

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Di zaman teknologi saat ini, segala kebutuhan bisa didapatkan secara mudah dan cepat melalui *smartphone*. Chuzaimah, Mabruroh, dan Dihan (2010) mendefinisikan *smartphone* sebagai sebuah alat yang merupakan hasil pengintegrasian antara ponsel dan fitur komputer canggih dengan kemampuan mengirim atau menerima *e-mail*, menjelajah internet, membaca *e-book*, menyimpan informasi dan melakukan instalasi program. Dengan *smartphone*, saat ini orang-orang di berbagai belahan dunia dapat saling berkomunikasi dengan mudah. *Smartphone* juga membuat semua orang dengan mudah dapat mengakses internet.

Smartphone mulai diperkenalkan di beberapa negara pada tahun 1980-an dan penggunaannya semakin meningkat di pertengahan tahun 1990-an. Di tahun 2007, saat produk *iPhone* yang diproduksi oleh *Apple* muncul di pasaran, jumlah pengguna *smartphone* semakin bertambah. Apalagi pada tahun 2008, ketika *smartphone* jenis Android ikut meramaikan pasar (*Smartphone penetration to reach 66% in 2018, 2016*). Di tahun 2012, fitur iOS dan Android yang menggunakan layar sentuh hadir di pasaran dan membuat *smartphone* semakin diminati masyarakat.

Saat penelitian ini dilakukan, fitur *smartphone* semakin canggih. *Smartphone* pada saat ini sudah memiliki resolusi layar dan dual kamera, *speaker*, pengisian daya *wireless*, desain yang semakin elegan, serta fitur *video call*, *email*, dan fitur *browsing* di dalam satu *smartphone*. Hal ini dikutip dari salah satu artikel dari liputan 6 (liputan6.com)

Jumlah pengguna *smartphone* di seluruh dunia dari tahun 2013 sampai 2017 mengalami peningkatan. Dari sekitar 93,1 juta per 100 penduduk pengguna pada tahun 2013 hingga 103,5 juta per 100 penduduk dunia yang menggunakan *smartphone* pada tahun 2017 (ITU, 2017). Data dari situs Kominfo (Indonesia Raksasa Teknologi Digital Asia, 2015) menyatakan penggunaan *smartphone* di Indonesia ikut berkembang dengan pesat.

Dikutip dari sebuah artikel Kominfo, menuliskan bahwa pada tahun 2018, lembaga riset Digital Marketing Emarketer memperkirakan bahwa pengguna aktif *smartphone* di Indonesia berjumlah lebih dari 100 juta orang (Kominfo.go.id). Artikel pada situs kompas.com (Kebiasaan Orang Indonesia Pelototi Smartphone 5.5 Jam Sehari, 2015), menyatakan sebuah survei yang dilakukan oleh Google Indonesia menemukan bahwa penduduk Indonesia lebih banyak menghabiskan waktu menggunakan *smartphone* dengan rata-rata 5,5 jam setiap harinya, dibanding menggunakan komputer yang rata-rata hanya sekitar 1,8 jam per hari.

Lebih lanjut diketahui bahwa pengaksesan internet oleh kaum muda Indonesia khususnya di Jawa Timur lebih banyak dilakukan dengan menggunakan *smartphone* dibandingkan dengan menggunakan komputer dan laptop. Pada tahun 2017, di provinsi Jawa Timur, ditemukan bahwa persentase jumlah individu berusia 5 tahun ke atas yang mengakses internet menggunakan *smartphone* selama tiga bulan terakhir adalah sebesar 91,51 persen (BPS, 2018).

Kang dan Jung (2014) beropini bahwa *smartphone* dapat memenuhi kebutuhan belajar dan berhubungan sosial bagi penggunanya. Hal ini terlihat dari fenomena penggunaan *smartphone* di kalangan kaum muda yang telah mengubah gaya hidup remaja dan pemuda dalam berkomunikasi, mencari informasi, dan berekreasi. Dengan kemudahan fitur dan kecanggihan yang didapatkan dari *smartphone*, kaum muda tidak hanya mampu menelpon dan mengirimkan pesan tertulis kepada orang lain. Mereka juga dapat memeriksa dan mengirim *e-mail*, *browsing*, berbelanja secara *online*, membentuk jejaring sosial, mencari informasi tentang internet, *game*, hiburan, mengunduh musik dan mengunduh informasi peta (Park dkk, 2013).

