

BAB I

PENDAHULUAN

A. Permasalahan

1. Latar Belakang Masalah

Kemajuan teknologi saat ini membawa pengaruh Positif dan pengaruh Negatif bagi seluruh kegiatan manusia. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menyatakan bahwasanya jumlah pengguna internet di negara Indonesia pada tahun 2016 saja sebanyak 132,7 juta *user* atau sekitar kurang lebih 51,5% dari jumlah total seluruh penduduk Indonesia sebesar 256,2 juta. Perkembangan teknologi pada tahun 2016 hingga tahun 2023 mengalami peningkatan yang begitu cepat. Survei penelitian terbaru dari APJII pada tahun 2022 pengguna jasa internet mendapatkan presentasi sebesar 77,02% dan mengalami kenaikan hingga sebesar 33,44% dari tahun 2016, serta mengalami kenaikan hingga sebesar 12,22% dari tahun 2018. Media sosial menduduki peringkat satu dari berbagai konten media yang sering di akses dengan presentasi 89,15%, di ikuti dibawahnya media sosial chatting online dengan presentase sebesar 73,86%.

Menurut Sarwono, (2011) remaja yang saat ini aktif dalam penggunaan media sosial akan dianggap sebagai remaja yang tidak ketinggalan zaman, update, gaul dan keren, tapi jika pada saat ini remaja yang tidak dalam penggunaan media sosial yang aktif atau bahkan tidak mempunyai media sosial akan dianggap sebagai remaja yang ketinggalan zaman, tidak gaul, kurang update dan tidak keren. Masa remaja bisa diartikan sebagai masa yang dimana berada di tahap krisis identitas diri, yang dimana cenderung mempunyai rasa keingintahuan yang sangat tinggi, serta ingin selalu mencoba dalam hal-hal baru. Oleh karena itu dapat bisa menyebabkan remaja dengan berbagai segala bentuk karakteristik serta perkembangannya tidak mungkin bisa lepas dari bentuk fasilitas yang diberikan pada internet.

Menurut hasil penelitian selanjutnya yaitu Generasi Z sebanyak 33% menghabiskan lebih dari 6 jam/hari dalam menggunakan ponsel dan jauh lebih sering menggunakan media sosial dibandingkan dengan generasi sebelumnya. Dalam penelitian tersebut juga Indonesia menduduki peringkat tertinggi dalam penggunaan ponsel, yakni 8,5 jam/hari.

Generasi Z adalah remaja yang lahir setelah tahun 1995 hingga tahun 2010 merupakan generasi pertama yang terpapar oleh teknologi (Brown, 2020) atau seringkali disebut dengan generasi pasca-milenial. Generasi Z dike nal sebagai

generasi yang kreatif dan inovatif, menurut survei yang dilakukan oleh (Harris Poll, 2020), sebanyak 63% Generasi Z tertarik untuk melakukan berbagai hal kreatif setiap harinya. Kreativitas tersebut untuk dibentuk dari keaktifan Generasi Z dalam komunitas dan sosial media. Hal ini merupakan relevan bahwa Generasi Z merupakan generasi yang dimana erat akan teknologi “*digital native*”, sebagaimana mereka lahir di era ponsel pintar yang tumbuh Bersama dengan kecanggihan teknologi komputer dan memiliki keterbukaan akan akses internet yang lebih mudah dibandingkan dengan generasi terdahulu.

Kecanduan atau ketergantungan menurut Thakkar (2006) yaitu keadaan yang secara medis dan psikiatris dapat dicirikan sebagai pengguna atau pemakai yang melebihi batas sesuatu dan bisa berdampak negatif pada pola kehidupannya jika akan dilakukan terus menerus. *American Psychological Assosiation* menjelaskan bahwa kecanduan tidak hanya disebabkan oleh zat-zat adiktif, namun suatu tindakan perilaku atau suatu kegiatan yang dimana juga dapat menyebabkan kecanduan atau ketergantungan salah satunya adalah kegiatan dalam menggunakan internet (Kuswanto, 2020). Kecanduan media sosial ada kaitannya dengan upaya untuk pemenuhan kebutuhan, suatu kepuasan untuk mendapatkan informasi dan suatu hubungan komunikasi yang bergantung pada media sosial sehingga akan dapat menyebabkan perilaku kecanduan dalam penggunaan media sosial (Schrock, 2006).

