

## Bab I Pendahuluan

### Latar Belakang Masalah

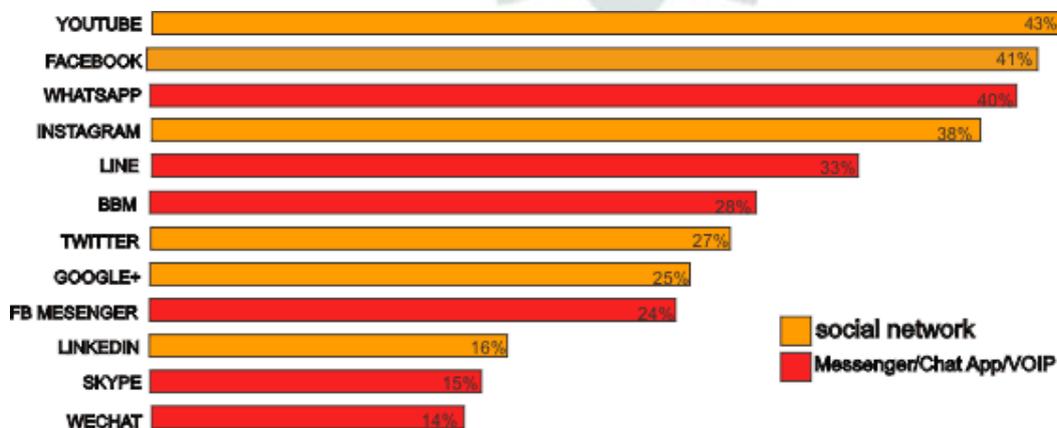
Manusia hidup di era modern, dimana telah terjadi kemajuan teknologi yang mengenalkan manusia pada era digital. Era digital sendiri dimulai pada tahun 1980 dimana terjadi revolusi digital yang ditandai dengan perubahan teknologi dari teknologi analog ke teknologi digital (Kemendikbud, 2016). Revolusi digital ini lambat-laun mengubah cara pandang orang dalam menjalani hidup. Dengan segala kecanggihan teknologi yang ada manusia mulai terbiasa dengan segala kemudahan, terutama kemudahan dalam berkomunikasi dan memperoleh informasi.

Diantara media baru yang muncul di era digital adalah jaringan internet. Jaringan internet memungkinkan penggunanya mendapatkan kemudahan dalam berkomunikasi dan memperoleh informasi. Selain jaringan internet, kemunculan alat-alat komunikasi seperti telepon pintar (*smartpone*) yang menyediakan akses mudah ke jaringan internet, memungkinkan penggunanya dapat dengan bebas mengakses internet dimanapun dan kapanpun.

Berbagai aplikasi di *smartpone* yang terkoneksi dengan internet, memunculkan diantaranya berupa media komunikasi yang memudahkan penggunanya untuk saling berbagi, berkomunikasi dan saling memberi informasi baik bersifat umum maupun pribadi. Media-media tersebut kemudian dikenal dengan sebutan 'media sosial'. Menurut Kaplan dan Haenlein (2010), media sosial merupakan kumpulan berbagai aplikasi berbasis internet yang dibangun berdasarkan ideologi dan fondasi teknologi Web 2.0 yang memungkinkan pembuatan dan pertukaran konten yang dibuat pengguna. Web 2.0 sendiri merupakan istilah yang digunakan generasi kedua layanan web yang mengutamakan pada kemudahan berbagi dan berkolaborasi antar pengguna media online (Kaplan & Haenlein, 2010).

Media sosial memiliki klasifikasi yang bermacam-macam diantaranya: proyek kolaborasi seperti wikipedia, blogs dan mikro blogging, situs jejaring sosial seperti facebook dan instagram, dan dunia sosial virtual seperti youtube (Kaplan & Haenlein, 2010).

