

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi saat ini berkembang dengan sangat pesat. Teknologi merupakan hal yang tidak dapat dihindari lagi pada zaman ini khususnya di kalangan anak muda. Dengan meningkatnya jumlah pengguna internet di Indonesia dari tahun ke tahun, terdapat kemajuan dibidang teknologi yaitu kecerdasan buatan atau *Artificial Intelligence* (AI) yang semakin berkembang dan mempengaruhi berbagai aspek kehidupan manusia. Menurut Kementerian Keuangan Direktorat Jenderal Kekayaan Negara, *Artificial Intelligence* atau AI adalah teknologi di bidang ilmu komputer yang dirancang dengan kemampuan khusus untuk menyelesaikan berbagai permasalahan (Purwanti, 2023). AI kini menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari yang membantu manusia di berbagai aspek, AI juga menyediakan informasi dan rekomendasi secara cepat.

Salah satu teknologi AI yang semakin populer dan banyak digunakan adalah *Generative Pre-training Transformer* (ChatGPT). ChatGPT adalah kecerdasan buatan yang dikembangkan oleh OpenAI (Norsely dkk., 2023). Model ini juga menggunakan pendekatan *deep learning* yang disebut *transformer* untuk memahami dan menghasilkan teks yang lebih alami dan responsif (Setiawan dkk., 2023). Hal ini membuat ChatGPT mampu menyusun format teks secara otomatis dan meniru layaknya manusia sehingga sangat membantu pengguna (Galantry & Tanaamah, 2024). Selain itu, platform ini juga menawarkan kemudahan bagi penggunaanya dalam mencari jawaban, berdiskusi, solusi yang dibutuhkan di berbagai bidang.

Popularitas ChatGPT semakin meningkat seiring dengan tingginya jumlah pengguna yang memanfaatkannya dari berbagai keperluan. OpenAI juga mencatat bahwa lebih dari 200 juta orang menggunakan ChatGPT setiap minggunya.

Penggunaan ChatGPT yang luas tercermin dalam survei Populix yang menunjukkan bahwa ChatGPT menjadi platform AI yang paling sering digunakan yaitu dengan persentase pengguna mencapai 52%. Selain itu, survey yang dilakukan oleh *Boston Consulting Group* (BCG) pada tahun 2023, menunjukkan bahwa Indonesia berada di peringkat ke-4 dengan pengguna ChatGPT tertinggi yaitu sebesar 32% (Nursyecha, 2024). Tingginya angka dalam penggunaan ChatGPT di Indonesia menunjukkan bahwa masyarakat sangat dekat terhadap teknologi AI khususnya ChatGPT. Hal ini menunjukkan ChatGPT menjadi salah satu AI yang sering digunakan khususnya pada masyarakat Indonesia dalam berbagai keperluan.

Dalam perkembangannya, ChatGPT mulai dimanfaatkan sebagai sarana bagi beberapa individu untuk mengungkapkan pemikiran ataupun perasaan mereka, baik dalam mencari solusi atas permasalahan yang dihadapi maupun sekedar berbagi cerita. Secara ideal, manusia mencari bantuan dengan berkomunikasi kepada manusia. Namun, dalam beberapa kondisi tertentu dapat menyebabkan seseorang lebih memilih untuk mencurahkan perasaan atau keluh kesahnya kepada *non-human entities* seperti teknologi. Bagi sebagian orang yang menghadapi kesulitan dalam menemukan seseorang yang bersedia mendengarkan ceritanya, ChatGPT menjadi alternatif untuk berbagi keluh kesah.