Penelitian yang dilakukan Ejjinden, (2010) yakni kecanduan media sosial adalah suatu definisi gangguan tingkah laku yang terkait dengan penggunaan media sosial yang melebihi batas waktu. Hasil dari berbagai uraian pendapat para ahli bisa disimpulkan bahwa kecenderungan kecanduan media sosial merupakan suatu tindakan individu yang menggunakan media sosial secara berlebihan tanpa adanya batasan, dengan jangka waktu yang sangat lama serta akan berakibat pada penurunan yang terjadi diregulasi diri dan mengganggu jalannya aktivitas sehari-hari. Durasi dari penggunaan media sosial bisa digunakan sebagai metode untuk memutuskan apakah orang itu bisa menghadapi manifestasi suatu kecanduan atau tidak. Seseorang yang mengakses media sosial dalam jangka waktu 1-3 jam/hari termasuk dalam “*recreational user*” yang artinya pengguna media sosial sebagai hiburan, berinteraksi dengan orang lain dan kebutuhan informasi. Sedangkan orang yang mengakses media sosial selama 4-6 jam/hari termasuk “*atrisk user*” yang artinya pengguna yang beresiko. Sedangkan orang yang mengakses media sosial lebih dari 6 jam/hari termasuk kedalam kategori “*addict*” atau bisa disebut pecandu.

Dalam edisi buku DSM-V kecanduan atau gangguan internet biasa dikenal dengan sebutan "*Internet Addiction*" hal tersebut menurut buku DSM-V (*Diagnostic and Statistical Manual Of Mental Fifth Edition*), suatu gangguan penggunaan internet adalah sebagai pola penggunaan internet yang berlebihan dan berkepanjangan yang bisa menghasilkan sekelompok gejala kognitif dan perilaku, serta juga termasuk hilangnya kendali secara *progesif*. *Internet Addiction* merupakan ketidakmampuan individu dalam mengontrol penggunaan internet yang dapat menyebabkan terjadinya masalah psikologis, sosial dan pekerjaan pada kehidupannya (Young & Roger, 1998).

Menurut *Diagnostic and Statistical Manual Of Mental* (DSM-V) terdapat beberapa ciri-ciri kecanduan internet yaitu : keasyikan dengan internet, gejala penarikan internet (marah, cemas, sedih), upaya yang gagal untuk mengontrol penggunaan internet, kehilangan minat dan hobi serta hiburan, menggunakan internet berlebihan, penggunaan internet untuk menghilangkan suasana hati yang negatif, dan kehilangan suatu hubungan pekerjaan, pendidikan karena penggunaan internet.

Internet Addiction ini diasumsikan sebagai suatu konsep yang begitu banyak serta tidak ada definisi yang pasti mengenai fenomena adiksi internet. Namun dalam edisi buku DSM-V praktisi serta peneliti telah menandai suatu fenomena tersebut sebagai suatu adiksi internet yang masuk kedalam kategori "*Impulse Control Disorder*" yang berarti gangguan mengontrol dorongan (Negovan, 2010). Walaupun kecanduan internet atau halnya kecanduan media sosial belum bisa masuk kedalam daftar buku DSM-V, namun dari dampak serta ciri-ciri yang dihasilkan sama seperti orang kecanduan "*game online*" yakni adanya suatu rasa kesepian yang berkepanjangan (Eijinden, Jeroen & Patti, 2016)

Montag & Reuter (2015) menyatakan bahwasannya ada tiga penyebab yang bisa berpengaruh pada kecanduan internet, yakni :1) Faktor sosial, mempunyai kendala berkomunikasi secara *interpersonal* atau seseorang yang memiliki permasalahan sosial yang mengakibatkan mengakses internet secara terus menerus. 2) Faktor Psikologis kecanduan internet ditimbulkan karena individu mengalami masalah mental tertentu seperti kecemasan, depresi, *obsesive compulsive disorder* (OCD). 3) Faktor Biologis.