Pengguna media sosial ini meliputi hampir semua kalangan mulai dari anak, remaja sampai dewasa. Di Indonesia sendiri pengguna media sosial dari tahun ke tahun terus mengalami peningkatan. Data statistik yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2017 mencatat pengguna internet di Indonesia mencapai 143, 26 juta jiwa yaitu sebanyak 54,68% dari total keseluruhan penduduk Indonesia, dengan 87,13% layanan internet yang di akses merupakan media sosial. Data statistik yang diperoleh dari survey Hootsuite (2018), bahkan mencatat pengguna media sosial di Indonesia mencapai 130 juta orang yang 44% nya berada di rentang usia 18-24 tahun. Berikut persentase penggunaan media sosial di Indonesia yang di rangkum oleh Hootsuite:



Gambar 1. 1. Persentase Penggunaan Media Sosial oleh Hootsuite

Dari Gambar 1.1 di atas, Hootsuite membagi kategori media sosial menjadi dua, yaitu *social network* dan *messenger/chat app/VOIP*. *Social network* merupakan situs dimana setiap orang bisa membuat web page pribadi yang dapat di bagikan ke publik, kemudian terhubung dengan orang-orang untuk berbagi informasi dan berkomunikasi. Sedangkan *messenger* atau *chat app*, merupakan aplikasi berkirim pesan instan yang memungkinkan penggunanya dapat

dengan mudah dan cepat menjangkau orang-orang yang akan dihubungi yang juga memiliki fitur VOIP (*Voice over Internet Protocol*) yaitu teknologi yang memungkinkan percakapan suara jarak jauh melalui media internet.

Selain untuk memudahkan dalam berkomunikasi dan mendapatkan informasi, media sosial juga banyak dipergunakan sebagai sarana iklan atau promosi dan sebagai sarana hiburan oleh penggunanya. Bahkan penelitian yang dilakukan oleh Echeburúa dan Requesens (2012), menunjukkan bahwa media sosial dapat menutupi kebutuhan psikologis dasar remaja diantaranya: membuat diri mereka eksis, menegaskan kembali identitas mereka, media bersenang-senang dan alat untuk berhubungan dengan teman-teman mereka. Seiring waktu, fitur-fitur media sosial diperbaharui dan memfasilitasi mode sosialilasi, mulai dari pertukaran pesan tertulis kemudian berkembang menjadi pertukaran foto dan vidio. Fitur-fitur inilah yang membuat media sosial menarik di kalangan remaja dan dewasa awal, terutama bagi mereka yang sedang mencari pengakuan dan popularitas (Araujo Robles, 2016).

Terlepas dari banyaknya manfaat yang diberikan, media sosial juga dapat memberikan dampak negatif. Dampak negatif ini terjadi ketika media sosial digunakan secara tidak wajar ataupun secara berlebihan, yaitu ketika para pengguna dapat menghabiskan waktu seharian hanya untuk membuka media sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Al-Menayes (2015), menjelaskan bahwa orang yang menghabiskan waktu lebih banyak di media sosial memiliki dampak pada prestasi akademik yang menurun. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Lin dkk (2016), menunjukkan bahwa individu dengan frekuensi penggunaan media sosial yang tinggi lebih mudah depresi dibanding individu dengan fekuensi penggunaan yang rendah. Hasil ini didukung dengan penelitian yang dilakukan Apuke (2018), terhadap mahasiswa Afrika menunjukkan bahwa penggunaan media sosial lebih dari 8 jam perhari membuat mahasiswa menunjukkan gejala depresi dan kecemasan yang

mengakibatkan penggunaan media sosial yang terus meningkat sehingga mempengaruhi kesehatan mereka.

Fenomena dari dampak negatif penggunaan media sosial ini juga berujung pada kecanduan yang dialami penggunanya. Di Jerman, sekitar 250.000 remaja berkisar usia 14-24 tahun mengalami kecanduan internet dan menunjukkan simtom seperti kecanduan narkoba atau alkohol, dimana pecandunya merasa jika tidak menggunakan internet mereka tidak memiliki gairah hidup lagi. Kasus di Amerika, seorang remaja yang mengalami kecanduan terhadap media sosial sudah berada pada titik tidak ingin melakukan aktifitas lain selain mengakses media sosial, sehingga orang tuanya merujuk untuk dilakukannya terapi (Rosyandi, 2019). Di Texas, orang yang mendatangi terapis dengan masalah kecanduan media sosial naik sebesar 20% (Dizik, 2017). Adapun terapi dimaksudkan untuk mengurangi penggunaan media sosial.

