BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada akhir tahun 2019, Indonesia dikejutkan dengan wabah penyakit yang disebabkan oleh penyebaran virus dengan istilah *Corona Virus Disease-2019* atau Covid-19. Wabah Covid-19 ini pertama kali diketahui di Kota Wuhan, Hubei dan Tiongkok pada tanggal 31 Desember 2019 dan ditetapkan sebagai pandemi oleh *World Health Organization* (WHO). Wabah Covid-19 dapat menyerang siapa saja mulai dari bayi, anak-anak, orang dewasa hingga lansia. Gejala umum yang biasanya tampak yaitu demam, batuk, dan kesulitan bernafas serta merasa lelah, sedangkan gejala yang sedikit tidak umum yang tampak dari seseorang yang terinfeksi Covid-19 ialah; rasa tidak nyaman pada tenggorokan (nyeri), mata merah (konjungtivitis), hilangnya indera perasa atau penciuman dan bahkan menimbulkan efek ruam pada kulit (pada jari tangan atau jari kaki).

Adanya kemunculan pandemi Covid-19 menimbulkan cukup banyak perubahan pada tatanan sosial masyarakat dunia, khususnya Indonesia. Persebaran virus yang sangat cepat di Indonesia kini telah mencapai 4,09 juta dengan banyaknya korban yang meninggal dunia sebanyak 133.000. Peningkatan angka ini menuntut pemerintah untuk selalu memperbaharui kebijakan guna menekan angka persebaran Covid-19. Pada pertengahan tahun 2021 tepatnya pada tanggal 3 Juli sampai 20 Juli 2021 pemerintah Indonesia sudah resmi memberlakukan kebijakan terbaru yaitu Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) atau PPKM darurat. Kebijakan diberlakukannya PPKM ini dilakukan pemerintah untuk membatasi interaksi, pertemuan yang dilakukan oleh masyarakat yang diharapkan dapat mengurangi angka penularan kasus Covid-19. Meski demikian, PPKM bukanlah istilah dari kebijakan pertama yang digunakan oleh pemerintah karena sebelumnya pemerintah memberlakukan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang ditetapkan oleh Presiden Joko Widodo melalui PP No. 21 Tahun 2020 dan PSBB sendiri diberlakukan pada tanggal 17 April 2020.

Istilah PPKM ini pertama kali berlaku pada tanggal 11 Januari sampai dengan tanggal 25 Januari 2021 lalu, dengan mencakup wilayah DKI Jakarta dan

23 kabupaten/ kota di 6 provinsi yang memiliki risiko tinggi penyebaran Covid-19. Penggunaan istilah PPKM telah diubah kembali menjadi PPKM level 3-4 dengan makna atau arti level 3-4 ini masih sama dengan istilah PPKM Darurat. Pergantian istilah PPKM Darurat menjadi level 3-4 tertuang dalam instruksi Mendagri No. 22 Tahun 2021 tentang Pemberlakuan Kegiatan Masyarakat Level 4 Covid-2019 di wilayah Jawa dan Bali.

Sebagai wujud penurunan angka kematian yang tinggi akibat penyebaran virus Covid-19, berbagai negara kemudian menerapkan Protokol Covid-19 sesuai dengan apa yang dianjurkan oleh *World Health Organization* (WHO), mulai dari cuci tangan, tidak melakukan pertemuan/ berkumpul, menjaga jarak, membatasi kegiatan keluar rumah bahkan dilakukan langkah isolasi mandiri perorangan, komunitas, bahkan seluruh kota (mulai dari Pembatasan Sosial Berskala Besar/ PSBB sampai *lockdown*). Pandemi Covid-19 yang berlangsung sekitar hampir satu tahun membuat banyak perubahan yang sangat signifikan dalam kehidupan masyarakat. Kegiatan yang sebelumnya dilakukan dengan tatap muka berubah menjadi virtual bahkan pekerjaan rumah, pembelajaran jarak jauh, pertemuan *online*, pembelian atau penjualan dari rumah dapat di akses melalui platform *e-commerce*, dan tambahan kegiatan lainnya untuk menghilangkan rasa jenuh dan bosan seperti bermain *gadget*, bermain *games*, dan menonton film secara *online* membuat kebutuhan akan akses internet di rumah ataupun kuota data melalui *smartphone* meningkat dengan pesat di masa pandemi Covid-19.

