

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Era globalisasi saat ini, teknologi berkembang dengan cepat dan membawa keuntungan bagi kemajuan berbagai aspek sosial. Teknologi yang berkembang begitu pesat saat ini, membuat remaja di lingkungan sosial dan sekolah dapat menguasai ilmu teknologi dengan bantuan internet, yaitu media sosial (Aprilian dkk., 2020). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Susilowati (2018) media sosial mengacu pada berbagai layanan berbasis internet dan seluler, memungkinkan penggunanya berkomunikasi secara *online*, membuat konten, dan berpartisipasi dalam komunitas *online*.

Internet merupakan bagian dari teknologi informasi yang berkembang pesat dan tidak dapat dipisahkan dari banyak aspek kehidupan manusia (Dewi & Trikusumaadi, 2017). Masyarakat saat ini memiliki akses mudah ke internet, fasilitas pengayaan informasi, banyak situs *website* yang berguna di segala bidang, *chatting*, dan media sosial yang memungkinkan seseorang untuk berinteraksi dengan orang lain kapanpun dan dimanapun. Selain itu, masyarakat akan merasa nyaman menjelajahi internet karena saat ini internet dapat memungkinkan masyarakat melakukan jual beli secara *online* di situs *e-commers* tanpa harus pergi ke toko hanya dengan memesan melalui *handphone* saja barang dapat dikirimkan ke tujuan yang diinginkan, selain itu masyarakat juga dapat bermain *game* secara *online* dan mengakses fasilitas *Youtube* sebagai sarana hiburan, dan masih banyak lagi hal yang ditawarkan oleh internet (Mufidatun, 2019).

Survei yang dilakukan oleh APJII (2020) menunjukkan jumlah pengguna internet yang mengalami peningkatan pada tahun 2019-2020 sebesar 73,7% dengan persentase 196,71 juta jiwa, keberadaan internet memiliki dampak pada kemudahan para pengguna dalam memperoleh berbagai macam informasi. Survei juga menunjukkan bahwa hampir seluruh masyarakat di Indonesia saat ini menggunakan internet dengan tujuan untuk menggunakan media sosial (APJII, 2020). Van Dijik mengatakan bahwa media sosial adalah merupakan sebuah fasilitator dalam media *online* yang memiliki fungsi untuk mempererat pertemanan, dan juga media sosial menitik beratkan kehadiran penggunanya untuk mempromosikan kegiatan ataupun kolaborasi aktif diantara pengguna dan konten yang disajikan (Nasrullah, 2017).

Saat ini, salah satu media sosial yang sedang populer di semua kalangan mulai dari anak-anak, remaja dan dewasa adalah *Tiktok*. *Tiktok* adalah *platform* media sosial yang

memungkinkan penggunaannya memuat video pendek berdurasi 15 detik hingga 3 menit, dengan musik, *filter*, dan beberapa fitur kreatif lainnya. *Tiktok* dibuat oleh perusahaan Cina, ByteDence yang pertama kali meluncurkan aplikasi dengan nama Douyin. Hanya dalam satu tahun, Douyin telah mencapai 100 juta pengguna harian dan 1 miliar penayangan video. Popularitas Douyin telah membuatnya berekspansi ke luar Cina dengan nama *Tiktok*. Hal ini membuat *Tiktok* tampil lebih baik dari beberapa aplikasi di bawah naungan *Facebook*. Aplikasi ini menempati urutan kedua unduhan terbanyak setelah *WhatsApp* dengan 1,5 miliar unduhan (Kusumawardhani dkk., 2018). Konsep aplikasi ini adalah untuk membuka pikiran kreatif dan menetapkan standar kreativitas baru untuk pembuat konten di seluruh dunia. *Tiktok* juga merupakan aplikasi yang digunakan dalam bidang bisnis dengan bantuan *hashtags* atau tagar yang banyak ditemukan secara *viral*. Untuk mendapatkan aplikasi ini juga mudah untuk didapatkan hanya dengan mengunjungi *Playstore* atau *Appstore* pada *smartphone* mereka (Adawiyah, 2020).

