

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Internet adalah jaringan komputer global yang menghubungkan jutaan perangkat diseluruh dunia, jaringan komputer global untuk berkomunikasi dari satu belahan dunia ke belahan dunia lainnya yang dapat bertukaran informasi secara cepat dan mudah. Ada banyak macam jenis informasi yang dapat diakses melalui internet, ada yang bermanfaat dan ada juga yang merugikan. Namun masih banyak pengguna internet yang belum mampu mengategorikan aktivitas internet mereka dengan bijak, dan tanpa terlebih dahulu mempertimbangkan bagaimana aktivitas internet tertentu dapat berdampak positif atau negatif terhadap mereka yakni kecanduan internet.

Kecanduan internet adalah “adiksi internet” kecanduan internet ditandai dengan penggunaan internet yang berlebihan karena kurangnya kontrol diri, sehingga mengganggu kegiatan sehari-hari (Lubis, 2023). Secara singkat Internet adalah *a library, a telephone, a public park, a local bar, a shopping mall, a broadcast medium, a print medium, a medical clinic, a private living room, and a public educational institution*” (Biegel, 2001: 28). Menurut *Amerika Psychiatric Association* (APA), definisi adiksi internet adalah

ketidakmampuan untuk mengendalikan penggunaan internet yang menyebabkan konsekuensi negatif dalam kehidupan sehari-hari.

Kecanduan internet merupakan masalah yang berkembang pesat pada usia muda terutama pada remaja. Dibandingkan dengan orang dewasa, remaja merupakan periode kritis yang rentan terhadap kecanduan. Usia muda masih dalam tahap perkembangan psikologis sehingga kurang bisa mengatur diri sendiri dan lebih rentan terhadap pengaruh internet dan pengembangan perilaku kecanduan. Selain itu, remaja memiliki jadwal yang lebih fleksibel dibandingkan dewasa.

Masing-masing ahli psikologi menggunakan istilah yang berbeda-beda untuk menyebut fenomena ini. Young (1999) menyebut *Internet Addiction*, Grohol (1999) menyebutnya *Internet Addiction Disorder*, dan Suller (1996) menyebutnya *Cyberspace Addiction*. Andoko (2023) menyebut kecanduan internet sebagai *Pathological Internet Use* dan Walden (2002) lebih cenderung menyebutnya sebagai *compulsion*, karena jika disebut *addiction* (kecanduan) harus melibatkan masuknya zat asing ke dalam tubuh manusia dan mempengaruhi keadaan kimiawi tubuh.

Walaupun masing-masing ahli mengemukakan definisi dan kategori mereka terhadap kecanduan internet, namun pada dasarnya tujuan mereka sama. Mereka cenderung bersandar kepada definisi mengenai "*behavior addiction*"

yang sangat dekat dengan kriteria kecanduan pada judi (Grohol. 1999; Hanse, 2002; dan Young, 1999) (dalam Andri Nugraha et. all).

Young (1996) mendefinisikan kecanduan internet sebagai sebuah *impulse-control disorder* yang bukan disebabkan oleh minuman keras. Young juga menambahkan definisi kecanduan internet adalah pemakaian internet yang berlebihan sampai mengganggu pola tidur, produktivitas kerja, rutinitas keseharian dan kehidupan sosial. Menurut Hayani (2022), ada beberapa penyebab yang menyebabkan kecanduan internet, diantaranya *Stress*, *Compulsion* (paksaan), *Loneliness* (kesepian), dan *Social Disorder* (gangguan sosial).

Pengguna internet yang sehat rata-rata penggunanya mengakses internet sebanyak delapan jam perminggu sedangkan kecanduan internet adalah pengguna internet yang menghabiskan waktu untuk berinternet selama 38,5 jam perminggu (Mutohharoh A, 2014). Pemanfaatan internet oleh remaja dapat menimbulkan efek positif dan negative. Orang senang menggunakan internet. Bagi para pecandu internet tampaknya menyenangkan, menghibur, interaktif, dan santai. Secara keseluruhan, para pecandu menikmati pengalaman internet serta kesenangan akan mendorong mereka untuk menjadi kecanduan akan penggunaan internet (Keung Ma, 2011).

Sedangkan di Indonesia sendiri, hasil survey Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), pengguna internet di Indonesia 2024 mencapai 221,56 jiwa dari total populasi 278,69 jiwa penduduk Indonesia tahun 2023. Dari hasil survey penetrasi internet Indonesia 2024 yang dirilis APJII, maka Tingkat penetrasi internet Indonesia menyentuh 79,5%. Dibandingkan dengan periode sebelumnya, maka ada peningkatan 1,4%. Terhitung sejak 2018, penetrasi internet mencapai 64,8%. Kemudian secara berurutan, 73,7% di 2020, 77,01% di 2022, dan 78,19% di 2023.

Berdasarkan gender, kontribusi penetrasi internet Indonesia banyak dari laki-laki 50,7% dan Perempuan 49,1%. Sementara dari segi umur, orang yang menggunakan internet ini mayoritas adalah Gen Z (kelahiran 1981-2012) sebanyak 34,40%. Lalu, berusia generasi milenial (kelahiran 1981-1996) sebanyak 30,62%. Kemudian berikutnya, Gen X (kelahiran 1965-1980) sebanyak 18,98%, Post Gen Z (kelahiran kurang dari 2023) sebanyak 9,17, baby boomers (kelahiran 1946-1964) sebanyak 6,58% dan pre boomer (kelahiran 1945) sebanyak 0,24%. Dalam melakukan survey pengguna internet Indonesia ini, APJII menggaet konsultan Indektat dengan metode survey wawancara tatap muka yang melibatkan 8.720 responden 38 provinsi Indonesia. Adapun survey ini dilakukan sejak 18 Desember 2023 sampai 19 Januari 2024.