Berdasarkan data menurut *we are social-Hootsuite* (2021) per Januari 2021 jumlah pengguna internet di Indonesia mengalami peningkatan sebanyak 73,7% dari total populasi di Indonesia yang 274,9 juta atau menembus 202,6 juta pengguna. Selama satu tahun terakhir terjadi penambahan 27 juta pengguna, untuk pengguna media sosial aktif sendiri ditemukan sebanyak 61,8% dari jumlah populasi di Indonesia dan menembus 170 juta pengguna. Waktu yang digunakan untuk mengakses internet juga mengalami peningkatan dari 7 jam 59 menit menjadi 8 jam 52 menit dengan penggunaan untuk *messenger* sebanyak 96,5%, penggunaan media sosial sebanyak 96,3%, kebutuhan peralatan rumah tangga atau *shopping* mencapai 78,2 persen, kebutuhan layanan keuangan sejumlah 39,2% dan *entertainment* sebanyak 86,2%. Beberapa operator telekomunikasi mengatakan

bahwa ada peningkatan trafik pandemi yang mencapai 40%, pada tingkat rumah tangga dengan penggunaan secara bersamaan baik oleh orang tua serta anak-anak di rumah untuk menjalankan aktifitas *work from home* (WFH), pembelajaran jarak jauh, melakukan penjualan dan transaksi dari rumah, kecepatan internet tentunya juga akan semakin meningkat, belum lagi aktifitas yang dilakukan menggunakan fitur video secara *live* ataupun *streaming*.

Peningkatan penggunaan internet di Indonesia yang disebabkan oleh pandemi Covid-19 secara tidak langsung menggambarkan bagaimana seringnya masyarakat atau individu dalam menggunakan *smartphone*. Menurut Gary & Misty E, (2007) *smartphone* merupakan sebuah perangkat telepon praktis dan tersambung dengan jaringan internet yang biasanya memiliki fungsi personal digital *assistant* (PDA) seperti kalender, buku agenda, buku alamat, kalkulator dan catatan. Sebagai pengguna, kita akan diberikan akses yang lebih mudah mulai dari berkomunikasi, membaca berita secara *online*, melakukan transaksi jual beli secara *online*, bahkan berbelanja kebutuhan sehari-hari dapat diakses hanya dari rumah saja dengan menggunakan *smartphone*. Penggunaan *smartphone* dan internet saat ini dapat memudahkan individu untuk melakukan aktivitas, dan memperoleh atau mengakses informasi dengan mudah. Correa (dalam Pertiwi, 2018) menyebutkan aktivitas yang dapat dilakukan melalui *smartphone* seperti *surfing*, *emailing*, *downloading*, *social networking*, *blogging*, *navigating*, *gaming*, *chatting* dan lain-lain. Banyak hal yang dapat dilakukan dengan menggunakan *smartphone*, contohnya dalam melakukan komunikasi pengguna dapat memanfaatkan aplikasi yang tersedia dalam *smartphone*. Pengguna juga dapat di mudahkan berkomunikasi bertatap muka secara langsung dengan orang lain melalui aplikasi *video call*, namun dengan adanya pandemi Covid-19 menyebabkan terjadinya perubahan dalam penggunaan media telekomunikasi *smartphone*. Hal tersebut memberikan dampak bagi masyarakat salah satunya remaja. Pandemi Covid-19 menyebabkan siswa melakukan proses pembelajaran secara daring. Dampak tersebut dirasakan setelah adanya kebijakan pemerintah terkait pelaksanaan PSBB maupun PPKM dalam rangka menurunkan angka dan kasus kematian masyarakat akibat virus Covid-19.

Peralihan pembelajaran dari luring ke daring yang dialami oleh remaja tentu saja menyebabkan terjadinya peningkatan dalam penggunaan *smartphone*.

Penggunaan *smartphone* di masa pandemi diantaranya mempermudah untuk melakukan proses komunikasi, remaja juga dimudahkan dalam mengakses informasi bahkan sampai pada orang tua siswa di situasi pandemi seperti ini penggunaan *smartphone* dapat digunakan sebagai media pendampingan pembelajaran secara daring. Penggunaan *smartphone* di masa pandemi juga dapat menciptakan kreativitas pada anak maupun remaja dan dinilai sangat efektif untuk menunjang proses pembelajaran dari rumah, siswa tetap bisa melakukan tatap muka dengan guru melalui aplikasi yang mendukung seperti *zoom meeting*, *google classroom*, *google meet*, *quipper school*, dll. Penggunaan *smartphone* dinilai juga dapat meminimalisir masyarakat untuk tertular wabah Covid-19, dikarenakan pengguna telah dimanjakan dengan fitur layanan yang memudahkan aktivitas dan kebutuhan pengguna sehari-hari.

