

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Penggunaan teknologi dan internet saat ini sangat maju dan populer di berbagai kalangan. *Smartphone* menjadi populer karena memiliki konektivitas internet. Data dari Asosiasi pengguna jasa internet di Indonesia (APJII, 2017), jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 143,26 juta (54,68%) dari jumlah populasi 262 juta jiwa dengan prevalensi tertinggi terdapat di Pulau Jawa. Pengguna internet tertinggi terdapat di daerah urban. Provinsi DKI Jakarta menjadi daerah tertinggi dalam mengakses internet (Badan Pusat Statistik, 2018) dan Jakarta Selatan menjadi kota dengan presentase tertinggi dalam hal menguasai *smartphone* dan mengakses internet pada penduduk yang berusia lebih dari 5 tahun (Badan Pusat Statistik DKI Jakarta, 2018). Pada tahun 2018, jumlah remaja yang berusia 13- 18 tahun adalah 188.817 (Angka Partisipasi Kasar-Angka Partisipasi Murni, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018)

Remaja sangat rentan mengalami dampak negatif dari pengaruh teknologi, karena mereka cepat mengadopsi teknologi-teknologi baru (van den Eijnden *et. al.*, 2016, hlm.478). Usia remaja menurut WHO adalah 10-19 tahun. Menurut APJII, penetrasi penggunaan internet tertinggi terdapat pada usia 13-18 tahun. Individu yang berusia dibawah 30 tahun dapat terhubung ke internet 24 jam dalam seminggu dan tidak bisa hidup tanpa ponsel (Anshari *et. al.*, 2016.724). Aktivitas yang paling sering mereka lakukan adalah *chatting* dan media sosial. Remaja menggunakan media sosial sebagai sarana untuk berkomunikasi dengan keluarga dan teman terutama bagi seseorang yang mengalami kesulitan untuk berkomunikasi, mencari informasi, berita hiburan atau *postingan* lucu sehingga mereka terus *update* dengan hal-hal populer yang sedang terjadi (Radovic *et. al.*, 2017). Data dari *Global Web Index* pada tahun 2018, Indonesia berada pada peringkat ketiga di dunia setelah Filipina dan Brazil untuk rata-rata waktu yang dihabiskan dalam mengakses media sosial, yaitu 3 jam 22 menit. Hal ini melebihi waktu rata-rata di dunia, yaitu 3 jam 1 menit. Media sosial dapat menyebabkan kecanduan apabila digunakan secara berlebihan. Menurut Nurfaejri, kecanduan media sosial adalah gangguan psikologis

saat seseorang menambahkan waktu penggunaan sehingga merasa senang saat menggunakannya (Putri, 2018, hlm.13). Dampak negatif kecanduan media sosial pada remaja, yaitu menjadi individual karena waktu yang dihabiskan dalam menggunakan media sosial lebih banyak daripada bergaul/bermain bersama teman-teman, berpartisipasi dalam kegiatan sosial dan tidak peduli dengan keadaan disekitar mereka. Kedua, mereka akan menjadi mudah marah, membantah perkataan orang tua dan menipu orang tua (Aguslianto, 2018, hlm.60-61). Ketiga, mereka mengalami kesulitan menyeimbangkan antara kegiatan *online* dan akademik mereka serta menarik perhatian dan konsentrasi siswa sehingga terjadi penurunan nilai akademis di sekolah (Selvaraj, 2013, hlm.636).

Sulitnya komunikasi, memiliki hubungan interpersonal yang buruk serta adanya perasaan stres yang dirasakan saat harus berkomunikasi secara langsung akan meningkatkan risiko seseorang mengalami kecanduan media sosial, seperti seseorang dengan *alexithymia*. Penderita *alexithymia* memiliki gangguan dalam hubungan intrapersonal dan hubungan interpersonal. Hal ini dikarenakan, mereka tidak mampu mengidentifikasi, memahami dan menanggapi perasaan dirinya sendiri dan oranglain sehingga mereka dikenal dengan orang yang kurang empati. Saat mereka harus berkomunikasi secara langsung mereka akan merasakan emosi negatif, seperti cemas, stres dan depresi. Seseorang dengan *alexithymia* sulit untuk bersahabat dan tidak aktif dalam bermasyarakat hal ini akan menjadikannya memiliki hubungan interpersonal yang buruk (Lestari, 2016, hlm.2; Ershad & Aghajani, 2017, hlm.23). Dalam DSM-V, *alexithymia* tidak dikategorikan sebagai gangguan mental. Hal ini dikarenakan *Trait* dimensi, seperti *Alexithymia* penelitiannya menggunakan populasi klinis (Taylor & Bagby, 2012, hlm.14). *Alexithymia* bukan merupakan diagnosis klinis, namun pada awalnya digambarkan sebagai sifat gejala yang terdapat pada pasien dengan gangguan psikomatik (Moriguchi & Komaki, 2013). Namun *alexithymia* juga terdapat pada populasi non-klinis, yaitu sebesar 10% (Puşcaşu & Usaci, 2016, hlm.321). Prevalensi *alexithymia* dari 600 anak di Italia yang berusia 13-22 tahun adalah 16,7% (Scimeca *et. al.*, 2014, hlm.4). Di Indonesia terdapat beberapa penelitian yang membahas *alexithymia*, yaitu penelitian Harjanah didapatkan 32,2% *alexithymia* dari jumlah sampel 215 orang yang berusia 18-22 tahun (Harjanah, 2018, hlm.63) dan dalam

penelitian Lestari terdapat 70 orang (47%) memiliki *alexithymia* dari 150 orang yang berusia 18-23 tahun (Lestari, 2016, hlm.13). Namun penelitian yang membahas *alexithymia* pada remaja di Indonesia masih kurang. *Alexithymia* dapat diukur menggunakan kuesioner Toronto *Alexithymia* Scale (TAS-20).