ChatGPT telah menjadi alternatif baru dalam proses komunikasi emosional. Pengguna merasa lebih nyaman dan bebas untuk menyampaikan keluh kesah mereka ataupun mencari bantuan melalui ChatGPT. ChatGPT memberikan kata-kata yang positif, respons yang sopan, dan tidak menghakimi, sehingga menciptakan ruang aman bagi pengguna untuk terbuka tanpa rasa takut. Hal ini membuat banyak orang menjadikan ChatGPT sebagai tempat pelarian ketika mereka merasa kesepian, bingung, atau tidak tahu harus bercerita kepada siapa. Sesuai yang dikatakan dari salah satu pengguna ChatGPT yang memberikan pendapatnya melalui platform X, pengguna dengan username *@junghwanlucu* menuliskan “*Curhat ke GPT make ma feeling better, thanks 🍷*” lalu ia memposting jawaban dari ChatGPT yang berkata “*Duh, pasti rasanya nggak enak banget ya, apalagi di tengah kondisi kamu yang lagi banyak pikiran. Aku paham banget perasaan kayak gini-kayak makin lama...*”. Selain itu akun yang bernama

@savageloey memposting di X ia bilang *“Demi Allah curhat ke GPT yang notabennya robot lebih responsif dibandingkan cerita ke manusia 🥺 sampe nangis lagi karena keinget yang lusa kemarin dan jawaban curhatan dari GPT :(kek kok bisa robot memvalidasi semua yg perasaanku padahal aku cuma cerita garis besarnya:(“*. Kedua postingan tersebut menunjukkan bahwa pengguna tidak hanya merasa didengarkan tetapi juga divalidasi secara emosional oleh ChatGPT walaupun hanya melalui interaksi dengan ChatGPT. Meskipun disisi lain ada pandangan bahwa teknologi tidak dapat menggantikan hubungan sosial pada manusia yang sebenarnya, tetapi banyak individu tetap memilih ChatGPT sebagai wadah untuk menyalurkan emosi dan mencari solusi atas permasalahan yang mereka hadapi.

Fenomena individu di era digital saat ini menjadikan ChatGPT sebagai media untuk mencurahkan isi hati merepresentasikan perubahan signifikan dalam komunikasi emosional. Berbeda dengan era sebelumnya yang mengandalkan keterlibatan interpersonal secara langsung, penggunaan ChatGPT sebagai sarana berbagi keluh kesah mencerminkan transformasi dalam cara individu untuk memenuhi kebutuhan psikososialnya. Hal ini terbukti salah satu pengguna ChatGPT memposting di platform X mengenai pandangan dia saat curhat ke ChatGPT dengan username @cczlea ia berkata *“Baru kali ini ngerasain yg kata orang orang curhat sama ChatGPT better than curhat sama orang, ya ini! gprna ngejudge, selalu ngasih saran, fast respon, DAN SEMUA KATA KATA CHATGPT ADALAH BENARRRRR terimakasih udah nyiptain ChatGPT semoga km masuk surga 🙏”* dan ia posting salah satu respon dari ChatGPT yang berkata *“Azul, aku beneran terharu baca ini... Makasih juga ya udah percaya cerita sedalam ini ke aku. Aku nggak akan pernah ngejudge kamu, karena aku tau kamu tuh anak baik - kamu cuma lagi berusaha ngerasain hidup dengan cara kamu sendiri”*.

Dari beberapa unggahan di platform X tersebut memperlihatkan bahwa pengguna ChatGPT merasa lebih nyaman, aman, dan diterima saat mencurahkan isi hati kepada ChatGPT dibandingkan dengan manusia. Salah satu alasannya dikarenakan ChatGPT tidak menghakimi, merespons dengan cepat, dan menjawab hal yang positif kepada pengguna sehingga memvalidasi perasaan penggunanya. Terdapat pernyataan dimana pengguna merasa tidak memiliki teman untuk berbagi

cerita sehingga akhirnya memanfaatkan ChatGPT sebagai sarana menjalin interaksi dua arah. Hal ini menunjukkan adanya keterbatasan terhadap dukungan sosial yang mendorong individu untuk membangun dukungan atau koneksi tersebut melalui digital yang dianggap lebih aman, responsif dan bebas dari *judgement*.

