

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Permasalahan

#### 1. Latar Belakang

Manusia selalu terdorong untuk berhubungan satu dengan yang lain demi kelangsungan hidupnya (Juliardi, 2014). Hal ini dikarenakan manusia merupakan makhluk sosial. Semakin berkembangnya jaman, maka alat komunikasi yang digunakan oleh manusia untuk membantu berinteraksi juga semakin berkembang. Dulu manusia berkomunikasi secara langsung dengan tatap muka, atau secara tidak langsung melalui surat, kentongan, atau alat tradisional lainnya, maka sekarang semua itu telah berubah.

Kemajuan alat komunikasi memberikan dampak positif yaitu memudahkan manusia untuk berinteraksi satu dengan yang lainnya meskipun terpisahkan jarak dan waktu. Juliardi (2014) mengungkapkan bahwa salah satu ciri interaksi sosial adalah adanya kontak sosial, namun kontak sosial tidak selamanya didefinisikan sebagai interaksi secara langsung atau kontak/hubungan fisik. Kontak sosial juga dapat terjadi antara individu satu dengan yang lainnya melalui penggunaan *gadget*. Manusia jaman sekarang lebih memilih untuk berinteraksi dengan sesamanya melalui *gadget* mereka yang telah dilengkapi dengan internet daripada harus bertemu *face-to-face*, karena hubungan fisik tidak menjadi syarat utama terjadinya kontak.

Sebelumnya manusia lebih mengenal istilah *handphone* sebagai alat komunikasi. Di era digital ini, *handphone* telah berkembang menjadi *gadget*. Penggunaan *gadget* juga semakin merakyat dan dapat digunakan oleh segala usia dari berbagai lapisan sosial ekonomi. Tidak hanya digunakan oleh orang dewasa, namun anak-anak dan remaja juga turut menggunakan *gadget* sebagai alat komunikasi sehari-hari.

Selain koneksi internet dari paket data masing-masing *gadget*, keberadaan *wifi* yang kian merajalela juga memudahkan para pengguna jejaring sosial untuk meng-*update* status di akun pribadi, maupun *chatting* untuk berinteraksi dengan teman melalui dunia maya. Tidak dapat dipungkiri bahwa *wifi* telah berada di mana-mana dan mudah ditemukan di tempat umum, seperti di sekolah, kampus, restoran, rumah sakit dan masih banyak lagi.

Istilah "*Kerja keras banting tulang*" sekarang itu sudah tidak berlaku. Apalagi pada zaman ini orang-orang sudah melek dengan teknologi. Kerja keras mungkin berlaku pada berapa puluh tahun silam, namun sekarang kita sudah tidak perlu capek-capek "*kerja keras banting tulang*" untuk dapat

promosi jabatan atau kenaikan gaji ataupun sekedar mendapatkan penghargaan dari tempat bekerja. Sekarang sudah zamannya kerja cerdas, bekerja pakai otak dan memanfaatkan segala fasilitas yang sudah sangat memadai dalam dunia kerja. Rata-rata anak muda pada zaman ini sudah tidak asing lagi dengan *gadget*, semua sudah melek dengan teknologi. Seseorang bisa bekerja dengan *gadget* mereka sendiri, namun dengan pertimbangan mereka harus dapat menjaga menjaga keseimbangan kerja dengan kehidupan pribadi. Contohnya dengan hanya menggunakan *gadget* untuk sekedar menjadi media yang membantu proses dalam pekerjaan agar mudah dilakukan.

Bagi kita yang bekerja cerdas, *gadget* bukan semata-mata untuk bersosial media dan bermain *game online* saja. Memanfaatkan fasilitas ini sebagai wadah untuk mencari informasi, menambah wawasan, mengasah *skill* dan hal-hal yang lebih berguna lainnya. Kini *gadget* sudah menjadi media komunikasi pokok. Dampak positif penggunaan *gadget* dapat mempermudah komunikasi, mengembangkan kehidupan sosial, dan akses informasi yang cepat. Hal tersebut bisa dibuktikan dengan kenyataan di lapangan. Semua orang pasti tidak bisa lepas dari *gadget*, baik dalam berkomunikasi ataupun sekedar mengunggah di media sosial. Hal tersebut memperlihatkan bahwa penggunaan *gadget* berpengaruh terhadap perubahan perilaku individu dan interaksi sosial individu tersebut.