Peneliti juga sudah melakukan suatu *Pra*-penelitian yang gunanya untuk memastikan bahwasanya terdapat suatu perilaku kecanduan atau ketergantungan pada penggunaan media sosial. Peneliti telah mewawancarai 4 orang remaja yang terdiri dari 2 laki-laki 2 perempuan di lingkungan Kecamatan Sukodono, kriteria yang peneliti ambil yakni siswa SMA dengan usia 18 dan 19 tahun dengan inisial

F, J, D, dan V dengan pertanyaan yang sama dari peneliti dan berbagai jawaban dari masing-masing 4 orang remaja.

Berdasarkan hasil dari wawancara yang telah dilaksanakan, bahwasannya peneliti juga berasumsi, bahwa remaja yang mengalami kecanduan dalam penggunaan media sosial yang membuat mereka kecanduan adalah sebuah faktor dari lingkungan yang kurang mendukung, faktor psikologis seseorang dan juga bisa faktor sosial, hal tersebut mengakibatkan suatu tindakan perilaku kecanduan atau ketergantungan media sosial yang menimbulkan efek negatif didalam situasi lingkungannya. Hasil wawancara yang telah dilaksanakan juga dikembangkan peneliti melalui survey.

Peneliti melakukan survey awal mengenai Kecenderungan Kecanduan Media Sosial yang dialami oleh generasi z atau remaja kepada 25 orang di Sukodono, Sidoarjo, dengan menyebarkan pertanyaan dengan menggunakan kuisioner mengenai Kecanduan Media Sosial. Survey dilakukan pada tanggal 16-19 September 2023, dari hasil survey yang telah dilakukan maka dapat diuraikan hasilnya bahwa dominan didapatkan hasil kategori tinggi dalam rentang $74 \leq X$ terdapat 24 responden dengan persentase 96%.

Faktor kecanduan media sosial menurut Young (2010) yaitu kondisi psikologis, kondisi sosial ekonomi, tujuan dan waktu penggunaan internet. Secara psikologis, jenis komunikasi yang dimana individu mengungkapkan suatu informasi tentang diri sendiri yang biasanya disembunyikan DeVito (2011). Hakikatnya, *Self-disclosure* merupakan hal penting bagi individu khususnya yang memasuki masa tahap remaja, karena pada masa tersebut individu membutuhkan sarana untuk membangun hubungan sosial dengan orang lain (Hurlock, 2003).

Self-disclosure didefinisikan sebagai proses dimana individu mampu mengungkapkan dirinya dengan baik secara verbal atau secara non verbal kepada individu lain mengenai beberapa informasi pribadi yang sebelumnya tidak diketahui. Saat ini individu memiliki kontrol yang lebih besar pada *self-disclosure* verbal dibandingkan *self-disclosure* non verbal. Remaja melakukan *self-disclosure* kepada individu lain dalam berbagai cara dan tingkatan. *Self-disclosure* yang dilakukan remaja pada saat ini merupakan tindakan remaja dalam memberikan informasi mengenai sikap, opini, minat dan lain sebagainya.

Self-disclosure dilakukan remaja dapat memiliki dampak negatif bagi remaja dikarenakan yang dilakukan mereka di media sosial cenderung tidak tepat yang sejatinya menjadi sumber informasi, wadah dokumentasi, dan tempat berkomunikasi atas sebuah isu atau persoalan yang penting. Melalui media sosial remaja bersedia berkomunikasi dan melakukan *self-disclosure* dengan orang