Hasil survey awal yang didapatkan peneliti dari 20 Mahasiswa salahsatu perguruan tinggi negeri di Bandung, menunjukkan bahwa mengakses media sosial menjadi aktivitas yang paling sering dilakukan oleh mahasiswa di *smartpone* mereka. Adapun media sosial yang sering di akses yaitu: *whatsapp* dan *instagram*. Selain itu, terdapat beberapa media sosial lain yang juga digunakan mahasiswa dalam kesehariannya, yaitu sebagai berikut:

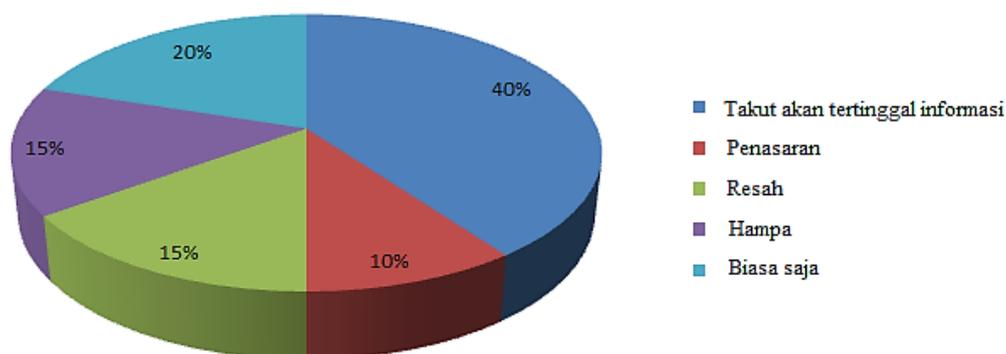
Tabel 1.1

*Jenis media sosial yang digunakan*

No	Jenis Media Sosial	Jumlah Pengguna	Persentase
1.	Whatsapp	20	100%
2.	Instagram	20	100%
3.	Youtube	7	35%
4.	Line	5	25%
5.	Facebook	4	20%
6.	Twitter	4	20%

Data survey awal tersebut menunjukkan bahwa media sosial telah menjadi kebutuhan yang tidak bisa lepas dari kehidupan penggunanya di era digital ini. Bahkan, 60% responden

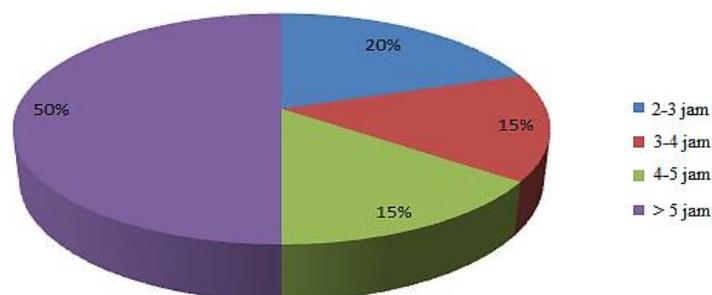
mengatakan tidak pernah berhasil mengurangi penggunaan media sosial dan justru intensitasnya makin meningkat. Kemudian, survey awal yang dilakukan oleh peneliti juga menemukan mengenai emosi yang dirasakan responden ketika mereka tidak menggunakan media sosial. Emosi tersebut diantaranya adalah:



Gambar 1.2. Persentase emosi ketika tidak menggunakan media sosial

Terlihat dari Gambar 1.2 bahwa emosi yang paling banyak dirasakan responden saat tidak menggunakan media sosial adalah takut tertinggal informasi. Selanjutnya yang menarik adalah 40% responden yang merasa takut akan tertinggal informasi dan 15% responden yang merasa resah ketika tidak menggunakan media sosial, dapat menghabiskan waktu lebih dari 5 jam dalam sehari untuk mengakses media sosial. Sedangkan, 20% responden yang merasa biasa saja hanya menghabiskan waktu 2-3 jam/hari untuk mengakses media sosial.

Hasil survey juga menunjukkan kondisi yang membuat responden mengalami peningkatan durasi dalam menggunakan media sosial, yaitu: 50% ketika mereka merasa bosan, 20% ketika santai, 20% dalam kondisi apapun dan 10% ketika mereka butuh. Durasi yang dihabiskan responden ketika mengakses media sosial dapat dilihat dari Gambar 1.2:



Gambar 1.3. Durasi penggunaan media sosial

Berdasarkan persentase diatas, dapat dikatakan bahwa sebanyak 50% responden dapat menghabiskan waktu lebih dari 35 jam per minggu untuk mengakses media sosial. Young (1996), dalam konsepnya menjelaskan bahwa individu dengan penggunaan internet lebih dari 35 jam perminggu dapat dikategorikan sebagai adiksi. Sejalan dengan itu, penelitian yang dilakukan Al-Mayanes (2015), menunjukkan jumlah waktu yang dihabiskan untuk mengakses media sosial berkorelasi positif dengan semua faktor kecanduan media sosial. Artinya, semakin banyak waktu yang digunakan seseorang untuk menggunakan media sosial, semakin besar kemungkinan mereka akan menunjukkan gejala adiksi media sosial.

