

BAB I

LATAR BELAKANG

A. Latar Belakang

Penggunaan teknologi komunikasi yang semakin hari semakin erat hubungannya dengan aktifitas di kalangan mahasiswa, membuat penggunaan alat elektronik seperti *smartphone* semakin tidak terlepas. Menurut Utami (2013) ada beberapa alasan mengapa mahasiswa menggunakan *smartphone*, di dalam penelitiannya tersebut mengungkapkan bahwa dari 100 orang responden mahasiswa mengaku menggunakan *smartphone* untuk mengirim pesan, bermain *game*, pertemanan atau komunitas, diskusi, dan mencari informasi. Lima belas (15) dari 100 orang mengaku berpartisipasi untuk kegiatan mencari pekerjaan, 25 dari 100 orang mengatakan untuk mempromosikan produk, dan 60 dari 100 orang mengaku untuk popularitas atau ketenaran .

Telefon pintar atau lebih dikenal dengan *smartphone* merupakan kombinasi PDA (*Personal Digital Assistant*) dan ponsel, namun lebih berfokus pada bagian ponselnya, pada umumnya suatu ponsel dikatakan sebagai *smartphone* bila dapat berjalan pada *software operating system* yang lengkap dan memiliki *interface* dan *platform* standar bagi pengembang aplikasi (Chuzaimah dkk, 2010). Banyaknya aplikasi yang dapat digunakan di dalam *smartphone* membuat pengguna mahasiswa sulit untuk berpaling dari *smartphone*-nya. Beberapa aplikasi yang sering di temukan dalam

smartphone seperti aplikasi penyedia media sosial, instagram, facebook, BBM, Line, Wa dan segala bentuk aplikasi *game*.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 10 Juni 2016 pada tiga mahasiswa mengungkapkan bahwa, tiga mahasiswa mengaku tidak bisa lepas dari *smartphone* miliknya karena mahasiswa merasa *smartphone* tersebut dapat memberikan kenyamanan dalam bermedia sosial dengan teman-temannya di media sosial mahasiswa dan menggunakan *smartphone* dengan fasilitas yang ada didalamnya. Tiga mahasiswa mampu melakukan apapun yang berhubungan dengan media sosial maupun, dunia internet dan aplikasi-aplikasi hiburan seperti *game*. Mahasiswa merasa bisa melakukan apapun dengan hanya mengetik sesuatu yang ingin diketahuinya di *browser* internet, sehingga ketika mahasiswa lupa membawa *smartphone*-nya mahasiswa merasa gelisah, mencari-cari *smartphone* di tas dengan tergesa-gesa, pulang ke kosannya saat mata kuliah masih berlangsung dengan alasan ijin, perasaan tidak tenang ketika di kelas, dan selalu terbayang-bayang karena selalu teringat dengan *game* dan *update* pemberitahuan di *smartphone*-nya.

Mahasiswa mengungkapkan perasaannya bila terlupa membawa *smartphone* ataupun sedang tidak membawanya. Mahasiswa mengatakan bahwa yang mereka rasakan ialah ketidaktenangan, gelisah, tidak nyaman, selalu teringat-ingat *smartphone*-nya, cemas, bingung, takut. Mahasiswa mengatakan takut, cemas, dan teringat-ingat bila terlambat *update game* dan media sosial miliknya, ketiga mahasiswa beralasan ketika terlambat *update*

game mahasiswa merasa levelnya tertinggal dengan temannya dan merasa akan lebih sering kalah saat bermain *game*. Ketiga mahasiswa juga mengatakan takut dan khawatir akan terlewatnya pesan dengan teman-temannya di media sosial. Khawatir dan takut itu muncul karena mereka suka untuk mengetahui keadaan terbaru teman-temannya, ingin untuk berkomentar pada foto profil dan status. Mahasiswa juga mengatakan ingin untuk dikomentari atau like di medsosnya.

