

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Individu dalam tahapan dewasa awal memiliki tugas perkembangan yang salah satunya adalah untuk membentuk hubungan intim dengan orang lain (Santrock, 1992 : 113), maka kebutuhan akan intimasi merupakan unsur pokok dalam kepuasan dalam suatu hubungan pada masa dewasa awal. Menurut Erikson, keintiman merupakan salah satu bentuk krisis dalam kehidupan, yaitu *Intimacy Versus Isolation*, yang dikembangkan pada usia dewasa awal. Apabila individu dewasa awal dapat membentuk persahabatan yang sehat dan hubungan dekat yang intim dengan individu lain, maka intimasi akan tercapai, namun jika individu tidak berhasil mengembangkan intimasinya, maka individu tersebut akan mengalami isolasi dan merasakan kesepian (Santrock, 1992 : 114).

Kesepian dijelaskan oleh Paplau & Perlman sebagai perasaan dirugikan dan tidak terpuaskan yang di hasilkan dari kesenjangan antara hubungan sosial yang diinginkan dengan hubungan sosial yang dimiliki. Deaux, Dane & Wrightsman (1993 : 189) menyimpulkan tiga elemen dari definisi kesepian yang dikemukakan oleh Peplau & Perlman, yaitu pengalaman subyektif yang tidak bisa diukur dengan observasi sederhana, merupakan perasaan yang tidak menyenangkan dan secara umum merupakan hasil dari kurang atau terhambatnya hubungan sosial. Dengan demikian disimpulkan bahwa kesepian merupakan suatu perasaan yang tidak menyenangkan disebabkan adanya ketidaksesuaian antara hubungan sosial

yang diharapkan dengan kenyataan atau realita kehidupan interpersonalnya akibat dari terhambat atau berkurangnya hubungan sosial yang dimiliki seseorang.

Kesepian tidak hanya disebabkan karena kesendirian yang di alami individu, tetapi karena adanya hubungan tertentu yang diharapkan individu tersebut. kesepian muncul sebagai respon terhadap ketidakadaan suatu hubungan yang diharapkan.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kesepian adalah : (1) Usia : Hasil penelitian dari Ostrov & Offer (Brehm, 1992) menunjukkan yang paling merasakan kesepian berasal dari orang-orang yang berusia remaja dan dewasa awal. (2) Status perkawinan : Freedman, Perlman & Peplau (Brehm, 1992), menyebutkan secara umum orang yang tidak menikah lebih merasa kesepian bila dibandingkan dengan orang yang telah menikah. (3) Gender : Menurut Borys dan Perlman (Brehm, 1992). Laki-laki lebih sulit menyatakan rasa kesepian secara tegas apabila dibandingkan dengan perempuan. (4) Status Sosial Ekonomi : Weiss (Brehm, 1992). melaporkan fakta bahwa individu dengan tingkat penghasilan rendah cenderung mengalami kesepian lebih tinggi daripada individu dengan penghasilan lebih tinggi dan (5) Karakteristik latar belakang lainnya : Rubeinsein & Shaver (Brehm, 1992) menyatakan bahwa yang lebih mengalami kesepian adalah individu dari orang tua yang telah bercerai.

Ketika mengalami kesepian, individu akan merasakan ketidakpuasan, kehilangan, dan *distress*. Namun, hal ini tidak berarti bahwa perasaan ini sama di setiap waktu. Faktanya menunjukkan bahwa orang-orang yang berbeda bisa saja memiliki perasaan kesepian yang berbeda dalam situasi yang berbeda pula

(Brehm, 1992). Berdasarkan survei mengenai kesepian yang dilakukan oleh Rubeinstein, Shaver & Peplau (Brehm, 1992) diuraikan bahwa terdapat empat jenis perasaan yang dialami oleh orang yang kesepian, yaitu: (1) *Desperation*, (2) *Impatient Boredom*, (3) *Self-Deprecation*, (4) *Depression*.