Griffiths (2005), menjelaskan suatu perilaku dikatakan menjadi adiksi dapat diketahui dari enam komponen utama adiksi yaitu: a) *Salience*, yaitu ketika suatu aktivitas menjadi kegiatan yang paling penting dalam kehidupan seseorang sehingga mendominasi pikiran, perasaan dan perilaku mereka; b) *Mood modification*, yaitu perubahan emosi sebagai konsekuensi dari kegiatan tertentu dalam hal ini merupakan keterikatan dengan media sosial; c) *Tolerance*, yaitu terjadinya peningkatan aktivitas penggunaan; d) Gejala *withdrawal*, yaitu efek fisik atau psikis berupa perasaan yang tidak menyenangkan terjadi saat penggunaan dihentikan atau dikurangi, e) *Conflict*, yaitu konflik yang terjadi antara pecandu dan orang-orang di sekitarnya (konflik interpersonal) atau dari dalam individu itu sendiri (konflik intrapsik); f) *Relapse*, yaitu kecenderungan untuk mengulang kembali aktivitas yang

kompulsif setelah penghentian perilaku dilakukan. Selain itu, menurut Al-Menayes (2015), seseorang dikatakan adiksi terhadap media sosial diketahui dari tiga dimensi yaitu: a) *Social consequences*, mencerminkan bagaimana penggunaan sosial media mempengaruhi aktivitas kehidupan sehari-hari; b) *Time displacement*, berkaitan dengan waktu yang dihabiskan untuk menggunakan media sosial; dan c) *Compulsive tendencies*, yaitu kecenderungan penggunaan yang berlebihan.

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan peneliti, potensi permasalahan yang muncul dalam penggunaan media sosial menunjukkan kesesuaian dengan enam komponen perilaku adiksi dari Griffiths, juga menunjukkan 3 dimensi adiksi media sosial dari Al-Menayes.

Mahasiswa dipilih karena mahasiswa berada di rentang usia 18-24 tahun dimana merupakan kisaran usia remaja yang memiliki kecenderungan lebih besar untuk mengalami adiksi media sosial (Kandell, 1998; Young dan Rogers, 1998; Nalwa dan Anand, 2003; Niemz dkk, 2005 dalam Fragkos & Kiohos, 2010). Young (2004), menjelaskan 8 alasan yang mungkin menyebabkan mahasiswa mengalami hal tersebut yaitu : (1) Mahasiswa memiliki lebih besar waktu yang tidak terstruktur; (2) Universitas memberikan akses internet yang mudah kepada mahasiswanya seperti tersedianya *wifi* di Universitas yang dapat dengan bebas digunakan mahasiswa; (3) Mahasiswa untuk pertama kalinya lepas dari kontrol dan pengawasan orang tua; (4) Mahasiswa baru yang mulai menyesuaikan diri dengan kehidupan kampus menjalin persahabatan dengan mahasiswa lainnya menggunakan berbagai aplikasi internet; (5) Mahasiswa di dorong oleh fakultas dan administrator fakultas untuk menggunakan aplikasi internet yang berbeda seperti penggunaan *Facebook* dan *Whatsapp* untuk penyebaran informasi; (6) Mahasiswa terbiasa dengan penggunaan aplikasi internet yang bermacam-macam; (7) Internet sebagai sarana penghilang stress dari tuntutan kuliah yang bermacam-macam, dan (8) Internet menjadi pasar kerja bagi mahasiswa ketika telah

selesai menuntaskan studinya, dimana mahasiswa itu merasa terasingkan dengan aktivitas sosial di kampusnya (dalam Fragkos & Kiohos, 2010).

Beberapa penelitian membahas mengenai dampak negatif yang disebabkan oleh kecanduan media sosial diantaranya penelitian yang dilakukan Griffiths dkk (2016), kecanduan media sosial berdampak pada minat sosialisasi individu yang kurang di dunia nyata sehingga menumbuhkan sikap individual, menjadi individu yang pemalas karena tidak mau melakukan aktivitas lain selain mengakses internet, serta munculnya sikap pemarah dan sensitif. Andreassen (2015), menunjukkan terdapat 4 konsekuensi yang merugikan dari kecanduan media sosial yaitu masalah emosional, masalah dengan hubungan, masalah kinerja dan masalah kesehatan.

