

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada saat ini *smartphone* sudah menjadi gaya hidup masyarakat Indonesia. Mulai dari kalangan anak-anak, remaja, dewasa bahkan sampai orang tua. *Smartphone* merupakan ponsel yang dilengkapi dengan fitur-fitur canggih dan memiliki fungsi lain selain untuk melakukan panggilan telepon dan mengirim pesan teks. *Smartphone* dilengkapi dengan kemampuan untuk mengambil foto, memutar atau merekam audio ataupun video, bermain *game*, mengakses internet, media sosial, mengirim dan menerima *email*, belanja *online*, dan lain-lain. Kemunculan *smartphone* membuat kalangan remaja lebih asyik dan sibuk dengan fitur yang terdapat pada alat tersebut, mereka jauh lebih menyukai interaksi melalui jejaring sosial media, dari pada bertatap muka secara langsung.

Remaja pada zaman sekarang cenderung lebih memilih untuk asik dengan *smartphone* yang dimilikinya. Selain itu, remaja juga lebih aktif dalam berhubungan dengan pengguna-pengguna jejaring sosial dan bermain *game* dibandingkan berinteraksi secara langsung. Tidak jarang, remaja menggunakan *smartphone* secara berlebihan, sehingga hal tersebut dapat membuat remaja mengalami gangguan dalam menentukan hal penting yang harus dilakukan, seperti mengerjakan tugas dan tanggung jawab yang dimilikinya (Monika, 2018).

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan ini dapat menjadi salah satu tanda *adiksi smartphone* (Kibona & M gaya, 2015). *Adiksi smartphone* merupakan suatu bentuk keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang

memungkinkan terjadinya masalah sosial seperti halnya menarik diri dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang. Individu yang mengalami *adiksi smartphone* menunjukkan perilaku seperti selalu membawa pengisi daya *smartphone* kemanapun, kesulitan untuk berhenti menggunakan *smartphone* dan akan mudah tersinggung apabila diganggu saat sedang menggunakan *smartphone*, mereka juga kesulitan untuk berkonsentrasi dalam menyelesaikan tugas karena keinginan yang besar untuk terus menggunakan *smartphone* serta mereka menjadi kesulitan untuk berhenti menggunakan *smartphone* (Kwon, 2013).

Menurut Karthik Venkatakrishnan yaitu Regional Director, Digital GFK Asia lembaga riset terkemuka asal Jerman menyebutkan bahwa rata-rata orang Indonesia menghabiskan waktu 5.5 jam perhari menggunakan *smartphone* yang dimana 96% dari mereka adalah pengguna internet (Kompas, 2016). Selain itu menurut kominfo bahwa 80% pengguna internet di Indonesia didominasi oleh kalangan remaja. Berdasarkan data tersebut membuktikan bahwa masyarakat Indonesia memiliki potensi kecanduan terhadap *smartphone* khususnya pada kalangan anak muda atau remaja (*Stopphubbing.com*).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara singkat yang peneliti lakukan kepada beberapa siswa SMK N 1 Wonorejo diketahui bahwa siswa menggunakan *smartphonenya* lebih dari 5 jam dalam sehari. Hasil tersebut diperoleh dari penjumlahan durasi penggunaan *smartphone* yang dilakukan siswa tersebut, mereka menggunakan *smartphonenya* hampir disetiap ada kesempatan, mereka lebih memilih untuk memainkan *smartphone* dari pada aktivitas lainnya. Selain itu ada juga yang tidak mengerjakan pekerjaan rumah (PR) ataupun tugas-tugas

lainnya karena sibuk bermain *smartphone*. Bahkan ada beberapa diantara siswa yang ketika bangun tidur langsung memeriksa *smartphonenya*. Ketika siswa-siswi tersebut berkumpul bersama teman-temannya mereka cenderung fokus kepada *smartphonennya* masing-masing daripada membangun sebuah percakapan.

Remaja yang mengalami kecanduan terhadap *smartphone* cenderung bersikap acuh tak acuh terhadap lingkungannya. Hal tersebut dapat dilihat ketika remaja sedang beraktifitas bersama keluarga maupun teman, mereka asyik dengan *smartphonenya* sendiri misalnya saat melakukan panggilan telepon berjam-jam meskipun tidak ada hal penting yang dibicarakan, selalu membawa dan menggenggam *smartphonenya*, membawa *power bank* kemanapun pergi, sering berjalan dengan mata tetap fokus menatap layar *smartphonenya*. Selain itu, remaja yang mengalami *adiksi smartphone* menjadi sulit untuk dimintai tolong melakukan suatu hal dan sering berdiam diri dikamar atau disuatu tempat untuk bermain *smartphone*.