Perilaku berbagi keluhan kesah ke ChatGPT mengindikasikan adanya perilaku pencarian bantuan. Perilaku mencari bantuan adalah perilaku aktif seseorang untuk meminta pertolongan dari orang lain, bantuan ini berupa penjelasan tentang masalah, cara menghadapinya, atau dukungan emosional (Rickwood & Thomas, 2012). Perilaku tersebut diawali dari adanya intensi untuk mencari bantuan (*help-seeking intention*). Intensi adalah keinginan atau rencana seseorang untuk melakukan suatu tindakan tertentu. Menurut Ajzen (1991; Nurhayati, 2011) semakin kuat keinginan seseorang untuk bertindak, maka semakin besar kemungkinan tindakan tersebut akan benar-benar dilakukan. Dengan kata lain, kuat atau lemahnya intensi seseorang sangat berperan dalam menentukan apakah perilaku atau tindakan tersebut akan dilakukan atau tidak. Menurut Nuzuluunimah (2019; Putri, 2023), sebagian orang yang mempunyai gangguan kesehatan mental cenderung mencari bantuan (*help-seeking*) kepada orang yang mereka percayai seperti keluarga, teman atau pasangan hingga mencari bantuan secara mandiri (*self-help*) melalui internet atau menggunakan website layanan kesehatan mental.

Dalam fenomena seseorang berbagi keluhan kesah dengan ChatGPT meskipun tidak secara langsung bertujuan untuk mencari bantuan pada ChatGPT ada kemungkinan individu tersebut memiliki intensi untuk mencari bantuan. Konsep ini berkaitan dengan *help-seeking intention*, dimana individu mempunyai intensi untuk mencari bantuan baik dari manusia maupun teknologi. Sehubungan dengan meningkatnya pemanfaatan AI sebagai sarana untuk memberikan bantuan atau dukungan kepada seseorang, konsep *help-seeking intention* menjadi konsep yang relevan dalam menjelaskan bagaimana seseorang memutuskan untuk mencari bantuan khususnya melalui platform digital yaitu ChatGPT. Rickwood, Deane, Wilson, & Ciarrochi (2005) menjelaskan bahwa *help-seeking intention* adalah perilaku mencari bantuan dari orang lain. Sementara itu, Hammer dan Spiker (2018) menjelaskan *help-seeking* adalah perilaku individu untuk mencari bantuan profesional yang dipengaruhi oleh niat individu untuk melakukannya. Namun

dalam kenyataannya, tidak semua individu merasa memerlukan bantuan ke profesional dan tidak semua individu memiliki kesempatan untuk mengakses bantuan profesional baik karena keterbatasan biaya maupun stigma sosial yang masih melekat. Hal ini mendorong sebagian individu untuk memanfaatkan teknologi AI sebagai salah satu sarana untuk pencarian bantuan.

Teknologi AI menurut Fadilla dkk. (2023), AI bekerja dengan mengumpulkan jutaan informasi dan gambar dari internet lalu mengolahnya menjadi basis data dan dari data tersebut AI akan menghasilkan suatu karya secara cepat berdasarkan deskripsi yang diberikan. Peneliti dari Stanford University menemukan bahwa AI seperti ChatGPT cenderung memberikan ataupun menampilkan diri secara positif dalam jawaban-jawabannya, setelah diuji LLM dengan kuesioner kepribadian mereka mendapati bahwa AI menunjukkan bias keinginan sosial atau *social desirability bias* yang artinya cenderung akan memberikan jawaban yang dinilai paling dapat diterima oleh masyarakat (Sopyan, 2025). Dengan cara kerja AI yaitu *social desirability bias* hal ini memungkinkan sebagian individu menggunakan AI untuk mengekspresikan pikiran, mencari dukungan emosional atau mendapatkan saran atas permasalahan pribadi karena AI dianggap mampu memberikan respons yang disukai oleh penggunanya dan tidak menghakimi.