Sebelum penelitian mengenai adiksi media sosial muncul, istilah adiksi internet terlebih dahulu sering dipakai para ahli. Adiksi sendiri didefinisikan sebagai suatu kondisi ketergantungan fisik dan psikologis terhadap hal-hal tertentu yang menimbulkan perubahan perilaku bagi orang yang mengalaminya (ASAM,2011). Dengan demikian, kecanduan media sosial dapat didefinisikan sebagai kondisi ketergantungan terhadap media sosial yang mengakibatkan perubahan perilaku. Secara khusus Young (1999), berpendapat bahwa ada lima jenis kecanduan internet, yaitu a) kecanduan komputer, seperti kecanduan permainan komputer; b) informasi yang berlebihan, misalnya kecanduan internet; c) kompulsif bersih, misalnya perjudian online atau kecanduan belanja online; d) kecanduan *cybersexual*, seperti pornografi online atau kecanduan seks online; e) kecanduan *cyber-relationship* seperti kecanduan terhadap hubungan online. Kecanduan media sosial tampaknya jatuh dalam kategori kecanduan informasi berlebihan dan kecanduan *cyber-relationship* karena media sosial digunakan orang-orang untuk mengetahui informasi juga untuk menjalin dan menjaga hubungan.

Adiksi media sosial ini merupakan fenomena baru pada abad ini yang perlu di kaji dan diteliti secara dalam apa dampaknya pada kehidupan, juga apa yang menjadi penyebabnya, sehingga bisa menjadi landasan dalam dilakukannya intervensi. Adapun fokus dalam penelitian kali ini adalah pada faktor yang mungkin meyebabkan seseorang memunculkan kecenderungan adiksi pada media sosial.

Dari data yang diperoleh di lapangan, penggunaan media sosial yang tidak terkendali banyak dialami oleh mahasiswa yang merasa takut akan tertinggal informasi. Dengan kata lain, informasi yang terdapat pada media sosial menjadi faktor ekstenal yang mendorong mahasiswa untuk terus terhubung dengan media sosial, yang akhirnya tidak bisa dikendalikan oleh mereka dan menghasilkan perilaku ketergantungan terhadap media sosial. Pengendalian ini dalam teori *locus of control* (LOC) dijelaskan Rotter (1966), sebagai penilaian individu terhadap lingkungan dan seberapa responsifnya lingkungan terhadap tindakan mereka. Dalam istilah yang kurang formal Hsiao (2017), menjelaskan bahwa *locus of control* mengacu pada kepercayaan tentang apakah seseorang memiliki kendali atau tidak atas lingkungan dan hasil dari perilakunya.

Jika dikaitkan dengan penggunaan media sosial yang berlebih, *locus of control* mengacu pada keyakinan apakah seseorang memiliki kendali atau tidak atas ketergantungan media sosial yang dialaminya. *Locus of control* ini memiliki dua tipe, yaitu internal dan eksternal (Rotter, 1966). Rotter (1966), menjelaskan individu dengan *locus of control* internal percaya bahwa perilaku mereka dikendalikan oleh keputusan dan upaya mereka sendiri dan merekalah yang memegang kendali atas lingkungan. Di sisi lain, orang dengan *locus of control* eksternal percaya bahwa perilaku mereka dipandu oleh nasib, keberuntungan, atau faktor eksternal lainnya, dan mereka merasa tidak dapat melakukan apapun untuk mengubah situasi saat ini.

Penelitian sebelumnya mengenai *locus of control* dan hubungannya dengan penggunaan media sosial yang dilakukan oleh Hou dkk (2017), menunjukkan bahwa penggunaan media sosial (WeChat) yang lebih besar terkait dengan *locus of control* eksternal yang lebih tinggi. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Hsiao (2017), menunjukkan bahwa *locus of control* eksternal memiliki efek signifikan pada penggunaan aplikasi sosial mobile yang kompulsif. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Agaj (2016), mengenai *locus of control* dan adiksi internet menunjukkan bahwa remaja dengan *locus of control* internal memiliki kemungkinan lebih kecil untuk mengembangkan kecanduan internet daripada remaja dengan *locus of control* eksternal.

