

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Penelitian

Pada abad ke-21 ini, *smartphone* telah menjadi barang yang lazim dimiliki oleh setiap individu. Jika dulu seseorang sudah cukup dengan menelepon atau *SMS*, maka saat ini kedua hal tersebut tidak dapat memenuhi kebutuhan masyarakat pengguna *smartphone*. *Smartphone* sendiri telah banyak menawarkan berbagai fitur dan menjadi “*everything device*” bagi penggunanya. Pengguna *smartphone* dapat melakukan berbagai hal selain menelepon dan *SMS*, seperti memeriksa dan mengirim *email*, *internet browsing*, *online shopping*, *gaming*, *social networking*, *entertainment*, dan menyusun jadwal atau tugas (Park, Kim, Shon, & Shim, 2013). Menurut Kang dan Jung (2014), fitur *smartphone* lebih dari sebatas melayani komunikasi, informasi dan tujuan hiburan. *Smartphone* memungkinkan individu untuk memenuhi kebutuhan seperti *learning*, *individual capability*, *safety*, dan *human relationships* (Kang & Jung, 2014).

Mobilitas *smartphone* memberikan manfaat dan membantu individu memuaskan kebutuhan mereka (Kang & Jung, 2014), namun hal tersebut juga dapat menyebabkan beberapa masalah yang terkait dengan penggunaan *smartphone*. Oulasvirta, Rattenburry, MA, & Raita (2012) mengemukakan bahwa *smartphone* dapat menyebabkan kebiasaan memeriksa *smartphone* secara kompulsif. Kebiasaan memeriksa *smartphone* secara kompulsif dapat menyebabkan penggunaan secara kompulsif dan meningkatkan *distress* (Lee, Chang, Lin, & Cheng, 2014; Matusik & Mickel, 2011). Bahkan menurut Lee dkk

(2014), *smartphone* dapat membuat individu ketergantungan. Hasil temuan riset yang dilakukan Digital GFK Asia pada periode Oktober-November 2015 menunjukkan bahwa rata-rata orang Indonesia menghabiskan sampai 5,5 jam per-hari di hadapan *smartphone* (www.kompas.com). Dalam riset tersebut dijelaskan bahwa kegiatan pengguna *smartphone* memang tak selalu *online*. Aktivitas seperti mengirim pesan, mencatat sesuatu, dan membuka kalender mungkin saja dilakukan (www.kompas.com). Menurut survei yang dilakukan Lazada Indonesia terhadap 2.000 orang pada tahun 2016, ditemukan bahwa rata-rata masyarakat memeriksa ponselnya setiap lima menit dan memeriksa ponsel sebanyak 100 - 200 kali dalam sehari (www.tribunnews.com). Adapun survei dari IDC (2012) menyatakan bahwa 4 dari 5 orang memeriksa *smartphone* sebelum memulai aktifitas dan hampir 80% pengguna memeriksa *smartphone* pada 15 menit pertama setelah bangun tidur, serta 70% responden berusia 18 – 24 tahun banyak menghabiskan waktu dengan menggunakan *smartphone* baik untuk sekedar bermain *games*, dan memeriksa jejaring sosial agar selalu terhubung dengan pengguna lainnya. Hal tersebut memicu fenomena terjadinya ketergantungan *smartphone*, terutama pada kelompok usia 18-24 tahun. Di Indonesia, kelompok usia tersebut merupakan rata-rata usia dimana individu berada pada jenjang perkuliahan.

Ketergantungan *smartphone* didefinisikan sebagai penggunaan *smartphone* secara berlebih yang disertai keinginan individu untuk menggunakan *smartphone* secara terus menerus (Ezoe, S., Toda, M., Yoshimura, K., Naritomi, A., Den, R., Morimoto, K., 2009.). Penggunaan yang berlebih dapat menimbulkan

perilaku adiktif dan ketergantungan, kedua hal tersebut merupakan indikasi dari *nomophobia* (Pavithra, Madhukumar, & Murthy, 2015). *Nomophobia* (*no mobile phone phobia*) merupakan fobia baru di era modern yang merupakan hasil interaksi dari individu dengan *smartphone* mereka, ketakutan berlebih apabila tidak menggunakan *smartphone* atau tidak bisa dihubungi melalui ponselnya, dan timbulnya perasaan gelisah atau panik ketika individu jauh dari ponselnya (Yildirim, 2014). Seiring dengan kemajuan teknologi, fenomena *nomophobia* pun semakin sering kita temukan dalam kehidupan sehari-hari, terutama di kalangan mahasiswa (Yildirim, 2014).

