah, pasif, bergantung pada orang lain, penakut, tidak mampu mengatasi tuntutan hidup dan rendah diri dalam bergaul.

## **5. Kebutuhan Aktualisasi Diri**

Adalah keinginan untuk memperoleh kepuasan dengan diri sendiri, untuk menyadari semua potensi dirinya, untuk menjadi apa saja yang dia dapat melakukannya dan untuk menjadi kreatif dan bebas mencapai puncak prestasi potensinya. Kebutuhan aktualisasi

diri ini yaitu kebutuhan untuk ingin berkembang, ingin berubah dan ingin mengalami transformasi menjadi lebih bermakna.

Berdasarkan permasalahan mengenai kesepian, bahwa hal ini lebih cenderung pada permasalahan tingkat Kebutuhan Akan Rasa Cinta Memiliki dan Dimiliki. Suatu keadaan dimana individu tidak mendapatkan pemenuhan kebutuhan kasih sayang dan rasa memiliki sesama manusia sebagai makhluk sosial yang memiliki keterkaitan dengan pengakuan akan keberadaan seseorang dan penghargaan atas harkat dan martabatnya. Bagi individu yang tidak mendapat penerimaan yang baik dari lingkungannya akan menarik diri dan cenderung ingin sendiri sehingga individu tersebut merasakan kesepian (*loneliness*). Sehingga hal tersebut membuat individu akan kecenderungan mengalami kesepian yang memberikan pengaruh kepada individu untuk menjadi adiksi gadget.

Kesepian pada mahasiswa mempengaruhi kinerja akademiknya (Bek, 2017). Kesepian juga bukan sesuatu yang dapat diukur dengan jumlah kedekatan secara fisik. Individu bisa merasakan kesepian sekalipun ia berada di keramaian. Namun, kesepian bisa terjadi pada individu ketika menghadapi situasi kontradiksi dimana jumlah hubungan yang ada lebih kecil dari yang diharapkan serta keintiman yang diinginkan belum terwujud (Cosan, 2017; Gierveld, Tilberg, & Dykstra, 2006; Senderby & Wagoner, 2013).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Rinaldi, (2021) mengatakan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kesepian mulai dari ringan hingga sedang. Keadaan psikologis yang dialami para mahasiswa tersebut tidak dapat dilepaskan dari adanya perubahan yang signifikan dalam kehidupan kampus dan penurunan interaksi sosial sebagai akibat dari pembatasan sosial masa pandemi. Pada penelitian dengan populasi yang lebih besar di Inggris (melibatkan 15.530 orang), hasil menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga responden melaporkan bahwa mereka mengalami kesepian (Li & Wang, 2020).

Berdasarkan situasi dan kondisi tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat kesepian pada individu saat pandemi meningkat disebabkan tidak adanya interaksi secara sosial. Kesepian yang dirasakan oleh individu juga dapat dilihat dari tipe kepribadiannya khususnya saat situasi pandemi saat ini. Eysenck dan Wilson (1975) mengatakan tipe kepribadian di bagi menjadi 2, yaitu kepribadian *ekstrovert dan introvert*. Individu dengan tipe kepribadian *ekstrovert* memiliki karakteristik yang mudah bergaul, bersemangat, suka berkumpul dengan banyak orang, mudah beradaptasi di lingkungan sosial. Sedangkan individu dengan tipe kepribadian *introvert* memiliki karakteristik yang mudah lelah, lebih suka diam, dan memilih lingkungan yang tenang, memilih kegiatan yang dilakukan seorang diri, memiliki sedikit teman, dan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial (Eysenck dan Wilson, 1975).

Namun berdasarkan beberapa penelitian yang ditemukan dalam situasi pandemi covid-19 mengatakan bahwa individu dengan tipe kepribadian *introvert* memiliki kecenderungan mengalami kesepian lebih tinggi daripada individu dengan tipe kepribadian *ekstrovert*. Hal ini juga didukung oleh jurnal yang berjudul “Hubungan antara Kepribadian Introvert dan Kelekatan Teman Sebaya dengan Kesepian Remaja” yang ditulis oleh Nursyarurahmah (2017) yang mengatakan bahwa tipe kepribadian introvert memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kesepian. Selanjutnya jurnal dengan judul “Hubungan antara Lima Besar Tipe Sifat Kepribadian dengan Kesepian pada Mahasiswa Rantau (Pramasella,2019)” juga menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara dimensi extraversion (ekstrovert) dengan kesepian.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Ari Pamungkas (2020) menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat kecemasan pada masa pandemi covid-19 dominan memiliki tipe kepribadian introvert. Keadaan ini menunjukkan bahwa tipe kepribadian introvert beresiko lebih besar mengalami kecemasan dibandingkan dengan mahasiswa dengan tipe kepribadian ekstrovert. Kesulitan beradaptasi dengan perubahan baru