asing dan sangat mudah menerima ajakan pertemanan dari pengguna yang tidak kenal sebelumnya yang menyebabkan semakin tinggi resiko yang muncul seperti pelanggaran privasi, salah paham, *cyberbullying* berupa hinaan dan penyalahgunaan informasi bisa terjadi dikarenakan dan didasari oleh remaja yang memberikan *Trust* (kepercayaan) kepada siapapun yang begitu mudah didapatkan (Livingstone, 2008). Pengungkapan diri biasanya dilakukan kepada orang yang terbilang paling dekat dan bisa dipercaya, namun tidak menutup kemungkinan bahwa rang yang berhubungan dengan pengungkapan diri tersebut mungkin akan merasa terganggu.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Paramitha & Dewi (2013), menjelaskan bahwa *Self-disclosure* (pengungkapan diri) dimedia sosial cenderung beresiko karena setiap orang dapat dengan mudah melihat data pribadi yang telah diungkapkan dimedia sosial seperti dimedia sosial, apalagi jika *Self-disclosure* diungkapkan dalam bentuk yang negatif, seperti berbicara kasar, mengkritik keras, menyinggung perasaan ataupun mendapat penolakan dari orang lain. *Self-disclosure* merupakan salah satu sikap penting kaitannya dengan bagaimana seseorang membangun relasi atau berkomunikasi dengan orang lain. Hal tersebut serupa dengan penelitian yang dilakukan.

Chen (2017) mengungkapkan bahwa terjadinya *self-disclosure* disebabkan oleh rasa percaya diri yang tinggi dan tidak adanya rasa takut akan penilaian orang lain. Sebaliknya *self-disclosure* akan sulit dilakukan karena kurangnya kepercayaan diri serta rasa takut akan penilaian dari orang lain.

Menurut DeVito (2011) tanpa pengungkapan diri, hubungan yang bermakna dan mendalam tidak akan mungkin terjadi. *Self-disclosure* biasa dilakukan kepada individu yang terbilang paling dekat dan dapat dipercaya, namun tidak menutup kemungkinan juga bahwa individu yang berhubungan dengan pengungkapan diri tersebut mungkin akan merasa terganggu. Pernyataan tersebut diasumsikan bahwa, salah satu faktor seseorang untuk melakukan *Self-disclosure* adalah kepercayaan (*Trust*) pelaku *Self-disclosure*. Hal ini berkesinambungan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gross & Acquisti (2005) bahwa terdapat 4000 lebih mahasiswa pengguna media sosial tidak khawatir jika informasi pribadi tentang identitas mereka yang diungkap akan disalahgunakan oleh orang lain.

Interpersonal trust adalah salah satu dasar yang sangat dibutuhkan dalam suatu hubungan agar dapat terjalin sebuah komunikasi yang baik. Adanya rasa kepercayaan dalam diri individu akan memiliki kesediaan untuk mengambil resiko dalam hubungan sosial dengan kepercayaan bahwa orang lain akan bertindak sama sesuai dengan apa yang diharapkan oleh individu dengan cara

saling mendukung. Taneira (2019) berpendapat bahwa terdapat aspek yang mencakup dalam kepercayaan (*Trust*), yakni : Faith (keyakinan), *dependability* (keadaan yang tepat dapat diandalkan), *predictability* (keadaan yang dapat diperkirakan).

Pada penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Tazkiah & Endah menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *Interpersonal trust* dan *Self-disclosure* pada mahasiswa pengguna aplikasi *chatting online*. Hasil penelitian yang lain juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan pengungkapan diri secara online. Penelitian yang lainnya hubungan *Self-disclosure* dan *Interpersonal trust* dengan kecanduan media sosial yang dilakukan oleh Indriyani (2017) mengenai “Pengungkapan diri siswa dimedia sosial” menunjukkan bahwa tingkat suatu keterbukaan diri di Instagram sebanyak 84,43% siswa SMA X, hal tersebut menyebabkan bahwa media sosial seperti Instagram, bisa mengakibatkan dampak buruk bagi diri sendiri dan orang lain jika dilakukan tanpa adanya batasan dalam melakukan keterbukaan diri di media sosial.