Selain menawarkan berbagai macam kemudahan dalam berkomunikasi, penggunaan *gadget* ternyata juga berdampak negatif. Karena terlalu sering menggunakan *gadget* yang awalnya digunakan untuk sekedar membantu mencari dan memberikan informasi, kini *gadget* cenderung sering digunakan untuk mengunggah sesuatu di media sosial hanya ingin mendapatkan identitas dalam dunia maya. Sekelompok peneliti psikiatri di Brasil telah menemukan gangguan baru yang disebut *No mobile phone phobia (nomophobia)*, yang mendeskripsikan ketergantungan (*dependency*) manusia pada perangkat *smartphone*. *No mobile phone phobia*, atau yang selanjutnya akan digunakan istilah *nomophobia*, merupakan gangguan yang merujuk pada kecemasan atau perasaan tidak nyaman yang disebabkan oleh kehilangan kontak dengan *gadget* mereka, tidak terkecuali *gadget* maupun komputer, atau ketakutan yang disebabkan kehilangan kontak dengan teknologi (Cheever, Rosen, Carrier & Chavez, 2014, hal. 291). Hal tersebut terkadang dilakukan tanpa alasan yang kongkrit, karena munculnya kecemasan yang berlebihan.

Adanya teknologi canggih seperti *gadget* yang mempermudah seseorang dalam mengakses informasi dan berkomunikasi membuat sebagian orang menjadi ketergantungan terhadap *gadget*. Muncul sebuah fenomena dimana

manusia saat ini benar-benar menjadi budak dari teknologi. Berdasarkan survei yang dilakukan *Secure Envoy*, sebuah perusahaan yang mengkhususkan diri dalam *password* digital, yang melakukan survei terhadap 1.000 orang di Inggris menyimpulkan bahwa manusia terutama dikalangan mahasiswa masa kini mengalami *nomophobia*. *Nomophobia* yaitu perasaan cemas dan takut jika tidak bersama telepon selulernya. Hasil survei menunjukkan, 66% responden mengaku tidak bisa hidup tanpa telpon selulernya. Persentase ini semakin membengkak pada responden berusia 18-24 tahun. Sebanyak 77% responden pada kelompok usia ini mengalami *nomophobia*. (Jurnal “pembangunan pendidikan : Fondasi dan aplikasi”, volume 2, nomor 1, 2014).

Banyaknya hal yang bisa dilakukan dengan menggunakan *gadget*, tampaknya membuat kita menjadi sangat tergantung pada *gadget*. Sebuah perusahaan periklanan *mobile* bernama Flurry belum lama ini mengeluarkan laporan mengenai jumlah pecandu *gadget* saat ini. Sayangnya, data yang disajikan Flurry tampak membingungkan dan tidak memperlihatkan semua data yang diperlukan. Terlebih lagi penelitian ini mungkin cukup bisa karena dilakukan oleh sebuah perusahaan yang menjual iklan di perlengkapan *mobile*. Tapi bagaimana pun, laporan ini masih bias memberikan gambaran mengenai pengguna *gadget* saat ini. Hal yang sangat berlebihan inilah, yang kemudian memunculnya bahwa adanya dampak negatif dari penggunaan *gadget* yang berlebihan diluar batas sewajarnya.

Flurry mematok bahwa *Mobile Addict* atau pecandu *gadget* adalah orang yang membuka aplikasi pada *gadget* mereka sebanyak lebih dari 60 kali dalam sehari. Hasilnya cukup menarik. Dari 1,4 miliar pengguna *gadget* yang diteliti, 176 juta orang di antaranya adalah pecandu *gadget*. Angka tersebut juga naik sampai 123 persen dibandingkan angka tahun lalu yang hanya 79 juta orang. Dari 176 juta orang tersebut, berdasarkan survey dengan 100.000 orang sampel, 52 persen di antaranya adalah wanita. Dari segi umur, pecandu *gadget* terbanyak adalah yang berusia 18 sampai 24 tahun, diikutioleh yang berusia 35 sampai 54 tahun, dankemudian 13 sampai 17 tahun. (Jurnal “Acta Diurna”. Vol. I. No. 1. Th. 2013).