Idealnya, dengan berbagai fitur modern, *smartphone* memiliki banyak sekali manfaat positif bagi penggunanya. Namun ternyata terdapat berbagai dampak negatif dari penggunaan *smartphone* yang dapat menyebabkan pengguna mengalami kecemasan, terganggunya kinerja saraf dan menurunnya produktivitas (Pininta, 2016). Dampak negatif yang dapat ditimbulkan adalah dialaminya *Nomophobia*, kecanduan *smartphone*, *cyberbulling*, dan pelecehan di dunia *online*.

Salah satu fenomena yang rentan dialami pengguna *smartphone* saat ini adalah *Nomophobia*. *International Business Times* (2013), mendefinisikan *Nomophobia* atau *no-mobile-phone-phobia* sebagai kecemasan yang dihadapi seseorang saat tidak mendapatkan sinyal seluler, kehabisan baterai, atau lupa membawa *smartphone*. Istilah ini juga mencakup kecemasan saat individu tidak menerima panggilan dari *smartphone*, teks, *e-mail*, atau pemberitahuan dalam jangka waktu tertentu (Yildirim, 2014).

Penelitian awal mengenai fenomena *Nomophobia* yang melibatkan 2100 responden dilakukan pada tahun 2008 di Inggris. Penelitian tersebut menemukan bahwa sebanyak 53 persen responden mengalami *Nomophobia*. Dalam penelitian tersebut juga ditemukan bahwa responden laki-laki cenderung lebih takut kehilangan *smartphone* dibanding perempuan (SecurEnvoy, 2012). Penelitian lain di tahun 2012 yang dilakukan terhadap 1000 karyawan menemukan bahwa sebesar 66% responden memiliki kecenderungan mengalami *Nomophobia* (SecurEnvoy, 2012). Berbeda dengan penelitian di tahun 2008, jumlah responden wanita 70 persen yang memiliki kecenderungan mengalami *Nomophobia* dalam penelitian ini lebih besar dibanding laki-laki. Ditemukan pula bahwa sebagian besar responden (77%) yang memiliki kecenderungan *Nomophobia* berada di rentang usia 18-24 tahun (SecurEnvoy, 2012).

Hasil penelitian di Amerika Serikat dan Asia juga menemukan bahwa fenomena kecenderungan *Nomophobia* umum dialami oleh generasi muda. Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di Amerika Serikat menemukan bahwa para mahasiswa merasa cemas dan panik saat tidak dapat memeriksa *Facebook*, tidak dapat mengirim *Short Message Service*, dan saat *smartphone* berada jauh dari jangkauan mereka (Lundquist, Lefebvre, & Garramone, 2015). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil riset *pre-eliminary* yang dilakukan peneliti terhadap 51 mahasiswa angkatan 2015-2017 di tiga kampus Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya (Pakuwon, Dinoyo dan Kalijudan). 24 mahasiswa (69%) berasal dari Angkatan 2017, sedangkan 15 mahasiswa (29%) persen berasal dari Angkatan 2015, dan 12 mahasiswa (24%) angkatan 2016.

Riset awal dilakukan oleh peneliti menggunakan kuesioner yang disusun berdasarkan karakteristik dari *Nomophobia* menurut Bragazzi

dan Puente (2014). Dari riset awal yang dilakukan menemukan bahwa sebanyak 46 mahasiswa (90%) responden menjawab bahwa mereka merasa cemas, panik, khawatir, tidak senang, sedih, dan merasakan suatu perasaan kehilangan saat *smartphone* milik mereka tertinggal di rumah. Dari 46 mahasiswa tersebut, terdapat sebanyak 26 (56%) mahasiswa yang akan kembali ke rumah untuk mengambil *smartphone*-nya atau meminta tolong kepada temannya untuk mengambilkan *smartphone*. Lebih lanjut, hasil riset awal ini juga menemukan bahwa sebanyak 20 mahasiswa (40%) mahasiswa merasa cemas, gelisah, bingung, sedih, dan merasa tidak nyaman ketika *smartphone*-nya kehabisan baterai. Adapun gejala-gejala tersebut sejalan dengan karakteristik *Nomophobia* (Bragazzi & Puente, 2014), dimana individu merasa cemas dan gelisah ketika tidak dapat menggunakan *smartphone* karena kehabisan baterai.