Penelitian yang dilakukan Desy (2020) menjelaskan bahwa *Tiktok* mengubah ponsel penggunaannya menjadi studio berjalan. *Tiktok* menghadirkan efek khusus yang mudah digunakan dan menarik bagi banyak orang untuk membuat video keren dengan mudah. Video menjadi salah satu konten paling menarik bagi pengguna internet di seluruh dunia saat ini, termasuk Indonesia. Video menjadi aliran pendapatan baru bagi kaum milenial untuk memanfaatkan iklan yang ditampilkan di saluran video. Video juga menjadi senjata pemasaran baru sebagai strategi komunikasi merek. *Tiktok* juga memungkinkan penggunaannya membuat video pendek dan unik dengan mudah dan cepat dan mengunggahnya ke media sosial. *Tiktok* saat ini sedang menjadi *trending* aplikasi dan banyak digunakan oleh orang-orang dibandingkan dengan media sosial lainnya. Hal ini mendorong mahasiswa untuk menggunakan media sosial ini.

Sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya, pengguna *Tiktok* kini merambah ke seluruh kalangan termasuk mahasiswa. Banyak mahasiswa yang menggunakan *Tiktok* sebagai sumber informasi, sarana komunikasi, bahkan sarana ekspresi diri. Hingga saat ini juga banyak informasi bisa kita dapatkan dari media sosial *Tiktok*, selain itu semua ada pun hal negatif pada aplikasi media sosial *Tiktok* yaitu dapat menyebabkan kecanduan internet atau dengan kata lain yaitu *internet addiction*, yang dapat menyebabkan para pengguna lupa dengan waktu, dan ketagihan untuk mengakses aplikasi tersebut.

Mahasiswa sebagai generasi penerus bangsa berperan sebagai agen perubahan dan kontrol sosial, menginspirasi mahasiswa untuk peduli satu sama lain. Keragaman sebagai

mahluk sosial membuat mahasiswa selalu ingin tahu tentang kemajuan teknologi, misalnya penggunaan media sosial *Tiktok*.

Menurut Santrock (2007) masa remaja merupakan tahap kedua dari perkembangan manusia. Masa remaja merupakan tahap perkembangan transisi manusia dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Remaja cenderung rapuh secara emosional dan tidak terkendali. Masa remaja dapat dibagi menjadi tiga kelompok yaitu remaja awal, remaja pertengahan dan remaja akhir. Remaja awal dimulai antara usia 12-15 tahun, remaja pertengahan antara 16-18 tahun dan remaja akhir antara usia 19-22 tahun (Maria, 2021).

Menurut Santrock (2008) masa remaja merupakan tahap transisi perkembangan yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan juga sosio-emosional. Perubahan biologis mencakup yang dialami para remaja meliputi perubahan fisik, perubahan kognitif yang dialami meliputi perubahan pikiran, intelegensi dan bahasa, sementara itu perubahan pada sosio-emosional yang dialami remaja meliputi perubahan emosi, kepribadian, peran dari konteks sosial dalam hubungan dengan orang lain.

Karakteristik remaja merupakan tahapan yang perlu lebih diperhatikan, karena pada masa ini terjadi perkembangan pesat dari tubuh dan pikiran, dan perkembangan yang dialami oleh remaja dapat mempengaruhi perkembangan selanjutnya. Masa remaja juga masa mencari identitas diri, seseorang akan mencoba untuk menampilkan identitasnya agar dapat diakui oleh teman sebaya ataupun lingkungan pergaulannya. Pada masa remaja ini, dapat menimbulkan ketakutan karena masa remaja ini adalah masa yang sulit untuk diatur sehingga remaja cenderung memiliki perilaku yang kurang baik. Remaja juga merupakan usia yang bermasalah, dan masalah usia ini sedikit lebih sulit untuk ditangani. Hal ini dikarenakan masalah masa kanak-kanak seringkali diatasi oleh orang tua dan guru sehingga remaja kurang memiliki pengalaman untuk memecahkan masalah, hal ini membuat remaja mandiri dan ingin menyelesaikan masalahnya sendiri (Hurlock, 2013).

