

BAB I

PENDAHULUAN

Mahasiswa sebagai masyarakat kampus mempunyai tugas utama yaitu belajar. Saat ini, terlebih pada masa pandemi mahasiswa diharuskan untuk kuliah online dan pada era globalisasi ini perkembangan teknologi informasi semakin pesat. Salah satu kemajuan teknologi di bidang komunikasi yaitu *smartphone*. *Smartphone* memungkinkan pengguna untuk tetap terhubung dengan orang lain melalui fasilitas telepon maupun internet secara bersamaan (Pinasti & Kustanti, 2017).

Berdasarkan edaran Kemendikbud nomor 36962 tahun 2020 tentang pembelajaran daring dan bekerja dari rumah dalam rangka pencegahan penyebaran *Corona Virus Disease (COVID-19)*. Kementerian menghimbau agar memberlakukan pembelajaran secara daring dari rumah bagi siswa dan mahasiswa. Dikarenakan himbauan ini mahasiswa di Indonesia melaksanakan kegiatan belajar secara daring melalui *smartphone* atau *laptop* dari rumah. Dengan kurangnya sosialisasi ketika masa pandemi membuat mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktu mereka di depan *handphone* atau laptop.

Menurut Perusahaan riset pasar IDC merilis laporan pengiriman *smartphone* kuartal ketiga (Q3). Dalam laporannya, IDC mengungkapkan ada pertumbuhan penggunaan *smartphone* sebesar 49 persen dibanding kuartal sebelumnya, dan 21 persen dari periode yang sama tahun lalu. *HootSuit* melaporkan bahwa pengguna internet berusia 16 hingga 64 tahun diketahui memiliki beberapa perangkat elektronik berbeda. Dari berbagai jenis perangkat tersebut, *smartphone* menjadi perangkat yang paling populer. Tercatat ada 96,4 persen atau 195,3 juta orang Indonesia yang mengakses di internet melalui ponsel genggamnya.

Berdasarkan (*DailySocial.id*, 2015), Pengguna ponsel pintar di seluruh dunia pada tahun 2020 diperkirakan mencapai 6,1 miliar jiwa. Di Indonesia, pengguna aktif ponsel mencapai 281,9 jiwa. Ironisnya, telepon seluler merupakan adiksi non-obat terbesar di abad ke-21. Kita sendiri sering melihat di tempat-tempat umum bahwa setiap orang sibuk menatap layar ponsel tanpa bersosialisasi dengan individu di sekitarnya.

TechJury mengemukakan data bahwa 40% remaja sedunia kecanduan ponsel cerdas. Angka ini meningkat sebanyak 17% dari saat ponsel pertama kali masuk ke pasar tahun 2009 & meningkat 58% dari angka di tahun 1991. Adapun studi lain yang dilakukan ilmuwan kampus MIT di AS, ditemukan bahwa 1 dari 10 remaja kurang tidur, karena lebih banyak menghabiskan waktu di depan layar ponsel.

Seseorang yang tidak bisa jauh dari *smartphone* atau istilah klinisnya yaitu *nomophobia*. *Nomophobia* atau *No mobile phone fobia* merupakan rasa takut berada di luar kontak telepon seluler dan dianggap sebagai fobia modern sebagai efek samping dari interaksi antara manusia, teknologi informasi dan komunikasi khususnya telepon seluler pintar (Yildirim, 2014).

Hubungan ketergantungan *smartphone* dengan *nomophobia* juga menimbulkan individu secara bertahap mengasingkan diri dari dunia nyata. (Saripah & Pratiwi, 2020) menyatakan bahwa individu yang nomofobik lebih suka interaksi virtual dan menghindari tatap muka yang mengarah kepada “*techno-stress*” yaitu kondisi ketika individu menghindari interaksi sosial tatap muka dan dibatasi oleh diri mereka sendiri, tanpa memperhatikan orang lain. .

Peneliti melakukan observasi dan wawancara kepada beberapa mahasiswa di Universitas Prima Indonesia salah satunya mahasiswi berinisial S (Perempuan, 20 tahun) menyebutkan akan gelisah jika baterai *smartphone* habis, kuota internet habis, dan ketika sinyal wifi menghilang. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa S resah jika ada informasi dari *smartphone* yang tidak diketahui ataupun ketinggalan, begitupun dengan beberapa mahasiswa lain mengalami hal yang hampir sama dengan mahasiswa S seperti merasa *smartphone* sangat penting bagi mereka, dengan *smartphone* mahasiswa mudah melakukan apapun termasuk saat belajar. Peneliti menemukan bahwa beberapa mahasiswa tidak bisa lepas dari *smartphone* dan akan membawa *smartphone* kemanapun mereka pergi.