Berdasarkan hasil studi *pre-eliminatory* tersebut, didapatkan bahwa mahasiswa dengan rentang usia 18-22 tahun di Universitas Widya Mandala Surabaya memiliki kecenderungan mengalami *Nomophobia*. Hal ini sejalan dengan hasil survei *Science Direct* pada tahun 2015 yang menemukan bahwa mayoritas remaja pengguna *smartphone* di Asia mengalami *Nomophobia* (Jeko, 2015). Hasil studi *pre-eliminatory* juga menemukan bahwa hampir seluruh subyek sangat sering melakukan pengecekan layar *smartphone* hanya untuk sekedar melihat apakah terdapat notifikasi, pesan, informasi atau panggilan masuk. Perilaku ini juga termasuk dalam salah satu karakteristik *Nomophobia* (Bragazzi & Puente, 2014), dimana individu akan selalu mengecek layar *smartphone* untuk melihat ada tidaknya pesan atau panggilan yang masuk.

Nomophobia dapat mengganggu keberfungsian individu dalam kehidupan sehari-hari dan membuat individu menjadi tidak optimal dalam beraktivitas. Hasil penelitian menemukan bahwa individu dengan *Nomophobia* memiliki resiko lebih tinggi untuk mengalami stres, kehilangan konsentrasi, mengalami perasaan kurang bahagia dan beresiko melakukan bunuh diri. Riset yang dilakukan di M.G.M Medical College, India, menunjukkan bahwa sebanyak 20 persen subyek kehilangan konsentrasi dan menjadi stres ketika *smartphone* miliknya sedang tidak dalam jangkauan, atau kehabisan baterai (Dixit dkk, 2010). Lebih lanjut, sebuah artikel dari situs kompas.com

(Ternyata Bermain Smartphone Bikin Remaja Tak Bahagia, 2018), menjelaskan sebuah penelitian yang dilakukan pada 1.000.000 siswa kelas 8, 10, dan 12 di Amerika Serikat menemukan bahwa remaja yang lebih banyak menghabiskan waktu bermain *smartphone* merasa tidak sebahagia anak-anak yang bermain *outdoor* dan berinteraksi dengan individu lain. Hasil-hasil riset ini ikut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Centers for Disease Control and Prevention (CDC) yang menemukan bahwa angka depresi dan bunuh diri pada gadis remaja berkorelasi positif dengan jumlah waktu yang mereka habiskan untuk bermain *smartphone*.

Lebih lanjut, hasil penelitian yang dilakukan oleh Dixit, dkk (2010) terhadap 200 mahasiswa di M.G.M. Medical College, Indore, India menemukan bahwa keinginan untuk tetap berkomunikasi dan terhubung dengan orang lain menjadi faktor utama para responden menjadi ketakutan atau cemas ketika tidak dapat terhubung dengan *smartphone* miliknya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Inggris yang menemukan bahwa alasan utama dialaminya kecenderungan *Nomophobia* adalah dikarenakan individu ingin tetap berkomunikasi dengan keluarga dan teman (Metro.uk, 2008).

Kecenderungan *Nomophobia* umum dialami oleh kelompok individu yang saat studi ini dilakukan mendapat julukan sebagai ‘Generasi Milenial’. Strauss dan Howe (2000) mengklasifikasi generasi milenial sebagai individu yang lahir pada rentang tahun 1982-2000. Menurut perkiraan Biro Sensus AS (2015), generasi milenial di Amerika Serikat yang lahir antara tahun 1982 sampai 2000, saat ini berjumlah 83,1 juta dan mewakili lebih dari seperempat populasi di Amerika Serikat. Jumlah mereka melebihi para *Baby Boomer* yang berjumlah 75,4 juta (Bureau, US Census, 2015).

Generasi milenial sangat terhubung dengan teknologi. Mereka merupakan generasi “*multi-tasker*” yang dapat menggunakan *smartphone*, mengakses internet, mengirim *e-mail* dan mendengarkan musik secara bersamaan (Leung, 2004). Kelompok usia ini sangat terpapar oleh kemajuan teknologi dan *gadget*. Individu di rentang usia ini cenderung sulit untuk berada jauh dari *smartphone* miliknya. Hal ini disebabkan karena fitur-fitur yang ada dalam *smartphone* bermanfaat bagi mereka untuk mengekspresikan diri, berbagi video,

bermain, dan sebagainya (Musa dkk, 2017). Situasi inilah yang menyebabkan generasi milenial rentan mengalami kecenderungan *Nomophobia*.