Shaver & Rubeinstein (Brehm, 1992) mengungkapkan bahwa individu yang mengalami kesepian menunjukkan beberapa reaksi atau *coping* untuk menghadapi kesepian yang dialaminya, diantaranya melakukan kegiatan aktif (seperti belajar, bekerja, berolahraga, melakukan hobi, membaca, menggunakan internet), membuat kontak sosial (menelepon, *chatting*, mengunjungi orang lain), melakukan kegiatan pasif (seperti menangis, tidur, maupun tidak melakukan kegiatan apapun) dan melakukan kegiatan selingan yang sebenarnya kurang membangun namun cukup menghabiskan waktu (seperti menghabiskan uang untuk *shopping*). Beberapa aktivitas yang dilakukan individu yang mengalami kesepian tidak dapat menghasilkan kepuasan yang lebih tinggi dalam kehidupan sosialnya, bahkan kemungkinan justru dapat menyebabkan individu tersebut semakin sulit dalam membangun hubungan sosial yang lebih baik. Individu yang mengalami kesepian membutuhkan strategi *coping* yang lebih aktif dan positif terhadap kesepian yang dialaminya (Brehm, 1992).

Salah satu bentuk *coping* dari individu yang mengalami kesepian adalah dengan menggunakan fasilitas internet. Internet memungkinkan untuk menghubungkan komputer-komputer di belahan dunia tertentu dengan komputer-komputer lain di belahan dunia yang lain. Hal ini memungkinkan pula menghubungkan individu yang satu dengan yang lainnya dari berbagai belahan

dunia yang lain. Adanya komunikasi melalui internet membuka kemungkinan bagi individu untuk bisa berdiskusi, mencari berita, melakukan bisnis, menyalurkan hobi, berhubungan dengan individu lain ataupun untuk mencari hiburan. Internet telah memberikan kesempatan yang lebih luas sehingga orang-orang dapat saling berkenalan dan mengembangkan hubungan melalui layanan hubungan secara *online*, *e-mail*, *chatting room*, dan *news group*.

Individu yang mengalami kesepian merasa bahwa internet memberikan banyak manfaat positif pada dirinya, salah satunya mengurangi rasa malu dan rasa takut untuk dikenali orang lain seperti yang dialami saat di dunia nyata (*Anonimitas*), dan hal-hal lain yang tidak dapat di dunia nyata tapi bisa didapatkannya di dunia maya.

Saat ini, internet dianggap sebagai salah satu cara untuk mengurangi kesepian. Penggunaan internet sebagai salah satu cara untuk mengurangi kesepian sebenarnya masih dianggap seperti pedang bermata dua. Pada individu yang mengalami kesepian disatu sisi penggunaan internet biasanya menimbulkan banyak keuntungan, salah satunya seperti mengurangi kesepian dengan mengembangkan perasaan mendapat dukungan sosial, dan dapat membentuk persahabatan dengan individu lain secara virtual. Disisi lain, bila orang yang mengalami kesepian menghabiskan banyak waktu untuk online di dunia maya dan menghabiskan banyak waktu sendirian di depan komputer, baik di kantor maupun di rumahnya sendiri, maka orang tersebut hanya menyisakan waktu yang sangat sedikit untuk berhubungan, bertatap muka dengan orang lain di dunia nyata dan mengurangi kesempatannya untuk berinteraksi dengan orang lain.

Berdasarkan hal tersebut, maka dapat dikatakan bahwa internet telah menciptakan sebuah alam yang sangat kondusif untuk pelarian dari ketegangan mental yang dialami di dunia nyata, yang pada akhirnya dapat menjadi *Reinforcement* pola perilaku kecanduan terhadap internet tersebut.

Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Ivan, bahwa kecanduan merupakan suatu hubungan emosional dengan suatu objek atau kejadian, dimana individu yang mengalaminya mencoba untuk menemukan kebutuhannya terhadap intimasi. Kecanduan (pada tingkat yang paling dasar) adalah sebuah usaha untuk mengontrol dan memenuhi keinginan untuk mendapatkan kebahagiaan atau kenyamanan (*Pleasure*). Sehingga dengan kata lain, dapat dikatakan bahwa perilaku kecanduan individu terhadap internet tersebut merupakan upaya yang dilakukannya dalam memenuhi kebutuhannya akan kebahagiaan yaitu intimasi. Di jelaskan oleh Tashman (2008), mengungkapkan bahwa kecanduan terdiri dari 3 tahapan. Ketiga tahapan tersebut yaitu ; (1) Tahap pertama disebut dengan *Internal Change* (Perubahan Internal), (2) Tahap kedua disebut dengan *Life Style Change* (Perubahan Gaya Hidup), (3) Tahap ketiga disebut dengan *Life Breakdown* (Rusaknya Kehidupan).

