

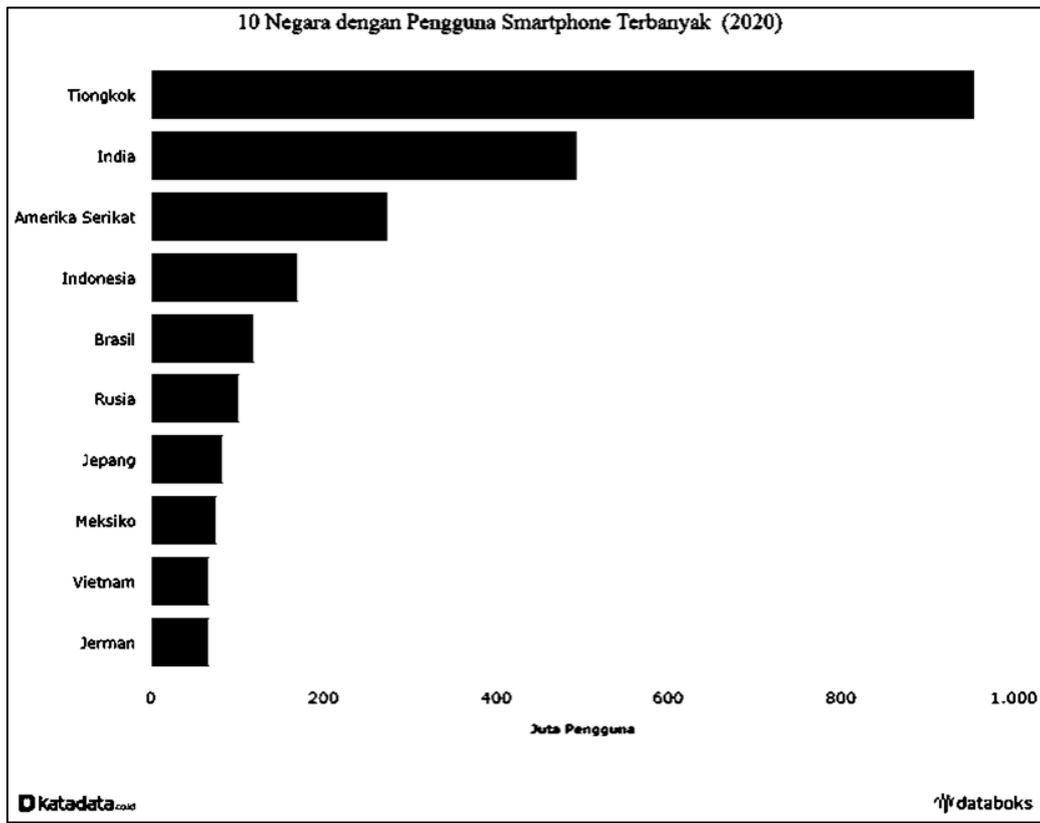
BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Teknologi diciptakan untuk membantu orang melakukan pekerjaan mereka. Seiring dengan berkembangnya zaman, perkembangan teknologi dirasa berkembang dengan luar biasa. Salah satu perkembangan dari kemajuan teknologi yaitu adanya *smartphone*. *Smartphone* telah mempermudah komunikasi antara satu dengan lainnya, karena dengan kemunculan *smartphone* manusia tidak perlu menemui atau mengirimkan surat jika berada di tempat yang saling berjauhan karena *smartphone* dapat mengirimkan pesan dengan cepat dan mempermudah manusia untuk berkomunikasi tanpa harus bertemu secara langsung.

Penggunaan *smartphone* membuat setiap orang menjadi lebih *update* terhadap dunia luar karena segala hal bisa diakses melalui *smartphone* mulai dari komunikasi, berita terbaru, media sosial, bahkan pembelajaran secara daring pun dapat diakses melalui aplikasi yang ada di *smartphone* sehingga *smartphone* menjadi bagian yang tidak bisa dipisahkan dari kehidupan saat ini. Berdasarkan laporan dari katadata (2021) pada tahun 2020 Indonesia menempati posisi keempat pengguna *smartphone* berjumlah 160,23 juta pengguna terbanyak setelah Tiongkok, India dan Amerika Serikat. Sebagaimana tertuang dalam gambar berikut:



Gambar 1. Daftar 10 Negara dengan Pengguna *Smartphone* Terbanyak pada Tahun 2020 menurut Katadata (2021)

Dengan peningkatan teknologi yang semakin maju, *smartphone* telah menjadi alat fungsional yang populer karena memiliki banyak fitur dan kemampuan. Williams dan Sawyer (dalam Fadilah, 2021) menyatakan bahwa *smartphone* adalah sebuah telepon seluler dengan layar, chip, memori dan modem yang terkandung di dalamnya. *Smartphone* memiliki fitur yang dapat digunakan baik *online* maupun *offline*, seperti pemutar musik dan video, layanan pengiriman atau penerimaan pesan, bermain *game*, alat pencarian web data, panggilan video, dan lain sebagainya. Fitur-fitur canggih yang ditawarkan dalam *smartphone* membuat penggunanya menghabiskan waktu lama dalam menggunakan *smartphone* dan enggan untuk melepaskan diri dari *smartphone* yang dimiliki. Bahkan, pengguna *smartphone* sering mengabaikan lawan bicaranya karena terlalu sibuk dengan ponselnya atau dikenal dengan istilah *phubbing*.