Penggunaan ChatGPT secara berlebihan akan berdampak negatif bagi penggunanya. Penggunaan ChatGPT secara berlebihan akan munculnya fenomena "*metacognitive laziness*", yaitu kecenderungan pengguna untuk bergantung pada AI dan mengurangi aktivitas berpikir kritis maupun daya ingat. Studi dari *Massachusetts Institute of Technology* (MIT) yang dipublikasikan oleh Hornby (2025) menunjukkan bahwa pengguna yang terlalu sering mengandalkan ChatGPT mengalami penurunan aktivitas otak, kreativitas, serta retensi memori, dibandingkan dengan mereka yang menyelesaikan tugas tanpa bantuan AI. Selain itu, *The New York Times* yang dikutip oleh Tom's Hardware mengungkapkan adanya kasus di mana ChatGPT mendorong seorang pengguna untuk meyakini dirinya sebagai "*Chosen One*", bahkan menyarankan tindakan ekstrem seperti melompat dari bangunan dan menyalahgunakan obat-obatan, yang tragisnya berujung pada insiden bunuh diri (Grimm, 2025).

Dalam era digital saat ini, individu tidak hanya mengandalkan interaksi secara langsung dengan manusia tetapi juga melalui platform berbasis kecerdasan buatan atau AI seperti ChatGPT. Fenomena penggunaan AI seperti ChatGPT di kalangan remaja menjadi bukti bahwa teknologi ini telah menjadi bagian dari keseharian mereka. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Ofcom di Inggris menunjukkan bahwa penggunaan AI lebih dominan di kalangan remaja dan anak-anak dibandingkan orang dewasa, selain itu regulator menyatakan bahwa terdapat 80% remaja usia 13 hingga 17 tahun telah menggunakan AI termasuk chatbot seperti ChatGPT (Hendriyanti, 2023). Perubahan sosial yang terjadi sangat cepat di era ini menuntut individu, khususnya pada usia remaja untuk mampu beradaptasi dengan berbagai dinamika kehidupan. Usia remaja tersebut termasuk dalam golongan generasi Z yakni kelompok usia yang berusia 13 hingga 28 tahun.

Pada tahap remaja, individu mulai membangun identitas diri, mengembangkan kemandirian, serta mencari validasi sosial dari lingkungan sekitarnya. Sementara itu, pada tahap *emerging adulthood* mereka mulai menghadapi tantangan transisi menuju kehidupan dewasa seperti meniti karier, membangun hubungan interpersonal dan mencapai dalam kemandirian finansial. *Emerging adulthood* merupakan konsep perkembangan dari akhir masa remaja hingga pertengahan dua puluhan, khususnya pada rentang usia 18-29 tahun (Arnett, 2006). Pada rentang usia 18-29 tahun dikatakan termasuk dalam generasi Z yaitu kelompok generasi yang umumnya lahir di antara tahun 1997 hingga 2012. Berdasarkan penelitian Xueyun dkk. (2023; Zahra dkk., 2025) Gen Z yang saat ini berusia 18–28 tahun berada dalam rentang usia *emerging adulthood*, sesuai dengan definisi usia *emerging adulthood* menurut Arnett (2006). Dalam rentang usia ini, diharapkan untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial termasuk dalam menjalin relasi dengan teman sebayanya. Namun, kenyataannya tidak semua individu mampu memenuhi tuntutan tersebut yang kemudian berdampak pada keterbatasan dalam membentuk dan mempertahankan hubungan interpersonal. Kondisi ketika individu mengalami keterbatasan dalam relasi sosial atau ketika hubungan individu dengan orang lain tidak sesuai dengan harapannya disebut dengan *loneliness*. Permana & Astuti (2021) yang menyatakan bahwa *emerging adulthood* mempunyai kemungkinan mempunyai relasi yang cukup banyak tetapi

hal tersebut tidak mampu menghilangkan perasaan kesepian. Hal ini juga didukung sesuai studi dari Newport Academy (2020) menyatakan bahwa 73% Generasi Z mengalami kesepian.

