

BAB I

LATAR BELAKANG

A. Latar Belakang Masalah

Di Indonesia pengguna internet dari tahun ketahun semakin meningkat hingga lebih dari jutaan manusia di seluruh Indonesia telah menggunakan internet. Hasil survei yang telah dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pengguna internet di Indonesia pada tahun 2017 sebanyak 143,26 juta jiwa, tahun 2018 sebanyak 171,17 juta jiwa, tahun 2019-2020 sebanyak 196,71 juta jiwa, tahun 2022 pengguna internet mencapai 210,02 juta jiwa atau 77,02%, dan pada tahun 2023 sebanyak 215,62 juta jiwa atau 78,19% dari total populasi 275 juta jiwa penduduk Indonesia (APJII, 2023).

Di era sekarang ini, penggunaan internet dapat diakses oleh berbagai kalangan usia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Norris (dalam Hidayat, 2020) mengatakan bahwa penggunaan internet tidak terbatas dari usia, anak-anak sampai orang tua membutuhkan internet dan remaja merupakan kelompok usia yang paling banyak membutuhkan internet. Dalam tahap perkembangan manusia, masa remaja merupakan periode masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa (Santrock, 2014). Erikson (dalam Agustriyana & Suwanto, 2017) membagi remaja menjadi tiga tahapan yakni masa remaja awal, masa remaja pertengahan, dan masa remaja akhir dengan kriteria usia remaja awal pada perempuan yaitu 13-15 tahun dan pada laki-laki

yaitu 15-17 tahun, kriteria usia masa remaja pertengahan pada perempuan yaitu 15-18 tahun dan pada laki-laki 17-19 tahun, sedangkan kriteria usia masa remaja akhir pada perempuan 18-21 tahun dan pada laki-laki 19-21 tahun.

Berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2023 usia pengguna internet di Indonesia, remaja menduduki tingkat tertinggi pengguna internet yaitu sebesar 98,20% pada usia 13-18 tahun (APJII, 2023). Oleh karena itu, usia remaja dapat dikatakan rentan mengalami *internet addiction*. Selain itu pada masa ini remaja akan mengalami berbagai tantangan seperti krisis identitas, selalu mencari hal-hal baru, sehingga mudah terpengaruh lingkungan sosial seperti teman sebayanya, berdasarkan fakta ini remaja dikatakan rentan terhadap perilaku *internet addiction* karena intensitas mengakses internet yang tinggi (Sarwono, dalam Siregar & Hamdan, 2020).

Menurut Yee (dalam Muhammad & Priyambodo, 2022) *addiction* adalah suatu perilaku individu yang berdampak pada kerugian yang dialami dirinya sendiri secara terus menerus dan sulit untuk meredakan perilakunya. Young (dalam Siregar & Hamdan, 2020) mengatakan bahwa *internet addiction* sebagai kegagalan pada individu untuk dapat mengontrol perilakunya ketika mengakses internet sehingga berpotensi menjadi masalah serius yang mempengaruhi penurunan fungsi kerja otak atau mental dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Young (dalam Prasajo, dkk, 2018) *internet addiction* dibagi menjadi 6 aspek, yaitu (*salience*) arti penting, (*excessive use*) penggunaan berlebihan, (*neglect to work*) kelalaian bekerja, (*anticipation*) antisipasi, (*lack of*

control) kurangnya kontrol, dan (*neglect social life*) mengabaikan kehidupan sosial. Ketika remaja tidak memperoleh kepuasan sosial dari lingkungannya, remaja cenderung mencarinya melalui dunia maya dengan cara mengakses internet. Dalam dunia maya, remaja merasa lebih nyaman dan bebas mengekspresikan apapun yang mereka rasakan, oleh karena itu ada kemungkinan bahwa remaja menjadikan internet sebagai substitusi dari pemenuhan kebutuhan sosialnya (Spada dalam Garvin, 2019).

Internet addiction menjadi suatu sindrom yang ditandai oleh fakta bahwa subjek yang mengalami kecanduan akan menghabiskan banyak waktu menggunakan internet dan tidak dapat mengontrol penggunaannya di internet. Fenomena yang banyak terjadi adalah remaja yang menggunakan internet secara berlebihan dan dengan pengawasan orang tua yang tidak baik dapat memunculkan *internet adiction* pada anak terutama remaja. Menurut Mutohharoh (dalam Utami & Nurhayati, 2019) rata-rata penggunaan internet yang sehat dalam mengakses internet yaitu sebanyak 8 jam perminggu, selain itu Young (dalam Kusumo & Jatmika, 2020) mengkarakteristikan pengguna internet dapat digolongkan adiktif jika pengguna aktif selama 38 jam per minggu. Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Latief dan Retnowati (2018) menyebutkan bahwa ciri-ciri orang yang mengalami kecanduan adalah menggunakan internet secara berlebihan dengan menghabiskan waktu antara 40 sampai 80 jam/minggu.

