

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Sejak ditemukannya teknologi komputer juga internet, pergerakan kemajuan dan perkembangan di seluruh dunia semakin masif dan bertransformasi menjadi partikel penting dalam kelangsungan hidup manusia. Tercatat pengguna internet di Indonesia pada bulan Juni 2021 mencapai 212,35 juta orang yang mana dengan ini menempati urutan ketiga terbanyak di Asia (internetworldstats.com, 2021). Survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada kuartal II 2019-2020 menunjukkan pengguna internet di Indonesia mencapai 73,7 persen dalam artian sebanyak 196,71 juta jiwa *user*, setelah sebelumnya tercatat 64,8 persen atau 171,17 juta jiwa pengguna internet di tahun 2018 (APJII, 2020). Data tersebut menunjukkan di setiap tahun adanya peningkatan pengguna internet di Indonesia, semua ini tidak lepas dari adanya kebutuhan yang semakin mendasar pada kebutuhan akses internet bagi setiap orang di berbagai bidang kehidupan.

Internet membawa sejumlah kemudahan dan dampak positif di setiap bidang kehidupan umat manusia, mulai dari bidang sosial, politik, ekonomi sampai bidang pendidikan. Dalam dunia pendidikan, internet diintegrasikan untuk membantu proses pembelajaran dan operasional agar lebih efektif dan efisien. Kehadiran teknologi internet di lingkungan kampus diharapkan mampu mendorong dan menaikkan kualitas akademik mahasiswa ke arah yang lebih baik, akan tetapi realitanya mahasiswa mengalokasikan internet tidak hanya untuk aktifitas yang bersifat akademik tapi juga untuk kebutuhan non-akademik.

Mahasiswa pada umumnya juga menggunakan internet untuk tujuan non-akademik seperti menonton *youtube*, memperbarui informasi atau *trend* di media sosial, mem-*posting* konten seperti foto di *Instagram* atau video pendek di *TikTok*, berbelanja *online*, bermain *online game*

secara *real time* dan lain-lain. Tetapi jika aktifitas tersebut dilakukan ketika jam pelajaran sedang berlangsung maka akan berdampak pada kualitas akademik khususnya pada mahasiswa dan secara umum pada instansi pendidikan di mana mahasiswa itu berada.

Fenomena ini di dalam psikologi dikenal dengan istilah *cyberloafing*, merupakan bentuk perilaku sadar mahasiswa yang dilakukan untuk mengakses internet dengan tujuan yang tidak berkaitan dengan akademik selama jam belajar berlangsung. *Cyberloafing* pada awalnya populer di *setting* organisasi, dengan penggunaan akses internet perusahaan oleh karyawan untuk kepentingan pribadi. Dalam penelitian selanjutnya *cyberloafing* juga berkembang pada *setting* pendidikan dengan hadirnya internet di perguruan tinggi, khususnya terkait aktifitas akademik mahasiswa melalui akses internet. Prasad dkk, (2010) dalam penelitiannya menemukan adanya fenomena mahasiswa di tingkat perguruan tinggi yang memakai fasilitas untuk mengakses internet kampus untuk tujuan pribadi selama jam kuliah.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti kepada 48 responden Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang terdiri dari 16 Pria dan 32 Wanita dengan rentang usia 17 sampai dengan 25 tahun serta berstatus mahasiswa aktif yang tersebar di sembilan fakultas yakni, Fakultas Ushuluddin, Fakultas Tarbiyyah dan Keguruan, Fakultas Syariah dan Hukum, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Fakultas Adab dan Humaniora, Fakultas Psikologi, Fakultas Sains dan Teknologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam. Didapatkan hasil sebanyak 52,1 persen pernah membuka media sosial saat jam kuliah berlangsung dengan alasan karena bosan dengan penjelasan Dosen, jenuh tidak fokus, sebagai hiburan, melihat berita, menghilangkan kantuk, mengikuti perkembangan zaman, dan mengisi waktu ketika tidak ada Dosen. Selanjutnya ditemukan juga mahasiswa yang menggunakan internet saat jam kuliah sebagai media untuk berbalas pesan *online* melalui *whatsapp* sebesar

91,7 persen dengan alasan tidak bisa mengabaikan pesan yang masuk, pesannya penting, reflek membuka, bosan, merasa mendesak, tidak fokus dengan penjelasan Dosen. Hal ini menunjukkan adanya perilaku *cyberloafing* yang dilakukan oleh mahasiswa saat jam kuliah sedang berjalan sehingga penting untuk mengkaji fenomena *cyberloafing* pada mahasiswa. Adanya kemudahan dan fasilitas dalam mengakses internet tidak jarang disalah gunakan oleh mahasiswa untuk kepentingan pribadi dan melenceng dari tujuan akademik.

Cyberloafing yang muncul di perguruan tinggi dan tidak diperhatikan sejak dini dapat memberikan dampak buruk bagi mahasiswa ataupun lembaga pendidikan. Seperti tidak tepatnya penggunaan internet yang seharusnya digunakan untuk pembelajaran dan perkembangan akademik, melewatkan materi yang disampaikan serta tidak tepat sasaran biaya pengeluaran. Semakin lama dan konsisten waktu yang digunakan untuk *cyberloafing* dapat berpengaruh terhadap kemampuan fokus mahasiswa yang pada akhirnya akan mempengaruhi kualitas prestasi akademik. Seperti yang ditemukan dalam penelitian Arabaci (2017) bahwa siswa yang memiliki IPK rendah lebih banyak menunjukkan *cyberloafing*. Masalah yang lebih serius dari *cyberloafing* adalah setiap mahasiswa berpotensi terlibat dalam aktifitas ilegal yang dimediasi oleh internet seperti judi *online*, mengakses konten porno, *cybersex*, terlibat aktifitas *hacking*, terjerat penipuan *online* dan lain sebagainya.