Penelitian mengenai perilaku penggunaan jejaring sosial dan *nomophobia* menarik untuk diteliti karena gangguan *nomophobia* masih tergolong baru dan bahkan belum terdaftar di DSM V, meskipun pada tahun 2014 beberapa peneliti telah mencoba untuk mendaftarkannya di DSM V. Selain itu, *nomophobia* yang dialami individu juga menimbulkan dampak negatif, seperti berkurangnya komunikasi secara langsung (*face-to-face*) dikarenakan masyarakat lebih memilih untuk berkomunikasi melalui jejaring

sosial berkat kemudahan yang ditawarkan. Dampak lain yang juga terlihat adalah gangguan tidur, perubahan mood, mengganggu aktivitas sehari-hari serta kehilangan konsentrasi. Hal ini sangat penting untuk diteliti lebih lanjut terutama karena berkaitan dengan kesehatan mental manusia.

Kondisi kecemasan tersebut juga telah dipelajari dalam berbagai kasus, seperti ketika tidak ada sinyal, kehabisan baterai, tidak ada internet, kehilangan *gadget* dan lain-lain (Kalaskar, 2015, hal. 321). Definisi serupa juga disampaikan oleh Flood (2016), yang menyatakan bahwa *nomophobia* merupakan suatu istilah yang merujuk pada ketakutan ketika kehilangan kontak dengan *smartphone*, kehabisan baterai, atau kehilangan *gadget* itu sendiri. Yildirim, Sumuer dan Adnan (2016, hal. 1327) mengungkapkan bahwa 42,6% dewasa awal mengalami *nomophobia* dan ketakutan terbesar mereka berkaitan dengan akses komunikasi dan informasi. Meskipun *nomophobia* belum terdaftar dalam DSM V, para peneliti telah mencoba untuk mendaftarkannya. Penggunaan *gadget* saat ini lebih didominasi untuk membuka jejaring sosial daripada untuk hal lain (Manumpil, Ismanto dan Onibala, 2015).

Diberitakan oleh *Techland*, sebuah survei yang dilakukan perusahaan komunikasi *CloudTalk* menunjukkan bahwa menelpon adalah aktivitas nomor empat dari aktivitas lain yang biasa dilakukan orang dengan menggunakan *gadget*, sedangkan tiga aktifitas yang lebih banyak digunakan adalah mengirim SMS, *email*, dan *chatting* di situs jejaring sosial. Survei warga Amerika Serikat itu menunjukkan hanya 43% orang yang menggunakan *smartphone* untuk menelpon. Sembilan dari sepuluh responden lebih memilih mengirim SMS dari pada menelpon. Alasannya, menelpon dianggap sebagai kegiatan boros waktu dan mengganggu. Sedangkan survei warga Indonesia menunjukkan hanya 50% orang yang menggunakan *gadget* untuk menelpon, selebihnya mereka menggunakan *gadget* untuk mengirim pesan dan membuka situs jejaring sosial seperti *path*, *instagram*, *facebook*, *twitter*, dan lainnya. Tetapi ada juga orang yang menggunakan *gadget* bukan cuma untuk menelpon, mengirim pesan, atau membuka jejaring sosial, melainkan hanya untuk gengsi semata (Jurnal "Acta Diurna". Vol. I. No. 1. Th. 2013).

Diperkuat dengan data dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) yang bekerjasama dengan Pusat Kajian Komunikasi (PusKaKom) Universitas Indonesia yang telah melakukan riset untuk menemukan jawaban pertumbuhan pengguna internet tahun 2014. Hasil riset tahun 2014 menunjukkan pengguna sosial media menduduki peringkat tertinggi mengalahkan *browsing* di posisi kedua dan *chatting* diposisi ketiga. Terkait dengan teknologi berbasis internet, 85% dari total pengguna internet di

Indonesia mengakses internet dengan menggunakan *gadget*. Hasil penelitian ini mengonfirmasi beberapa temuan tentang naiknya tingkat pembelian dan penggunaan *gadget* di Indonesia. Sementara bila dilihat dari kategori usia, *smartphone* paling tinggi digunakan oleh mereka yang berusia 18-24 tahun. Sebanyak 60% pengguna internet dari kategori usia ini mengakses internet menggunakan *smartphone* (APJII dan PusKaKom 2014). Hasil temuan riset Indonesia *Smartphone Consumer Insight* pada Mei 2013 yang dilakukan lembaga riset global *Nielsen* menunjukkan, penggunaan normal per-hari rata-rata orang Indonesia menggunakan *smartphone* selama 189 menit (3jam 15menit). Survei serupa juga dilakukan oleh *Millward Brown AdReaction* yang dikutip dalam laporan “*Internet Trends 2014*” oleh Mary Meeker, seorang analisis dari Kleiner Perkins Caufield & Byers, yang melaporkan bahwa penduduk Indonesia menghabiskan waktu selama 181 menit untuk menggunakan *gadget* (Dwi Putra 2015: 14).

