

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Internet memberikan manfaat kepada sebagian besar orang baik dalam bidang pendidikan, kesehatan, hiburan, sumber informasi, dunia bisnis dan komunikasi tanpa batasan tempat dan waktu. Berdasarkan data tertulis, 85% internet diakses melalui *smartphone* (APJII dalam Banyumurti, 2016). *Smartphone* adalah salah satu media komunikasi yang memiliki kecanggihan dalam berbagai hal serta fungsinya yang efektif dan efisien yang dapat digunakan kapan saja dan dimana saja (Resti, 2015). Penggunaan *smartphone* semakin hari semakin erat hubungannya dengan aktifitas disemua kalangan yang salah satunya adalah mahasiswa, karena berbagai fitur dan aplikasi yang ada dalam *smartphone* membantu mahasiswa lebih mudah untuk mengakses apapun yang diinginkan, sehingga membuat mahasiswa tidak lepas dari *smartphone*.

Berdasarkan hasil observasi terdapat mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember menunjukkan bahwa mahasiswa selalu menggunakan *smartphone* disaat perkuliahan sedang berlangsung, pada saat tengah berkumpul dengan teman-temannya baik didalam kelas maupun diluar kelas dan ketika melakukan perjalanan seperti berjalan kaki maupun berkendara. Perilaku tersebut dapat dikategorisasikan permasalahan perilaku, dimana salah satu perilaku yang nampak dari segi penggunaan *smartphone* yang melanggar hukum atau peraturan, proses sosialisai yang tidak tepat atau bahkan penggunaan *smartphone* dalam keadaan yang penuh resiko dan berbahaya seperti penggunaan *smartphone* pada saat berkendara. Sehingga dapat dikatakan bahwa

mahasiswa cenderung kurang mampu mengontrol diri terhadap keinginannya untuk menggunakan *smartphone*.

Hasil wawancara pada beberapa mahasiswa menyatakan bahwa mahasiswa cenderung menggunakan *smartphone* karena berbagai alasan, seperti alat untuk berkomunikasi, ingin mengikuti perkembangan zaman, menjadi lebih aktif di media sosial, media hiburan dan memberikan kemudahan mengakses apapun yang diinginkan. Kemudahan dalam menggunakan *smartphone* tersebut, membuat mahasiswa menjadi lupa waktu atau intensitas penggunaan yang cukup lama. Mahasiswa mengungkapkan bahwa menggunakan *smartphone* dengan intensitas lebih dari 12 jam sehari, namun tidak secara terus menerus melainkan secara berkelanjutan. Adapula yang menggunakan *smartphone* dengan intensitas 2 hingga 6 jam secara terus menerus dan sering tidur larut malam untuk menggunakannya. Intensitas penggunaan *smartphone* yang dilakukan oleh mahasiswa memiliki durasi penggunaan yang tinggi (lebih dari 40 jam/bulan). Menurut Michael (dalam Chairunnisa, 2010) intensitas selama lebih dari 40 jam perbulan termasuk pada *heavy user*.

Mahasiswa memaknai *smartphone* adalah suatu hal yang sangat penting atau segala-galanya, lebih berharga dari dompet bahkan dianggap sebagai sahabat hidupnya yang memberikan sebuah kenyamanan dalam segala aktivitasnya, dengan itu mahasiswa merasa wajib untuk menggunakan *smartphone* dalam segala aktivitasnya yang berlangsung. Persepsi tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa kurang mampu mengontrol secara kognitif terhadap *smartphone*, sehingga bila terlupa membawa *smartphone* atau tidak menggunakan *smartphone* merasa cemas yang berlebih hingga tangan

berkeringat dingin, mondar-mandir karena terus terfikirkan oleh *smartphone*, bingung harus melakukan kegiatan apa dan merasa *smartphone* berbunyi atau bergetar padahal tidak.