yaitu saat pandemi Covid-19 ini yang membuat tipe introvert cenderung mengalami kecemasan karena mengawatirkan hal-hal yang tidak pasti. Sedangkan kepribadian yang dimiliki individu ekstrovert identik dengan berhati besar, interaksi sosial yang baik, terbuka, bersemangat, hangat, dan empati. Hal itu yang menyebabkan tipe ekstrovert dengan mudah mampu beradaptasi dengan perubahan yang terjadi di lingkungannya, sehingga pada kondisi pandemi Covid-19 mereka akan mudah untuk menenangkan diri dan pikiran yang selektif dan cemas mereka akan berkurang sehingga dapat mengambil tindakan yang tepat dalam mengatasi kecemasan.

Kesepian memberikan banyak pengaruh terhadap beberapa kondisi individu salah satunya yaitu menggunakan gadget secara berlebihan.

Dalam hal ini individu akan mencari rasa senang dari apa yang dilakukannya, gadget telah menggantikan atau mengobati rasa kesepian individu. Dengan menggunakan gadget, individu dapat menjangkau semua hal yang diinginkannya terlebih untuk menjalin hubungan sosial yang didapatnya dari berbagai media sosial seperti Facebook, Instagram, Telegram dan lain sebagainya. Selain mendapatkan jalinan hubungan pertemanan, individu akan mendapatkan berbagai hiburan seperti *game*, menonton film, menonton *YouTube*, membuat video, melakukan pengeditan, membaca novel, dan hal menyenangkan lainnya bisa didapatkan dari gadget. Dengan situasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa penggunaan gadget bisa menjadi salah satu cara untuk mengurangi atau menghindari rasa kesepian. Namun dengan cara penggunaan gadget secara berlebihan maka akan memicu individu untuk menjadi adiksi gadget.

Menurut Kwon, dkk. dalam Mawarpury, dkk (2020) adiksi smartphone dikembangkan berdasarkan teori adiksi internet. Dimana teori adiksi internet pertama kali diperkenalkan oleh Dr. Kimberly pada tahun 1998 (Lee & Shin, 2016).

Kwon (2013) juga mengatakan bahwa *smartphone addiction* adalah suatu bentuk keterikatan atau kecanduan terhadap gadget yang memungkinkan terjadinya masalah sosial seperti halnya menarik diri dan

kesulitan dalam aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol *impuls* terhadap diri seseorang. Individu yang mengalami adiksi gadget menunjukkan perilaku seperti selalu membawa pengisi daya gadget kemanapun ia pergi, kesulitan untuk berhenti menggunakan gadget dan akan mudah tersinggung apabila diganggu saat sedang menggunakan gadget, mereka juga kesulitan untuk berkonsentrasi dalam menyelesaikan tugas di sekolah atau saat bekerja karena keinginan yang besar untuk terus menggunakan gadget mereka.

Kim (dalam Hasanah, dkk 2020) mendefinisikan *smartphone adiction* sebagai bentuk penggunaan dengan waktu yang berlebihan dan melibatkan diri sendiri secara mendalam pada suatu hal yang menyebabkan ketergantungan, sehingga menyebabkan hilangnya kontrol diri dan munculnya kecemasan psikologis yang dapat mengakibatkan terjadinya masalah sosial terhadap individu.

Selain itu peningkatan dalam adiksi akan sama walaupun penyebabnya bermacam-macam. Karena negara kita (Indonesia) merupakan negara ke 11 pecandu gadget di dunia. Selain itu, memuncaknya populasi kelas menengah dan semakin meningkatnya pendapatan per-kapita, membuat penggunaan gadget semakin tinggi. Terlebih lagi gadget menjadi sarana yang sangat memudahkan dalam mencari dan mendapatkan informasi (Putra, Ildil, & Afdal, 2019).

