BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Saat ini, era globalisasi adalah tantangan ekonomi di setiap negara terutama negara berkembang. Indonesia adalah negara berkembang yang secara umum menghadapi berbagai permasalahan, salah satunya adalah pengangguran. Pengangguran sering terjadi setelah lulus sekolah atau kuliah, yang di mana pada masa itu seseorang memasuki usia dewasa awal. Hingga saat ini, banyak sekali dewasa awal yang sedang mencari pekerjaan atau menganggur karena belum mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan kualifikasi yang dibutuhkan.

Dewasa awal menurut Hurlock (1996) merupakan seseorang yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukannya di masyarakat bersama orang dewasa lainnya. Masa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai kira-kira 40 tahun saat berbagai perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif. Masa dewasa awal adalah periode penyusunan diri terhadap pola kehidupan yang baru dan harapan sosial baru. Seseorang yang termasuk dewasa awal diharapkan memainkan peran baru, seperti suami/istri, orang tua dan pencari nafkah serta keinginan baru, mengembangkan sikap baru dan nilai baru sesuai tugas baru. Menurut Levinson (1977), dewasa awal adalah masa yang ideal untuk mempelajari berbagai konsep struktur dari kehidupan. Levinson membagi periode dewasa awal menjadi sembilan periode yang di antaranya adalah periode transisi dan periode kestabilan. Pada masa pengenalan struktur kehidupan dewasa awal (22-28 tahun), Individu yang masuk pada periode ini seharusnya menyelesaikan kewajiban yang diberikan dalam perkembangan psiko-sosialnya. Pada periode ini, aktivitas yang dilakukan oleh individu adalah mulai mencari tempat dalam dunia pekerjaan dan hubungan sosial agar struktur kehidupan yang dibangun menjadi stabil.

Tuntutan mencari pekerjaan pada periode transisi dewasa awal (22-28 tahun) menimbulkan persaingan yang tinggi sehingga membuat dewasa awal menjadi pengangguran. Menurut DePrince dan Morris (2008), banyaknya tenaga kerja yang lama mencari kerja karena adanya ketidaksesuaian antara sisi

permintaan dan sisi penawaran tenaga kerja. Masalah pengangguran menjadi rumit dan serius sehingga belum sepenuhnya dapat diatasi baik oleh pemerintah pusat maupun pemerintah daerah.

Menurut Badan Pusat Statistik (2023), jumlah angkatan kerja berdasarkan Survei Angkatan Kerja Nasional (Sakernas) pada Februari 2023 adalah sebesar 146,62 juta orang, naik sebesar 0,24 poin dari tahun 2022. Sedangkan menurut Databoks (2024), tingkat pengangguran di Indonesia mencapai 5,2% pada 2024 sehingga berada di urutan ke-59 dunia menurut proyeksi International Monetary Fund (IMF). IMF juga memproyeksikan bahwa tingkat pengangguran di Indonesia sama besarnya dengan China sehingga menggambarkan tingginya angka pengangguran yang ada. Tingkat pengangguran terbesar di Indonesia salah satunya adalah di Jakarta. Jakarta sebagai ibu kota menampung banyak pencari kerja dari seluruh Indonesia sehingga memperparah tingkat pengangggguran yang ada. Menurut Badan Pusat Statistik (2024), jumlah angkatan kerja di Jakarta berdasarkan Survei Angkatan Kerja Nasional (Sakernas) pada Februari 2024 adalah sebesar 5,34 juta orang. Jumlah ini naik 179 ribu orang dibandingkan pada Februari 2023. Selain itu, Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja (TPAK) naik sebesar 2,10 persen. Angkatan kerja yang meningkat tidak diimbangi dengan lapangan pekerjaan yang memadai sehingga memicu pengangguran di Jakarta. Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) di Jakarta pada Februari 2024 sebanyak 6,03 persen, turun sebesar 1,54 persen dibandingkan pada Februari 2023. Mengenai Tingkat Pengangguran Terbuka, Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) merupakan persentase jumlah pengangguran terhadap jumlah angkatan kerja (Badan Pusat Statistik, 2019).