Perkembangan teknologi yang cukup pesat seperti *smartphone*, saat ini tidak hanya memberikan fasilitasi kebutuhan dalam aspek akademik saja melainkan memudahkan remaja untuk menjalin koneksi serta memperluas kesempatan untuk menjalin hubungan sosial yang baik (Al-Barashdi, Bouazza, & Jabur, 2015). Penggunaan *smartphone* selain dapat memberikan dampak positif juga dapat memberikan dampak negatif apabila digunakan secara berlebihan dan berkelanjutan. Dampak negatif tersebut akan mempengaruhi pola perilaku remaja dalam kesehariannya, selain itu dapat menimbulkan rasa ketergantungan sehingga menggunakan *smartphone* menjadi kegiatan yang harus dilakukan secara rutin dalam aktivitas sehari-hari. Menggunakan *smartphone* terlalu lama nyatanya memberikan pengaruh terhadap konsentrasi belajar pada siswa, hal ini dapat dilihat dari banyaknya siswa yang mengalami penurunan tingkat prestasi akademik yang cukup signifikan (Manumpil et al, 2015). Sebagai siswa, remaja lebih memilih bermain *smartphone* daripada belajar dan melakukan proses interaksi dengan lingkungan sekitarnya, hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Suhandi & Pamela (2020) menjelaskan bahwa anak-anak justru tidak menghiraukan apa yang diperintahkan oleh guru ketika belajar dari rumah, anak-anak justru lebih memilih bermain *smartphone* untuk mencari hal-hal yang menyenangkan dirinya seperti mengakses media sosial, bahkan bermain keluar rumah sampai lupa waktu.

Kemajuan *smartphone* yang semakin canggih mengakibatkan para penggunanya semakin tergantung sehingga muncul konsep kecanduan atau adiksi *smartphone*. Berdasarkan paparan diatas, penggunaan *smartphone* oleh remaja tidak lagi dijadikan sebagai sarana komunikasi serta pembelajaran. Remaja yang lebih menyukai bermain *smartphone* disebabkan oleh adanya kemudahan dalam mengakses hal-hal yang dapat menyenangkan dirinya seperti, menonton youtube, *streaming*, *chatting*, *video call*, bermain *game online*, dan lain-lain. Kondisi tersebut dapat memicu adanya peningkatan dalam penggunaan internet ataupun *smartphone*, terutama bagi remaja sebagai pengguna layanan *smartphone* terbesar. Penggunaan *smartphone* secara berlebihan dan tidak sesuai pada fungsi awal yang dapat meningkatkan resiko kecanduan *smartphone* atau *smartphone addiction*.

Smartphone addiction merupakan sebuah fenomena yang menyebabkan adanya penggunaan *smartphone* yang tidak terkendali (Soo Cha & Kyung Seo, 2018). Kecanduan *smartphone* memiliki berbagai istilah lainnya seperti kecanduan *gadget*, kecanduan ponsel, penggunaan ponsel konsumtif dan penggunaan ponsel berlebihan (Al-Barashdi, Bouazza, & Jabur, 2015). Secara umum, adiksi dapat diartikan sebagai kondisi dimana individu merasakan sensasi tubuh atau pikiran dalam menginginkan atau membutuhkan sesuatu secara berlebihan, dengan tujuan agar individu tersebut dapat bekerja dengan baik. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh Khalaf (2014) menyebutkan bahwa individu yang mengalami adiksi *smartphone* dapat menghabiskan waktu lebih dari 60 kali dalam sehari untuk membuka aplikasi yang terdapat dalam *smartphone*. Sebanyak 1,4 miliar pengguna *smartphone* yang diteliti diperoleh sebanyak 176 juta orang didalamnya merupakan individu yang mengalami adiksi *smartphone*. Diperoleh hasil sebanyak 79 juta individu dengan usia 13-17 tahun (remaja) dengan presentase sebesar 25%, 18-24 tahun (mahasiswa) dengan presentase sebesar 49%, 25-34 tahun (dewasa) dengan presentase sebesar 42%, 35-54 tahun (usia menengah) dengan presentase sebesar 40%.

Griffiths (2011) menyebutkan adiksi sebagai perilaku kompulsif dan ketergantungan, serta kurangnya kontrol dalam diri. Menurut Basri (2014) adiksi merupakan tendensi untuk mengalami gangguan dalam penggunaan sesuatu yang bersifat abnormal. Hal tersebut dapat dilihat melalui ketidakmampuan seseorang

untuk mengontrol waktu, dan merasa seolah-olah dunia maya lebih menyenangkan dibanding dengan kehidupan yang sebenarnya sehingga dapat memberikan hambatan dalam hubungan sosialnya. Individu dapat dikatakan adiksi apabila individu tersebut memiliki ketergantungan secara fisik maupun psikologis terhadap sesuatu sehingga tak jarang dapat memicu adanya masalah yang cukup signifikan terhadap tubuh seseorang misalnya disfungsi respons emosional, mengalami hambatan dalam hubungan interpersonal dan adanya penurunan fungsi terhadap kontrol perilaku (Diah, 2012).

