

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Smartphone Addiction*

2.1.1 Definisi *Smartphone Addiction*

Kwon et al. (2013) mendefinisikan *smartphone addiction* sebagai bentuk perilaku ketergantungan terhadap *smartphone* yang membuat penggunanya akan kesulitan melepas dan jauh dari *smartphone* atau memungkinkan terjadinya masalah sosial seperti menarik diri. Berbeda dengan Kwon yang fokus dan menekankan mengenai perilaku individu yang ketergantungan *smartphone* menyebabkan terganggunya kehidupan sehari-harinya sedangkan Al-Barashdi et al (2015) memberikan definisi *smartphone addiction* yaitu individu yang asik dengan *smartphonanya* sehingga mereka akan mengabaikan kehidupan disekitarnya. Kim et al. (2018) mendefinisikan *smartphone addiction* sebagai keadaan dimana individu menjadi terlena dan tidak bisa mengendalikan diri dalam menggunakan *smartphone*.

Penelitian ini menggunakan teori *smartphone addiction* milik Kwon et al. (2013) dikarenakan definisi ini masih digunakan hingga saat ini dan fokus pada perilaku penggunaan *smartphone* yang berlebihan dan membuat kehidupan sehari-harinya terganggu. Teori ini juga masih digunakan pada subjek yang beragam, teori Kwon et al ini dapat diterima secara universal di berbagai negara dan sudah diterapkan berbagai jenis versi yang sudah dimodifikasi sesuai dengan negara dimana peneliti berasal. Penelitian yang masih menggunakan teori dari Kwon adalah penelitian Dikeç et al. (2017) meneliti hubungan *smartphone addiction* pada remaja di Turki dan Hidayati (2019) mengenai *smartphone addiction* di Universitas Muhammadiyah Malang dengan subjek remaja serta penelitian terbaru mengenai *smartphone addiction* yaitu Othman dan Amin (2022) yang meneliti *smartphone addiction* pada Gen X dan Gen Y di serta penelitian Nasution dan Daulay (2022) tentang *smartphone addiction* pada siswa SMP di Medan.

2.1.2 Dimensi *Smartphone Addiction*

Kwon et al. (2013) menyebutkan enam dimensi dari *smartphone addiction* yaitu:

1). *Daily-life Disturbance*

Merupakan pemahaman individu yang mengalami ketergantungan pada *smartphone* sebagai hal penting baginya dan timbul masalah dalam kehidupan sehari-harinya seperti terganggunya konsentrasi, penglihatan kabur dan terasa sakit pada pergelangan tangan dan leher.

2). *Positive anticipation*

Merupakan sebuah bentuk perasaan yang dirasakan oleh penggunanya untuk terhindar dari rasa stress yang membuatnya merasa kosong saat tidak menggunakan *smartphone* tersebut dan mendapatkan kebahagiaan ketika menggunakannya.

3). *Withdrawal*

Merupakan perilaku menarik diri, tidak bisa bersabar, tidak bisa lepas memikirkan *smartphone* dan gelisah, serta muncul perasaan marah ketika diganggu.

4). *Cyberspace-oriented relationship*

Merupakan hubungan yang dimiliki dengan teman *online* lebih erat dari pada teman di kehidupan nyata. Kondisi inilah yang membuatnya akan secara terus menerus mengecek *smartphone* untuk melihat kabar dari teman *online*.

5). *Overuse*

Merupakan penggunaan *smartphone* yang tidak dapat terkendali sehingga individu akan lebih memilih melakukan pencarian di *smartphone*, dan mempunyai keinginan untuk menggunakannya kembali.

6). *Tolerance*

Merupakan usaha yang dilakukan individu untuk mengontrol penggunaan *smartphone* namun selalu gagal ketika mencoba.

2.1.3 Faktor – Faktor yang Memengaruhi *Smartphone Addiction*

Terdapat beberapa faktor yang disebutkan oleh Kwon et al. (2013) dan faktor dari hasil penelitian yang mengacu pada definisi Kwon et al. (2013) yaitu :

1. Jenis Kelamin

Penggunaan *smartphone* pada laki-laki dan perempuan terdapat perbedaan. Perempuan mempunyai *smartphone addiction* yang lebih tinggi dibandingkan laki – laki (Kwon et al., 2013).