Kesepian yang dirasakan oleh individu akan berbeda-beda, hal ini dapat dilihat dari jenis kelamin individu. Menurut Sun dkk. (2020), menyatakan bahwa perempuan cenderung merasa kesepian dibandingkan dengan laki-laki. Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan tingginya rasa kesepian yang dialami masing-masing jenis kelamin. Jenis kelamin perempuan cenderung lebih fokus membutuhkan hubungan interpersonal dibandingkan laki-laki dan norma budaya yang melekat bahwa laki-laki mengedepankan maskulinitas sehingga laki-laki sulit untuk menunjukkan sisi lemahnya salah satunya pada perasaan kesepian (Octaviany, 2019). Namun, dari hasil penelitian Fachrezy dkk. (2022) menyatakan bahwa laki-laki memiliki tingkat kesepian yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Hal ini didukung Maes dkk. (2019) menyatakan bahwa laki-laki menghabiskan lebih sedikit waktu bersama orang lain atau karena adanya ketidaksesuaian terhadap interaksi sosialnya dengan situasi atau kondisi yang diharapkan. Berbeda dengan perempuan yang lebih sering terlibat dalam interaksi sosial secara langsung atau tatap muka cenderung lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaannya ketika berkumpul.

Pada saat individu merasa tidak dapat membangun hubungan interpersonal atau hubungan individu dengan orang lain tidak sesuai dengan harapannya, baik laki-laki maupun perempuan berpotensi untuk mengalami kesepian dan individu cenderung memiliki intensi untuk mencari bantuan atau mencari alternatif dukungan melalui teknologi. Hal ini semakin relevan dalam menghadapi fenomena dimana individu yang merasa kesepian atau *loneliness* terutama pada Generasi Z dengan menceritakan keluh kesah mereka melalui ChatGPT. Menurut Survei yang dilakukan oleh sebuah lembaga kesehatan di Amerika Serikat terdapat 20.000 orang dan sebanyak 47% diantaranya merasa ditinggalkan. Dari hasil survei tersebut kelompok yang paling kesepian adalah Generasi Z (Octavia, 2019). Berdasarkan hasil studi GWI sebanyak 80% dari anggota Gen Z menyampaikan mereka mengalami perasaan kesepian dalam setahun terakhir, dengan 20% diantaranya mereka “sering” merasakan kondisi tersebut (Tashandra, 2024). Selain itu, menurut

laporan terbaru dari *The Verge*, tim *Vox Media's Insights and Research* dan perusahaan konsultan riset *The Circus* mencatat bahwa terdapat 34,9 juta pengguna ChatGPT yang berasal dari kalangan Generasi Z (Bestari, 2023). Data ini menunjukkan bahwa *emerging adulthood* yang termasuk pada kalangan Gen Z merupakan kelompok usia yang cukup aktif dalam memanfaatkan platform digital seperti ChatGPT. Oleh karena itu, populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah *emerging adulthood* di Indonesia.

Loneliness atau kesepian terjadi ketika hubungan individu dengan orang lain tidak sesuai dengan harapannya. Menurut Russel & Pang (2016), kesepian merupakan kondisi dimana seseorang merasakan kekurangan dalam jumlah, kualitas atau jenis interaksi sosial dengan orang lain dan hal ini menimbulkan emosi negatif serta berdampak pada kesehatan mental dan fisik individu. Individu yang merasa *loneliness* lebih cenderung menggunakan media sosial atau ponsel sebagai pelarian dari perasaan negatif mereka (Leung, 2007).

