

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Perkembangan teknologi yang sangat pesat semakin memudahkan manusia dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Teknologi yang berkembang pesat saat ini adalah teknologi informasi di antaranya adalah internet. Menurut Yunelti, dkk (2013) internet adalah suatu jaringan komputer global yang terbentuk dari jaringan-jaringan komputer lokal dan regional yang memungkinkan komunikasi data antar komputer yang terhubung ke jaringan tersebut.

Elia (2009) menyebutkan bahwa jejaring internet tidak hanya bersifat menghubungkan, melainkan juga dapat menjadi perangkap bagi penggunanya. Hampir 20% pengguna internet terlibat dengan satu atau lebih masalah pengabaian diri, perilaku mengecek dan mengklik terus-menerus, terisolasi secara sosial dan menghindari orang lain, hilangnya produktivitas, depresi, problem pernikahan, kecanduan seks, judi, penyalahgunaan internet di tempat kerja, dan kegagalan studi.

Suryanto (2010) menyebutkan bahwa salah satu pengguna internet adalah mahasiswa. Mahasiswa lebih rentan untuk menjadi pecandu internet. Kesibukan dan aktivitas yang banyak dari mahasiswa biasanya membuat mahasiswa menjadi tergantung pada internet. Menurut sebuah kajian terbaru, mahasiswa Amerika tengah mengidap kecanduan dengan ponsel, media sosial, dan internet dengan gejala mirip kecanduan narkoba dan alkohol. Para peneliti Universitas Maryland

telah meminta 200 mahasiswa menghentikan akses ke semua media selama satu hari penuh setelah 24 jam muncul banyak tanda-tanda penolakan dan kecemasan tanpa akses media dan jejaring sosial. Susan Moeller, direktur proyek penelitian dan profesor jurnalisme di universitas itu mengatakan, banyak siswa menulis bagaimana mereka membenci terputusnya koneksi dengan media, sama halnya dengan pergi tanpa teman dan keluarga.

Pecandu internet menurut Young (1998) adalah individu yang kecanduan internet memiliki kecenderungan yang kuat dalam melakukan aktivitas-aktivitas yang hanya dilakukan sendiri (*solitary activities*) dan membatasi aktivitas sosialnya. *Internet Addiction Disorder* (IAD) atau gangguan kecanduan internet meliputi segala macam hal yang berhubungan dengan internet seperti jejaring sosial, *email*, pornografi, judi online, *game online*, *chatting* dan lain-lain. Jenis gangguan ini memang tidak tercantum pada manual diagnostik dan statistik gangguan mental, atau yang biasa disebut dengan DSM, namun secara bentuk dikatakan dekat dengan bentuk kecanduan akibat judi, selain itu badan himpunan psikolog di Amerika Serikat secara formal menyebutkan bahwa kecanduan ini termasuk dalam salah satu bentuk gangguan.

Adiksi terhadap internet terlihat dari intensitas waktu yang digunakan seseorang untuk terpaku di depan komputer atau segala macam alat elektronik yang memiliki koneksi internet yang berakibat banyaknya waktu yang digunakan untuk *online* membuat individu tidak peduli dengan kehidupan yang terancam, seperti nilai yang buruk di sekolah atau kehilangan pekerjaan bahkan meninggalkan orang-orang yang disayangi.

Kecanduan internet saat ini, banyak terlihat terutama pada jejaring sosial yakni *facebook*. Jejaring sosial sekarang ini tengah populer di kalangan remaja maupun dewasa. Anderson dan Butcher (2010) melaporkan bahwa 93% pemuda Amerika antara usia 12-17 menggunakan internet. Selain itu juga menurut hasil survey yang dilakukan Sheldon (2008) bahwa 93% dari mahasiswa mempunyai akun *facebook* dan ada beberapa yang kecanduan untuk selalu mengakses akun *facebook* karena tidak sedikit pengguna *facebook* yang menganggap dunia maya khususnya jejaring sosial *facebook* lebih mengasyikkan daripada dunia nyata.