Dampak penggunaan *smartphone* yang dialami dan dirasakan oleh mahasiswa adalah secara psikologis, mahasiswa sering tidur larut malam, merasa ketergantungan dan terpecahnya konsentrasi pada saat perkuliahan berlangsung baik disaat mengerjakan tugas individu maupun kelompok. Dampak lainnya terdapat gangguan fisik yang dirasakan seperti pusing, mata terasa panas dan perih hingga berair, leher menjadi terasa kaku, serta jari-jari terasa nyeri dan kaku, namun mahasiswa tetap menggunakan *smartphone* meskipun dampak negatif sudah dirasakan. Dampak-dampak tersebut sesuai dengan dampak negatif dari penggunaan *smartphone* menurut penelitian Yuwanto (Trisilia, 2012). Dampak yang dirasakan oleh mahasiswa tersebut juga termasuk pada permasalahan perilaku, dimana mahasiswa telah mengabaikan dan tetap terus menggunakan secara lanjut ketika dampak negatif sudah dirasakan, sehingga perilaku mahasiswa tersebut cenderung kurang mampu mengontrol diri untuk memutuskan penggunaan *smartphone* yang efektif.

Perilaku yang cenderung dimunculkan oleh mahasiswa adalah kurang mampu mengontrol keinginan untuk menggunakan *smartphone*, merasa cemas yang berlebih bila tidak menggunakan *smartphone*, dan *smartphone* menjadi media untuk hal yang kurang produktif. Perilaku tersebut hingga memunculkan dampak negatif pada mahasiswa, namun tetap dilakukan berulang-ulang dan sudah menjadi sebuah kebiasaan yang harus dilakukan sehingga perilaku tersebut dapat mengarah pada aspek kecanduan *smartphone*.

Menurut kamus psikologi (Chapin, 2009) kecanduan adalah keadaan bergantung secara fisik dan psikologis. *Smartphone addict* didefinisikan sebagai perilaku keterikatan terhadap *smartphone* yang disertai dengan kurangnya control dan memiliki dampak negatif bagi individu (Leung, 2007). Pendapat tersebut hampir sama dengan definisi yang dikemukakan oleh Kwon, dkk (Karuniawan dan Cahyanti, 2013) dimana kecanduan *smartphone* adalah sebagai perilaku keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri, dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang.

Menurut Lin, dkk. (2014) kecanduan *smartphone* dianggap sebagai bentuk kecanduan teknologi. Secara khusus, Griffiths (dalam Haug. dkk, 2015) mendefinisikan kecanduan ini sebagai kecanduan perilaku non-kimia yang melibatkan interaksi antara mesin dengan manusia. Kecanduan *smartphone* ini merupakan satu-satunya gangguan terkait non-zat yang diusulkan untuk disertakan dalam edisi kelima *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder (DSM-5)* sebagai kelainan terkait zat dan kecanduan (*American Psychiatric Association* dalam Haug. dkk, 2015). Melalui analisis eksploratori, Lin, dkk (2014) menunjukkan kecanduan *smartphone* memiliki beberapa aspek utama yang serupa dengan gangguan terkait zat pada DSM-5 yaitu perilaku kompulsif, gangguan fungsional, penarikan dan toleransi. Berdasarkan wawancara klinis, menetapkan bahwa sensitivitas dan spesifitas aspek-aspek tersebut digunakan untuk mengkalasifikasi individu yang kecanduan *smartphone* (Haug. dkk, 2015).

Perilaku mahasiswa yang kecanduan *smartphone* semakin kuat karena dengan adanya fasilitas *wifi* dimana-mana yang secara gratis, aksesoris-aksesoris dan fitur-fitur aplikasi yang memberikan kenyamanan pada individu. Berdasarkan hasil wawancara, aplikasi yang sering digunakan oleh mahasiswa adalah media sosial. Media sosial ini digunakan sarana untuk mencari suatu hal yang baru, berkomunikasi, berbisnis, media hiburan serta media untuk mengunggah dan memperbarui status berupa informasi atau aktifitas terbaru yang terkadang tidak begitu penting bagi orang lain.

Aplikasi media sosial ini menunjang mahasiswa untuk selalu mengikuti perkembangan aktivitas apapun yang sedang menjadi viral, *trending* topik, *hits* karena dalam aplikasi tersebut tersedia berbagai macam model yang bisa digunakan seperti membuat *boomerang*, *live story*, membuat *video story*. Hasil observasi menunjukkan bahwa mahasiswa memperbarui status atau *story* setiap harinya lebih dari lima kali dengan aktivitas yang berbeda-beda seperti tulisan-tulisan, *screenshot chatting* dengan teman, foto/video sedang liburan, foto/video makan ditempat yang bagus, sedang berolahraga dan aktivitas lainnya. Mahasiswa juga mengikuti *trend fashion* yang viral, mencari pose foto dan view yang *hits*, *make up natural/karakter* dan banyak aktivitas yang viral lainnya. Perilaku tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kebutuhan akan perubahan yang baru dari sebelumnya dengan mengikuti perkembangan zaman yang *up to date*.