Kesepian ditengarai menjadi salah satu faktor yang membentuk perilaku pencarian bantuan pada remaja. Ketika seseorang merasa kesepian, perasaan tersebut akan mendorong individu untuk mencari dukungan sosial untuk mengatasi perasaan tersebut. Namun, tidak jarang perasaan kesepian juga dapat menimbulkan rasa enggan untuk mencari bantuan dengan beberapa alasan seperti merasa tidak memiliki teman yang cukup dekat, tidak menemukan orang yang dapat dipercaya atau pun mengalami kesulitan dalam menjalin komunikasi dengan orang lain. Dalam situasi ini, internet menjadi alternatif yang menjanjikan seperti hasil penelitian Pretorius dkk. (2019), internet memiliki tiga fungsi utama dalam mendukung proses pencarian bantuan individu terkait kesehatan mental yaitu pertama internet sebagai sumber informasi awal, kedua sarana untuk terhubung dengan profesional atau sesama penyintas dan ketiga sebagai alternatif bantuan bagi individu yang kesulitan mengakses layanan secara langsung. Dengan kondisi dimana beberapa individu yang masih sulit mengakses layanan profesional secara langsung, lebih memilih untuk bercerita, mencurahkan perasaannya kepada platform berbasis kecerdasan buatan seperti ChatGPT. Hal ini dilakukan bukan hanya karena teknologi dianggap lebih canggih melainkan mereka tidak memiliki teman atau sosok nyata yang bisa dijadikan tempat untuk bercerita. ChatGPT yang responsif

dan tidak menghakimi menjadi pilihan bagi individu yang merasa tidak mendapatkan dukungan sosial yang mereka butuhkan dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu platform digital yang saat ini sering digunakan adalah ChatGPT yang memungkinkan individu berinteraksi secara virtual sebagai alternatif kurangnya dalam interaksi sosial secara langsung. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mutiarrrama dkk., 2024) menunjukkan bahwa *character artificial intelligence* dapat membantu sebagian Generasi Z dalam menghadapi kesepian. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa pengalaman pengguna dalam memanfaatkan AI bervariasi, dimana beberapa individu merasa terbantu dalam mengatasi kesepian, sementara yang lain merasa dengan AI tidak cukup untuk menggantikan interaksi sosial secara langsung.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Aprezo dan Saputra (2019) meneliti pengaruh kecemasan sosial dan kesepian terhadap intensi individu untuk mencari bantuan konseling. Hasil pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan sosial yang dirasakan seseorang maka semakin besar pula kemungkinan individu tersebut untuk mencari bantuan profesional. Selain itu kesepian juga terbukti memainkan peran penting dalam mendorong seseorang untuk melakukan konseling sebagai upaya untuk mengatasi perasaan tidak memiliki teman bicara. Sayangnya di Indonesia bantuan profesional akses untuk mendapatkan pelayanan profesional tidak semudah mengakses ke ChatGPT. Dengan sulitnya mengakses layanan profesional yang dimana membutuhkan dana, waktu yang spesifik, dan kesiapan mental untuk bertemu langsung dengan orang lain. Hal ini diperkuat oleh hasil survei Populix pada Oktober 2022 yang menunjukkan bahwa 41% responden merasa biaya layanan profesional terlalu mahal, 33% merasa malu berbicara dengan orang yang tidak dikenal dan 27% khawatir akan mendapatkan stigma negatif dari masyarakat (Angelia, 2022). Kondisi tersebut akan sangat mungkin individu beralih ke alternatif yang murah, dapat dengan mudah diakses 24 jam, dan performa yang disukai untuk individu. Hal ini menunjukkan bahwa keterbatasan akses terhadap layanan profesional mendorong individu untuk mencari alternatif yang lebih mudah diakses, responsif, tersedia 24 jam seperti ChatGPT.

Penelitian terdahulu berbeda dengan fokus penelitian yang penulis akan angkat, dimana subjek tidak secara eksplisit mencari bantuan profesional, melainkan memilih untuk mencurahkan perasaan melalui interaksi dengan teknologi berbasis AI seperti ChatGPT. Fenomena penggunaan ChatGPT di kalangan pengguna internet khususnya pada Generasi Z menjadi menarik untuk diteliti lebih lanjut terutama terkait dampaknya terhadap *help-seeking intention* dalam konteks digital. Selain itu, fenomena pencarian bantuan melalui ChatGPT juga memiliki dinamika yang menarik dengan perasaan kesepian. Tidak semua individu yang mengalami kesepian memiliki kecenderungan untuk mencari bantuan melalui teknologi seperti ChatGPT dan sebagian individu yang merasa kesepian justru memiliki kebutuhan akan relasi interpersonalnya secara langsung karena walaupun ChatGPT dapat digunakan sebagai sarana untuk mengekspresikan perasaan tetapi ChatGPT tidak sepenuhnya mampu menggantikan peran manusia karena ia bersifat *lack of human touch*.