Berdasarkan survei sederhana yang telah dilakukan, peneliti memperoleh hasil sebanyak 40% remaja menghabiskan waktu menggunakan *smartphone* lebih dari 6 jam perhari, sebanyak 30% menghabiskan waktu 3 sampai 5 jam perhari, sebanyak 15% menghabiskan waktu 5 sampai 6 jam perhari dan 15% lainnya menghabiskan waktu selama 1 sampai 3 jam perhari. Peneliti juga mendapatkan data sebanyak 40% remaja dengan usia 16 sampai 18 tahun, 30% remaja dengan usia 14 sampai 16 tahun dan, 30% remaja dengan usia 12 sampai 14 tahun yang aktif menggunakan *smartphone* dalam kegiatan sehari-harinya. Data *pre-elementary* juga menghasilkan jarak waktu responden ketika bangun di pagi hari dan langsung menggunakan *smartphone* yaitu, sebanyak 45% responden menjawab dengan rentang waktu selama 5 menit, 30% responden menjawab dengan rentang waktu selama 31 sampai 60 menit, 15% responden menjawab dengan rentang waktu selama 6-30 menit dan, sebanyak 10% responden menjawab dengan rentang waktu selama lebih dari 60 menit. Dari data *pre-elementary*, peneliti juga menemukan kegiatan yang paling sering dilakukan oleh responden ketika menggunakan *smartphone* yaitu, sebanyak 90% responden menggunakan *smartphone* untuk mengakses media sosial seperti *Tiktok*, *Youtube*, *Instagram* dan *Whatsapp*, sebanyak 5% responden menggunakan *smartphone* sebagai sarana pembelajaran secara daring dan, sebanyak 5% responden lainnya menggunakan untuk internet *browsing*.

Berdasarkan hasil data sementara (*pre-elementary*), peneliti dapat menyimpulkan bahwa remaja dengan usia 12 sampai 18 tahun tidak hanya menggunakan *smartphone* sebagai media komunikasi dan media belajar selama pembelajaran secara daring saja, melainkan juga sebagai media untuk memperoleh

hiburan, dan kesenangan dengan mengakses beberapa platform media sosial. Remaja juga terlihat lebih banyak menghabiskan kesehariannya untuk menggunakan *smartphone*. Data *pre-elementary* ini juga memaparkan sebanyak 55% responden merawa ragu-ragu bahwa dirinya mengalami *smartphone addiction*, 35% responden menjawab bahwa dirinya tidak mengalami *smartphone addiction* dan 10% responden menjawab bahwa dirinya mengalami adiksi atau *smartphone addiction*.

Smartphone addiction merupakan suatu kondisi individu yang lebih menyukai menggunakan *smartphone* yang dimilikinya dan mengabaikan area lain di lingkungan sekitarnya (Al-Barashdi, Bouazza, & Jabur, 2015). Adiksi *smartphone* juga dapat diartikan sebagai perilaku keterikatan individu terhadap telepon seluler yang dapat memicu masalah sosial seperti: perilaku melarikan diri, mengalami hambatan dalam melakukan aktifitas serta mengalami penurunan kontrol impuls (Kwon, 2013). Menurut Hidayat & Mustikasari (2014) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa *smartphone addiction* merupakan gangguan dalam mengontrol hasrat atau keinginan menggunakan *smartphone* yang mengakibatkan timbulnya kecemasan bahkan gangguan pada hubungan sosial. *Smartphone addiction* merupakan diagnosis gangguan psikologis dan harus ditegakkan oleh Psikiater atau Psikolog, oleh karena itu peneliti memilih menyebut kecenderungan *smartphone addiction*. Berdasarkan dengan beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kecenderungan *smartphone addiction* merupakan tendensi dimana individu memiliki perilaku keterikatan menggunakan *smartphone* secara berlebihan. Hal tersebut disebabkan oleh ketidakmampuan individu dalam mengontrol diri yang akan berdampak pada aktivitas sosial individu.