(Gezgin, 2016) menjelaskan bahwa ciri-ciri orang yang mengalami *nomophobia* adalah merasa hampa atau kesepian dan bosan ketika tidak menggunakan *smartphone*, mengecek dan memeriksa *smartphone* berulang kali, merasa kecewa saat kehabisan baterai, dan khawatir ketika lupa meletakkan *smartphone* disuatu tempat dan tidak bisa menggunakannya.

Loneliness atau kesepian adalah suatu reaksi emosional dan kognitif individu terhadap sebuah kondisi yaitu individu hanya memiliki sedikit hubungan sosial dan tidak memuaskannya karena tidak sesuai dengan harapannya (Aprilia, 2020). Kesepian merupakan sebuah keadaan di mana seseorang merasa hampa, sendirian, dan tidak diinginkan. Para ahli sepakat bahwa kesepian merupakan keadaan mental, bukan fisik. Banyak orang yang merasa kesepian padahal dirinya sedang berada di tengah keramaian atau di tengah orang-orang terdekatnya. Menurut (Miller, Perlman & Brehm, 2007), yaitu kebutuhan dalam berhubungan, perubahan suatu hubungan, atribusi kausal dan perilaku interpersonal merupakan factor-faktor penyebab kesepian.

Menurut (Dayakisni & Hudaniah, 2012) kesepian memiliki kaitan dengan keadaan psikologis (*well being*) individu, dimana salah satu faktor penyebabnya yaitu *presdisposing factors* yang merupakan faktor-faktor pembawaan yang membuat orang rentan atau mudah mengalami kesepian, seperti malu, stigma, kurangnya keterampilan sosial, isolasi sosial, dan norma-norma budaya seperti individualisme. Sehingga faktor internal individu itu sendiri yang menyebabkan kesepian.

Faktor internal yang dapat menyebabkan seseorang menjadi ketergantungan pada *smartphone* seperti tingkat *sensation seeking* yang tinggi, *self-esteem* yang rendah, kontrol diri yang rendah, hingga faktor sosial seperti *mandatory behavior* yang tinggi, dimana hal tersebut mengarah pada perilaku yang harus dilakukan untuk memuaskan kebutuhan berinteraksi yang distimulasi atau didorong dari orang lain, seperti saat seseorang sedang menjalani hubungan dengan pasangan yang biasa berkomunikasi secara terus-menerus (Yuwanto, 2010).

Dari hasil penelitian yang sebelumnya dilakukan oleh (Saripah dan Pratiwi, 2020), meneliti tentang hubungan antara kesepian terhadap *nomophobia* generasi z menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kesepian terhadap *nomophobia* pada generasi z dengan nilai korelasi 0.687. Semakin tinggi tingkat kesepian maka semakin tinggi juga kemungkinan *nomophobia* seseorang, begitu juga sebaliknya.

Berdasarkan fenomena di atas, kami meneliti lebih lanjut mengenai hubungan kesepian dengan *nomophobia* terhadap mahasiswa fakultas Ekonomi Universitas Prima Indonesia dengan hipotesa yang diajukan peneliti yaitu adanya hubungan positif antara kesepian terhadap *nomophobia* pada mahasiswa Universitas Prima Indonesia. Semakin tinggi tingkat seseorang merasa kesepian maka semakin tinggi pula tingkat seseorang terkena *nomophobia*.

Begitupula sebaliknya semakin rendah seseorang merasa kesepian maka tingkat untuk terkena *nomophobia* semakin sedikit.

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara Kesepian dengan *Nomophobia*. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Kesepian Dengan Kecenderungan *Nomophobia* pada Mahasiswa.

Manfaat Teoritis dari penelitian ini adalah memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu psikologi, terutama bidang klinis dalam memahami fenomena *Nomophobia*. Berfungsi sebagai landasan bagi peneliti yang ingin meneliti tentang penelitian sejenis.

Manfaat Praktis dari penelitian ini yaitu secara praktis memberikan informasi mengenai penggunaan *handphone* dengan lebih bijak. Dengan adanya penelitian ini pengguna *smartphone* memiliki kesadaran akan dampak negatif terhadap kehidupan sosial pengguna dan dengan serius mengurangi intensitas penggunaan *smartphone* seperti menggunakan *smartphone* untuk belajar dan berkomunikasi. Untuk Mahasiswa diharapkan hasil penelitian ini berguna untuk mahasiswa sebagai tindakan preventif untuk meminimalisir berbagai masalah yang muncul akibat penggunaan *smartphone* berlebihan sehari-hari. Untuk peneliti lain untuk menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam menerapkan pengetahuan terhadap masalah yang dihadapi secara nyata. Dan untuk tempat penelitian sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun program pembelajaran terkait *nomophobia*.