

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Masa remaja merupakan masa perkembangan transisi atau peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Masa remaja itu sendiri dapat dijelaskan sebagai bagian penting dari kehidupan manusia yang dapat menyebabkan perubahan dalam perkembangan manusia juga berfungsi sebagai periode transisi untuk mengarahkan perkembangan orang dewasa yang baik. Perkembangan dari keterampilan sosial pada masa remaja, yaitu keterampilan berinteraksi dengan teman sebaya dan teman dekat di lingkungan (Tagunu & Diantina, 2020).

Selain itu, menurut (Jahja, 2011), pubertas adalah terjadi perubahan yang cepat, baik dari segi fisik maupun psikis. Dari segi sosial, tugas perkembangan remaja mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain, berperilaku yang diterima oleh sosial. Menurut Hurlock (2002:212) ada beberapa masalah yang dialami remaja dalam memenuhi tugas-tugasnya tersebut, yaitu masalah pribadi dan masalah khas remaja (Hurlock E. , 2002). Remaja masa kini banyak sekali mendapatkan tekanan-tekanan mulai dari kondisi lingkungan dan sosial budaya serta perkembangan teknologi yang semakin pesat. Hal tersebut dapat mengakibatkan munculnya masalah-masalah psikologis (Khotimah, Doriza, & Artanti, 2015).

Dalam hubungan apapun yang membutuhkan interaksi pribadi dengan tatap muka atau tidak, itu akan menimbulkan perasaan terasing dan kesepian (*loneliness*), serta menghasilkan pikiran negatif (Weiss dalam Peplau dan Perlman, 1982). Kesepian (*loneliness*) adalah hubungan sosial, berbanding terbalik dengan yang diharapkan, seperti perasaan mudah tersinggung, stres, dan opini negatif untuk hubungan sosial yang buruk (Panicker & Sachdev, 2014). Kesepian (*loneliness*) merupakan salah satu masalah utama yang dihadapi remaja. Kesepian (*loneliness*) diartikan sebagai rasa kehilangan dan ketidakpuasan, ketidaksesuaian

antara jenis hubungan sosial yang kita inginkan dan jenis hubungan sosial yang kita miliki (Amalya, Rizqi, & Fadjri, 2020).

Kondisi yang menyebabkan kesepian (*loneliness*) berbeda-beda pada setiap orang, sehingga tingkat kesepian (*loneliness*) seseorang juga akan berbeda-beda. Dalam penelitian Aloma (Pontes, Griffiths, & Patrão, 2014) ditemukan bahwa kesepian (*loneliness*) adalah salah satu faktor utama dari *internet addiction* yang melibatkan perasaan isolasi, kepercayaan diri, dan harga diri rendah. Ketika seseorang menjadi tergantung pada sesuatu, mereka akan berusaha untuk mencapai kebutuhan keintiman yang tidak tersedia dalam kehidupan nyata, bahkan jika mereka memperoleh kenyamanan dan kebahagiaan melalui hubungan virtual. Hal ini karena ketergantungan memiliki hubungan yang erat dengan emosi.

Peserta didik yang baru mengalami adiksi internet memiliki dua kriteria berbeda. Pertama, mereka menjadi kecanduan terhadap ciri-ciri awal masa penggunaan internet, seperti mengobrol di dunia maya (*chatting*), menggunakan media sosial, seperti *Instagram*, *WhatsApp*, *Facebook*, dan lain sebagainya. Seseorang yang telah mengalami adiksi media sosial, secara tidak langsung akan terpengaruh menggunakan *e-commerce* untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari melalui *platform* seperti *iPhone*, *Android*, *Computer*, *iPad*, dan lain-lain (Montag & Editors, 2017).

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh (Panicker & Sachdev, 2014) di Ulhasnagar India, untuk menghilangkan rasa kesepian (*loneliness*), remaja secara aktif menggunakan *smartphone*, yang telah menjadi elemen tak tergantikan dalam kehidupan sehari-hari. Mereka cenderung berkomunikasi melalui *smartphone* dibandingkan berbicara secara tatap muka.

Di kalangan remaja, *smartphone* sudah menjadi hal yang lekat. Sangat dekat, begitu eratnya sehingga Steve Pope, seorang psikolog Inggris, mengatakan bahwa mereka seperti sakau karena narkoba. Tanpa *smartphone*, mereka merasa seperti orang yang kecanduan berakhir dengan kesepian (*loneliness*). Dia mengatakan ini karena dia saat ini sedang menangani remaja yang kecanduan *smartphone*. Investigasi yang dilakukan oleh badan pengatur telekomunikasi Ofcom

menunjukkan bahwa para remaja dalam kelompok usia 12-15 tahun di Inggris mayoritas orang sudah memiliki *smartphone* (Amalya, Rizqi, & Fadjri, 2020).