Perkembangan internet yang semakin cepat memberikan efek pada individu untuk menerima informasi yang selalu baru dengan instan sehingga tidak tertinggal oleh zaman. Tersedianya berbagai sumberdaya informasi yang terbaru, konten hiburan yang semakin menarik atau hal yang berkaitan dengan kesenangan lainnya menjadi perekat hubungan dengan internet. Melewatkan pengalaman dan informasi seolah sangat tertinggal, jika tidak dapat mengendalikan hal tersebut bisa berakibat pada penggunaan media sosial yang kompulsif. Tidak

jarang mahasiswa hari ini yang kehidupannya sudah berdampingan dengan internet memiliki perasaan cemas atau khawatir jika tidak bisa mengakses internet untuk mengimbangi kehidupan sosialnya. Inilah yang menjadi awal mula dimana individu akademik bisa berada pada kondisi *fear of missing out*.

Fear of missing out atau FoMO memungkinkan mahasiswa untuk memiliki keinginan agar bisa terus terhubung pada orang atau hal lain secara *online* dan tidak jarang dilakukan meskipun saat jam kuliah sedang berlangsung. *Fear of missing out* dapat diartikan sebagai suatu keadaan disaat mahasiswa memiliki perasaan takut tidak terlibat secara langsung akan pengalaman yang menyenangkan yang dialami oleh orang lain. Sehingga mahasiswa berupaya agar selalu bisa terhubung dengan aktifitas orang lain secara *online* dengan media sosial. Menurut Fuster dkk, (2017) individu yang menggunakan media sosial melalui ponsel lebih beresiko memunculkan perilaku adiksi yang berkaitan dengan kondisi *fear of missing out*.

Berdasarkan penelitian Gullu dan Serin (2020) kepada 702 Guru sekolah menengah negeri di Istanbul menemukan terdapatnya hubungan secara signifikan antara *fear of missing out* dengan *cyberloafing*. Didukung dengan hasil riset dari Silalahi dan Eliana (2020) kepada 300 mahasiswa tingkat sarjana aktif di Sumatera Utara, menemukan bahwa *fear of missing out* memiliki peranan yang signifikan terhadap *cyberloafing*, itu berarti mahasiswa dengan tingkat *fear of missing out* tinggi akan cenderung terlibat lebih intens pada perilaku *cyberloafing* dan sebaliknya. Oleh sebab itu mahasiswa perlu memiliki kontrol terhadap dirinya dengan baik agar tidak terlibat dalam aktifitas negatif berkaitan dengan akses internet.

Penting bagi mahasiswa memiliki kontrol diri dalam mengarahkan dirinya di kampus agar tidak mudah teralihkan dari tujuan akademiknya. *Self control* atau kontrol diri adalah sebuah kemampuan seseorang untuk dapat mengatur serta mengarahkan perilaku positif atas

lingkungan agar terhindar dari konsekuensi negatif. Dengan adanya kontrol diri yang baik pada mahasiswa memungkinkan untuk mengatur setiap aktivitas dan menentukan skala prioritasnya selama berkuliah untuk mencapai tujuan akademik. Tidak jarang akibat mudahnya akses internet di kampus dapat disalah gunakan untuk keperluan pribadi yang dapat memberikan dampak buruk pada kualitas pembelajaran. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang buruk cenderung mudah teralihkannya fokusnya dan mengutamakan kesenangan sementara yang muncul terkait dengan penggunaan media secara *online*.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Restubog dkk, (2011) kepada 238 karyawan di sebuah Universitas di Filipina menemukan adanya korelasi yang negatif antara *self control* dan *cyberloafing*. Kemudian diperkuat penelitian Ardilasari dan Frimanto (2017) dengan responden 90 Pegawai Negeri Sipil di kota Malang yang menemukan tingkat *self control* yang semakin tinggi pada individu maka akan berkorelasi pada semakin rendah perilaku *cyberloafing* yang dilakukan, sebaliknya semakin rendah tingkat *self control* individu maka akan semakin tinggi perilaku *cyberloafing* yang dilakukan.

Setelah beberapa penelitian terdahulu yang telah dilakukan guna meneliti *cyberloafing* maka ditemukan benang merah di mana penelitian *cyberloafing* berkenaan dengan subjek mahasiswa dan variabel *fear of missing out* masih relatif sedikit. Maka dari itu peneliti akan menggunakan tiga variabel yang akan diangkat yakni *fear of missing out*, *self control* dan *cyberloafing* dengan subjek mahasiswa di salah satu Universitas di Bandung guna mendalami dan memperkaya kajian *cyberloafing* di *setting* pendidikan.

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam mengenai **“Hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dan *Self Control* dengan *Cyberloafing* pada Mahasiswa”**.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti bertujuan untuk meneliti “apakah terdapat hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dan *self control* dengan *cyberloafing* pada mahasiswa?”.

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dan *self control* dengan *cyberloafing* pada mahasiswa.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menorehkan kontribusi bagi penelitian dalam bidang ilmu psikologi pendidikan, psikologi sosial, dan khususnya penelitian mengenai *fear of missing out*, *self control* dan *cyberloafing*.

Kegunaan Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi dan tambahan pengetahuan serta membantu dalam mengurangi permasalahan akademik pada mahasiswa sehingga dapat meningkatkan kualitas pendidikan.