Agusta (2016) menyebutkan salah satu faktor penyebab terjadinya adiksi gadget yaitu faktor situasional. Faktor ini terdiri atas faktor-faktor penyebab yang mengarah pada penggunaan telepon genggam sebagai sarana yang membuat individu merasa nyaman secara psikologis ketika menghadapi situasi yang tidak nyaman, seperti pada saat stres, mengalami kesedihan, merasa kesepian, mengalami kecemasan, mengalami kejenuhan belajar, dan *leisure boredom* (tidak adanya kegiatan saat waktu luang).

Penelitian yang dilakukan oleh Andi Tri Noviyani Putri, Tagunu, Fanni Putri Diantina (2018) dengan judul “Hubungan Kesepian dengan Adiksi

*Smartphone* pada Mahasiswa (Rantau) di Kota Bandung”. Dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara Kesepian dan adiksi *smartphone* tingkat kekuatan korelasi sedang atau cukup kuat. Maka dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kesepian maka semakin tinggi pula adiksi *smartphone* pada mahasiswa (rantau) tahun 2018 di Kota Bandung. Dalam hal ini, gadget dapat dijadikan sebagai alat pelarian dari masalah, menghilangkan kesepian yang dirasakan akibat hubungan sosial yang rendah. Dengan menggunakan gadget, individu dapat memudahkan dalam menjalin komunikasi dan tetap melakukan interaksi dengan individu lainnya walaupun secara tidak langsung.

Kemudian dalam penelitian yang dilakukan oleh Dandy Maulana Akbar, dkk. (2019) dengan judul “*Loneliness and Smartphone Addiction Among College Students*”. Berdasarkan analisis data, terdapat korelasi positif yang signifikan antara Kesepian dengan *Smartphone Adiction*. Analisis korelasi menunjukkan koefisien korelasi dengan  $r = 0.295$  dan  $p = 0.00$  ( $p < 0,05$ ). Disimpulkan bahwa semakin tinggi kesepian, semakin tinggi pula kecanduan *smartphone*, dan semakin rendah kesepian, kecanduan *smartphone* lebih rendah. Dalam hal ini, individu yang merasa kesepian akan cenderung lebih banyak menggunakan *smartphone*, lebih memilih untuk memiliki aktivitas dalam dunia maya daripada beraktivitas secara langsung (bertatap muka).

Penggunaan gadget akan menjadi baik bila digunakan sesuai dengan porsi kebutuhannya, namun dengan keterbukaan informasi yang luas dan berbagai bentuk gadget yang menarik menjadikan individu teradiksi terhadap gadget. Karena beberapa manifestasi penggunaan gadget yaitu mendapatkan pengakuan teman sebaya dan akses informasi hiburan (Utami & Kurniawati, 2019). Sejalan dengan hal tersebut maka linier jika dikatakan bahwa salah satu hal yang dapat memberikan hiburan di saat pandemi adalah dengan gadget.

Bila ditinjau dari kepribadian, seseorang dengan tipe kepribadian introvert cenderung menggunakan internet untuk mencari teman dan untuk

bersosialisasi. Oleh karena itu, seseorang dengan tipe kepribadian introvert memiliki kecenderungan yang lebih tinggi mengalami adiksi internet daripada tipe ekstrovert (Anggraeni, Husain, & Arifin, 2014). Karena tipe introvert memiliki kecenderungan peka terhadap rangsangan.

Menurut Aron dalam Anggraeni, dkk (2014) seseorang dengan tipe kepribadian introvert begitu sensitif terhadap neurotransmitter dopamin. Hal tersebut mengakibatkan tipe introvert merasakan sensasi rasa nyaman di seluruh tubuh sehingga dapat menurunkan rasa lelahnya dari rangsangan luar. Maka selanjutnya, hanya dengan sedikit rangsangan indrawi seorang introvert akan terstimulasi (Feist & Feist, 2002).

Bila ditinjau dari jenis kelamin, Menurut Philips dan Bianchi dalam Mawarpury, dkk (2020) menyebutkan bahwa laki-laki dan perempuan memiliki kecenderungan yang sama terhadap adiksi gadget karena keduanya memiliki ketertarikan yang sama terhadap perkembangan teknologi. Sedangkan menurut Choliz dalam Mawarpury, dkk (2020) bahwa wanita memiliki kecenderungan adiksi yang lebih tinggi daripada laki-laki. Berbeda dengan itu, Bouzza dkk. dalam Mawarpury, dkk (2020) menyatakan bahwa justru laki-laki yang memiliki tingkat kecenderungan lebih tinggi terhadap adiksi gadget daripada perempuan.

Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut terdapat hasil yang kurang konsisten terhadap pengaruh adiksi gadget bila ditinjau dari jenis kelamin. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara kesepian (*loneliness*) dengan adiksi gadget.

Namun penelitian yang dilakukan oleh Mawarpury, dkk (2020) menyatakan bahwa terdapat perbedaan tingkat adiksi terhadap gadget bila ditinjau dari faktor usia. Dalam hasil penelitiannya dikatakan bahwa usia remaja memiliki kecenderungan yang tinggi untuk adiksi terhadap gadget daripada usia dewasa awal. Karena hal tersebut dikarenakan remaja berada pada fase pencarian identitas.

Penggunaan gadget dikalangan remaja sebagian besar digunakan dalam *setting* akademik. Oleh karena itu, menurut Salomon & Kolikant

dalam (Utami & Kurniawati, 2019) bahwa kelompok remaja yang memiliki prestasi tinggi merasa tidak terganggu dengan adanya gadget dalam aktivitas akademiknya dan mereka juga tidak begitu intensif menggunakan gadget dalam aktivitas non-akademiknya.

Kesepian dan adiksi gadget merupakan situasi yang membuat individu tidak memiliki interaksi yang baik dengan lingkungan sosial. Individu tidak mampu menjalin hubungan yang efektif dan berkomunikasi dengan baik sehingga merasa nyaman menjalin relasi di dunia maya dibandingkan dunia nyata. Hal ini memberikan pengaruh kurang baik terhadap individu sebagai makhluk sosial pada keterampilan berkomunikasi langsung yang lengkap dengan seluruh aspek yang dimiliki. Khusus bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2019 yang selanjutnya akan memiliki latar belakang sebagai calon pendidik.

Menurut Uno dalam (Mahanani, 2020), kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang guru adalah:

1. Kompetensi profesional, yaitu kemampuan yang harus dimiliki guru untuk dapat melaksanakan tugas mengajarnya dengan baik. Kompetensi profesional berarti seorang guru harus memiliki pengetahuan yang mendalam tentang mata pelajaran yang diajarkan serta penguasaan metodologi yaitu kemampuan memilih metode pembelajaran yang tepat.
2. Kompetensi pribadi, artinya seorang guru harus memiliki sikap kepribadian yang mampu menjadi contoh bagi orang lain dan memiliki jiwa kepemimpinan sebagaimana dikemukakan oleh Ki Hajar Dewantara yaitu *ing ngarso sung tulodo, ing madya mangun karso, tut wuri handayani*.
3. Kompetensi sosial, artinya guru harus mampu mendemonstrasikan atau mampu berinteraksi sosial baik dengan siswa maupun dengan sesama warga sekolah.
4. Kompetensi menyampaikan pelajaran yang terbaik, artinya mengutamakan nilai-nilai sosial daripada materi.

Dalam penjelasan Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan, disebutkan bahwa kompetensi kepribadian guru yaitu kemampuan kepribadian yang 1) mantap, 2) stabil, 3) dewasa, 4) arif dan bijaksana, 5) berwibawa, 6) berakhlak mulia, 7) menjadi teladan bagi peserta didik dan masyarakat, 8) mengevaluasi kinerja sendiri, 9) mengembangkan diri secara berkelanjutan (Lase, 2016).

Idealnya bagi seorang guru memiliki keterampilan dasar seperti, keterampilan bertanya, memberi penguatan, mengadakan variasi dalam pembelajaran, menjelaskan, membuka dan menutup pelajaran, membimbing diskusi kelompok kecil, mengelola kelas, dan mengajar kelompok kecil atau perorangan (Mulyasa, 2006).

Tak dapat dipungkiri bahwa kesepian memang sudah menjadi bagian dari individu bahkan sebelum terjadinya pandemi. Terkhusus bagi calon guru/pengajar, kesepian tentunya kerap kali dirasakan. Namun demikian, kesepian merupakan masalah masing-masing individu dan mengajar adalah bagian dari profesionalitas pekerjaan, oleh karena itu seorang calon guru harus mampu untuk bersikap profesional meskipun ia sedang merasakan kesepian.