Tan, C., Pamuk, M., Donder, A. (2013) dengan judul “*Loneliness and Mobile Phone*” menunjukkan bahwa remaja yang memiliki *smartphone* dan menggunakannya dengan durasi 1-3 jam, selanjutnya 4-6 jam, 7-9 jam dan lebih dari 10 jam didapatkan mengalami kesepian (*loneliness*) lebih buruk dibandingkan dengan remaja yang menggunakan *smartphone* lebih dari 1 jam sehari. Penelitian lainnya oleh (Andone, Eibes, Trendafilov, Montag, & Markowetz, 2016) dengan judul “*How Age and Gender Affect Smartphone Usage*” menunjukkan bahwa usia memiliki peran besar dalam penggunaan jenis *smartphone*. Remaja, lebih sering menggunakan *smartphone* untuk berkomunikasi, jadi mereka akan menghabiskan banyak waktu untuk itu.

Smartphone akan mempengaruhi remaja dalam kehidupan sehari-hari dan akademik. Hasil penelitian (Chen, 2006) membuktikan bahwa penggunaan *smartphone* pada remaja dapat menyebabkan sulit untuk berkonsentrasi dan mengerjakan tugas di kelas karena seringkali tidak dapat memisahkan kegunaan *smartphone* sebagai alat bermain atau pembelajaran. Temuan tersebut selaras dengan penelitian (McCoy, 2013) menunjukkan bahwa peserta didik menggunakan peralatan digital (*smartphone*, laptop, tablet) untuk *multitasking* di kelas, menandakan adanya kendala dalam mengikuti kelas.

Menurut (Young, 2015), salah satu penyebab adiksi adalah masalah sosial, seperti masalah internal, harga diri yang rendah atau keterampilan komunikasi yang rendah, dan masalah interpersonal seperti kesepian (*loneliness*). Kesepian (*loneliness*) adalah perasaan yang tidak menyenangkan, menghilangkan hubungan sosial yang dapat mengakibatkan seseorang menyalahgunakan narkoba, tidak fokus, kurang perhatian, hingga mengalami kematian (Greenberg, Schmader, Arndt, & Landau, 2015). Kelompok yang paling sering mengalami kesepian (*loneliness*) merupakan kelompok remaja dan dewasa awal dibandingkan dengan kelompok dari usia lainnya (Kasin, 2014).

Teknologi internet berkembang secara pesat, media sosial menjadi hal yang paling diminati diseluruh dunia (Cam dan Isbulan, 2012, hlm,14). Media sosial

Linda Mardiana, 2021

HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN (LONELINESS) DENGAN ADIKSI MEDIA SOSIAL (Studi Korelasi terhadap Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022)

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

merupakan sebuah layanan yang dapat melihat antar pengguna jejaring sosial, menambah dan menerima pengguna untuk dapat saling berkomunikasi antar pengguna (Dirgayuza, 2008). Menurut data Comscore (Aquini, 2011), penggunaan media sosial di kalangan remaja mengalami peningkatan terbesar dibandingkan rentang usia lainnya yaitu sebesar 84,4%. Menurut Kuss & Griffith (2011, hlm.68) penggunaan media sosial secara berlebihan dapat menyebabkan adiksi bagi penggunanya. Berbagai macam fitur nya dapat menyebabkan intensitas waktu pada remaja dalam penggunaan media sosial, sebagaimana dikemukakan oleh (Griffiths, 2011) Penggunaan media sosial secara berlebihan memungkinkan timbulnya adiktif. Daya tarik individu mengakses media sosial berpotensi menimbulkan keprihatinan, terutama mengingat meningkatnya jumlah waktu yang dihabiskan untuk *online* oleh remaja.

Peneliti menemukan fenomena di SMA Negeri 1 Ciparay ketika melakukan wawancara pada guru BK serta dengan beberapa peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Ciparay. Hasil wawancara dari peserta didik menunjukkan bahwa hampir semua peserta didik menggunakan media sosial dan rata-rata waktu yang digunakannya selama 3-4 jam perhari. Begitupun dengan kelas X yang baru beradaptasi dari bangku sekolah menengah pertama, beberapa peserta didik sulit beradaptasi dan mendapatkan teman, dan terdapat peserta didik yang sama sekali sulit bersosialisasi dengan teman sebayanya. Penelitian ini bermaksud melihat adakah hubungan yang positif dan signifikan antara kesepian (*loneliness*) dengan adiksi media sosial.