Menurut Kaunt (Hanika, 2015) (dalam Novianti, 2023) orang yang menggunakan internet secara berlebihan lebih cenderung terisolasi secara sosial. Ketika individu menggunakan internet hingga larut malam, manajemen waktu yang buruk dapat menyebabkan turunnya prestasi pendidikan Syahrina (2024). Sebagai mahasiswa pasti tidak jauh dari kegunaan internet apalagi mahasiswa rantauan yang jauh dari keluarga. Mahasiswa di jaman seperti sekarang ini semua yang serba online, keberadaan internet adalah sebuah hal yang harus dimiliki. Tidak hanya untuk mengerjakan tugas online, untuk mahasiswa digunakan sebagai sarana komunikasi baik sesama teman, dosen maupun keluarga, dan belajar dengan orang lain. Belajar disini bukan hanya belajar mengenai materi yang belajar mengenai materi yang disampaikan dikampus tetapi belajar berkomunikasi, berbagai dengan masyarakat dan belajar berbisnis terkadang juga bermain sosial media.

Di samping itu, memakai internet dalam jangka durasi yang cukup lama secara konstan akan mengakibatkan beberapa efek pada penggunaannya, baik dampak baik maupun buruk kedepannya Widowati (2022). Keuntungan yang didapatkan ketika memakai internet yakni mendapatkan informasi yang presisi, serta memudahkan layanan komunikasi jarak jauh apalagi bagi mahasiswa rantauan yang jauh dari keluarga bisa mengobati kangennya lewat komunikasi online. Serta memperoleh pengetahuan terkait dunia pendidikan dengan cepat dan mudah. Kemudian dapat bertukar file penting antar pengguna. Di dunia

finansial, internet kerap digunakan sebagai layanan m-banking yaitu transaksi tanpa harus melalui ATM. Cukup dengan smartphone yang dimiliki asal memiliki koneksi internet yang memadai Novianti (2023).

Internet tidak hanya sebagai teknologi berbagai data, tetapi juga menawarkan situs-situs seperti jejaring sosial (Instagram, Twitter, Facebook, Line, Whatsapp, Telegram dan Tik Tok dll) belanja atau jualan online seperti makanan dan kebutuhan lainnya, live Tik Tok yang sering ditemukan dan populer saat ini disemua kalangan.

Penggunaan internet yang semakin meningkat menyebabkan munculnya dampak bagi pengguna internet yaitu kecanduan internet yang ditandai dengan ketidakmampuan untuk mengontrol penggunaan internet yang berlebihan, dan menghasilkan masalah sedang hingga berat dalam kehidupan sehari-hari (Seki & Inadera, 2019) (dalam Hayani, 2022).

### **B. Rumusan Masalah**

*Loneliness* (kesepian) merupakan suatu rasa tidak menyenangkan yang dirasakan oleh seseorang berdasarkan pengalaman subjektif ketika jumlah interaksi atau hubungan dengan orang lain lebih sedikit dari yang diharapkan atau ketika tingkat kedekatan seseorang tidak sesuai dengan harapan yang sebenarnya Akbar (2021). Kesepian adalah suatu perasaan yang dialami oleh individu dikarenakan kekurangan yang dimiliki oleh individu terkait dengan

keeratan hubungan sosial (Russell et al., 1980) (Awalinni, 2023). Kesepian merupakan emosi yang dimiliki individu ketika memiliki lingkup sosial yang kecil dari yang mereka inginkan sehingga tidak terciptanya rasa puas pada diri individu (Ogus & Cakir, 2014). Hasil penelitian Faiz, dkk., (2023) menemukan bahwa loneliness terbukti berpengaruh terhadap nomophobia ( $p < 0,05$ ) bagi remaja.

Pada zaman sekarang banyak mahasiswa perantauan mengalami kesepian merasa sendiri kekurangan teman-teman dan persahabatan disekelilingnya sehingga menyebabkan seseorang mengalami kecanduan internet. Kecanduan internet merupakan ketidakmampuan individu mengendalikan pengguna internet, menimbulkan masalah baik secara psikologis, sosial, dan pekerjaan, sehingga mengganggu kehidupan sehari-harinya (Young, 2017).

Berdasarkan uraian di atas, maka diajukan rumusan masalah adalah “Adakah hubungan antara *Loneliness* (kesepian) dengan kecanduan internet?”

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan adanya “Hubungan Antara *Loneliness* (Kesepian) dengan Kecanduan Internet Pada Mahasiswa Perantauan”

### D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis dan praktis.

#### 1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan memperluas literatur keilmuan dalam berbagai aspek kehidupan yang menggunakan psikologi perkembangan, khususnya mengetahui hubungan antara hubungan kesepian dengan kecanduan internet pada mahasiswa perantauan, serta dapat menambah bagi peneliti selanjutnya.

#### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat menjadi perbandingan untuk penelitian selanjutnya terkait tentang hubungan antara kesepian dengan kecanduan internet. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah informasi, sehingga individu dapat mengurangi kesepian serta mampu mengelola tempat dan waktu dalam penggunaan internet agar tidak berlebihan serta memanfaatkan internet dengan bijak dan benar.