Selain faktor yang telah dijelaskan di atas, ketergantungan media sosial yang terjadi di kalangan mahasiswa perlu dikaji dari sisi peran mahasiswa itu sendiri sebagai seorang penuntut ilmu, dimana mahasiswa seharusnya lebih disibukkan dengan bidang akademik yang digelutinya. Dorongan-dorongan yang menunjang akademik harusnya lebih besar daripada dorongan untuk terus menggunakan media sosial. Sehingga ketergantungan mahasiswa terhadap media sosial dapat dicurigai dari dorongan yang mereka punya.

Dorongan atau kekuatan yang mengarahkan tingkah laku dapat dijelaskan dalam teori motivasi. Morgan (1987), mengartikan motivasi sebagai dorongan yang mengarahkan tingkah laku untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Dalam hal ini, motivasi yang dimaksud adalah motivasi akademik. Atkinson (1966), mengartikan motivasi akademik sebagai aktivitas yang berorientasi pada pencapaian yaitu aktivitas yang dilakukan oleh individu dengan harapan bahwa kinerjanya akan dievaluasi dalam beberapa standar keunggulan. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa ketergantungan media sosial dikalangan mahasiswa bisa dicurigai dari motivasi akademik yang mereka miliki, dimana motivasi akademik ini akan memberikan gambaran mengenai aktivitas mahasiswa lebih banyak dilakukan untuk mencapai tujuan akademik atau habis oleh penggunaan media sosial.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Demir dan Kultu (2018), mengenai motivasi akademik dan adiksi internet menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara keduanya. Artinya, seseorang yang memiliki adiksi internet yang tinggi menunjukkan motivasi akademik yang rendah, begitupun sebaliknya dengan nilai korelasi ( $r = -.18$ ,  $p < .001$ ).

Berdasarkan fenomena dan hasil beberapa penelitian sebelumnya, belum ditemukannya penelitian mengenai pengaruh *locus of control* dan *academic motivation* terhadap adiksi media sosial khususnya di Indonesia, maka peneliti bermaksud untuk mengkaji pengaruh kedua variabel tersebut dengan adiksi media sosial.

Adapun yang membedakan penelitian kali ini dengan penelitian sebelumnya adalah penggabungan dua variabel yaitu *locus of control* dan *academic motivation* yang belum pernah diteliti secara bersamaan, yang akan dilihat pengaruhnya terhadap adiksi media sosial. Jika pada penelitian sebelumnya peneliti hanya melihat hubungan dari *locus of control* dengan penggunaan internet /*handphone* yang bermasalah, maka penelitian kali ini akan melihat pengaruh *locus of control* pada penggunaan internet bermasalah yang lebih spesifik yaitu adiksi media sosial.

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengangkat fenomena ini menjadi sebuah penelitian yang berjudul “pengaruh *locus of control* dan *academic motivation* terhadap adiksi media sosial pada mahasiswa”.

### **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, maka yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah ;

1. Apakah terdapat pengaruh *Locus of control* terhadap adiksi media sosial?
2. Apakah terdapat pengaruh negatif *academic motivation* terhadap adiksi media sosial?
3. Apakah terdapat pengaruh *locus of control* dan *academic motivation* terhadap adiksi media sosial?

## Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui;

1. Pengaruh *locus of control* terhadap adiksi media sosial
2. Pengaruh negatif *academic motivation* terhadap adiksi media sosial
3. Pengaruh *locus of control* dan *academic motivation* terhadap adiksi media sosial

## Kegunaan Penelitian

Kegunaan dari penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu kegunaan secara teoritis dan kegunaan secara praktis.

**Secara teoretis.** Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan teoritis bagi disiplin ilmu psikologi khususnya dalam bidang psikologi klinis dan psikologi pendidikan mengenai salah satu fenomena yaitu ketergantungan atau adiksi terhadap media sosial yaitu kecenderungan seseorang tidak bisa lepas dari media sosial dengan faktor-faktor yang mungkin menyebabkan adiksi media sosial seseorang yaitu *locus of control* (LOC) dan *academic motivation*.

**Secara praktis.** Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada mahasiswa dan pendidik juga terapis mengenai faktor penyebab adiksi media sosial pada kalangan mahasiswa yang dikaitkan dengan *locus of control* dan *academic motivation*, sehingga dapat dijadikan acuan untuk dilakukannya intervensi. Intervensi yang dilakukan bisa berupa intervensi individu maupun kelompok ataupun pembuatan *nuging* dan lain sebagainya. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi data dan informasi bagi penelitian selanjutnya.