Tingginya jumlah pengguna internet di Indonesia dapat mengakibatkan meningkatnya juga kecanduan terhadap internet atau sering disebut *internet addiction* (Hakim ddk., 2016). Akses internet yang massif juga membawa berbagai dampak positif dan negatif bagi masyarakat. Salah satunya adalah kecanduan internet atau *internet addiction*. *Internet addiction* menggambarkan penggunaan internet secara berlebihan yang dapat menyebabkan berbagai macam masalah. *Internet addiction* dapat didefinisikan sebagai sindrom yang ditandai dengan

menghabiskan banyak waktu menggunakan internet dan tidak dapat mengontrolnya. Individu yang menunjukkan kecanduan internet merasa tertekan, cemas, dan hampa saat tidak menggunakan internet (Young, 2004).

Penelitian sebelumnya menyatakan perilaku penggunaan internet yang berlebihan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya *self control*. *Self control* yaitu kemampuan untuk mengatur pikiran, tindakan, dan emosi dengan mengendalikan diri sendiri dan mengesampingkan masalah, hambatan, dan impuls yang tidak diinginkan (Hakim, 2016). *Self control* juga merupakan variabel kepribadian yang sering berdampak negatif terhadap masalah perilaku yang terkait dengan penggunaan internet yang berlebihan. Astati dkk. (2020) menemukan bahwa hampir semua siswa remaja menggunakan internet hanya sebagai sarana informasi dan hiburan.

Chaplin (2001) menyatakan bahwa *self control* adalah kemampuan seseorang untuk menahan atau memblokir impuls dan perilaku impulsif serta mengendalikan perilaku diri. *Self control* ini sangat penting bagi individu karena mereka tidak dapat hidup sendiri dan merupakan bagian dari suatu kelompok masyarakat. Gangguan kontrol diri pada remaja yang dapat menyebabkan kecanduan internet adalah gangguan yang dapat dijelaskan dengan gangguan kontrol pada hasrat, ataupun rasa keinginan untuk menggunakan internet tanpa harus menggunakan obat-obatan atau zat adiktif.

Self control juga menjadi bagian dalam bentuk perilaku – perilaku negatif yang menyangkut dengan penggunaan media sosial. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan Ozdemir (2014) bahwa *self control* memunculkan perilaku yang berperan dalam penggunaan pada internet secara berlebihan, yang dimana terdapat hubungan yang signifikan. Ada berbagai faktor yang dapat mempengaruhi *self control* yaitu seseorang dapat mengenali apa yang terpengaruh dan apa yang tidak terpengaruh oleh tindakan individu dalam situasi tertentu, kemudian individu dapat fokus pada area yang dapat dikendalikan oleh tindakan individu, selanjutnya individu dapat yakin bahwa dirinya berdasarkan kemampuan untuk berperilaku dengan baik (Thompson, 1994). Definisi lain dari *Internet Addiction Disorder* adalah gangguan yang ditemukan pada individu yang menganggap dunia maya (*virtual reality*) lebih menarik daripada dunia nyata. Demikian, *Internet Addiction Disorder* adalah kecenderungan ke arah gangguan penggunaan internet patologis, dimana individu tidak dapat mengontrol jumlah waktu yang mereka habiskan untuk menggunakan internet dan menemukan dunia maya lebih menarik daripada dunia nyata serta mengalami gangguan dalam hubungan sosialnya.

Menurut Young (2004) kecanduan internet memiliki beberapa aspek, yaitu; perhatian yang tertuju pada aktivitas *online*; dimana keinginan untuk menggunakan internet lebih lama terpuaskan; tidak dapat mengontrol, menghentikan atau mengurangi kegiatan menggunakan internet; menjadi gelisah, tertekan dan juga mudah marah ketika membatasi penggunaan internet; tetap *online* lebih lama dari yang telah direncanakan; menggunakan internet sebagai cara untuk menenangkan diri dari permasalahan atau perasaan tidak menyenangkan; selalu menggunakan internet meskipun sudah banyak menghabiskan waktu; berani mengambil resiko untuk kehilangan orang terdekat, pekerjaan, pendidikan, atau karier untuk mengakses internet; berbohong kepada anggota keluarga untuk dapat mengurangi tingkat penggunaan internet.