CNN melaporkan (28/03) (dalam Musofa, 2013), bahwa telah dilakukan sebuah penelitian oleh IDC (27/3) untuk menghitung seberapa sering pengguna *facebook* mengecek akun mereka dalam satu hari. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa rata-rata para pengguna *smartphone* memeriksa akun *facebook* sebanyak 14 kali setiap harinya dan rata-rata menghabiskan waktu sekitar 2 menit setiap kali membuka akun *facebook*.

Selain itu, Susanto (2013) juga memaparkan data yang pernah dirilis oleh *Internet World Stats* di akhir tahun 2012 bahwa Indonesia menduduki peringkat keempat dunia sebagai pengguna *facebook* terbesar dunia. Melihat dari analisis lain yang ditampilkan oleh situs Social Bakers, pengguna *facebook* di Indonesia didominasi oleh remaja yang berumur antara 18-24 tahun di posisi pertama dan 25-34 tahun di urutan kedua sedangkan dari jenis kelaminnya, pengguna *facebook* di Indonesia didominasi oleh pria dengan persentase sebesar 59 persen, sisanya adalah wanita. Data pengguna berusia muda tersebut juga hampir sama seperti data hasil survei yang pernah dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet

Indonesia (APJII) pada tahun 2012. Hasil survei mengungkapkan bahwa pengguna internet di Indonesia didominasi oleh pengguna berusia dengan rentang usia antara 12-34 tahun.

Ada dua alasan seseorang menjadi kecanduan jejaring sosial. Pertama, menurut Sheldon (2008) bahwa jejaring sosial digunakan untuk mendukung interaksi sosial secara pesat bagi individu yang kurang mempunyai ketrampilan sosial di dunia nyata dan menggunakan jejaring sosial tersebut sebagai bentuk dari kompensasi sosial. Kedua, para remaja berusaha mengembangkan ketrampilan sosial dan belajar memelihara keakraban pertemanan dan bentuk-bentuk lain dari ketrampilan sosial. Kedua, menurut Allen dkk (2010) bahwa karena ketrampilan bersosialisasi di internet dapat dimanfaatkan sebagai dukungan emosional.

Young dan Rodgers (1998) menguji ciri-ciri/trait kepribadian individu yang dianggap tergantung pada penggunaan internet dengan menggunakan Inventori 16 Faktor Kepribadian (16PF). Pengguna yang ketergantungan atau kecanduan menduduki peringkat tinggi dalam hal *self reliance* yaitu individu tidak merasakan rasa keterasingan kepada perasaan orang lain ketika duduk sendirian karena fungsi interaktif internet, kepekaan dan reaktivitas emosi yaitu individu dirangsang mentalnya melalui *database* dan informasi yang tidak ada habisnya yang tersedia secara *online*, kewaspadaan, pengungkapan diri yang rendah pada dunia nyata, dan karakteristik non konformis yaitu individu tertarik dengan keanoniman internet. Temuan-temuan dari studi ini menyatakan bahwa sifat-sifat kepribadian tertentu dapat mempengaruhi individu untuk mengembangkan PIU (*Pathological Internet Use*). Temuan serupa yang diperoleh oleh Xuanhui dan

Gonggu (2001) dalam meneliti hubungan kecanduan internet dengan 16 PF (Inventori Faktor Kepribadian Enam Belas).

Menurut hasil penelitian Griffiths (2000) individu cenderung menggunakan internet untuk tujuan *coping* dan menetralkan hubungan yang kurang adekuat seperti hilangnya dukungan sosial di kehidupan nyata, harga diri yang rendah, dan kekurangan fisik lainnya. Selanjutnya dikatakan bahwa semua subjek penelitiannya memperlihatkan penggunaan internet sebagai alat utama untuk mengadakan kontak sosial dan menjadikan internet sebagai sebuah alternatif realitas berbasis tulisan yang penggunaanya mampu membenamkan diri dengan menerima identitas personal dan sosial untuk membuat individu merasa lebih baik karena merasa mendapat *reward* psikologis yang tinggi.