Sebagai lulusan ilmu pendidikan, harus mampu membina hubungan antar pribadi yang baik, mampu berkomunikasi secara efektif, dan mampu bekerjasama dengan baik dalam tim/ rekan sejawat/ unsur lainnya untuk mencapai kesepakatan atau mencari solusi yang tepat dalam menyelenggarakan tujuan. Kemudian mampu menunjukkan kecintaan, kepedulian, kepekaan, mendengarkan dan menghargai keberagaman, serta memperlakukan orang lain secara tepat dan penuh kasih sayang (*passionate*). Dalam hal ini diharapkan mahasiswa FIP UNJ Angkatan 2019 mampu mencapai standar kelulusan yang sudah ditentukan.

Berdasarkan paparan teori dan penelitian relevan di atas, dapat dikatakan bahwa kesepian memiliki korelasi yang positif dengan adiksi gadget. Bahwa semakin tinggi tingkat kesepian maka semakin tinggi juga *addiction smartphone* pada individu. Individu yang mengalami kesepian

akan cenderung menggunakan gadget secara berlebihan dengan tujuan mengobati rasa kesepian. Individu memperoleh hiburan dan aktivitas lainnya yang menyenangkan dari gadget seperti main *game*, nonton film, dan berteman dengan jangkauan lebih luas melalui media sosial seperti *Facebook*, *WhatsApp* dan lain sebagainya.

Sampai disini, dapat ditarik benang merah bahwa salah satu solusi yang dipilih individu khususnya mahasiswa yang termasuk dalam generasi milenial bahwa untuk bertahan hidup dalam situasi pandemi adalah dengan menjadi adiksi terhadap gadget mereka. Namun, Manguma (2021) dalam penelitiannya mengenai bagaimana generasi milenial bertahan hidup (*survive*) di tengah pandemi covid-19. Mendapatkan data bahwa generasi milenial untuk bertahan hidup selama pandemi, adalah dengan menerapkan tiga macam strategi yaitu strategi aktif, strategi pasif dan strategi jaringan. Strategi aktif dilakukan dengan membuka usaha dan memaksimalkan potensi diri dengan berkreasi. Kemudian strategi pasif, yaitu dengan cara hidup berhemat, mulai dari menghemat biaya listrik dan pangan sehari-hari. Terakhir, strategi jaringan yaitu diterapkan dengan bantuan keluarga (dalam bentuk peminjaman), bantuan lembaga peminjaman (dalam bentuk uang tunai atau pinjaman usaha), dan bantuan pemerintah (sembako).

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Fajri, dkk (2021) terhadap Petani Karet di Desa Jeriji. Dalam hasil penelitiannya, mendapatkan fakta bahwa untuk bertahan hidup selama pandemi covid-19, keluarga Petani Karet menggunakan tiga strategi *survival*. Pertama, strategi alternatif subsistensi, yaitu dengan mencari pekerjaan sampingan dengan cara menjadi tukang kayu, berdagang/berjualan kecil-kecilan, serta memanfaatkan lahan untuk ditanami tanaman pangan yang dapat dikonsumsi. Kedua, strategi mengikat sabuk lebih kencang, yaitu dengan cara menghemat pengeluaran seminim mungkin yaitu makan dengan lauk seadanya dan menanam tanaman untuk dikonsumsi pribadi. Ketiga,

strategi meminta bantuan kepada kerabat dalam bentuk pinjaman uang sebagai tambahan untuk mencukupi kebutuhan hidup mereka.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Chyntia & Fitriani (2021) tentang strategi bertahan hidup yang digunakan oleh pedagang di kawasan wisata Pacu Jalur selama masa pandemi covid-19. Dalam penelitiannya, mendapatkan data bahwa para pedagang dalam bertahan hidup selama masa pandemi covid-19 yaitu dengan menggunakan strategi aktif, yaitu berkeliling mencari lokasi usaha yang lain dan menambah pekerjaan. Kemudian, strategi pasif yaitu pedagang berpandai-pandai dalam mengatur pengeluaran atau menghemat pengeluaran rumah tangganya. Selanjutnya, strategi jaringan yaitu dengan cara meminjam uang kepada kerabat, dan terakhir dengan cara memanfaatkan bantuan dari pemerintah berupa Bantuan Lansung Tunai (BLT).

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Teriyan, dkk (2021) tentang salah satu UMKM yang bertahan hidup di Bali. Dalam penelitiannya terhadap UMKM penghasil perak (Sai Silver), mendapatkan data bahwa untuk bertahan hidup selama masa pandemi covid-19, UMKM menggunakan strategi digitalisasi iklan. Hal itu juga menjadikan pengusaha dan karyawannya dapat mengembangkan kemampuan fotografi.