Berdasarkan penjelasan di atas, tingkat pengangguran terbuka di Jakarta mengalami penurunan. Namun hal ini tidak dijadikan sebagai hasil yang positif karena pada kenyataannya masih ada angkatan kerja yang belum memperoleh pekerjaan. Selain itu, tingkat pengangguran di Jakarta meningkat karena adanya pemutusan hubungan kerja (PHK) yang masih terjadi di sepanjang tahun 2024. Hal ini menandakan bahwa ekonomi Indonesia yang melemah akibat ketidakmampuan perusahaan dalam mempertahankan karyawannya. Berdasarkan data Kementerian Ketenagakerjaan dalam CNBC (2024), di periode Januari-Juni 2024, provinsi DKI Jakarta memimpin dengan jumlah tenaga kerja yang di-PHK paling tinggi sejumlah

7.469 tenaga terja. Sementara itu, jumlah pekerja yang di-PHK di Jakarta melonjak 994% atau hampir 1.000% dibandingkan Januari-Juni 2023.

Seiring dengan perkembangan teknologi, kegiatan mencari pekerjaan pada pengangguran juga bisa dilakukan melalui platform pencari kerja *online* yang dapat diakses dengan berbagai cara termasuk dengan *smartphone*. Menurut survei yang dilakukan oleh Simon Kemp (Data Reportal, 2024), jumlah *smartphone* yang aktif di Indonesia mencapai 353,3 juta perangkat pada awal 2024 yang ekuivalen sebesar 126,8 persen dari total populasi penduduk Indonesia. Selain itu, pengguna internet di Indonesia pada awal 2024 mencapai 185,3 juta pengguna atau sebesar 66,5 persen dari total populasi penduduk Indonesia. Hal ini menunjukkan bahwa hampir setiap penduduk Indonesia memiliki *smartphone* yang aktif dan menggunakan internet setiap harinya.

Menurut Badan Pusat Statistik (2022), penduduk di DKI Jakarta aktif menggunakan internet melalui media *smartphone* dengan persentase sebanyak 98,21%. Hal ini menunjukkan bahwa hampir setiap penduduk DKI Jakarta memiliki *smartphone* aktif dan menggunakan internet hampir setiap harinya. Aktivitas penggunaan internet yang dilakukan oleh masyarakat DKI Jakarta pun beragam, salah satunya adalah mencari pekerjaan melalui *platform* pencari kerja atau media sosial sebagai salah satu pemanfaatan teknologi. Menurut CNN Indonesia (2022), *platform* yang biasa digunakan dalam melamar pekerjaan adalah Jobstreet, JobsDB, LinkedIn, Karir.com, Glints, TopKarir, dan Kalibrr.

Pada saat ini, para pengangguran memanfaatkan teknologi untuk mencari informasi lowongan pekerjaan melalui *smartphone*. Hal ini disebabkan oleh fitur dan kemudahan yang dimiliki *smartphone* dalam penggunaannya saat mencari pekerjaan dibandingkan dengan laptop. Para pengangguran menggunakan *smartphone* untuk membuat CV (*Curriculum Vitae*) sebagai persyaratan dalam melamar pekerjaan. Selain itu, para pengangguran menggunakan *smartphone* untuk mencari informasi lapangan pekerjaan dan sebagai sarana hiburan apabila merasa bosan atau putus asa ketika belum mendapat pekerjaan yang diinginkan. *Smartphone* juga menghubungkan mereka dengan berbagai orang.

Menurut Sarwar dan Soomro (2013), *smartphone* memiliki dampak yang besar di masyarakat. *Smartphone* berdampak pada semua bidang, seperti pendidikan, bisnis, hiburan dan ketenagakerjaan. Namun, seiring dengan berjalannya waktu, penggunaan *smartphone* sebagai salah satu solusi dalam mencari pekerjaan tidak hanya memepermudah tapi juga menimbulkan dampak negative bagi penggunanya. Mount (2012) menyatakan bahwa seseorang memakai *smartphone* setidaknya 5 jam dalam sehari dan penggunaan aplikasi meningkat secara signifikan sehingga mengurangi interaksi sosial, munculnya distraksi, adiksi, masalah kesehatan dan lain-lain. Menurut Bivin dkk. (2013), *smartphone* menjadi salah satu persoalan adiksi terbesar terhadap ketergantungan dan menyebabkan kecemasan terhadap *smartphone* atau yang dikenal dengan Nomophobia.