Young & Rogers (1998) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi *smartphone addiction* yaitu: ciri khas, penggunaan yang berlebihan, mengabaikan pekerjaan, antisipasi dan ketidakmampuan mengontrol diri. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Istri dan Asyanti (2018) menyebutkan bahwa kontrol diri berpengaruh terhadap *smartphone addiction*. Hasil penelitian tersebut juga menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan internet artinya, semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki seseorang maka semakin rendah kecenderungan seseorang mengalami adiksi internet atau

telepon seluler. Leung (dalam Casey, 2012) menyebabkan faktor-faktor yang menyebabkan individu mengalami *smartphone addiction*, yaitu: waktu luang yang berlebih sehingga individu mengalami kebosanan dan cenderung memilih menggunakan *smartphone*, adanya keinginan mencari sensasi, serta *self esteem* yang rendah.

Penelitian terdahulu di beberapa negara diluar Indonesia cenderung mengaitkan variabel *smartphone addiction* dengan variabel lain, salah satunya penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Demirci et, al (2015) di Turkey menyebutkan bahwa individu dengan penggunaan *smartphone* secara berlebihan dapat mengakibatkan timbulnya perasaan cemas berlebihan serta depresi yang memicu masalah tidur. Penelitian terdahulu lainnya yang dilakukan oleh Park and Lee (2014) dalam hasil penelitiannya menyebutkan penyebab remaja memiliki tingkat kecenderungan *smartphone addiction* yang tinggi disebabkan oleh harga diri yang rendah, sebaliknya remaja dengan harga diri yang tinggi menunjukkan rendahnya tingkat kecenderungan *smartphone addiction* yang dialami oleh remaja. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Mawarpury, dkk (2020) menyebutkan bahwa tidak ada perbedaan penggunaan *smartphone* dilihat berdasarkan jenis, dalam penelitiannya menyebutkan baik perempuan ataupun laki-laki keduanya memiliki keterikatan yang sama terhadap *smartphone*.

Berdasarkan dengan uraian diatas, dapat dilihat bahwa penelitian sebelumnya lebih banyak mengaitkan fenomena *smartphone addiction* dengan variabel lain seperti kecemasan, dan harga diri. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian sebelumnya juga menggunakan metode penelitian uji hubungan yang digunakan untuk melihat apakah ada keterkaitan antara dua variabel yang sedang diuji. Dalam penelitian ini, metode penelitian yang digunakan ialah metode penelitian studi kuantitatif deskriptif yang bertujuan untuk memaparkan mengenai gambaran kecenderungan *smartphone addiction* pada usia remaja di masa pandemi Covid-19. Peneliti memilih menggunakan metode penelitian studi kuantitatif deskriptif dengan alasan yaitu, penelitian ini selaras dengan tujuan dari penelitian ini yaitu menjelaskan, menggambarkan fenomena, kondisi dan situasi dari variabel penelitian berdasarkan kejadian sebenarnya pada remaja dengan kecenderungan *smartphone addiction* di masa pandemi Covid-19.

1.2 Batasan Masalah

Dalam penelitian ini peneliti membatasi ruang lingkup penelitian pada:

- a. Variabel dalam penelitian ini ialah *smartphone addiction*.
- b. Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja dengan usia 12 sampai 18 tahun.
- c. Penelitian ini berfokus untuk memperoleh gambaran mengenai kecenderungan *smartphone addiction* pada remaja di masa pandemi Covid-19.
- d. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan studi kuantitatif deskriptif.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini bagaimana tingkat kecanduan *smartphone addiction* pada remaja di masa pandemi Covid-19?

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memaparkan gambaran mengenai kecenderungan *smartphone addiction* pada remaja di masa pandemi Covid-19 dengan mengeksplorasi fenomena secara mendalam yaitu, bagaimana tingkat kecanduan *smartphone addiction* pada remaja di masa pandemi Covid-19.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan manfaat praktis, sebagai berikut:

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil pada penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap ilmu Psikologi khususnya bidang minat psikologi klinis dengan mendeskripsikan fenomena mengenai *smartphone addiction* pada kelompok remaja di masa pandemi Covid-19. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi salah satu sumber data serta informasi bagi fakultas ataupun univervistas yang melakukan penelitian terkait *smartphone addiction* pada remaja di masa pandemi Covid-19.

1.5.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pertimbangan mendalam sebagai pengguna *smartphone* aktif mengenai gambaran dari remaja yang mengalami kecenderungan *smartphone addiction* di masa pandemi Covid-19, sehingga dapat memberikan evaluasi diri dan dapat menggunakan *smartphone* sesuai dengan kebutuhannya.

b. Bagi Guru

Melalui penelitian ini para guru diharapkan dapat menyadari pentingnya pengawasan dalam penggunaan *smartphone*, mengingat remaja merupakan subjek dengan penggunaan *smartphone* tertinggi. Guru dapat memberikan edukasi singkat didalam kelas mengenai dampak negatif penggunaan *smartphone* secara berlebihan.