Mahasiswa mengatakan bahwa mereka sering melihat dan *scrolling page* di *smartphone* walaupun tanpa adanya pemberitahuan pesan. Ketika peneliti bertanya lebih jauh, mahasiswa mengatakan mereka sering melakukan itu. Mahasiswa mengatakan terlalu seringnya mereka berinteraksi dengan *smartphone* membuat mahasiswa lebih sering melihat dan *scrolling page* selama lebih dari 2 sampai 5 jam dalam sehari.

Berdasarkan ungkapan tiga mahasiswa yang diwawancarai, maka peneliti kemudian menanyakan lebih lanjut apa yang dilakukan dan dirasakan jika kehabisan daya baterai *smartphone*, mahasiswa mengatakan bahwa mahasiswa merasakan cemas dan takut bila tidak bisa menggunakan *smartphone* dan mahasiswa tergesa-gesa untuk meminjam *powerbank*, *charge*, dan stopkontak untuk *charge*.

Ketiga mahasiswa mengatakan bila di dalam kelas sering duduk di dekat stopkontak untuk berjaga-jaga bila daya baterai *smartphone* minimum, dan segera dapat melakukan *charge*, mahasiswa merasa nyaman bila berada di dekat *smartphone*. Mahasiswa mengatakan bisa lebih nyaman

karena dengan dekat dengan *smartphone* dapat leluasa melihat internet, media sosial dan bermain *game*. Walaupun mata kuliah sedang berlangsung, ketiga mahasiswa tetap memantau *smartphone* untuk mengetahui ada pemberitahuan atau tidak, dan bila dirasa aman saat mata kuliah berlangsung. Yildirim (2014) menemukan beberapa dimensi yang menggambarkan *nomophobia* pada para pengguna *smartphone*, dalam dimensi-dimensi tersebut digambarkan bahwa pengguna *smartphone* menunjukkan perasaan kecewa bila lupa atau sedang tidak bersama *smartphone*. Membuat pengguna merasa murung dan tidak bersemangat bila tidak menggunakannya. Pengguna merasa cemas dan ingin membalas cepat pesan yang ada. Pengguna merasa takut dan tidak nyaman bila kehilangan koneksi internet yang akan mengganggu penggunaan *smartphone*. Hasil observasi menemukan bahwa pengguna selalu melihat layar *smartphone*, mahasiswa pengguna merasa gelisah yang terlihat dari pandangan mata yang tidak fokus dan hanya terfokus pada *smartphone*. Mahasiswa selalu menggenggam *smartphone*, selalu dekat dengan *smartphone* dan jika baterai *smartphone* habis, mahasiswa pengguna tergesa-gesa mencari stopkontak untuk *charge*.

Nevid dkk (2005) mengatakan bahwa *phobia* adalah rasa takut yang persisten terhadap objek atau situasi dan rasa takut ini tidak sebanding dengan ancamannya, orang dengan gangguan *phobia* tidak kehilangan kontak dengan realitas, mereka biasanya tahu bahwa ketakutan mereka itu berlebihan dan tidak pada tempatnya.

Pengertian *phobia* diatas berbeda dengan pengertian *phobia* pada fenomena *nomophobia* (*no mobile phone phobia*) yang merupakan ketakutan bila tidak bersama *smartphone* yang pengertiannya berbanding terbalik, karena ketakutan yang dimunculkan bila berjauhan dengan objek stimulan. *Nomophobia* tidak termasuk dalam kategori *phobia* karena tidak terdapat dalam DSM, Bragazzi (2014) mengusulkan untuk mempertimbangkan masuknya *nomophobia* dalam DSM-V. Bivin dkk (2013) mengemukakan di dalam penelitiannya 53% pengguna *mobile phone* di Inggris menunjukkan kecemasan bila tidak menemukan *smartphone*-nya, kehabisan daya baterai atau tidak ada jaringan internet.