2. Pendidikan terakhir

Pendidikan terakhir sebagai pelajar (SMA/Sederajat) dibandingkan sarjana (S1,S2,S3) cenderung mengalami *smartphone addiction* lebih tinggi karena seorang sarjana mempunyai pengetahuan yang lebih luas mengenai kegunaan *smartphone* itu sendiri (Kwon et al., 2013).

3. *Self-control*

Self control yang rendah dapat berkontribusi terhadap individu yang kecanduan *smartphone* karena tidak mampu untuk mengontrol penggunaannya. Semakin rendah *self-control*, semakin mungkin mengalami kecanduan (Kwon et al., 2013).

4. *Self-esteem*

Coopersmith (1967) mendefinisikan *self esteem* yaitu sebuah penilaian yang individu lakukan terhadap dirinya sendiri. Individu yang mempunyai *self esteem* tinggi akan menganggap dirinya berharga dan sama seperti orang lain. Penelitiannya Lee et al. (2016) memaparkan hasil bahwa remaja yang mempunyai *self-esteem* yang rendah dan komunikasi yang buruk dengan orangtua berisiko lebih tinggi terkena *smartphone addiction* karena mereka akan mencari hubungan yang lebih intim melalui dunia virtual, dimana mereka akan membangun kepercayaan diri mereka yang baru.

5. *Social Exclusion*

Social exclusion adalah pengalaman terisolasi secara sosial yang dialami oleh individu baik secara emosional ataupun secara fisik dari orang lain yang membuat dirinya menggunakan *smartphone* untuk berkomunikasi dengan dunia virtual karena kurangnya interaksi sosial (Wesselmann et al., 2016). Individu yang merasa diasingkan dan timbul rasa sakit hati pada akhirnya akan membuat dirinya menggunakan *smartphone* untuk membangun hubungan dengan dunia virtual (Yue et al., 2022).

2.2 *Loneliness*

2.2.1 Definisi *Loneliness*

Russell et al. (1979) mendefinisikan *loneliness* sebagai perasaan yang disebabkan karena individu tidak merasa puas dengan hubungan sosial atau interaksi sosial yang diharapkannya. Berbeda dengan Russel, Gierveld (1998) mendefinisikan *loneliness* sebagai keadaan yang individu alami dimana kualitas hubungan yang tidak menyenangkan dan tidak bisa diterima. Panicker dan Sachdev (2014) mendefinisikan *loneliness* sebagai adanya hubungan sosial yang lingkungannya lebih kecil dari yang diharapkannya.

Peneliti menggunakan teori dari Russell et al. (1979) karena menurut peneliti teori yang digunakan fokus kepada reaksi emosional dan kognitif individu tersebut. Meskipun teori ini sudah cukup lama namun teori ini masih digunakan di berbagai negara dengan subjek yang beragam diantaranya Krisnawati & Soetjningsih (2017) meneliti *loneliness* pada mahasiswa di fakultas psikologi UKSW Salatiga, Li et al. (2021) *loneliness* pada mahasiswa di China dan penelitian Guthmuller (2022) mengenai *loneliness* pada orang dewasa di Eropa.

2.2.2 Dimensi *Loneliness*

Loneliness merupakan konstruk unidimensional yang terdiri dari *lonely* dan *non-lonely* (Russell, 1996). *Lonely* menggambarkan ketidakpuasan individu dengan hubungan sosial yang dimilikinya sedangkan *non-lonely* menggambarkan kepuasan individu terhadap hubungan sosial yang dimilikinya.

2.2.3 Faktor – Faktor yang Memengaruhi *Loneliness*

Berdasarkan hasil penelitian dari beberapa peneliti yang masih menggunakan teori dari Russell et al., (1979) terdapat faktor yang dapat memengaruhi individu mengalami *loneliness* sebagai berikut :

1. Usia

Usia memberikan hasil yang signifikan berdasarkan penelitian Neto (2014) yang membagi ke dalam tiga kelompok yaitu remaja, dewasa dan lansia. Semakin usia bertambah maka semakin tinggi pula skor *loneliness*nya.