Young (dalam Siregar & Hamdan, 2020) menyebutkan bahwa dampak dari *internet addiction* remaja ditandai dengan kondisi sulit untuk menyelesaikan tugas, sulit belajar untuk menghadapi ujian, dan kurang tidur akibat menggunakan internet yang berlebihan di malam hari. Selain itu, penggunaan internet berlebihan pada remaja menyebabkan menurunnya prestasi bahkan dikeluarkan dari sekolah (Siregar & Hamdan, 2020). Selain itu semakin banyaknya jumlah penggunaan internet di Indonesia, maka akan membawa pengaruh terhadap peningkatan *internet addiction* Suprpto dan Nurcahyo (dalam Hakim & Raj, 2017).

Fenomena *internet addiction* ini salah satunya terjadi di SMK Negeri 1 Karawang. Berdasarkan hasil pra penelitian yang dilakukan di SMK Negeri 1 Karawang dengan melibatkan 101 siswa, didapatkan siswa memiliki kecenderungan terhadap *internet addiction* dengan terlihatnya aspek-aspek dari *internet addiction* menurut Young (dalam Prasajo, dkk, 2018) yaitu (*salience*) arti penting, (*excessive use*) penggunaan berlebihan, (*neglect to work*) kelalaian bekerja, (*anticipation*) antisipasi, (*lack of control*) kurangnya kontrol, dan (*neglect social life*) mengabaikan kehidupan sosial.

Beberapa gejala *internet addiction* terjadi pada siswa, dimulai dari aspek (*salience*) yaitu adanya pikiran-pikiran yang berlebihan mengenai internet, didapatkan siswa mengakses konten hiburan *twitter* dan mengakses konten pornografi. Gejala lainnya penggunaan internet yang berlebihan (*excessive use*) sehingga menyebabkan kehilangan kontrol dalam penggunaannya, siswa lupa

untuk mengerjakan tugas akademisnya. Pengabaian pekerjaan (*neglect to work*) siswa meninggalkan dan mengabaikan pekerjaan dikehidupan sehari-harinya dan selalu mementingkan waktunya dalam mengakses internet dengan bermain *game* seperti *mobile legends*, *free fire*, *PUBG mobile*.

Antisipasi (*anticipation*) siswa menjadikan internet sebagai *strategi coping* dalam penyelesaian masalah, siswa selalu mengakses konten hiburan seperti *instagram*, *facebook*, *tik-tok*, dan *youtube*. Ketidakmampuan siswa dalam mengontrol diri (*lack of control*) mengakibatkan bertambahnya waktu yang digunakan untuk melakukan aktivitas dengan internet, durasi penggunaan layar siswa dalam waktu satu minggu bisa menghabiskan waktu sampai 67 jam 32 menit. Mengabaikan kehidupan sosial (*neglect to social life*) siswa dengan sengaja mengabaikan kehidupannya untuk mengakses internet, siswa lebih senang berdiam di rumah dan di kelas, tidak keluar disaat jam istirahat untuk meluangkan waktunya mengakses internet.

Menurut Ibrahim, Suryani, dan Sriati (2019) *internet addiction* dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Pada faktor eksternal diantaranya adalah faktor keluarga dan teman sebaya. Sedangkan faktor internal diantaranya adalah (*loneliness*) kesepian, (*self esteem*) harga diri, dan (*neuroticism*) kepribadian *neurotic*. Sejalan dengan penelitian Hapsari dan Ariana (2015) mengenai Hubungan antara kesepian dan kecenderungan kecanduan internet pada remaja yang menyatakan bahwa adanya hubungan antara kesepian dan kecenderungan kecanduan internet pada remaja. Artinya

semakin tinggi *loneliness* maka semakin tinggi *internet addiction*, sebaliknya semakin rendah *loneliness* semakin rendah juga perilaku *internet addiction*.

Taylor, Peplau, dan Sears (dalam Ariani, Supradewi, & Syafitri, 2019) mengatakan bahwa *loneliness* merupakan kondisi dimana psikoemosional individu tidak seimbang dengan munculnya rasa hampa dan kosong dalam diri dikarenakan ikatan dengan orang lain yang kurang. Greenberg, Schmader, dkk (dalam Subagio & Hidayat, 2017) mengungkapkan bahwa *loneliness* merupakan perasaan tidak menyenangkan yang menghilangkan hubungan sosial, yang dapat menyebabkan seseorang menyalahgunakan zat, distres, kehilangan konsentrasi, hingga kematian.