Individu yang menggunakan internet untuk tujuan *coping* cenderung mengungkapkan diri lebih banyak di media internet, namun sebenarnya secara trait kepribadian dan di dunia nyata, individu tersebut takut untuk mengungkapkan diri atau mempunyai pengungkapan diri yang rendah di dunia nyata. Hal ini selaras dengan pernyataan Griffiths (2000) bahwa internet memberi kenyamanan tersendiri yang menyebabkan kecanduan karena medianya anonim, tidak betatap muka dan tidak ada hambatan, termasuk menggunakan *facebook* untuk berinteraksi dengan orang lain.

Menurut Lumsden (dalam Gainau, 2009) pengungkapan diri dapat membantu seseorang berkomunikasi dengan orang lain, meningkatkan kepercayaan diri serta hubungan menjadi lebih akrab. Selain itu, pengungkapan diri dapat melepaskan perasaan bersalah dan cemas (Calhoun & Acocella, 1990).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Johnson (dalam Juwaeni, 2009) menunjukkan bahwa individu yang mampu mengungkapkan diri dengan tepat, maka akan mampu menyesuaikan diri, lebih percaya diri, lebih kompeten, dapat diandalkan, lebih mampu bersikap positif, percaya terhadap orang lain, lebih obyektif dan terbuka. Sebaliknya, individu yang kurang mampu dalam mengungkapkan diri terbukti tidak mampu menyesuaikan diri, kurang percaya diri, timbul perasaan takut, cemas, merasa rendah diri, dan tertutup.

Individu yang tidak mampu mengungkapkan diri di dunia nyata dengan baik maka cenderung membentuk *coping* di dunia maya, khususnya di jejaring sosial seperti *facebook*, selain itu untuk mendapat dukungan emosional karena di dunia nyata hal tersebut kurang terpenuhi yang disebabkan ketidaknyamanan pengungkapan diri di dunia nyata.

Berdasarkan uraian di atas, rumusan pertanyaannya adalah apakah ada hubungan antara pengungkapan diri dengan kecanduan *facebook* pada remaja? Peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Antara Pengungkapan Diri Dengan Kecanduan *Facebook* Pada Remaja”**.

## **B. Tujuan Penelitian**

1. Mengetahui hubungan antara pengungkapan diri dengan tingkat kecanduan *facebook* pada remaja.
2. Mengetahui seberapa besar peranan atau sumbangan efektif pengungkapan diri pada kecanduan *facebook* pada remaja.

3. Mengetahui tingkat pengungkapan diri pada remaja.
4. Mengetahui tingkat kecanduan *facebook* pada remaja.

### **C. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memperluas ilmu pengetahuan, khususnya psikologi, serta memberikan manfaat teoritis bagi psikologi sosial tentang kecanduan *facebook* dan pentingnya pengungkapan diri di dunia nyata.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan agar remaja menggunakan *facebook* seperlunya dan melakukan pengungkapan diri di dunia nyata dengan tepat sehingga tidak akan menyebabkan kecanduan.

##### b. Bagi Orang tua

Hasil penelitian ini diharapkan agar orang tua lebih memantau aktifitas anak saat online *facebook* sehingga dapat memanfaatkan *facebook* secara tepat dan mengajak remajanya untuk lebih nyaman mengungkapkan diri dengan orang tua agar tidak menyebabkan remaja kecanduan *facebook*.

##### c. Bagi Peneliti Berikutnya

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan, informasi, dan pengetahuan dalam melakukan penelitian sejenis seperti yang berkaitan dengan penggunaan internet ataupun jejaring sosial selain *facebook*.