

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Bab ini akan menguraikan pendahuluan dari skripsi, yang berisi latar belakang penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika penulisan skripsi.

#### **A. Latar Belakang Penelitian**

Media sosial menjadi alat komunikasi yang telah digunakan sebagian besar masyarakat saat ini. Penggunaan media sosial menjadi bagian yang menyatu dalam kehidupan sehari-hari anak muda Indonesia. Survei menyatakan, kebutuhan utama para remaja menggunakan media sosial adalah untuk mencari informasi, untuk terhubung dengan teman lama dan baru, dan untuk hiburan (Kominfo, 2014). Hasil penelitian terakhir yang dilakukan oleh agensi marketing “*We Are Social*” pada tahun 2015 mencatat bahwa dari 255 juta penduduk Indonesia, sebanyak 28 persennya yaitu 72 juta jiwa merupakan pengguna media sosial (Wijaya, 2015). Lebih lanjut, survei yang dilakukan Asosiasi Penyedia Jasa Internet Indonesia (APJII) menyatakan, sebanyak 84% pengguna mengakses media sosial setiap hari, dengan durasi satu sampai tiga jam per harinya (APJII, 2015).

Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia (Kominfo) mencatat pengguna internet dan media sosial di Indonesia yang berasal dari kalangan anak-anak dan remaja diprediksi mencapai 30 juta, dengan persentase daerah pengguna terbesar berasal dari Provinsi D.I Yogyakarta, DKI Jakarta, dan Banten (Kominfo, 2014). Survei yang dilakukan APJII pada tahun 2014 justru menyatakan Provinsi Jawa Barat yang menjadi pengguna terbanyak di Indonesia dengan peningkatan 36% dari tahun sebelumnya (APJII, 2015).

Berbagai jenis media sosial tengah populer di Indonesia. Beberapa terpopuler saat ini, diantaranya, *facebook*, *twitter*, *yahoo*, *blogger*, *tumblr*, *instagram*, *path*, *line*, *bbm*, *whatsapp*, dan lainnya (Mulyati, 2014). Media sosial

**Nurmalita Utami, 2017**

***HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGAKSES AKUN QUOTES GALAU DI MEDIA SOSIAL  
DENGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI REMAJA DI SMAN 15 BANDUNG***

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

iniilah yang dapat menjadi penyalur bagi individu untuk mengungkapkan emosi-emosi negatifnya. Individu merasa dengan berbagi emosi negatif di media sosial dapat memunculkan dukungan sosial, perspektif alternatif, dan saran dari individu lain yang terhubung (Lin, 2014). Ungkapan-ungkapan galau menjadi salah satu emosi negatif yang kerap muncul di akun media sosial saat ini (Supriono, 2015). Penelitian yang dilakukan Media Wave pada tahun 2012 mengungkapkan bahwa dari hasil pengamatan selama satu bulan lebih, diketahui ada 2,8 juta *tweet* galau dari para pengguna media sosial (Hestianingsih, 2012). Kicauan atau catatan yang mengungkapkan perasaan galau ini yaitu catatan mengenai perasaan yang sedang putus cinta, patah hati, atau kesedihan atas tidak terwujudnya suatu keinginan sang pemilik akun. Contoh *quote* galau ditulis oleh akun Instagram @yang.terdalam yang mendapat penyuka sebanyak 13.626 sebagaimana pada gambar di bawah ini.



**Gambar 1.1 Contoh *quote* galau**

**Sumber: akun Instagram @yang.terdalam**

**Nurmalita Utami, 2017**

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGAKSES AKUN QUOTES GALAU DI MEDIA SOSIAL DENGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI REMAJA DI SMAN 15 BANDUNG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Menurut Mini (dalam Rahmianti, 2012), saat ini media sosial kerap dijadikan sarana katarsis dan media untuk menyalurkan emosi remaja. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Media Wave pada tahun 2012, remaja lebih sering mengungkapkan perasaan negatif (*bad mood*) dibandingkan perasaan positif (*good mood*) di media sosialnya (Rahmianti, 2012).

Emosi merupakan suatu gejala psiko-fisiologis yang menimbulkan persepsi, sikap, dan tingkah laku, serta diperlihatkan dalam bentuk ekspresi (Hude, 2006). Emosi dapat dilihat saat individu mengekspresikan perilakunya. Emosi bersifat lebih spesifik saat terwujud dalam bentuk gembira, takut, marah, sedih, dan sebagainya (Santrock, 2007).

Saat memasuki masa remaja, individu mengalami fase pergolakan emosi yang cukup ekstrem. Perubahan naik-turun emosi remaja terjadi begitu cepat dikarenakan perkembangan hormonal yang sedang terjadi dan masa peralihan kehidupan dari kanak-kanak menuju dewasa yang dialami remaja (Saarni dalam Santrock, 2007). Kondisi ini menuntut remaja untuk dapat mengelola emosinya secara lebih efektif, agar remaja tidak rentan mengalami depresi, kemarahan, dan masalah sosial (Santrock, 2007). Untuk mengendalikan emosi pada suatu situasi tertentu dibutuhkan kemampuan untuk meregulasi emosi (Hude, 2006).