Berdasarkan penelitian-penelitian mengenai bagaimana individu/kelompok bertahan hidup selama masa pandemi covid-19, terdapat kesamaan cara yang dilakukannya yaitu seperti menghemat pengeluaran, meminjam uang baik ke sanak saudara maupun lembaga peminjaman, memaksimalkan potensi dan sumber daya yang tersedia, dan melakukan digitalisasi usaha.

Akan tetapi, kondisi kesepian dan adiksi gadget merupakan suatu hal yang menarik untuk dibahas. Karena hal tersebut memiliki keterkaitan erat dengan generasi milenial dan pesatnya kemajuan teknologi yang juga dituntut untuk menjadi individu yang kreatif. Berdasarkan hal-hal tersebut, maka peneliti memiliki ketertarikan untuk meneliti tentang “Hubungan

Kesepian dengan Adiksi Gadget Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2019”.

Selain itu, penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Widyanto & McMurrin (2004) bahwa faktor lain yang dijadikan tolak ukur untuk mengukur kecanduan internet diantaranya adalah kontrol diri, kesepian (*loneliness*), dan kecemasan sosial.

Selanjutnya, studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap 45 mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan dari angkatan 2018 sampai 2020 menggunakan kuesioner. Mendapatkan hasil bahwa mahasiswa FIP UNJ angkatan 2018 mendapatkan persentase 71% untuk tingkat adiksi terhadap gadget dan 60% untuk tingkat kesepiannya. Selanjutnya mahasiswa FIP UNJ angkatan 2019 mendapatkan persentase sebesar 75% untuk tingkat adiksi terhadap gadget dan 66% untuk tingkat kesepian. Terakhir angkatan 2020 mendapatkan hasil 63% untuk tingkat adiksi terhadap gadget dan 61% untuk tingkat kesepian. Berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa FIP UNJ yang mengalami adiksi gadget dan kesepian paling tinggi adalah angkatan 2019.

Oleh karena itu, maka peneliti mengajukan penelitian dengan judul Hubungan Kesepian dengan Smartphone Addiction pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2019.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Individu dihadapkan pada perubahan tatanan kehidupan, yaitu terjadinya pandemi Covid-19.
2. Terbatasnya aktivitas sosial yang menyebabkan individu menjadi kesepian (*loneliness*).
3. Pemenuhan kebutuhan individu dilakukan melalui gadget, sehingga menyebabkan individu menjadi candu (*addict*).
4. Menjadi negara dengan angka kecanduan gadget yang tinggi, yaitu urutan ke-11 di dunia.

5. Bagaimana strategi bertahan hidup mahasiswa FIP UNJ 2019 terhadap situasi pandemi Covid-19?
6. Bagaimana hubungan antara kesepian dan kecanduan gadget terhadap mahasiswa FIP UNJ Angkatan 2019?
7. Bagaimana keterampilan sosial mahasiswa FIP UNJ Angkatan 2019 akan berpengaruh terhadap profesinya di kemudian hari?

### **C. Pembatasan Masalah**

Pembatasan Masalah Dalam Penelitian Ini Adalah “Hubungan Kesepian Dengan Adiksi Gadget Pada Mahasiswa Angkatan 2019”

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Hubungan Kesepian Dengan Adiksi Gadget Pada Mahasiswa Angkatan 2019”

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “Hubungan Kesepian dengan Adiksi Gadget Pada Mahasiswa Angkatan 2019”

### **F. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan akan menambah konsep atau kajian dalam ilmu mengenai kesepian dan adiksi gadget pada individu. Selain itu, dapat memperkaya hasil penelitian sebelumnya dan dapat dijadikan sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi mahasiswa**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan pengetahuan mengenai pentingnya kesepian dan adiksi gadget yang dapat dijadikan pedoman dan kesadaran untuk menunjang keberhasilan sebagai calon guru BK/Konselor.

##### **b. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan lebih khusus mengenai hubungan Kesepian dengan Adiksi Gadget. Selain itu diharapkan dapat dijadikan kesadaran dan dorongan mengenai hal yang harus dimiliki dan dilaksanakan oleh seorang calon pendidik/pegawai dalam bidang pendidikan atau nonpendidikan.