Perilaku *phubbing* dapat beresiko mengganggu koneksi dalam lingkungan sosial seperti keluarga, pertemanan, dan persahabatan karena perilaku ini mengabaikan orang yang berada di hadapannya secara langsung. Fenomena *phubbing* banyak terjadi di segala usia, baik muda maupun tua. Saat ini generasi muda cenderung lebih senang mengoperasikan *smartphone* daripada berinteraksi secara tatap muka dengan lingkungan sosialnya. Generasi muda cenderung memiliki ketertarikan yang lebih untuk selalu mengoperasikan ponsel daripada berinteraksi dengan lingkungan sosial mereka sehingga generasi muda atau remaja lebih sering mengalami fenomena *phubbing* (Eny Ratnasari, 2020). *World Health Organization* (WHO) memisahkan dua bagian pada usia remaja yaitu 10 sampai 14 tahun untuk remaja awal dan 15 sampai 20 tahun untuk remaja akhir.

Salah satu faktor yang mungkin akan berdampak terhadap perilaku *phubbing* adalah *loneliness* atau kesepian. Penelitian Karadağ et al (2016) pada 9 mahasiswa di Turki menunjukkan bahwa mereka lebih sering menggunakan *smartphone* ketika merasa kesepian, karena mereka menganggap bahwa menggunakan *smartphone* akan membantu meringankan perasaan kesepian yang dialami. Dengan demikian, kesepian mendorong penggunaan *smartphone*, yang mungkin dapat membentuk kecenderungan perilaku *phubbing*. Berdasarkan hasil riset dari Kementerian Kesehatan (2015) kesepian yang dialami oleh remaja Indonesia berstatus pelajar SMP dan SMA sekitar 46,01%. Menurut Kasin & Fein (dalam Subagio & Hidayati, 2017) kelompok yang rentan mengalami kesepian dibandingkan dengan kelompok lainnya yaitu remaja dan dewasa awal. *Loneliness* atau kesepian menjadi alasan penting bagi siswa SMA untuk mengandalkan penggunaan ponsel. Siswa lebih tertarik untuk mencari teman baru atau mengikuti pertemuan virtual lainnya melalui media *smartphone* untuk menghilangkan keterasingannya, namun merasa kesulitan untuk membentuk interaksi virtual menjadi interaksi secara langsung (Yaseen, Zia, Fahd, & Kanwal, 2021).

Data yang dikutip dari laporan *We Are Social* (2020) diketahui bahwa terdapat 160,0 juta pengguna media sosial di Indonesia pada Januari 2020 yang

menunjukkan adanya peningkatan jumlah pengguna media sosial di Indonesia sebesar 12 juta (+8,1%) antara April 2019 hingga Januari 2020. Berdasarkan data ini, media sosial tampaknya lebih menarik daripada apa yang terlihat di kehidupan nyata. Perhatian yang biasanya berfokus pada orang lain, dengan cepat beralih ke media sosial yang lebih mudah diakses melalui aplikasi di *smartphone* yang terhubung dengan internet. Media sosial memudahkan seseorang untuk berinteraksi, bekerja sama, dan melakukan berbagai komunikasi dengan orang lain sehingga dapat membentuk relasi sosial secara virtual. Selain itu, dapat juga berubah menjadi suatu kegelisahan karena mereka terus mengecek media sosialnya agar dapat melihat kegiatan yang dilakukan oleh rekan-rekannya sehingga dapat membuat mereka tidak dapat berhenti untuk terus memantau media sosial (Akbar, Aulya, Psari, & Sofia, 2019). Berdasarkan kondisi tersebut, banyak orang yang takut akan kehilangan informasi melalui akses internet yang disebut dengan *Fear of Missing Out* (FoMO) (Sandjaja & Syahputra, 2019).

Hasil penelitian Sandjaja & Syahputra (2019) pada 1534 siswa SMP, SMA dan SMK menunjukkan bahwa peningkatan FoMO akan menyebabkan peningkatan perilaku *phubbing* siswa. Siswa yang mengalami FoMO akan terus memeriksa *smartphone* untuk mendapatkan informasi terbaru dan akan terus berurusan dengan ponsel untuk mengecek media sosialnya bahkan disaat percakapan sedang berlangsung sehingga menyebabkan terjadinya *phubbing*. Karadağ et al (dalam Yaseen, Zia, Fahd, & Kanwal, 2021) menyatakan bahwa kesepian dan FoMO merupakan dua faktor yang mungkin dapat meningkatkan perilaku *phubbing*.