Individu yang merasa kesepian saat bersosialisasi dengan lingkungannya akan merasa kurang bahagia, kurang puas, pesimis, dan kurang bersemangat. Dalam sebuah keramaian, individu juga dapat mengalami *loneliness* karena merasa terasingkan, dimana individu tersebut merasa tidak terpenuhi kebutuhan sosialnya meskipun dikelilingi oleh banyak orang (Graham, dalam Sembiring, 2017). Menurut Peplau dan Perlman (1998) *loneliness* dibagi menjadi tiga aspek yaitu (*need for intimacy*) kebutuhan akan keintiman, (*cognitive process*) proses kognitif, dan (*social reinforcement*) penguatan sosial.

Pada masa remaja, *loneliness* bisa timbul dimana saja dan kapan saja, hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Latief dan Retnowati (2018) bahwa *loneliness* dan *self esteem* dapat menjadi pemicu terhadap *internet addiction* pada remaja, dimana apabila individu merasa *loneliness* maka akan

dapat menyebabkan semakin meningkatnya interaksi sosial *online* dan menurunkan harga diri individu, dapat mengurangi kepercayaan diri individu, menimbulkan perilaku kecanduan, menurunkan kontrol diri, sehingga dapat berakibat mengalami *internet addiction*. Penelitian lain yang dilakukan oleh Subagio dan Hidayati (2017) didapatkan hasil bahwa semakin tinggi *loneliness* maka semakin tinggi *internet addiction* yang dialami oleh siswa, sehingga dapat disimpulkan juga semakin rendah *loneliness* maka semakin rendah juga perilaku *internet addiction*.

Russell (dalam Sembiring, 2017) mengatakan bahwa karakteristik individu *loneliness* adalah akan cepat marah, lebih suka menyendiri, dan tidak bisa bergaul dengan orang lain di lingkungan sekitarnya atau kaku. Penelitian yang dilakukan Kim dkk. (dalam Krisnadi & Adhandayani, 2020) mengatakan bahwa faktor psikososial seperti *loneliness* mampu mendorong penggunaan internet secara berlebihan. Penyebabnya adalah ketika individu *loneliness* gagal dalam interaksi sosial, mereka terus menyalahkan diri sendiri karena keterampilan sosial yang kurang, sehingga memilih untuk berinteraksi dan berekspresi secara daring yang pada akhirnya mengarah pada peningkatan penggunaan internet (Krisnadi & Adhandayani, 2020).

Menurut Kusumo dan Jatmika (2020) penggunaan internet dikatakan sehat ketika penggunaannya untuk tujuan yang jelas dengan jumlah kuantitas waktu yang wajar dan tanpa mengganggu aktifitas keseharian dari penggunanya. Remaja yang sedang masa pencarian jati diri pun menjadi dampak dari

perkembangan teknologi. Kebiasaan remaja untuk mengunggah kehidupan pribadi secara rutin dan menghilangkan rasa sepi dengan cara penggunaan internet menjadi fenomena saat ini. *Loneliness* dialami individu saat individu tersebut merasa kekurangan dalam hubungan sosial. Individu yang mengalami *loneliness* dikarenakan ketidakmampuannya untuk berada dan berinteraksi dalam sebuah kelompok atau tidak ada harapan saat berada dalam lingkungan kelompok. *Loneliness* lebih sering dialami oleh kelompok remaja dan dewasa awal (Kasin & Fein, dalam Rucita & Rahmasari, 2022).

Berdasarkan penjelasan dari beberapa ahli dan juga didukung oleh penelitian sebelumnya, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Loneliness* Terhadap Kecenderungan *Internet Addiction* Pada Siswa di SMK Negeri 1 Karawang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh *loneliness* terhadap kecenderungan *internet adiction* pada siswa di SMK Negeri 1 Karawang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditetapkan, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *loneliness* terhadap kecenderungan *internet adiction* pada siswa di SMK Negeri 1 Karawang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan memberi informasi dari sudut pandang psikologi mengenai pengaruh *loneliness* terhadap kecenderungan *internet addiction* pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan remaja yang mengalami kecenderungan *internet addiction* mencari aktivitas yang membangun dan bermanfaat seperti mengikuti kegiatan sekolah atau kegiatan positif yang lainnya agar dapat mengontrol dan mengurangi penggunaan internet yang berlebihan.

b. Bagi Orang tua

Hasil penelitian ini diharapkan agar orang tua lebih memantau aktifitas anak saat menggunakan internet sehingga dapat memanfaatkan internet secara tepat dan mampu menjaga komunikasi dan hubungan yang baik dengan anaknya agar tidak menyebabkan *internet addiction*.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

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