Senada dengan pernyataan diatas Envoy (dalam Yildirim, 2014) mendefinisikan *nomophobia* sebagai rasa takut bila berjauhan dengan *smartphone*. Menurut *Mail online* (dalam Yildirim), lebih dari 2.100 orang diantaranya 53% pengguna *smartphone* mengidap *nomophobia*. Hasil studi menunjukkan pria lebih rentan terkena *nomophobia* dibandingkan wanita, 58% pria dan 48% wanita.

King dkk. (2014) menyebutkan *nomophobia* merupakan ketakutan bila tidak bisa menggunakan *mobile phone* (*smartphone*) atau internet. King dkk. (2014) menjelaskan di dalam penelitiannya bahwa teknologi komunikasi mengubah interaksi manusia dengan dunia, anggapan pengguna *smartphone* mengenai kenyataan dan interaksi dengan jarak dan waktu. *Smartphone* memfasilitasi proses komunikasi dan menyediakan tingkat mobilitas pengguna dalam memeriksa media sosial kapanpun dan

dimanapun. Dampaknya, mahasiswa menjadi ketergantungan, merasa kehilangan cara berhubungan dengan teman atau saudara, dan menjadikan penggunaan *smartphone* sebagai prioritas. Salah satu dampaknya ialah membuat mahasiswa untuk terus menggunakan *smartphone* dengan intensitas tinggi. Penyebab terjadinya fenomena *nomophobia* adalah intensitas penggunaan, dan adiksi *smartphone*. Bivin (2013) menemukan beberapa pola dari pengguna *smartphone* yang memiliki kecenderungan *nomophobia*, salah satunya ialah intensitas mengecek *smartphone* lebih dari 35 kali dalam sehari. Sependapat dengan pola penggunaan *smartphone* milik Bivin, Bragazzi (2014) menemukan beberapa ciri dari *nomophobia* salah satunya ialah intensitas dalam melihat layar *smartphone*, dan selalu bersama *smartphone* selama 24 jam dalam sehari.

Intensitas menurut kamus besar bahasa Indonesia merupakan keadaan tingkatan atau ukuran intensnya (sering atau tidaknya penggunaan). Intensitas merupakan kegiatan rutin yang dilakukan seseorang berdasarkan keinginan-keinginan yang kuat. Menurut hasil data dari kompas.com (dalam Gifary dan Kurnia, 2015) *Internet Trendss Kleiner Perkins Caufield dan Byes's* melaporkan bahwa pengguna rata – rata mengecek ponselnya 150 kali dalam sehari, jika diakumulasikan, dalam satu minggu rata-rata orang bisa menggunakan *smarthponenya* lebih dari 1.050 kali. Hasil wa wawancara menunjukkan, bahwa ada dua faktor dominan yang melatarbelakangi intensitas penggunaan *smartphone*, yaitu media sosial dan *game*.

Menurut Gunarsa (dalam Sabilliani, 2013) intensitas dapat diukur dari penggunaannya, siapa yang saling dibicarakan, pikiran, perasaan, orang lain atau dirinya sendiri. Sementara Ardianto (dalam Gifary dan Kurnia, 2015) berpendapat intensitas penggunaan *smartphone* dapat diukur dari frekuensi, durasi, isi.

Hasil wawancara kepada tiga mahasiswa juga menunjukkan adanya perbedaan frekuensi dan durasi dalam menggunakan media sosial dan *game* pada pengguna *smartphone*. Mahasiswa mengatakan bahwa bisa saja menggunakan *smartphone* seharian hingga malam, rata-rata dari mahasiswa mengatakan bisa menggunakan *smartphone* lima hingga delapan jam dalam sehari. Ketika ditanya mengenai frekuensi mengecek media sosial dan menggunakan *game*, mahasiswa mengatakan bisa mengecek hingga lebih dari 30 bahkan 100 kali dalam sehari. Tingginya frekuensi dan durasi penggunaan *smartphone* tersebut membuat peneliti tertarik untuk meneliti tentang seberapa besar pengaruh intensitas terhadap munculnya *nomophobia*.