King et. al (2013) memaparkan bahwa nomophobia adalah bentuk fenomena yang terjadi di zaman modern yang ditandai dengan rasa ketidaknyamanan atau kecemasan yang disebabkan oleh tidak adanya *smartphone*, kontak personal, dan hubungan virtual antar individu yang digunakan secara terus-menerus. Sedangkan menurut Sezer dan Atilgan (2019), nomophobia merupakan fenomena yang dialami oleh masyarakat modern atau digital yang berfokus pada perasaan tidak nyaman dan cemas mengenai ketidakmampuan dalam mengakses *smartphone.* Tran (2016) menyebutkan bahwa nomophobia memiliki hubungan dengan perilaku kecanduan atau adiksi. Alasan utamanya adalah *smartphone* sudah menjadi pusat berkomunikasi dan dianggap perlu untuk dimiliki agar individu dapat tetap berhubungan dengan orang lain. Hal ini memberikan opsi bagi pengguna untuk memakai telepon secara kompulsif sehingga dapat diartikan memiliki perilaku kecanduan.

Yildirim dan Correia (2015) memaparkan bahwa nomophobia adalah bentuk interaksi antara manusia dengan teknologi informasi dan komunikasi yang ditandai dengan munculnya ketakutan secara tidak rasional karena tidak memakai *smartphone* dan layanan yang ditawarkannya. Pada jurnal yang sama juga dijelaskan bahwa ciri-ciri seseorang yang mengalami nomophobia adalah cemas dan sedih ketika tidak dapat memakai *smartphone*. Hal ini menunjukkan bahwa nomophobia adalah rasa takut yang muncul ketika seseorang merasa jauh dari *smartphone* yang ditandai dengan rasa cemas yang muncul.

Kanmani et al (2017) menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami nomophobia memiliki ciri-ciri yaitu tidak pernah mematikan *smartphone*, terobsesi untuk mengecek notifikasi berupa pesan dan panggilan yang tak terjawab, selalu membawa *smartphone* kemanapun, menggunakan *smartphone* pada waktu yang tidak seharusnya dan tidak adanya interaksi secara langsung. Sedangkan menurut Gezgin (2016), ciri-ciri dari orang yang mengalami nomophobia adalah merasa hampa atau kesepian dan merasa bosan ketika tidak menggunakan *smartphone*, mengecek dan memeriksanya berulang kali, merasa kecewa ketika kehabisan baterai dan merasa khawatir ketika lupa meletakkan *smartphone* di suatu tempat dan tidak dapat menggunakannya.

Penelitian mengenai tingkat nomophobia di Indonesia pernah dilakukan oleh Hestia et al. (2021) pada mahasiswa FKTI Universitas Mulawarman yang menunjukkan bahwa sebanyak 39% responden mengalami nomophobia tingkat berat, 41% mengalami nomophobia tingkat sedang dan 20% mengalami nomophobia tingkat ringan. Penelitian yang dilakukan oleh Sari et al. (2024) terhadap dewasa awal (20-40 tahun) menunjukkan bahwa sebanyak 48% responden mengalami nomophobia tingkat sedang, 22% mengalami nomophobia tingkat ringan, dan 30% mengalami nomophobia tingkat tinggi. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Saputro et al. (2023) terhadap generasi Z (17-27 tahun) menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara kesepian dan nomophobia.

Dari hasil di atas, dapat dilihat bahwa nomophobia di Indonesia sudah mulai marak meskipun tergolong dalam kategori atau tingkat sedang. Hanya saja, dibandingkan dengan nomophobia tingkat ringan, nomophobia tingkat tinggi masih lebih banyak.

Pada saat yang sama, seseorang yang sedang mencari informasi lowongan pekerjaan menggunakan *smartphone* akan merasakan bahwa dirinya tidak mampu untuk memperoleh pekerjaan yang diinginkan. Selain itu, seseorang cenderung tidak bertemu dengan orang lain secara intens kecuali di rumah karena informasi dapat diakses secara *online*. Jika hal ini dibiarkan, kondisi ini dapat menyebabkan kesepian. Pencari kerja rentan mengalami kesepian karena kurangnya interaksi sosial yang intens. Kondisi ini memaksa mereka untuk menyendiri dan kehilangan rasa memiliki dalam suatu kelompok. Selain itu, kesepian berdampak pada pencari

kerja seperti motivasi yang rendah, turunnya kinerja dan produktivitas yang rendah yang diperburuk dengan kesehatan yang menurun dan kecerdasan emosional yang rendah. Akibatnya, mereka kesulitan untuk mencari pekerjaan (Bruehlman-Senecal et al., 2020; Matthews et al., 2018; Michaelson et al., 2017; Ozcelik & Barsade, 2018).