Fenomena lain yang terjadi dimedia sosial mahasiswa sering terlihat melakukan tindakan-tindakan yang mengandung resiko tinggi bagi keuangan, kesehatan dan keselamatan diri sendiri demi merasakan sebuah sensasi yang

tertantang dan mendapatkan selfi menarik untuk diunggah di media sosial, hal itu terlihat banyak mahasiswa memposting *story* di puncak gunung yang masih aktif, menaiki perahu dilautan lepas, *snorkling*, bermain ayunan diatas jurang yang tinggi, dan tindakan lainnya. Terdapat pula beberapa mahasiswa bukan mempertaruhkan keuangan, keselamatan dirinya namun mempertaruhkan harga diri baik diri sendiri maupun orang lain seperti mengunggah foto, video atau *screenshot chatting* dengan teman yang dirasa lucu dengan tujuan agar orang lain tau dan merasakan kelucuannya juga.

Mahasiswa berharap, mendapatkan banyak *followers*, banyak yang melihat, memberikan tanggapan baik komentar atau *likes* pada status yang diunggah. Ketika status tersebut mendapatkan banyak tanggapan, mahasiswa merasa puas karena merasa status yang diunggah menarik bagi orang lain, sehingga mahasiswa akan terus mencari hal baru serta mencari ide yang menarik dan bervariasi untuk diunggah baik foto, video maupun tulisan. Perilaku-perilaku mahasiswa yang dimunculkan tersebut, menunjukkan bahwa mencari sebuah sensasi melalui *smartphone* agar mendapatkan sebuah tanggapan serta ketenaran. Fenomena tersebut sejalan dengan penelitiannya Utami (dalam Satriya, 2017) mengungkapkan bahwa 60 dari 100 orang responden mahasiswa mengaku menggunakan *smartphone* untuk popularitas atau ketenaran.

Disisi lain, mencari sensasi melalui *smartphone* tidak serta merta demi sebuah tanggapan, ketenaran atau menambah *followers*, namun mahasiswa mencari suatu stimulus baru agar merasakan sebuah kesenangan, kepuasan, ketegangan, tertantang, atau stimulus yang membuat adrenalin meningkat sesuai

dengan hobi dan keminatan masing-masing mahasiswa dengan tujuan untuk mendapatkan pengalaman baru dan menghilangkan rasa bosan.

Berdasarkan fenomena diatas, perilaku mahasiswa menunjukkan bahwa cenderung mencari sebuah stimulus dan aurosal yang tinggi sehingga cenderung berperilaku yang beresiko, ingin mencari sensasi, tantangan, pengalaman baru, termasuk dalam menggunakan *smartphone* dan media social demi mendapatkan unggahan yang *hits* dan perubahan baru yang sesuai dengan perkembangan zaman yang menjadi viral sehingga perilaku tersebut dapat mengarah pada aspek *sensation seeking*.

*Sensation seeking* menurut Chaplin (dalam Dwiputri, 2016) adalah mencari pengalaman yang timbul apabila suatu stimulus merangsang atau membangkitkan suatu reseptor, pencarian sensasi dianggap suatu sifat yang ditandai dengan kebutuhan akan berbagai macam sensasi dan pengalaman baru, luar biasa dan kompleks serta keinginan yang mengandung resiko. Menurut Reeve (dalam Agusta, 2016) pada dasarnya sikap *sensation seeking* ini terbentuk karena adanya aktifitas rutin yang menyebabkan kebosanan serta kebutuhan untuk mencari perhatian orang lain atau membuat suasana menjadi gempar. Menurut Zukerman (dalam Amanta, 2009) mengidentifikasi *sensation seeking* sebagai sebuah aspek kepribadian. Ciri dari *trait sensation seeking* adalah punya keberanian yang ekstrim, selalu ingin tahu, toleran terhadap kesulitan atau rasa sakit dan retan terhadap kebosanan.