Yuwanto (dalam Rizkiyana, 2018) menyebutkan bahwa *adiksi smartphone* dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor internal, faktor eksternal, faktor situasional, dan faktor sosial. Faktor internal terdiri atas faktor-faktor yang menggambarkan karakteristik individu, yaitu yang pertama *sensation seeking* yang tinggi, individu yang memiliki tingkat *sensation seeking* yang tinggi cenderung lebih mudah merasakan kebosanan dalam aktifitas yang sifatnya rutin. Kedua *self esteem* yang rendah, individu yang memiliki *self esteem* yang rendah cenderung menilai negatif dirinya dan merasa tidak aman saat berinteraksi secara langsung dengan orang lain. Dengan menggunakan *smartphone* akan membuat mereka merasa nyaman saat berinteraksi dengan orang lain. Ketiga kontrol diri

yang rendah, kebiasaan menggunakan *smartphone* yang tinggi dan kesenangan pribadi yang tinggi dapat menjadi prediksi kerentanan individu mengalami *adiksi smartphone*.

Menurut Ehrenberg, Juckes, White dan Wals, (2008) harga diri merupakan salah satu prediktor terkuat dari terjadinya *adiksi smartphone*. Harga diri merupakan suatu bentuk determinan yang penting untuk kesejahteraan psikologis individu dalam mengidentifikasi dirinya (Rosenberg dalam Sri Mulyana, 2017). Harga diri yang tinggi pada individu menunjukkan sejauhmana individu menerima keadaan dirinya sendiri sebagai orang yang berharga, sebaliknya individu dengan harga diri yang rendah memandang dirinya sebagai orang yang tidak berharga atau layak.

Kebanyakan orang yang mengalami *adiksi smartphone* adalah orang yang memiliki tingkat harga diri yang rendah (Sing dkk dalam Sri Mulyana, 2017). Hal tersebut karena individu dengan harga diri yang rendah biasanya membutuhkan dukungan penuh dari teman atau orang lain supaya mereka bisa merasa lebih dihargai, akan tetapi mereka kesulitan untuk melakukan interaksi sosial secara langsung. Seseorang yang memiliki tingkat harga diri yang rendah akan menjadi kurang percaya diri, kehilangan kontrol, perasaan gagal dan memiliki kepribadian yang lebih rentan untuk mengalami *adiksi smartphone*.

Bianchi dan Phillips (dalam Sri Mulyana, 2017) menjelaskan bahwa harga diri yang rendah mempengaruhi masalah penggunaan *smartphone* pada seseorang. Remaja yang memiliki harga diri yang tinggi lebih menyukai untuk melakukan komunikasi secara langsung sedangkan remaja yang memiliki harga diri yang rendah lebih memilih melakukan komunikasi melalui media sosial, *email*, sms,

dll. Lebih lanjut Robert, Yaya & Maholis (2014) menjelaskan bahwa waktu yang dihabiskan dimedia sosial, jumlah panggilan telepon yang dilakukan, dan jumlah pesan yang dikirim mempengaruhi seseorang untuk mengalami *adiksi smartphone*. Hal tersebut sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Hong, Chiu & Huang (2012) bahwa remaja yang memiliki harga diri yang rendah lebih sering melakukan panggilan telepon dan lebih banyak mengirim pesan teks, sedangkan remaja yang memiliki harga diri yang tinggi lebih sering memilih melakukan komunikasi dengan tatap muka dan secara langsung.

Ehrenberg, dkk 2008 (dalam Sri Mulyana, 2017) menyebutkan bahwa remaja yang memiliki harga diri yang rendah memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengalami *adiksi smartphone* karena mereka yang memiliki harga diri rendah akan menggunakan smartphonenya dalam jangka waktu yang lebih lama dibandingkan dengan remaja yang memiliki harga diri tinggi. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Leung (2007) bahwa remaja yang memiliki harga diri yang tinggi hanya menghabiskan sedikit waktunya untuk menggunakan *smartphone* dan mereka hanya menggunakannya untuk mencapai tujuannya, sedangkan remaja dengan harga diri yang rendah memperlihatkan penggunaan *smartphone* yang lebih lama. Individu dengan harga diri yang rendah menggunakan smartphonenya sebagai penenang hati, karena *smartphone* dapat memberikan kenyamanan bagi mereka.

Harga diri adalah evaluasi yang dibuat oleh individu dan biasanya berhubungan dengan penghargaan terhadap dirinya sendiri, hal ini mengekspresikan suatu sikap setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu itu meyakini diri sendiri mampu, penting, berhasil dan berharga (Coopersmith, 1967

dalam Ghufron Risnawati, 2016). Seseorang dengan harga diri yang rendah menilai negatif dirinya dan cenderung merasa tidak aman saat berinteraksi secara langsung dengan orang lain dengan demikian menggunakan *smartphone* akan membuat dirinya merasa nyaman saat berinteraksi dengan orang lain (Sari, 2016).

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih dalam tentang hubungan harga diri dengan *adiksi smartphone* pada remaja.

B. Rumusan masalah

Dari latar belakang maka dapat diketahui rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah Hubungan antara Harga Diri dengan *Adiksi Smartphone* pada Remaja?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan *adiksi smartphone* pada remaja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi masyarakat umum mengenai *adiksi smartphone*.
- b. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan salah satu rujukan bagi peneliti lain yang berniat untuk melakukan penelitian dengan variabel yang sama.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan pengetahuan pada masyarakat luas, khususnya pada remaja yang mengalami *adiksi smartphone* agar lebih dapat mengontrol diri dengan baik sehingga tidak menggunakan

smartphone secara berlebihan yang dapat menyebabkan kecanduan atau ketergantungan.