Russell, Peplau dan Cutrona (1980) mendefinisikan kesepian sebagai perasaan individu yang disebabkan oleh adanya interaksi yang berkurang atau interaksi sosial secara erat pada hubungan sosial individu. Kondisi tersebut dapat berupa keadaan sementara yang disebabkan oleh adanya perubahan drastis dalam kehidupan sosial seseorang. Sedangkan Baron dan Byrne (2005) menjelaskan bahwa kesepian adalah kondisi mental dan emosional yang ditandai dengan perasaan terasingkan dan adanya interaksi sosial yang kurang. Kesepian adalah keadaan yang tidak nyaman akibat interaksi akrab dan intimasi yang tidak sesuai dengan keinginan**.** Dayakisni dan Hudaniah (2012) berpendapat bahwa kesepian memiliki kaitan dengan keadaan psikologis (*well-being*) pada individu, yang di mana salah satu faktor penyebabnya adalah *predisposing factors* yakni faktor pembawaan yang membuat seseorang rentan mengalami kesepian, seperti malu, stigma, keterampilan sosial yang kurang, adanya isolasi sosial, dan norma budaya seperti individualisme.

Seseorang yang sedang mencari pekerjaan sering merasa terisolasi dan kesepian menjadi perhatian pada saat ini. Proses mencari pekerjaan bukan hanya tentang menemukan peluang yang sesuai dengan kemampuan dan minat, tetapi juga melibatkan adaptasi dengan lingkungan sosial yang baru dan berbeda dari sebelumnya. Hal ini sering menimbulkan tantangan emosional yang kompleks termasuk perasaan terisolasi dan kesepian akibat penyesuaian yang tidak sesuai dengan harapan. Schneiders (dalam Rajab et al., 2014) menjelaskan bahwa penyesuaian diri adalah proses di mana seseorang mencapai kematangan dalam merespons kebutuhan lingkungannya. Penyesuaian diri dapat menjadi rumit karena setiap individu merespons kebutuhan dengan cara yang mungkin bertentangan dengan ketentuan lingkungannya. Lazarus (dalam Permatasari & Savira, 2018) menjelaskan bahwa konflik muncul ketika kebutuhan internal tidak sejalan dengan tuntutan eksternal. Dukungan sosial juga berperan penting. Zimet et al. (1988)

menjelaskan bahwa kurangnya dukungan sosial yang memadai dapat berdampak negatif pada penyesuaian diri, yang dalam hal ini adalah seseorang yang sedang mencari pekerjaan.

Pada masa mencari pekerjaan terutama menggunakan media elektronik yaitu *smartphone*, seseorang tidak harus bertemu langsung dengan orang lain sehingga hal ini menandakan bahwa orang tersebut merasa kesepian. Oleh karena itu, salah satu solusi untuk mengatasi kesepian adalah *smartphone*. Seseorang yang mengalami kesepian karena tidak adanya interaksi dengan orang lain selain di rumah dan belum mendapatkan pekerjaan akan cenderung menghabiskan waktunya untuk menggunakan *smartphone*. Individu yang mengalami *social isolation* cenderung mengalihkan aktivitas atau menghabiskan waktunya dengan *smartphone* untuk mengurangi rasa kesepian (Leung, 2008). Hal yang sama juga dipaparkan oleh Bian dan Leung (2014) yakni rasa kesepian menjadi salah satu penyebab individu berhubungan melalui *smartphone* secara berlebihan. Kebiasaan memakai *smartphone* yang bertujuan sebagai pengalihan dari kesepian menyebabkan ketergantungan pada *smartphone*. Penelitian yang dilakukan oleh SecurEnvoy (2012) menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* secara berlebihan cenderung menyebabkan seseorang mengalami ketergantungan dan memicu nomophobia. Arpaci (2020) menjelaskan bahwa kesepian sebagai faktor yang dapat mempengaruhi individu mengalami nomophobia. Seseorang yang merasa kesepian menunjukkan tingkat depresi, kecemasan, ketakutan dan kepanikan yang tinggi jika merasa jauh dengan ponselnya sehingga penggunaan *smartphone* meningkat ketika mereka merasa kesepian dan lebih cemas.