Interpersonal trust bisa berkembang dari waktu ke waktu dan tingkat perkembangannya dipengaruhi oleh suatu kelekatan. *Trust* antara individu dengan pengguna media sosial akan terus memiliki resiko yang timbul karena mereka terlalu mudah dalam memberikan *trust* terhadap seseorang yang tidak dikenal membuat individu melakukan *Self-disclosure* (carr, 2004). *Interpersonal trust* bisa di asumsikan diperlukan remaja saat ini karena merupakan aspek dalam suatu hubungan yang terjalin di media sosial secara terus-menerus yang akan juga berubah dengan resikonya, kesediaan untuk menerima semua resiko terhadap akibat yang menguntungkan ataupun berbahaya. Lebih khusus *Interpersonal trust* melibatkan *Self-disclosure* yang akan secara terbuka menerima serta mendukung individu lain.

Peneliti berasumsi bahwa individu yang mengalami kecanduan media sosial tanpa adanya batasan memungkinkan untuk mencari suatu hubungan dimedia sosial yang bermodalkan suatu kepercayaan (*trust*) untuk mengungkapkan diri dan memberi informasi pribadi yang mungkin seseorang belum tahu sebelumnya.

Seiring bertumbuhnya media sosial dan penggunaan media sosial, makadari itu diperlukan penelitian lebih lanjut dan persiapan guna untuk menyeimbangkan suatu aspek positif dan negatif terhadap penggunaan media sosial yang saat ini semakin tinggi. Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian analisis *Self-disclosure* dan *Interpersonal Trust* dengan dampak kecenderungan kecanduan media sosial pada generasi

milennial atau Generasi Z. hasil penelitian ini mampu diharapkan dapat memberikan suatu pemahaman bagi remaja, orang tua serta lingkungan sebagai landasan dasar berpikir untuk mengarahkan pemanfaatan media sosial secara positif oleh generasi milenial dan agar bisa mengantisipasi suatu dampak yang mungkin akan terjadi di kemudian hari yang ditimbulkan oleh remaja.

1. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka rumusan masalah yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah :

1. Adakah hubungan antara *self disclosure* dan *interpersonal trust* dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada generasi Z?
2. Adakah hubungan *self disclosure* dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada generasi Z?
3. Adakah hubungan antara *interpersonal trust* dengan kecanduan media sosial pada generasi Z?

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian rumusan masalah di atas tujuan penelitian ini adalah untuk:

1. Untuk mengetahui hubungan antara *self disclosure* dan *interpersonal trust* dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada generasi Z.
2. Untuk mengetahui hubungan antara *self disclosure* dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada generasi Z.
3. Untuk mengetahui hubungan antara *interpersonal trust* dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada generasi Z.

2. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini yaitu manfaat secara teoritis dan praktis. adapun manfaatnya yaitu sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan kontribusi dan menambah ilmu pengetahuan dalam bidang Psikologi khususnya Psikologi

Sosial tentang Hubungan antara *Self-Disclosure* dan *Interpersonal Trust* dengan kecenderungan kecanduan penggunaan media sosial.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan pemikiran dan wawasan terhadap berinteraksi sosial menggunakan media sosial khususnya bagi Generasi milenial agar nantinya dapat memahami bagaimana menggunakan media sosial dengan baik dan teratur serta bijak sebagai bahan acuan bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan riset penelitian berikutnya.

C. Keaslian Penelitian

Penelitian ini menggunakan berbagai macam literatur yang berfungsi sebagai bahan acuan untuk memperkuat teori-teori yang berfungsi sebagai bahan acuan untuk memperkuat teori-teori yang dipakai dalam penelitian. Peneliti memakai penelitian terdahulu yang berupa skripsi, jurnal penelitian untuk menjadi bahan acuan. Beberapa jurnal yang peneliti ambil sebagai referensi, sebagai berikut :