Menurut Young dan Rodgers (1998) efek merugikan dari internet adalah di dunia nyata seseorang menjadi lamban dan kehilangan empati terhadap lingkungannya karena merasa lebih senang untuk berkomunikasi dengan teman secara *online*. Contoh faktor yang mempengaruhi kecanduan internet seseorang adalah; *self control* yang rendah. *Self control* yang rendah dapat menyebabkan manajemen diri yang buruk serta dapat menyebabkan penggunaan internet yang tidak terkontrol dan penggunaan yang berlebihan. *Self control* adalah salah satu faktor terpenting dalam terjadinya kecanduan internet. Individu dengan *self control* yang rendah cenderung dapat memiliki ketertarikan terhadap respon yang dihasilkan dari pengguna internet, dan *self control* yang rendah membuat individu sulit untuk mengatur penggunaan internet.

Berdasarkan hasil tуди awal yang sudah dilakukan oleh peneliti dimana mahasiswa dengan rata-rata usia 21 tahun dengan jumlah 29 orang, menunjukkan bahwa dalam satu hari mereka dapat menggunakan media sosial hingga 4-6 jam dalam perharinya. Media sosial yang sering mereka gunakan yaitu media sosial *Tiktok*, dibandingkan dengan *Instagram* dan *Twitter*. Beberapa faktor yang dapat menyebabkan para mahasiswa sering menggunakan media sosial tersebut yaitu, untuk dijadikan tempat singgah dari masalah yang ada dan menggunakannya ketika selesai melalui banyak tekanan. Selanjutnya apabila mereka tidak dapat menggunakan media sosial dalam satu hari, mereka akan merasakan ada yang kurang, bosan dan juga gelisah. Remaja hidup dimana era sudah serba canggih seperti ini dapat disebut dengan remaja milenial yang menirukan dan juga mengikuti hal – hal yang menurut mereka menarik, akan tetapi hal tersebut sangat lah tidak baik untuk dilakukan, karena tanpa memimikirkan hal yang akan terjadi dimasa yang akan datang. Generasi milenial pada saat ini sangat tergantung pada *smartphone* dan juga internet untuk mendapatkan sebuah informasi. Internet juga memfasilitasi mereka yang

menggunakannya agar dapat mengakses berbagai konten dari mulai positif dan negatifnya, dengan berkembangnya teknologi saat ini mereka dapat memanfaatkan situasi tersebut untuk belajar dan juga mencoba hal – hal positif agar terhindar dari pengaruh negatif.

Sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Pengaruh *Self Control* Terhadap *Internet Addiction* pada Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung Pengguna Media Sosial *Tiktok*.

Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah, maka dalam penelitian ini permasalahan yang akan diteliti yaitu: Apakah terdapat pengaruh *Self Control* terhadap *Internet Addiction* pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung pengguna media sosial *Tiktok*?”

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis pengaruh *self control* terhadap *internet addiction* pada mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung pengguna media sosial *Tiktok*.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Kegunaan teoritis

Hasil pada penelitian ini diharapkan mampu menyumbangkan riset atau penelitian untuk perkembangan ilmu psikologi, terlebih dalam bidang psikologi perkembangan dan psikologi sosial mengenai pengaruh *self control* terhadap *internet addiction* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung pengguna media sosial *Tiktok*, kemudian hal lainnya yaitu untuk memotivasi pembaca agar dapat mengambil hal positif dari adanya media sosial *Tiktok*.

2. Kegunaan praktis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pemahaman kepada masyarakat yang berkaitan dengan pengaruh *self control* dan *internet addiction* pada mahasiswa, sehingga

dapat memberikan pengetahuan dan sikap yang diperlukan dalam menggunakan internet secara bijak agar mencegah dampak negatif bagi para pengguna.