Bagaimana *nomophobia* dapat muncul dalam diri remaja ? Penelitian ini bertujuan untuk memaparkan munculnya fenomena *nomophobia* yang terjadi sebagai akibat dari ketergantungan remaja terhadap *gadget*. Perilaku remaja dalam kehidupan sehari – hari seringkali membuat rutinitasnya harus berkelut dengan dunia *gadget*. Semua hal tersebut terjadi karena bagaimana pemikiran atau konsep diri yang dimiliki seorang remaja.

Sementara konsep diri adalah konseptualisasi individu terhadap dirinya sendiri. Konsep diri secara langsung mempengaruhi harga diri dan perasaan seseorang tentang dirinya sendiri (Potter & Perry, 2010). Perkembangan dan pengelolaan konsep diri dimulai pada usia muda dan terus berlangsung sepanjang masa kehidupan. Dilaporkan ada kecenderungan bahwa pria memiliki harga diri lebih tinggi dibanding wanita (Birndorf et al dalam Potter & Perry, 2010). Menurut Hurlock (1999) konsep diri adalah gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya. Sedangkan menurut Brook (dalam Rakhmat, 2001) mengatakan bahwa konsep diri merupakan persepsi mengenal diri sendiri, baik yang bersifat fisik, sosial maupun psikologis, yang diperoleh melalui pengalaman individu dalam interaksinya dengan orang lain.

## 2. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan konsep diri pengguna *gadget* dengan kecenderungan perilaku *nomophobia* pada mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

## B. Tujuan dan Manfaat

### 1. Tujuan Penelitian

Mengetahui hubungan konsep diri pengguna *gadget* dengan kecenderungan perilaku *nomophobia* (*No-Mobile Phobia*).

### 2. Manfaat

#### a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam pengembangan Ilmu Psikologi Sosial maupun Ilmu Psikologi Perkembangan, terutama mengenai kecenderungan perilaku *nomophobia* pada konsep diri pengguna *gadget* di kalangan masyarakat luas.

#### b. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan referensi terkait hubungan konsep diri dengan kecenderungan perilaku *nomophobia*, serta saran untuk mencegah terjadinya *nomophobia*.

## C. Keaslian Penelitian

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang di teliti oleh Fitri Hardianti (2016) dengan judul “ Komunikasi Interpersonal Penderita *Nomophobia* dalam Menjalinkan Hubungan Persahabatan ”. Hasil penelitian ini adalah komunikasi interpersonal yang terjadi di antara keempat kelompok persahabatan pada tahap kontak, menjelaskan bahwa tahap kontak yang mereka jalani diawali dengan interaksi secara langsung (tatap muka), walaupun dalam hal ini penderita *nomophobia* memiliki tingkat intensitas yang tinggi dalam dunia maya, namun dalam membentuk suatu hubungan seperti persahabatan mereka masih melakukan lewat interaksi secara langsung. Pada komunikasi interpersonal penderita *nomophobia* dalam tahap keterlibatan, berdasarkan hasil penelitian di lapangan dan juga wawancara maka diperoleh hasil bahwa kelima penderita *nomophobia* tersebut, tidak ada melibatkan unsur *mobile phone* dalam menjalin keterlibatan dengan para sahabatnya. Bahkan mereka lebih banyak melakukan kegiatan di luar maupun di dalam ruangan yang bersifat kegemaran bersama seperti memasak, wisata kuliner bersama, pergi nonton, dan sebagainya. Komunikasi interpersonal dalam tahap keakraban yang dialami oleh kelima penderita *nomophobia* dalam hubungan persahabatannya, memiliki perbedaan pada beberapa kelompok. Ada beberapa penderita yang menggunakan *mobile phone* guna meningkatkan keakraban di antara dirinya dan sahabatnya namun ada juga yang tidak mengaitkan keakrabannya dengan *mobile phone*. Pada tahap kemunduran, komunikasi interpersonal yang terjadi di antara penderita