Dari hasil observasi dan wawancara peneliti terhadap sepuluh orang mahasiswa, terungkap bahwa mereka sulit untuk jauh dari *smartphone*-nya. Pada saat observasi terlihat beberapa mahasiswa membawa atau menggunakan *smarthphone* miliknya pada saat perkuliahan di dalam kelas, di kantin, dan pada saat rapat, baik pada situasi santai ataupun formal. Pada saat wawancara sebagian besar dari subjek mengungkapkan bahwa mereka merasa gelisah ketika kehabisan baterai *smartphone*, merasa cemas ketika kehabisan kuota internet dan kesulitan mendapatkan jaringan atau *wifi*, dan panik ketika lupa menaruh atau kehilangan *smartphone*-nya. Sebagian dari subjek juga mengatakan bahwa akan membawa *smartphone* miliknya kemanapun dan kapanpun, seperti saat makan, kuliah, rapat, maupun ke toilet. Bahkan ketika tidur, mereka akan meletakkan *smartphone*-nya tidak jauh dari tempat tidur dengan alasan agar mudah dijangkau ketika ada notifikasi masuk. Kemudian semua subjek mengaku bahwa setiap harinya setelah bangun tidur dan sebelum tidur, mereka akan memeriksa *smartphone*-nya. Selain

itu semua subjek juga mengaku dapat menghabiskan waktu hingga berjam-jam dengan *smartphone*-nya dengan berbagai tujuan seperti memeriksa jejaring sosial, menonton video, *browsing*, *chatting*, dan *online shopping*.

Dari fenomena di atas, apabila mahasiswa memiliki kecenderungan *nomophobia* maka akan mengarahkan pada gangguan *nomophobia* yang memiliki dampak secara psikologis, fisik, relasi sosial, perilaku, akademis atau pekerjaan, dan hukum (Yuwanto, 2010). Secara psikologis, individu merasa tidak nyaman atau gelisah ketika tidak menggunakan atau tidak membawa *smartphone*-nya. Secara fisik akan berdampak pada gangguan fisik seperti kelelahan karena pola tidur yang berubah. Dampak pada relasi sosial yaitu berkurangnya komunikasi secara langsung dengan orang lain. Dampak pada perilaku yaitu adanya kemungkinan menimbulkan perilaku konsumtif karena penggunaan *smartphone* dengan berbagai fasilitas yang diberikan dapat membuat individu mengeluarkan biaya lebih dengan membeli paket data untuk memanfaatkan fasilitas yang ingin digunakan. Pada sisi akademis atau pekerjaan, akan berkurangnya waktu untuk mengerjakan sesuatu yang penting, dengan kata lain berkurangnya produktifitas sehingga mengganggu akademis atau pekerjaan. Selain itu, keinginan untuk menggunakan *smartphone* yang tidak terkontrol menyebabkan penggunaan *smartphone* saat berkendara dan membahayakan diri sendiri dan orang lain sehingga akan individu terlibat atau bertentangan dengan hukum.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang mengalami *nomophobia*, yaitu jenis kelamin, usia, *self-esteem*, *extraversion personality*, dan *neuroticism personality* (Bianchi & Phillips, 2005). Pada salah satu faktor yaitu

extraversion personality, yang menjelaskan bahwa tipe kepribadian ekstrevert yang menunjukkan tingkat kesenangan seseorang akan hubungan, kaum ekstrevert cenderung ramah dan terbuka serta menghabiskan banyak waktu untuk mempertahankan dan menikmati sejumlah besar hubungan (Eysenck & Eysenck, 1991).