Berbagai penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan kesepian dengan nomophobia pada mahasiswa, tetapi sejauh ini penulis belum menemukan penelitian yang berfokus pada para pengangguran. Penelitian yang dilakukan oleh Saripah dan Pratiwi (2020) menunjukkan hasil bahwa terdapat korelasi atau hubungan yang positif antara kesepian dengan nomophobia pada mahasiswa generasi Z yang berarti semakin kesepian yang dialami, maka tingkat nomophobia akan semakin tinggi. Terkait dengan mahasiswa generasi Z (18-21 tahun), Hurlock (1980) memaparkan bahwa usia dewasa awal adalah masa keterasingan sosial yang di mana masa remaja digantikan terhadap masa persaingan dalam masyarakat

dewasa sehingga hanya dapat menghabiskan waktu lebih sedikit terhadap hubungan sosial yang berdampak pada meningkatnya kesepian.

Penelitian yang serupa dilakukan oleh Kenny et al. (2023) terhadap 100 orang mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Prima Indonesia menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kesepian dengan nomophobia yang artinya adalah semakin tinggi nomophobia, maka kesepian yang dialami oleh mahasiswa akan semakin tinggi. Penelitian lainnya dilakukan oleh Zihan et al. (2021) terhadap mahasiswa perantau di Universitas Syiah Kuala yang berjumlah sebanyak 513 mahasiswa yang terdiri dari 157 laki-laki dan 356 perempuan. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kesepian dan nomophobia pada mahasiswa perantau di Universitas Syiah Kuala yang berarti semakin tinggi tingkat kesepian, maka semakin tinggi nomophobia pada mahasiswa perantau.

Dalam penelitian ini, yang ingin adalah hubungan kesepian dan nomophobia pada dewasa awal pengangguran. Namun, belum terdapat penelitian mengenai hal tersebut. Oleh karena itu, penulis ingin menulis skripsi dengan judul "Hubungan Kesepian dan Nomophobia pada Dewasa Awal Pengangguran di Jakarta".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang di atas, maka permasalahan yang dapat diidentifikasi pada penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana gambaran nomophobia terhadap dewasa awal pengangguran di Jakarta?
2. Bagaimana gambaran kesepian terhadap dewasa awal pengangguran di Jakarta?
3. Apakah kesepian memiliki hubungan dengan nomophobia pada dewasa awal pengangguran di Jakarta?

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, fokus dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara kesepian dengan nomophobia pada dewasa awal pengangguran di Jakarta.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, "apakah terdapat hubungan antara kesepian dengan nomophobia pada dewasa awal pengangguran di Jakarta?".

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini dilakukan adalah untuk melihat apakah terdapat hubungan antara kesepian dengan nomophobia pada dewasa awal pengangguran di Jakarta.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini di antaranya adalah:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi dalam upaya mengurangi kesepian dan nomophobia pada dewasa awal pengangguran. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber referensi mengenai adanya hubungan kesepian terhadap nomophobia pada dewasa awal pengangguran untuk memperkuat penelitian selanjutnya dengan topik yang serupa.

1.6.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah:

1.6.2.1 Bagi Pengangguran

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai pentingnya melamar pekerjaan pada pengangguran yang ditinjau dari hubungan kesepian dengan nomophobia agar dapat mempersiapkan rencana untuk melamar pekerjaan.

1.6.2.2 Bagi Peneliti Berikutnya

Bagi peneliti berikutnya, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya referensi dan kontribusi data mengenai hubungan kesepian terhadap nomophobia pada seseorang yang sedang mencari pekerjaan. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat menumbuhkan minat peneliti lainnya untuk mengembangkan penelitian dengan topik yang serupa agar kajian ilmiah mengenai kesepian dan nomophobia dapat diperkaya.