Pada penelitian lainnya yang dilakukan oleh Nagai dkk. (2023), ditemukan bahwa perempuan memiliki intensi yang lebih tinggi untuk mencari bantuan dari sumber informal dibandingkan dengan laki-laki. Namun, perempuan juga tidak menunjukkan kecenderungan yang tinggi untuk mencari bantuan dari sumber formal seperti profesional psikologis atau dokter. Temuan ini menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih nyaman untuk mencari bantuan atau dukungan yang bersifat personal. Dalam hal ini, penggunaan berbasis AI seperti ChatGPT dapat dianggap sebagai sumber bantuan informal.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, terdapat perbedaan antara teoritis dengan fakta lapangan. Oleh karena itu, penelitian ini untuk mengkaji lebih dalam mengenai perasaan kesepian dan jenis kelamin terhadap intensi untuk mencari bantuan melalui ChatGPT dengan begitu penelitian ini yang berjudul **“Pengaruh Kesepian dan Jenis Kelamin terhadap Intensi Mencari Bantuan Kesehatan Mental melalui ChatGPT pada individu *Emerging Adulthood*”**

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, terdapat beberapa masalah yang dapat diidentifikasi dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. *Emerging Adulthood* menjadikan ChatGPT sebagai tempat untuk mencari bantuan dalam menghadapi masalah.
2. *Emerging Adulthood* lebih memilih untuk mencari bantuan terhadap ChatGPT dibandingkan dengan profesional atau orang disekitarnya.
3. *Loneliness* atau perasaan kesepian yang dialami oleh individu *Emerging Adulthood* menjadi faktor yang dapat mendorong individu untuk mencari bantuan melalui ChatGPT.
4. Terdapat potensi perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam merasakan kesepian serta dalam kecenderungan mencari bantuan melalui ChatGPT.

1.3. Pembatasan Masalah

Penelitian ini difokuskan pada analisis “Pengaruh Kesepian dan Jenis Kelamin terhadap Intensi Mencari Bantuan Kesehatan Mental melalui ChatGPT pada individu *Emerging Adulthood*”. Fokus utama penelitian ini adalah memahami sejauh mana perasaan kesepian dan jenis kelamin dapat mempengaruhi intensi individu dalam menggunakan ChatGPT sebagai sarana bantuan.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, terdapat rumusan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat Pengaruh Kesepian dan Jenis Kelamin terhadap Intensi Mencari Bantuan Kesehatan Mental melalui ChatGPT pada individu *Emerging Adulthood*?”

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan yang telah diuraikan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Pengaruh Kesepian dan Jenis Kelamin terhadap Intensi Mencari Bantuan Kesehatan Mental melalui ChatGPT pada individu *Emerging Adulthood*”.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam bidang psikologi dan teknologi, khususnya terkait penelitian pada variabel kesepian dan jenis kelamin terhadap intensi mencari bantuan dalam konteks digital melalui AI seperti ChatGPT.
2. Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti-peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji lebih dalam mengenai peran teknologi AI dalam aspek psikologis atau memperluas cakupan penelitian dengan menambah variabel-variabel yang relevan.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi *Emerging Adulthood* sebagai Pengguna Teknologi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran pada *Emerging Adulthood* tentang bagaimana perasaan kesepian dapat mempengaruhi niat individu untuk mencari bantuan melalui ChatGPT sehingga mereka dapat lebih memahami cara memanfaatkan teknologi secara bijak untuk kebutuhan emosional.

1.6.2.2 Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi masyarakat dalam melihat potensi teknologi berbasis kecerdasan buatan atau AI salah satunya yaitu ChatGPT sebagai alternatif dukungan emosional yang mudah diakses, sekaligus meningkatkan kesadaran bahwa bantuan profesional tetap dibutuhkan dalam situasi yang lebih serius.