Menurut Eysenck dan Eysenck (1991), *extraversion personality* sangat erat hubungannya dengan interaksi sosial dan sosiabilitas. Individu dengan kepribadian ekstrevert digambarkan sebagai individu periang atau penggembira (Eysenck & Eysenck, 1991). Pada saat berhubungan dengan orang lain akan mudah membangun hubungan sosial, suka mengambil kesempatan untuk berjumpa dengan orang lain, *easy going*, dan optimis (Bianchi & Phillips, 2005). Selain itu, Bianchi dan Phillips (2005) mengemukakan bahwa *extraversion* ikut terlibat dalam perilaku adiktif, karena tipe kepribadian ekstrevert memiliki kecenderungan yang akan membuat individu mencari sensasi. Pencari sensasi membutuhkan suatu hal yang baru serta beragam sensasi dan pengalaman. Demi hal tersebut, tipe ini berani mengambil resiko sosial dan fisik (Bianchi & Phillips, 2005). Secara umum telah ditetapkan bahwa tipe ekstrevert lebih rentan terhadap perilaku adiktif, seperti kecanduan alkohol dan narkoba (Bianchi & Phillips, 2005). Bianchi dan Phillips (2005) menyimpulkan bahwa tipe ekstrevert lebih rentan terhadap masalah penggunaan *smartphone* dengan alasan bahwa mereka cenderung mencari situasi sosial. Di dalam *smarthphone* terdapat wadah bagi individu yang cenderung mencari situasi sosial, mereka dapat lebih berekspresi dengan bebas dan menunjukkan eksistensinya saat menjalin hubungan secara luas

dengan orang lain. Sosialisasi adalah salah satu ciri utama dari *extraversion*, sehingga tipe extravert akan cenderung memiliki lingkaran pertemanan dan jaringan sosial yang lebih besar. Hal tersebut secara teknis dapat meningkatkan penggunaan ponsel pada individu yang memiliki tipe kepribadian *extraversion*. Berdasarkan uraian mengenai *nomophobia* dan *extraversion personality* di atas, maka muncul rumusan masalah apakah ada hubungan antara *extraversion personality* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *extraversion personality* dan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik manfaat secara praktis maupun secara teoritis.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberi sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

Memberikan informasi dan pemahaman bagi masyarakat terutama bagi para mahasiswa tentang hubungan *extraversion personality* dengan kecenderungan *nomophobia*.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai *nomophobia* belum banyak dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya. Ada beberapa penelitian mengenai *nomophobia* diantaranya dilakukan oleh Yildirim, Sumuer, Adnan, dan Yildirim (2015) dengan judul “*A growing fear: Prevalence of nomophobia among Turkish college students*”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa 42.6% mahasiswa mengalami kecenderungan *nomophobia* dan ketakutan terbesar mereka yaitu ketidakmampuan untuk komunikasi dan akses informasi.

Selain itu, Sharma, Sharma, Sharma, dan Wavare (2015) juga melakukan penelitian dengan judul “*Rising concern of nomophobia amongst Indian medical students*”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa 73% mahasiswa mengalami *nomophobia*, 21% diantaranya juga disertai dengan pengalaman *ringxiety*.

Adapun penelitian yang dilakukan Pavithra, Madhukumar, dan Murthy (2015) yang berjudul “*a study on nomophobia – mobile phone dependence, among students of a medical college in bangalore*”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa 39,5% mahasiswa mengalami *nomophobia* sedangkan 27% lainnya memiliki kecenderungan *nomophobia*.

Penelitian tentang *extraversion personality* juga telah banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya diantaranya dilakukan oleh Takao (2014) yang berjudul “*Problematic mobile phone use and big five personality domains*”. Subjek penelitian merupakan 504 mahasiswa di Jepang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *extraversion* berkorelasi positif dengan *mobile phone problem usage*

sedangkan *neuroticism* dan *openness to experience* berkorelasi negatif dengan *mobile phone usage*.

Adapun penelitian dari Lu, Zhenhong, dan Hui (2014) yang berjudul “*Resilience as a Mediator Between Extraversion, Neuroticism and Happiness, PA and NA*”. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa *Extraversion* berkorelasi positif dengan resiliensi, kebahagiaan dan PA (*affect positive*), sedangkan *Neuroticism* berkorelasi negatif dengan resiliensi, *Extraversion*, kebahagiaan dan PA, dan berkorelasi positif dengan NA (*negative affect*).

Selain itu penelitian lain juga dilakukan oleh Zulfiani (2012) juga melakukan penelitian dengan judul “perilaku konsumtif mahasiswi ditinjau dari tipe kepribadian *neuroticism*, *extraversion* dan *openness to experience*”. Subjek penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia yang memiliki rentang usia dari 17 – 21 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara tipe kepribadian *neuroticism*, *extraversion* dan *openness to experience* dengan perilaku konsumtif.