*nomophobia* disebabkan oleh adanya faktor penggunaan mobile phone, sikap penderita yang tidak dapat lepas dari *mobile phone* mengakibatkan timbulnya konflik yang apabila ini dibiarkan maka bisa jadi menimbulkan kerenggangan pada persahabatan mereka. Pada tahap perbaikan, komunikasi interpersonal yang terjadi di antara penderita *nomophobia* dan sahabatnya berawal dari perubahan persepsi secara intrapersonal yakni mencoba untuk memahami penderita, selain itu dengan memberikan teguran, sindiran supaya menyadarkan penderita untuk bisa mengurangi sikap ketergantungannya tersebut ketika sedang bertemu dengan sahabatnya. Pada tahap pemutusan, dalam penelitian ini tidak ditemukan adanya persahabatan yang mengalami pemutusan dikarenakan pengaruh *mobile phone*, karena ketika masuk pada tahap perbaikan, kebanyakan dari mereka kembali berfikir mengenai kelangsungan persahabatannya sehingga kebanyakan dari mereka berusaha untuk mempertahankan persahabatannya. Hal yang membedakan dalam penelitian penulis dengan penelitian sebelumnya adalah variabel dan lokasi penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah komunikasi interpersonal. Lokasi yang digunakan adalah Universitas Riau.

Kemudian diteliti ulang oleh Ria Wahyuni, Harmaini (2017) dengan variabel yang berbeda yaitu berjudul “ Hubungan Intensitas Menggunakan Facebook dengan Kecenderungan *Nomophobia* pada Remaja”. Hasil penelitian diperoleh menunjukkan korelasi intensitas penggunaan facebook dengan *nomophobia* dengan korelasi sebesar  $R = 0,272$  dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara intensitas penggunaan facebook dengan kecenderungan menjadi *nomophobia* pada remaja. Hal ini berarti tinggi rendahnya intensitas penggunaan facebook berhubungan dengan kecenderungan menjadi *nomophobia*. Selanjutnya nilai sumbangsih variabel intensitas penggunaan facebook terhadap variabel kecenderungan menjadi *nomophobia* adalah 7,4%, sisanya 92,6% di pengaruhi oleh variabel lain. Hal yang membedakan dalam penelitian penulis dengan penelitian sebelumnya adalah variabel dan lokasi penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah intensitas penggunaan facebook. Lokasi yang digunakan adalah SMA Negeri 02 Bengkalis Riau.

Kemudian diteliti ulang oleh Muhamad Yudhi Faisal, Neni Yulianita (2017) dengan judul “ Makna *Nomophobia* di Kalangan Masyarakat”. Penelitian ini menggunakan perspektif teori fenomenologi milik Alfred Schutz dan guna mempekuat tujuan penelitian menggunakan teori konvergensi media dan teori determinisme teknologi. Metode penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan konstruktivisme sebagai paradigma penelitian. Teknik dalam pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa makna *nomophobia* yang

muncul dalam penggunaan *smartphone* di kalangan mahasiswa dilatarbelakangi oleh adanya perubahan konsep diri dalam berkomunikasi mahasiswa, eksistensi diri dan citra diri mahasiswa pada media sosial menjadi alasan utama bagi *nomophobia* terdiri dari beberapa seperti : kenginginan mengikuti trend, pengaruh kelompok, tertarik fitur / aplikasi, pendidikan dan pengaruh iklan. Hal yang membedakan dalam penelitian penulis dengan penelitian sebelumnya adalah lokasi penelitian. Lokasi yang digunakan adalah Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Islam Bandung.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang membedakan dari penelitian ini adalah terletak pada variabel yang digunakan, pada penelitian ini variabel yang digunakan adalah konsep diri pengguna *gadget*. Variabel yang digunakan sebelumnya adalah komunikasi interpersonal dan intensitas penggunaan facebook. Konsep diri pengguna *gadget* digunakan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kecenderungan perilaku *nomophobia*. Pada penelitian pertama hasilnya tidak ditemukan adanya hubungan yang mempengaruhi antar variabel, namun pada penelitian berikutnya dan yang terakhir telah ditemukan adanya hubungan yang saling mempengaruhi antar variabel. Pada penelitian tentang kecenderungan *nomophobia* ini pada intinya subyek yang dituju adalah remaja berusia 17 – 24 tahun, namun yang membedakan penelitian sebelumnya adalah populasi yang digunakan adalah Sekolah Menengah Atas.