2. Dukungan Sosial

Cutrona dan Russell (1987) menjelaskan dukungan sosial merupakan keterikatan yang diberikan oleh oranglain berupa kenyamanan dan saling memahami saat individu mengalami masalah dalam hidupnya. Penelitian Sundstrom et al (sebagaimana dikutip dalam Guthmuller, 2022) juga mengemukakan bahwa individu yang hidup sendiri mempunyai tingkat kesepian yang lebih tinggi. Jauh dari keluarga dan teman memunculkan perasaan sedih dan kosong sehingga hal ini menjadi faktor timbulnya *loneliness*.

3. Status pernikahan

Hasil penelitian Neto (2014) menggunakan teori Russell menunjukkan bahwa terdapat efek status pernikahan terhadap *loneliness*, individu yang berada pada status pernikahan bercerai atau berpisah karena kematian mempunyai nilai skor *loneliness* lebih tinggi dibandingkan yang *single* ataupun menikah.

4. Faktor kultural

Perbedaan budaya memengaruhi individu merasakan *loneliness*, budaya yang berbeda seperti budaya individualisme ataupun kolektivisme memengaruhi *loneliness* karena merasa menjadi minoritas dalam kelompok sosial tersebut (Jiang et al., 2018).

5. Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal yang kurang juga dapat memengaruhi individu mengalami *loneliness*. Individu yang mempunyai pemikiran

negatif ketika berkomunikasi dan menunjukkan sedikit rasa percaya pada orang lain, bisa membuatnya merasakan perasaan *loneliness*. Perasaan tersebut bisa muncul akibat kurangnya *skill* komunikasi sosial sehingga menghambat dalam berinteraksi (Segrin, 1996).

2.3 Kerangka Berpikir

Smartphone saat ini bukan menjadi barang yang asing bagi banyak orang khususnya mahasiswa Generasi Z, dimana saat ini teknologi semakin berkembang dengan segala fitur yang tersedia. Mahasiswa Generasi Z yang merupakan generasi yang mempunyai karakteristik *digital native* menggunakan *smartphone* untuk berbagai hal seperti kegiatan belajar, mencari informasi dan berkomunikasi.

Smartphone yang dapat mudah digunakan dan diakses membuat mahasiswa Generasi Z yang menggunakannya secara berlebihan hingga mengganggu kehidupan sehari-harinya menyebabkan *smartphone addiction* (Kwon et al., 2013). Keterikatan yang dimiliki oleh mahasiswa Generasi Z terhadap *smartphone* juga bisa terjadi karena mereka mengalami *loneliness*. Mahasiswa Generasi Z yang menganggap hubungan sosialnya tidak memuaskan bisa menyebabkan mereka mengalami *loneliness* karena kurangnya dukungan sosial yang didapat. *Loneliness* yang dialami mahasiswa Generasi Z membuatnya mulai membangun hubungan sosial di dunia virtual dengan saling bertukar pesan hingga muncul keinginan terus menerus mengecek notifikasi dan akan merasa gelisah ketika jauh dari *smartphone*, sesuai dengan dimensi yang disebutkan oleh Kwon et al (2013) yaitu *cyberspace-oriented relationship* dan *withdrawal*.

Loneliness merupakan perasaan yang disebabkan karena tidak adanya hubungan sosial yang sesuai harapannya (Russell et al., 1979). Ketika tidak bisa mendapatkan pertemanan yang diinginkan, mereka akan berusaha mengakses *smartphone* untuk menjalin hubungan yang lebih bermakna dan membangun kepercayaan dirinya (Hilliard, 2019). Namun mereka kesulitan mempertahankan hubungan pertemanan agar tetap stabil (Li et al., 2021). Menurut Darcin et al (sebagaimana dikutip dalam Yue et al., 2022) mahasiswa Generasi Z yang mengalami *loneliness* akan lebih rentan menggunakan *smartphone* secara

berlebihan. Mahasiswa Generasi Z yang mengalami *loneliness* tinggi akan membuatnya dengan *smartphone* menjadi terikat karena dengan penggunaan tersebut dapat menjadi cara untuk mengatasi dan mengekspresikan perasaannya. Menganggap bahwa teman di dunia virtualnya lebih mengerti dan memberikan dukungan dibandingkan teman di kehidupan nyata. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti ingin melihat seberapa besar pengaruh *loneliness* terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa Generasi Z.



Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir

2.4 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah :

- Hipotesis null (H_0) : *Loneliness* tidak berpengaruh terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa Generasi Z.
- Hipotesis alternative (H_a) : *Loneliness* berpengaruh positif terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa Generasi Z.