Terdapat penelitian lain yang dilakukan oleh Agung Prasetyo dan Atika Dian Ariana (2016) dengan judul “Hubungan antara *The Big Five Personality* dengan *Nomophobia* pada Wanita Dewasa Awal”. Subjek penelitian ini adalah wanita dewasa awal yang berusia 19 – 35 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan dari masing-masing lima tipe kepribadian (*big five personality*) dengan *nomophobia*.

Berdasarkan beberapa penelitian di atas, peneliti menjabarkan beberapa perbandingan sebagai berikut:

1. Keaslian topik

Peneliti menggunakan topik tentang hubungan antara *extraversion personality* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa. Adapun perbedaan dan persamaan dari penelitian sebelumnya dari Yildirim dkk (2015), Sharma dkk (2015), dan Pavithra dkk (2015) yaitu memiliki kesamaan topik yang membahas tentang *nomophobia*, sedangkan pada penelitian ini memiliki variable independen yang dapat mempengaruhi *nomophobia*. Adapun perbedaan dari penelitian sebelumnya Takao (2014), Lu dkk (2014), dan Zulfiani (2014) yaitu pada penelitian ini hanya memfokuskan pada satu *traits* yaitu *extraversion personality* sedangkan pada penelitian sebelumnya menggunakan tipe kepribadian yang berbeda sebagai variable independen.

2. Keaslian teori

Teori *nomophobia* yang menjadi acuan dalam penelitian ini adalah teori Yildirim (2015) dan teori *extraversion personality* menggunakan teori dari Eysenck & Eysenck (1991). Teori *nomophobia* yang digunakan peneliti memiliki kesamaan dengan penelitian dari Yildirim (2015) dan Pavithra (2015), sedangkan Sharma dkk (2015) menggunakan teori dari Szykowska. Adapun teori yang digunakan Lu dkk (2014) dan Zulfiani (2012) menggunakan teori dari Costa dan McCrae. Kemudian Prasetyo & Ariana (2016) menggunakan teori dari Feist&Feist.

3. Keaslian alat ukur

Alat ukur *nomophobia* yang digunakan peneliti adalah adaptasi dari *No Mobilephone Phobia Questionnaire* (NMP-Q) yang dikembangkan oleh Yildirim (2014). Alat ukur ini sama dengan yang digunakan oleh Yildirim (2016), sedangkan Sharma dkk (2015) mengembangkan alat ukur *nomophobia* sendiri dan Pavithra (2015) menggunakan alat ukur yang dikembangkan oleh Raines (2014). Adapun alat ukur *extraversion personality* yang digunakan peneliti adalah adaptasi dari *Eysenck Personality Questionnaire* (EPQ) yang dikembangkan oleh Eysenck dan Eysenck (1991). Sedangkan Takao (2014) menggunakan alat ukur *NEO Five Factor Inventory* (NEO-FFI), Lu dkk (2014) menggunakan alat ukur kepribadian *NEO-Personality Inventory Revised* (NEO-PI-R), Zulfiani (2012) menggunakan alat ukur *Priliminary IPIP Scale*, dan Prasetyo & Ariana (2016) menggunakan alat ukur *Big Five Inventory* (BFI).

4. Keaslian subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Strata-1 (S1) yang berusia antara 18-24 tahun di Yogyakarta. Penelitian yang dilakukan oleh Yildirim (2015), melibatkan mahasiswa di Turki yang berusia antara 17-34 tahun. Penelitian Sharma dkk (2015) melibatkan mahasiswa medis di India yang memiliki rentang usia 22-24 tahun. Subjek dalam penelitian Pavithra (2015) melibatkan mahasiswa medis di Bangalore yang memiliki rentang usia 17-27 tahun. Takao (2014) melibatkan mahasiswa di Jepang yang memiliki rentang usia 18-25 tahun. Adapun subjek penelitian Lu dkk (2014) adalah

Mahasiswa Universitas di bagian Barat Laut Cina yang rata-rata berusia 20 tahun. Kemudian subjek penelitian Zulfiani (2012) adalah mahasiswi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia yang memiliki rentang usia 17-21 tahun. Subjek penelitian Prasetyo&Ariana (2016) adalah wanita dewasa awal dengan rentang usia 19-35 tahun.