Terdapat banyak penelitian mengenai hubungan kecanduan internet pada penderita *alexithymia* (Scimeca *et. al.*, 2014; Baysan-arслан *et. al.*, 2016). Semakin tinggi derajat *alexithymia* semakin tinggi pula derajat kecanduan internet (Scimeca *et. al.*, 2014, hlm.3). Kecanduan internet berhubungan dengan kecanduan media sosial dan *internet gaming disorder* (van den Eijnden *et. al.*, 2016). Media sosial dapat membantu penderita *alexithymia* mengekspresikan emosi yang mereka rasakan dan memenuhi kebutuhannya untuk berkomunikasi tanpa harus berkomunikasi secara langsung sehingga mereka berisiko mengalami kecanduan media sosial. Dampak negatif media sosial pada penderita *alexithymia* adalah *cyberbullying* (Wachs *et. al.*, 2017, hlm.7; Aricak & Ozbay, 2016, hlm.282). *Cyberbullying* adalah *Bullying* yang terjadi di masyarakat melalui media *online*. Menurut UNICEF pada tahun 2016, di Indonesia, 41% hingga 50% remaja yang berusia 13 sampai 15 tahun pernah menjadi korban *cyberbullying* (41 Persen Remaja Indonesia Pernah Alami Cyberbullying, 2017). Oleh karena tingginya penggunaan internet dan terjadinya *cyberbullying* pada remaja di Indonesia serta kurangnya penelitian yang membahas tentang *alexithymia* pada remaja sehingga membuat peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara *alexithymia* dengan kecanduan media sosial pada remaja di Jakarta Selatan.

## **I.2 Rumusan Masalah**

Pengguna internet di Indonesia mencapai setengah populasi. DKI Jakarta menjadi Provinsi tertinggi dalam mengakses internet (Badan Pusat Statistik, 2018) dan Jakarta Selatan menjadi kota dengan presentase tertinggi dalam hal menguasai smartphone dan mengakses internet pada penduduk yang berusia lebih dari 5 tahun (Badan Pusat Statistik DKI Jakarta, 2018). *Chatting* dan media sosial menjadi aktivitas yang paling sering dilakukan. Media sosial dapat membantu remaja untuk berkomunikasi dengan keluarga dan teman terutama bagi seseorang yang mengalami kesulitan untuk berkomunikasi, mencari informasi, berita hiburan atau

*postingan* lucu sehingga mereka terus *update* dengan hal-hal populer yang sedang terjadi (Radovic *et. al.*, 2017). Namun, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menjadikan pengguna menjadi kecanduan. Penderita *alexithymia* berisiko mengalami kecanduan media sosial. *Alexithymia* adalah gangguan dalam mengenali dan mengekspresikan emosi dalam membedakan persepsi emosional dan fisik dan kurangnya pemikiran yang berorientasi eksternal akibat adanya gangguan pada proses kognitif dan regulasi dalam emosi (Zhang *et. al.*, 2017, hlm.96). Menurut Levant, Hall, Williams, & Hasan prevalensi *Alexithymia* pada populasi non klinis adalah 10% (Puşcaşu & Usaci, 2016, hlm.321). Dampak negatif media sosial pada penderita *alexithymia* adalah *cyberbullying* (Wachs *et. al.*, 2017, hlm.7; Aricak & Ozbay, 2016, hlm.282). Menurut UNICEF pada tahun 2016, di Indonesia, 41% hingga 50% remaja yang berusia 13 sampai 15 tahun pernah menjadi korban *cyberbullying* (41 Persen Remaja Indonesia Pernah Alami Cyberbullying, 2017). Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara *alexithymia* dengan kecanduan media sosial pada remaja di Jakarta Selatan.

### **I.3 Tujuan Penelitian**

#### **I.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan *alexithymia* dengan kecanduan media sosial pada remaja di Jakarta Selatan.

#### **I.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik demografi remaja di Jakarta Selatan.
- b. Mengetahui gambaran tingkat *alexithymia* pada remaja
- c. Mengetahui gambaran tingkat kecanduan media sosial pada remaja.
- d. Menganalisis hubungan *alexithymia* dengan kecanduan media sosial pada remaja di Jakarta Selatan.

### **I.4 Manfaat Penelitian**

#### **I.4.1 Manfaat Teoritis**

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang kecanduan media sosial.

#### **I.4.2 Manfaat Praktis**

a. Manfaat Bagi Remaja

Diharapkan remaja dapat mengidentifikasi gejala negatif dari penggunaan media sosial yang berlebihan dan di dapatkan informasi bagaimana menggunakan media sosial yang baik sehingga tidak mengalami kecanduan media sosial.

b. Bagi Peneliti

Memperoleh informasi dan pengetahuan tentang kecanduan media sosial dan *alexithymia*.

c. Bagi penelitian selanjutnya

Memberikan informasi dan referensi untuk penelitian selanjutnya terutama dibidang psikiatri.