1. Penelitian terdahulu pertama dilakukan oleh (Erlina D. & Rini I. 2020) dengan judul : “*Interpersonal Trust* dan *Self-disclosure* pada remaja putri pengguna media sosial instagram”. Hasil dari penelitian terdapat hubungan positif *Interpersonal Trust* dan *Self Disclosure* pada remaja putri pengguna media sosial Instagram. Maksud dari hubungan positif adalah jika *Interpersonal Trust* yang dimiliki oleh remaja putri terhadap individu lain di Instagram maka semakin tinggi pula *Self-disclosure* yang dilakukan oleh remaja putri tersebut di media sosial Instagram.
2. Penelitian terdahulu kedua dilakukan oleh (Rifqi, Anggi & Ricky, 2020) dengan judul : “Pengaruh media sosial Instagram terhadap gaya hidup dan etika remaja”. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa media sosial Instagram tentunya membawa pengaruh terhadap penggunanya. Pengaruh yang terjadi tentunya sangat berbeda-beda tergantung bagaimana cara memakai dan memanfaatkan media sosial oleh penggunanya. Penggunaan Instagram bagi remaja saat ini membawa dua pengaruh yang berbeda ada pengaruh positif dan pengaruh negatif.
3. Penelitian terdahulu ketiga dilakukan oleh (Firman, Ario & Arvin, 2015) dengan judul : “Peran kepercayaan *Interpersonal* remaja yang kesepian dalam pengungkapan diri pada media sosial”. Berdasarkan hasil penelitian

- dapat diambil kesimpulan bahwa dari 162 siswa-siswi SMA Negeri Yogyakarta. Kepercayaan *interpersonal* mampu menguatkan hubungan antara kesepian dengan pengungkapan diri pada situs jejaring sosial online.
4. Penelitian terdahulu keempat dilakukan oleh (Alya, Sri & Helli, 2019) dengan judul : “Pengaruh kecanduan media sosial pada remaja dikota Banda Aceh”. Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa kecanduan media sosial berpengaruh signifikan dan positif sebanyak 24% dengan kategori moderat terhadap gangguan mental emosional remaja Kota Banda Aceh. Kecanduan media sosial dapat mempengaruhi meningkatnya tingkat gangguan mental emosional remaja Kota Banda Aceh.
 5. Penelitian terdahulu kelima dilakukan oleh (Rizki & Netrawati, 2020) dengan judul : “Analisis tingkat kecanduan media sosial pada remaja”. Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa setengah responden mengalami kecanduan media sosial pada kategori sedang, sehingga dapat diharapkan Upaya dari berbagai pihak seperti keluarga, orang tua, guru serta lingkungan untuk berupaya mencegah serta mengatasi masalah kecanduan media sosial dengan memberikan berbagai pemahaman yang baik.

Mengkaji dari berbagai penelitian dan fakta empiris yang telah dipaparkan sebagaimana di atas, terdapat beberapa perbedaan. Penelitian skripsi ini menggunakan tiga variabel yaitu kecanduan penggunaan media sosial, *Self-disclosure* dan *Interpersonal Trust*. Sementara penelitian sebelum-sebelumnya cenderung hanya menggunakan dua variabel yaitu melihat hubungan *Self-disclosure* dengan *Interpersonal Trust*, Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial dan *Interpersonal Trust*, Hubungan *Interpersonal Trust* dengan Kecanduan Media Sosial. Perbedaan lain adalah pada variabel peneliti sebelumnya menggunakan Kecanduan Penggunaan Media Sosial sebagai variabel X. sedangkan, peneliti menggunakan Kecanduan Media Sosial sebagai variabel Y yaitu kecanduan pengguna media sosial. Perbedaan lainnya adalah pada subyek penelitian, skripsi ini menggunakan individu pada remaja, sementara penelitian sebelumnya menggunakan individu pada Gen Z.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya, yakni perbedaan terletak pada subjek penelitian. Karena penggunaan media sosial saat ini didominasi oleh generasi milenial. Subjek tersebut belum serta jarang untuk diteliti secara bersamaan dengan hubungan *Self-disclosure* dan *Interpersonal Trust*. Sehingga peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan *Self-dsiclosure* dan *Interpersonal Trust* dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial pada Generasi Z”.