Regulasi emosi adalah strategi yang dilakukan individu baik secara sadar ataupun tidak, untuk mempertahankan, meningkatkan, atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi. Dengan demikian, regulasi emosi berkaitan dengan bagaimana emosi tersebut diatur, bukan bagaimana emosi mengatur sesuatu yang lain (Gross, 2014). Terdapat dua jenis strategi regulasi emosi menurut Gross (2014), yaitu *cognitive reappraisal (antecedent-focused)* dan *expressive suppression (response-focused)*. Individu yang dapat meregulasi emosinya dengan baik dapat memfilter emosi positif dan negatif yang dirasakannya.

Strategi regulasi emosi tersebut akan peneliti lihat pada respon remaja saat menemukan *quotes* galau pada media sosial yang digunakannya. Kemampuan regulasi emosi ini juga dapat dilihat saat remaja melakukan katarsis seperti membuat kutipan galau pada akun media sosialnya (Hormes, 2014). Penggunaan

**Nurmalita Utami, 2017**

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGAkses AKUN QUOTES GALAU DI MEDIA SOSIAL  
DENGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI REMAJA DI SMAN 15 BANDUNG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

media sosial dengan pintar dan bijak sebenarnya dapat membawa dampak baik bagi penggunaannya. Dalam berbagai akun media sosial, banyak informasi yang bisa diakses dan didapatkan sebagai sumber informasi pengetahuan (Nasrullah, 2015).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan Juditha (2011) mengenai media jejaring sosial *facebook* mengungkapkan bahwa penggunaan media jejaring sosial *facebook* dapat menimbulkan adiksi bagi remaja. Penelitian ini mengungkapkan intensitas penggunaan media sosial, namun tidak menghubungkannya dengan perkembangan regulasi emosi. Fakta serupa juga diungkapkan oleh Hormes (2014) yang mengungkapkan bahwa penggunaan media jejaring sosial secara teratur akan menyebabkan ketergantungan, dan hal ini juga menunjukkan regulasi emosi yang rendah. Penelitian ini sudah menghubungkan antara intensitas mengakses media sosial dengan regulasi emosi, namun media sosial yang dituju adalah *facebook* dan regulasi emosi dinilai secara general tanpa rentang usia.

Untuk mengisi gap penelitian, maka penelitian ini memfokuskan pada konten media sosial yang diakses, yaitu intensitas mengakses akun *quotes galau*. Penelitian ini juga lebih memfokuskan perkembangan regulasi emosi yang dinilai, yaitu perkembangan regulasi emosi pada remaja. Remaja yang akan diteliti pada penelitian ini yaitu siswa SMAN 15 Bandung. SMAN 15 Bandung dipilih karena lokasinya yang dekat dengan kediaman peneliti. Peneliti ingin melihat fenomena penelitian ini pada remaja-remaja siswa SMAN 15 Bandung.

## **B. Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka pertanyaan dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara intensitas mengakses akun *quotes galau* di media sosial dengan kemampuan regulasi emosi remaja di SMAN 15 Bandung?”.

**Nurmalita Utami, 2017**

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGAkses AKUN QUOTES GALAU DI MEDIA SOSIAL  
DENGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI REMAJA DI SMAN 15 BANDUNG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

### C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara intensitas mengakses akun *quotes* galau di media sosial dengan kemampuan regulasi emosi remaja di SMAN 15 Bandung.

### D. Manfaat Penelitian

Secara garis besar, penelitian ini memiliki dua manfaat, yaitu:

#### 1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian psikologi, khususnya dalam bidang perkembangan dan sosial mengenai hubungan antara intensitas mengakses akun *quotes* galau di media sosial dengan kemampuan regulasi emosi remaja.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Orang Tua

Bagi orang tua, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi agar orang tua dapat lebih mengarahkan putra-putrinya untuk menggunakan media sosial dengan lebih bijak. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi pedoman bagi orang tua untuk dapat membantu mengembangkan kemampuan regulasi emosi putra-putrinya.

##### b. Bagi Remaja

Bagi remaja, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan gambaran mengenai regulasi emosi sekaligus dijadikan pelajaran untuk dapat mengembangkan kemampuan regulasi emosinya lebih baik lagi dan menggunakan media sosial dengan lebih bijak.

##### c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan untuk penelitian serupa terkait intensitas mengakses akun *quotes* galau di media sosial dan kemampuan regulasi emosi remaja.

**Nurmalita Utami, 2017**

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MENGAkses AKUN QUOTES GALAU DI MEDIA SOSIAL  
DENGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI REMAJA DI SMAN 15 BANDUNG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## **E. Sistematika Penulisan Skripsi**

Struktur organisasi penulisan yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **Bab I Pendahuluan**

Bab ini terdiri atas latar belakang penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penulisan skripsi.

### **Bab II Kajian Pustaka**

Bab ini berisi uraian teori mengenai intensitas mengakses akun *quotes* galau dan regulasi emosi remaja, kerangka berpikir penelitian, dan hipotesis penelitian.

### **Bab III Metode Penelitian**

Bab ini terdiri atas pendekatan dan desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, variable penelitian, instrumen penelitian, teknik analisis data, dan prosedur penelitian.

### **Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Bab ini berisi uraian mengenai hasil penelitian dan pengolahan data yang diperoleh hingga hasil tersebut didapatkan, serta pembahasan dan interpretasi dari hasil penelitian.

### **Bab V Kesimpulan dan Saran**

Bab ini terdiri atas kesimpulan yang didapat dari keseluruhan penelitian serta saran yang diberikan oleh peneliti kepada pengguna hasil penelitian.