*Sensation seeking* merupakan salah satu faktor internal penyebab kecanduan *smartphone* (Yuwanto dalam Trisilia, 2012). Penelitian ini ditemukan bahwa kecanduan *smartphone* dipengaruhi oleh empat faktor penyebab, salah

satunya adalah faktor internal. Faktor internal meliputi *sensation seeking* (mencari sensasi) tinggi, *self esteem* (harga diri) yang rendah, kepribadian ekstraversi yang tinggi, dan kontrol diri yang rendah (kebiasaan yang tinggi).

Individu dengan *trait sensation seeking* tinggi cenderung akan terus mencari sebuah stimulus yang menantang, menenggangkan, menimbulkan rasa gembira, puas atau emosi yang kuat dan ide yang menarik untuk diunggahnya di media sosial baik foto, video maupun tulisan, ingin selalu berita terbaru dan mencarinya dengan intensitas yang tinggi, ingin selalu mencari hiburan dan melakukan tindakan-tindakan yang berlebihan agar mendapatkan banyak tanggapan dan mendapatkan perubahan baru yang menjadi viral di media sosial. Perilaku tersebut dilakukan secara berulang-ulang sehingga menjadi suatu kebiasaan untuk menggunakan *smartphone*. Perilaku kebiasaan tersebut membuat mahasiswa pengguna *smartphone* merasa tidak lengkap bahkan merasa cemas jika bepergian maupun beraktifitas sehari-hari tanpa *smartphone* untuk mengabadikan *moment* dan diunggah ke media sosial. Sedangkan individu dengan *trait sensation seeking* rendah cenderung menghindari atau takut dengan aktivitas yang berbahaya, atau tindakan yang berlebihan, individu akan lebih menggunakan *smartphone* sebagai sarana pendidikan, bisnis atau hal-hal yang produktif dan menggunakan secara efektif.

Penelitian-penelitian sebelumnya mengenai hal-hal kecanduan *smartphone* sudah banyak diteliti, salah satunya penelitiannya Lee dan Cho (2015), Trisilia, L. (2012) dan Martini (2013). Penelitian sebelumnya lebih banyak menekankan pada faktor internal yang berkaitan dengan kontrol diri. Sementara, yang berkaitan dengan kebutuhan akan perubahan yang baru dan

sejenisnya belum pernah dilakukan. Sehingga, penelitian ini berupaya mendeskripsikan bagaimana faktor internal pada aspek *sensation seeking* yang mempengaruhi kecanduan *smartphone*. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar itervensi terhadap kasus-kasus kecanduan *smartphone* berbasis pengelolaan diri.

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh *sensation seeking* terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember.

### **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh *sensation seeking* terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember.

### **C. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui pengaruh *sensation seeking* terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Teoritis :

Skripsi ini, diharapkan memberikan kontribusi untuk menambah informasi dibidang ilmu pengetahuan terutama bagi pada bidang ilmu psikologi sosial atau ilmu yang terkait dengan sosial dan ilmu psikologi klinis.

#### 2. Praktis :

##### a. Bagi pengguna *smartphone*

Skripsi ini diharapkan memberikan suatu informasi mengenai perilaku-perilaku yang menunjukkan kecanduan *smartphone*, terkait *sensation seeking* pada individu serta dampak-dampak dari kecanduan *smartphone*

karena dengan kecanduan *smartphone* ini dapat berdampak pada produktivitas mahasiswa terhadap perkuliahan, kegiatan belajarnya.

b. Bagi Institusi

Skripsi ini diharapkan akan digunakan untuk sebagai dasar intervensi terhadap kasus-kasus kecanduan *smartphone* berbasis pengelolaan diri.

3. Pembaca :

Skripsi ini dapat dijadikan referensi bagi para pembaca agar mendapatkan informasi dan wawasan.