Yildirim (2014) dalam penelitiannya menyarankan agar riset-riset yang meneliti hubungan antara kecenderungan *Nomophobia* dengan aspek kepribadian dapat semakin dikembangkan. Kepribadian berasal dari kata latin yaitu '*persona*' yang mengacu pada topeng yang biasa digunakan aktor Romawi kuno dalam sebuah petunjuk drama (Feist & Feist, 2006). Menurut American Psychiatric Association (APA, 2017), kepribadian adalah perbedaan individu yang khas dalam berpikir, berperasaan dan berperilaku. *Big Five Personality* merupakan salah satu teori kepribadian yang paling sering digunakan dalam riset dan praktek klinis. Costa dan McCrae (1997) mengemukakan lima dimensi *Big Five personality*, yaitu *Neuroticism*, *Agreeableness*, *Extraversion*, *Openness*, dan *Conscientiousness*.

Hasil penelitian terbaru yang dilakukan oleh Villar, Grau dan Colet (2017) menunjukkan adanya hubungan antara tipe kepribadian *Big Five personality* dengan kecenderungan *Nomophobia*. Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian di Nigeria yang menemukan bahwa tipe kepribadian dapat menjadi prediktor dialaminya kecenderungan *Nomophobia* pada seseorang. Studi ini menemukan bahwa tipe kepribadian *Conscientiousness*, *Neuroticism*, *Openness to experience* dan *Extraversion* secara positif berhubungan dengan kecenderungan dialaminya *Nomophobia* (Okoye, Harry, & Obikwelu, 2017). Penelitian Argumosa, Boada, dan Vigil (2017) juga menemukan bahwa tipe kepribadian *Extraversion* dan *Conscientiousness* dapat menjadi prediktor dalam memprediksi dialaminya kecenderungan *Nomophobia*. Di Indonesia sendiri, penelitian mengenai kecenderungan *Nomophobia* yang terjadi di kalangan generasi milenial masih sangat terbatas. Hal ini sangat disayangkan mengingat bahwa generasi milenial di Indonesia merupakan pengguna terbesar *smartphone* yang rentan mengalami kecenderungan *Nomophobia*.

Berdasarkan penjelasan di atas, studi ini ingin mengetahui hubungan antara tipe kepribadian individu berdasarkan pendekatan *Big Five Personality* dan kecenderungan *Nomophobia* pada generasi milenial Indonesia yang berkuliah di Universitas Katolik Widya Mandala, Surabaya. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat

digunakan sebagai dasar pengembangan program pencegahan dan penanganan kecenderungan *Nomophobia* di kalangan mahasiswa yang merupakan bagian dari generasi milenial Indonesia.

1.2. Batasan Masalah

Penelitian ini membatasi ruang lingkup penelitian pada hal-hal berikut:

- a. Penelitian ini berfokus menguji hubungan antara tipe kepribadian individu berdasarkan *Big Five Personality* dan kecenderungan *Nomophobia* pada mahasiswa angkatan 2017 di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
- b. Subyek penelitian terbatas pada mahasiswa aktif Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya angkatan 2017 yang menggunakan *smartphone*.

1.3. Rumusan Masalah

“Apakah terdapat hubungan antara tipe kepribadian berdasarkan *Big Five Personality* dan kecenderungan *Nomophobia* pada Mahasiswa Angkatan 2017 di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya?”

1.4. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara tipe kepribadian berdasarkan *Big Five Personality* dengan kecenderungan *Nomophobia* pada mahasiswa Angkatan 2017 yang berkuliah di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritik

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi di area ilmu psikologi klinis mengenai hubungan antara kecenderungan *Nomophobia* dan *Big Five Personality* pada generasi milenial Indonesia.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi para akademisi dan praktisi di bidang kesehatan mental anak dan remaja

Hasil penelitian ini dapat memberikan data yang dapat digunakan sebagai dasar pengembangan program preventif dan intervensi kecenderungan *Nomophobia* pada mahasiswa generasi milenial.

2. Bagi Universitas Katolik Widya Mandala

Diharapkan riset ini dapat memberikan gambaran mengenai kondisi kecenderungan *Nomophobia* dan hubungannya dengan kepribadian Big Five mahasiswa generasi milenial angkatan 2017 sehingga pihak Universitas dapat mencoba mengembangkan program preventif untuk kecenderungan *Nomophobia* yang efektif.