1.2. Identifikasi dan Rumusan Masalah

Kesepian adalah ketidaknyamanan psikologis yang individu rasakan ketika hubungan sosial individu mengalami kekurangan dalam beberapa aspek penting. Kekurangan tersebut bersifat kuantitatif seperti kurangnya hubungan yang dapat dilihat dari banyaknya hubungan yang dijalin dan kekurangan yang bersifat kualitatif seperti hubungan yang tidak menyenangkan atau memuaskan, yang menekankan pada kualitas pertemanan (Taylor, Peplau, & Sears, 2009).

Media sosial dapat diakses oleh berbagai kalangan masyarakat, salah satunya adalah remaja yang merupakan pengguna tertinggi media sosial yaitu dengan

Linda Mardiana, 2022

HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN (LONELINESS) DENGAN ADIKSI MEDIA SOSIAL (Studi Korelasi terhadap Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022)

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

persentase 75,50% (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2017). Remaja yang mengalami kecanduan akan menjadi sangat tergantung terhadap media sosial, sehingga mereka rela menghabiskan waktu yang lama hanya untuk mencapai kepuasan (Aprilia, Sriati, & Hendrawati, 2020).

Penelitian ini dilakukan sebagai bentuk upaya untuk mengetahui hubungan antara kesepian (*loneliness*) dengan adiksi media sosial remaja pada peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022. Sebagaimana telah diuraikan pada latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini berfokus pada:

- 1.2.1 Seperti apa gambaran kesepian (*loneliness*) peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022?
- 1.2.2 Seperti apa gambaran adiksi media sosial peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022?
- 1.2.3 Bagaimana hubungan antara kesepian (*loneliness*) dengan adiksi media sosial pada peserta didik SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022?

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian secara umum untuk menjawab rumusan masalah yaitu untuk mengetahui hubungan kesepian (*loneliness*) dengan adiksi media sosial peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022. Berikut tujuan penelitian secara khusus mengacu pada rumusan masalah sebagaimana yang dikemukakan pada bagian sebelumnya, yaitu:

- 1.3.1 Mengetahui gambaran kesepian (*loneliness*) peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022.
- 1.3.2 Mengetahui gambaran adiksi media sosial peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022.
- 1.3.3 Mengetahui hubungan antara kesepian (*loneliness*) dengan adiksi media sosial pada peserta didik SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022.

1.4. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini terbagi menjadi dua bagian yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Linda Mardiana, 2021

HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN (*LONELINESS*) DENGAN ADIKSI MEDIA SOSIAL (Studi Korelasi terhadap Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022)

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

Manfaat teoritis yang terdapat pada penelitian ini adalah menambah wawasan, dapat dijadikan sumber rujukan terkait kajian dari hubungan antara kesepian (*loneliness*) dengan adiksi media sosial. Penelitian dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmupengetahuan khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil dari penelitian ini diharapkan sebagai informasi yang dapat dijadikan bahan acuan dan pertimbangan dalam upaya memberikan layanan bimbingan dan konseling dalam hal kesepian (*loneliness*) dan adiksi media sosial.

1.4.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan perbandingan atau sebagai bahan referensi untuk mengembangkan penelitian serupa, khususnya yang berkaitan dengan kesepian (*loneliness*) dan adiksi media sosial.

1.5. Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi yang dibuat oleh peneliti untuk menggambarkan penelitian ini dijelaskan sebagai berikut:

BAB I, didalamnya berisi latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian baik secara teoritis maupun secara praktis, dan struktur organisasi penelitian.

BAB II, didalamnya berisi kajian pustaka. Meliputi kajian teori dari dua bahasan besar penelitian yakni mengenai kesepian (*loneliness*) dan adiksi media sosial juga hubungan diantara keduanya.

BAB III, didalamnya berisi metode penelitian. Bagian ini membahas mengenai desain penelitian yang dipakai untuk penelitian ini dan juga komponen metode penelitian yang dilakukan oleh peneliti, seperti teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, dan teknik analisis data.

BAB IV, didalamnya berisi hasil dan pembahasan yang terdiri dari pemaparan hasil pengolahan dan analisis data serta pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

Linda Mardiana, 2022

HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN (LONELINESS) DENGAN ADIKSI MEDIA SOSIAL (Studi Korelasi terhadap Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Ciparay Tahun Ajaran 2021/2022)

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

BAB V, didalamnya berisi kesimpulan dan rekomendasi. Pada bagian ini akan dijawab dan dilihat kesesuaian dari rumusan masalah, serta menguraikan rekomendasi untuk penelitian selanjutnya.