Fear of Missing Out (FoMO) ditandai dengan adanya keinginan untuk terus terkoneksi dengan apa yang individu dan kelompok lain lakukan di media sosial (Przybylski, Murayama, Dehaan, & Gladwell, 2013). Contohnya adalah ketika berada di rumah seharusnya individu dapat memanfaatkan waktu bersama keluarga, tetapi hal tersebut berubah menjadi suatu kecemasan ketika individu mengecek media sosialnya untuk melihat aktivitas yang dilakukan oleh teman mereka sehingga membuat individu tersebut tidak bisa berhenti untuk

memantau kegiatan yang dilakukan orang lain di media sosial bahkan disaat percakapan sedang berlangsung (Maysitoh, Ifdil, & Ardi, 2020).

Hasil observasi yang peneliti lakukan kepada siswa di SMAN 2 Cikarang Pusat, menunjukkan bahwa fenomena *phubbing* hampir merupakan pemandangan yang sudah menjadi kebiasaan siswa. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan, terlihat ada siswa yang mengobrol dengan teman sebangkunya sambil memainkan ponsel ketika sedang menunggu guru yang akan memasuki ruang kelas. Kemudian, disaat jam istirahat terlihat sekelompok siswa duduk dan berbincang bersama-sama namun disaat seperti itu mereka juga terlihat mengecek dan memainkan ponselnya. Diketahui bahwa ponsel tidak hanya digunakan untuk kepentingan pembelajaran saja, namun terlihat juga ada siswa yang membuka media sosial, *selfie* dan bermain *game*. Selain itu, terlihat ada siswa yang sedang berjalan dengan teman-temannya menuju ke kelas sambil menunduk memainkan ponselnya. Adapun hasil wawancara yang dilakukan kepada 6 siswa kelas XII di SMAN 2 Cikarang Pusat berusia 16-18 tahun, didapatkan hasil sebagai berikut:

Berdasarkan hasil wawancara peneliti kepada 6 orang siswa diketahui bahwa seluruh siswa (100%) mengalami perilaku *phubbing*. *Phubbing* dilakukan karena berbagai alasan, diantaranya karena untuk membalas pesan dari orang lain, menerima panggilan telepon, mengecek media sosial, mengunggah postingan ke media sosial. Bahkan, dua dari enam siswa (33,3%) mengatakan bahwa mereka sering mengecek ponselnya secara diam-diam ketika pembelajaran di kelas sedang berlangsung.

Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa keenam siswa (100%) mengalami *loneliness* atau kesepian. 3 dari 6 siswa (50%) mengatakan bahwa mereka merasa kesepian karena mempunyai teman yang sedikit, sedangkan 3 dari 6 siswa yang lain (50%) mengalami kesepian karena tidak memiliki teman dekat.

Berdasarkan hasil wawancara juga diketahui bahwa keenam siswa (100%) mengalami FoMO. Hal ini dilakukan dengan terus mengunjungi media sosial,

mengecek postingan orang lain, dan mencari berita terbaru karena takut tidak dapat mengetahui informasi yang sedang beredar dan dianggap *tidak up to date*.

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, didukung oleh hasil studi pendahuluan berupa observasi dan wawancara pada siswa di SMAN 2 Cikarang Pusat, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “**Pengaruh *Loneliness* dan *Fear of Missing Out* (FoMO) terhadap Perilaku *Phone Snubbing* (*Phubbing*)”**”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *loneliness*, *Fear of Missing Out* (FoMO) dan perilaku *Phone Snubbing* (*phubbing*)?
2. Apa hubungan antara *loneliness* dengan perilaku *Phone Snubbing* (*phubbing*)?
3. Apa hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan perilaku *Phone Snubbing* (*phubbing*)?
4. Apa pengaruh *loneliness* dan *Fear of Missing Out* (FoMO) terhadap perilaku *Phone Snubbing* (*phubbing*)?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjawab semua rumusan masalah yang tertera di atas sebagai berikut:

1. Mengetahui gambaran *loneliness*, *Fear of Missing Out* (FoMO) dan perilaku *Phone Snubbing* (*phubbing*).
2. Mengetahui hubungan antara *loneliness* dengan perilaku *Phone Snubbing* (*phubbing*).
3. Mengetahui hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan perilaku *Phone Snubbing* (*phubbing*).
4. Mengetahui pengaruh *loneliness* dan *Fear of Missing Out* (FoMO) terhadap perilaku *Phone Snubbing* (*phubbing*).

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pemahaman dalam ilmu psikologi mengenai *loneliness*, *Fear of Missing Out* (FoMO) dan perilaku *phubbing*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan peneliti khususnya terkait dengan *loneliness*, *Fear of Missing Out* (FoMO) dan perilaku *Phone Snubbing* (*phubbing*).

b. Bagi Siswa

Diharapkan penelitian ini dapat memberi wawasan terkait dampak *phubbing* sehingga siswa bisa terhindar dari perilaku *phubbing*.

c. Bagi Sekolah

Diharapkan penelitian ini dapat memberi deskripsi mengenai perilaku *phubbing* di lingkungan sekolah sehingga dapat digunakan untuk mengurangi efek negatif akibat perilaku *phubbing*.