Kecanduan internet menurut Young (1998), diungkapkan sebagai sebuah *syndrom* yang di tandai dengan menghabiskan jumlah waktu yang sangat banyak dalam menggunakan internet dan kurang dan bahkan ketidakmampuan untuk mengontrol diri saat *online*. Orang-orang yang menunjukkan syndrom ini akan merasa cemas, stres, gelisah atau hampa saat tidak *online* di dunia maya (Weiten

& Lloyd, 2008). Penggunaan internet yang sangat berlebihan, sehingga pada akhirnya mengganggu fungsi individu dalam kehidupan sehari-hari seperti pekerjaan, sekolah, maupun aktivitas di rumah. Menyebabkan munculnya berbagai perilaku yang mulai menyimpang, contohnya korbannya mulai menyembunyikan tingkat ketergantungannya terhadap internet tersebut kepada orang lain dengan cara berbohong (Young, 1996).

Penyebab munculnya kecanduan internet dikarenakan beberapa alasan, yaitu: (1) *Anonimitas*, (2) *Perilaku*, (3) *Biologis*, (4) *Hubungan Sosial Dunia Maya*. Young, Pistner, O'Mara & Buchanan (1998) mengungkapkan bahwa Kecanduan internet dapat digolongkan atas lima kelompok, yaitu : (1) *Cybersexual Kecanduan*, (2), *Cyber-Relational Kecanduan*, (3) *Net Compulsions*, (4), *Information Overload* (5) *Computer Kecanduan*. Beberapa orang menunjukkan penggunaan internet secara patologis untuk satu tujuan tertentu, seperti layanan seks secara *online* atau perjudian secara *online*, sedangkan yang lainnya menunjukkan sesuatu yang bersifat lebih umum, yaitu keseluruhan bentuk kecanduan internet (Weiten & Llyod, 2008). Dampak atau masalah yang muncul dari kecanduan internet seperti : (1) *Masalah Kesehatan*, (2) *Masalah Keluarga*, (3) *Masalah Pekerjaan*, (4) *Masalah Psikis*, (5) *Masalah Finansial*, (6) *Masalah Sosial*, (7) *Masalah Pendidikan*.

Berdasarkan pemamaparan diatas, maka dapat dilihat bahwa terdapat hubungan positif antara kesepian dengan kecenderungan kecanduan internet. Hal ini membuat peneliti merasa perlu untuk meneliti sejauh mana seberapa besar

Hubungan Antara Kesepian Dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Dewasa Awal.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana Tingkat Kesepian Pada Dewasa Awal.
2. Bagaimana Tingkat Kecanduan Internet Pada Dewasa Awal.
3. Seberapa besar Hubungan Antara Kesepian Dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Dewasa Awal?

C. Tujuan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini penulis mempunyai tujuan yang hendak dicapai yaitu :

1. Untuk mengetahui tingkat Kesepian Pada Dewasa Awal
2. Untuk mengetahui tingkat Kecanduan internet Pada Dewasa Awal
3. Untuk mengetahui seberapa besar Hubungan Antara Kesepian Dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Dewasa Awal

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diperoleh dari hasil penenelitian ini adalah:

1. Untuk Peneliti
 - a. Sebagai persyaratan dalam memperoleh gelar kesarjanaan di Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
 - b. Sebagai wahana dalam meningkatkan kompetensi dalam hal penelitian dan penulisan serta ilmu pengetahuan

2. Untuk Pengembangan Keilmuan

Sebagai informasi baru yang dapat memperkaya khazanah ilmu pengetahuan dalam psikologi, khususnya pada bidang ilmu psikologi klinis dalam hal kesepian dan kecanduan internet.