Menurut hasil wawancara terhadap beberapa mahasiswa yang aktif menggunakan *smartphone*. Intensitas penggunaan *smartphone* menyebabkan individu selalu ingin mengecek informasi-informasi yang ada di *smartphone*, seperti *update* di media sosial maupun *game*. Keinginan untuk mengetahui informasi tersebut membuat mahasiswa merasa cemas dan merasa ingin cepat-cepat memegang *smartphone*-nya bila tidak sedang memegang *smartphone*. Mahasiswa ingin dimanapun berada tetap dapat

menggunakan *smartphone*. Hasil observasi menunjukkan bahwa mahasiswa selalu memegang *smartphone* dimanapun berada, selalu memperhatikan layar *smartphone* dan sesekali menggeser-geser menu di layar *smartphone*.

Tingginya intensitas penggunaan perangkat tersebut dalam kehidupan sehari-hari tentu mempengaruhi pola perilaku, seperti terbiasa untuk mengecek *smartphone*. Pola tersebut dapat mengakibatkan terjadinya perilaku berulang sehingga menimbulkan adanya kebiasaan. Hasil wawancara membuktikan bahwa pemilik *smartphone* sulit untuk lepas dari penggunaan *smartphone*. Karena merasa dapat melakukan banyak kegiatan di dalam *smartphone* seperti menggunakan media sosial, mencari informasi atau berita yang diinginkan. Dampaknya bagi pengguna ialah, terbiasa untuk menggunakan *smarthone* dan menjadi kebiasaan yang sulit untuk ditinggalkan. Sehingga dari kebiasaan tersebut membuat mahasiswa pengguna *smartphone* merasa tidak lengkap bepergian maupun beraktifitas sehari-hari tanpa *smartphone* yang menimbulkan adiksi atau ketergantungan.

Ketergantungan tersebut juga mempengaruhi konsumsi kuota internet, terlihat dari pengakuan beberapa mahasiswa yang mengatakan memikirkan bagaimana *smartphone*-nya tetap terhubung ke internet melalui kuota internet. Mahasiswa mengatakan bahwa ia rela tidak makan demi membeli kuota internet yang habis.

Peneliti menemukan faktor lain yang dapat memicu munculnya *nomophobia* yaitu intensitas penggunaan. Peneliti berharap dari penelitian

ini para pengguna *smartphone* lebih mengenal dampak penggunaan *smartphone*. Sehingga pengguna *smartphone* dapat menggunakan *smartphone* dengan bijak. Manfaat untuk para peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi bahan acuan dalam langkah kuratif dan preventif pada pengguna yang sudah terindikasi *nomophobia*.

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap munculnya gejala *nomophobia*.

B. Rumusan Masalah

Hasil dari penjelasan latar belakang yang telah peneliti paparkan diatas maka peneliti dapat memfokuskan sebagai berikut, apakah ada pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap munculnya *nomophobia* di kalangan mahasiswa ?

C. Tujuan Penelitian

Peneliti di dalam penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan *smartphone* terhadap munculnya *nomophobia* pada mahasiswa.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan dan dapat menjadi rujukan tentang pengaruh penggunaan *smartphone* terhadap munculnya *nomophobia* di kalangan pengguna *smartphone* di seluruh dunia.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan dalam pengembangan *problem solving* dampak *smartphone* yang bersifat kuratif maupun preventif.
- b. Bagi pengguna *smartphone*, diharapkan dari penelitian ini pengguna *smartphone* lebih memahami dampak dari pemakaian *smartphone*, dan dapat lebih bijaksana dalam menggunakan *smartphone*.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai *nomophobia* sudah pernah diteliti oleh peneliti sebelumnya. Penelitian sebelumnya lebih berfokus pada gambaran dan dampak dari *nomophobia*. Seperti yang telah peneliti kutip dari beberapa penelitian yang menyinggung *nomophobia*.