### **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian tentang kecanduan *smartphone* dan penelitian terkait *sensation seeking* sudah banyak dilakukan di seluruh dunia. Berikut beberapa penelitian mengenai perilaku kecanduan *smartphone* dan perilaku terkait *sensation seeking* yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya, antara lain:

1. Penelitian Jeongnim Lee & Boram Cho tahun 2015 yang berjudul *Effect of Self-Control and School Adjustment on Smartphone Addiction among Elementary School Students*. Penelitian ini membahas tentang pengaruh kontrol diri dan penyesuaian di sekolah terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa sekolah dasar (SD) di Seoul Korea, dan menghasilkan data bahwa ada pengaruh positif kontrol diri dalam kecanduan *smartphone*. Kedua, tidak ada pengaruh penyesuaian diri di sekolah dalam kecanduan *smartphone*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kontrol diri pada individu adalah bagian yang terpenting dalam kecanduan *smartphone*.
2. Penelitian Letty Trisilia tahun 2012 berjudul *Kontrol Diri Sebagai Prediktor Kecanduan Menggunakan Blackberry Service*. Penelitian ini memiliki tujuan

untuk mengetahui apakah kontrol diri merupakan prediktor kecanduan *blackberry service* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri merupakan prediktor dari kecanduan menggunakan *BlackBerry service*. Sehingga terbukti bahwa kontrol diri merupakan faktor internal yang mempengaruhi kecanduan *smartphone* pada pengguna *smartphone*.

3. Penelitian Sri Martini tahun 2013 dengan judul Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan *Smartphone* Pada Mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitass Islam Indonesia. Hipotesa yang diajukan pada penelitian ini dalam penulisan ini adalah semakin tinggi kontrol diri mahasiwa maka akan semakin rendah tingkat kecanduan *smartphone* dan begitu sebaliknya. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan diri dengan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa.
4. Penelitian Rozmi Ismail, dkk tahun 2015 dengan judul *Role Of Sensation Seeking And Aggression On Risk Riding Behaviors Among Motorcycle Street Racers In Malaysia*. Penelitian ini membahas tentang hubungan antara sifat impulsif, *sensation seeking* (pencari sensasi), perilaku agresi dan perilaku beresiko antara pembalap jalanan ilegal di Malaysia. Penelitian ini menemukan bahwa pengguna motor yang berpartisipasi dalam balap jalanan ilegal dinilai lebih tinggi dalam agresi, *sensation seeking*, dan perilaku mengambil resiko dibandingkan dengan kelompok responden yang tidak

terlibat. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa pembalap jalanan lebih tinggi pada keseluruhan ciri *sensation seeking* juga dinilai cukup tinggi dalam agresi dan perilaku beresiko. Analisis regresi menunjukkan agresi, dan perilaku mencari sensasi memberikan kontribusi sebesar 16,1% dari total varians pada perilaku beresiko.

5. Penelitian Masayu Nadhia Dwiputri tahun 2016 dengan judul Hubungan Konformitas, Kepercayaan Diri, *Locus Of Control*, *Strategi Coping* dan *Sensation Seeking* Terhadap Intensi Menggunakan Ganja Dikalangan Mahasiswa Di Samarinda. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan konformitas, kepercayaan diri, *locus of control*, *strategi coping*, dan *sensation seeking* terhadap intensi menggunakan ganja dikalangan mahasiswa di Samarinda. Hasil dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Terdapat hubungan positif yang sangat kuat antara kepercayaan diri terhadap intensi menggunakan ganja pada mahasiswa di Samarinda.
- b. Terdapat hubungan negatif yang kuat antara locus of control terhadap intensi menggunakan ganja pada mahasiswa di Samarinda.
- c. Terdapat hubungan negatif yang kuat antara *sensation seeking* terhadap intensi menggunakan ganja pada mahasiswa di Samarinda

Secara khusus dapat dijelaskan bahwa penelitian sebelumnya terkait *smartphone* lebih berfokus pada faktor internal mengenai kontrol diri yang mempengaruhi kecanduan *smartphone*, sedangkan penelitian yang berkaitan dengan kebutuhan akan perubahan yang baru atau mencari sensasi yang mempengaruhi kecanduan *smartphone* belum pernah diteliti oleh penelitian

sebelumnya dan minim penjelasan berkaitan mencari sensasi sebagai faktor internal pada kecanduan *smartphone*. Nama lain dari mencari sensasi adalah *sensation seeking*. Sehingga peneliti berupaya untuk menjelaskan bagaimana faktor internal pada aspek *sensation seeking* yang mempengaruhi kecanduan *smartphone*.