Penelitian pertama milik King dkk (2014) yang berjudul, “*Nomophobia : Impact of Cell Phone Use Interfering with Symptoms and Emotion of Individuals with Panic Disorder Compared with A Control Group*”. Penelitian ini menggunakan metode kuesioner yang diberikan kepada 50 pasien penderita PD (*panic disorder*) dan 70 sukarelawan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak dari telepon seluler dengan gejala dan emosi dari seseorang yang memiliki PD dengan grup kontrol. Hasil dari penelitian membuktikan bahwa orang dengan PD menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam kecemasan, perubahan pernapasan, gemetar, keringat, panik, takut dan depresi yang terkait dengan

kurangnya penggunaan MP (*mobile phone*) dibandingkan dengan kelompok *control*. Kelompok dengan PD menunjukkan perubahan signifikan dan lebih emosional serta gejala fisik dan psikologis yang intens ketika mereka terpisah atau tidak dapat menggunakan MP dibandingkan dengan relawan yang sehat.

Penelitian kedua, Bivin dkk (2013) yang berjudul, “*Nomophobia – Do We Really Need to Worry About?*”. Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional survey* untuk mengetahui pola penggunaan ponsel di kalangan mahasiswa ilmu kesehatan sebanyak 547 responden yang dipilih menggunakan metode *snowball sampling*. Penelitian bertujuan untuk menggambarkan keparahan *nomophobia* pada mahasiswa kesehatan S1. Hasil dari penelitian ini adalah adanya korelasi positif yang signifikan antara pola penggunaan ponsel dengan tingkat keparahan *nomophobia*.

Penelitian ketiga yang peneliti kutip lebih berfokus pada intensitas sendiri. Saraswati dan Sulistyarningsih (2009), “Pengaruh Intensitas Penggunaan Teknologi Komunikasi Terhadap Tingkat Keintiman Komunikasi Interpersonal”. Penelitian ini menggunakan metode survey dimana peneliti melakukan penyebaran kuesioner kepada mahasiswa aktif Universitas Atma Jaya Yogyakarta program studi Ilmu Komunikasi angkatan 2009 dengan responden sebanyak 105. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan teknologi komunikasi terhadap tingkat keintiman komunikasi interpersonal. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh antara beberapa variabel namun dengan

prosentase yang sedikit. Uji regresi pertama adalah pengaruh antara intensitas penggunaan teknologi komunikasi terhadap keterbukaan diri, yang memunculkan angka regresi sebesar 0,558 dengan nilai $p=0,000$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel intensitas penggunaan teknologi komunikasi mempengaruhi keterbukaan diri. Uji regresi berikutnya antara variabel keterbukaan diri dengan tingkat keintiman komunikasi interpersonal dengan hasil regresi 0,370 dengan nilai $p=0,00$ yang menunjukkan adanya pengaruh keterbukaan diri dengan tingkat keintiman komunikasi interpersonal. Uji regresi terakhir adalah pengaruh antara variabel intensitas penggunaan teknologi komunikasi dengan tingkat keintiman komunikasi interpersonal. Angka yang muncul sebesar 0,191 dengan nilai $p=0,00$, dan dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa intensitas penggunaan teknologi komunikasi dapat berpengaruh secara langsung pada tingkat keintiman komunikasi interpersonal dan besarnya pengaruh tersebut sebesar 19,1% dan sisanya 80,9%. Angka sisa yang besar menunjukkan bahwa ada faktor lain yang mempengaruhi tingkat keintiman komunikasi interpersonal selain intensitas penggunaan teknologi komunikasi yang diteliti.

Perbedaan penelitian sebelumnya dengan fenomena yang diteliti oleh peneliti ialah penelitian sebelumnya berfokus pada dampak, korelasi dan gambaran mengenai *nomophobia* sedangkan peneliti lebih berfokus pada mengukur pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* dengan munculnya *nomophobia*. Peneliti melakukan penelitian ini karena penelitian

mengenai *nomophobia* masih minim diteliti di Indonesia, sehingga inilah yang membedakan penelitian milik peneliti dan peneliti sebelumnya.