

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Manusia diciptakan oleh Tuhan Yang Maha Esa selain sebagai makhluk individu juga sebagai makhluk sosial. Makhluk sosial memiliki arti bahwa manusia memerlukan bantuan atau pertolongan dari orang lain dalam menjalani kehidupannya, dari lahir sampai nantinya meninggal dunia. Perilaku menolong menggambarkan manusia sebagai makhluk yang tidak egois dan dermawan, mampu untuk memberikan perhatian dengan nyata untuk kesejahteraan orang lain dan merasa bahwa dirinya mampu memberika bantuan kepada orang lain. Perilaku menolong dengan tulus ini biasa disebut dengan Prososial (Anggita, 2016).

Menurut Baron & Byrne (2003), perilaku prososial sebagai segala tindakan apapun yang menguntungkan orang lain. Tingkah laku merupakan prososial tersebut suatu tindakan menolong yang menguntungkan orang lain tanpaharus menyediakan suatu keuntungan langsung pada orang yang melakukan tindakan tersebut, dan mungkin bahkan melibatkan suatu resiko bagi orang yang menolong. Menolong atau dalam psikologi sosial dikenal dengan perilaku prososial, adalah tindakan individu untuk menolong orang lain tanpa adanya keuntungan langsung bagi si penolong (Baron, 2011). Pendapat di atas dikuatkan lagi oleh pendapat dari Brigham (1991) yang memberikan definisi mengenai perilaku prososial ini adalah perilaku yang diharapkan memberikan keuntungan fisik atau psikologis bagi orang lain. Perilaku ini berawal dari altruisme yang berarti tindakan sukarelawan yang dilakukan oleh seseorang / sekelompok orang untuk menolong orang lain tanpa mengharapkan

imbalan apapun. Jika ditinjau dari sisi definisi maka prososial itu merupakan semua tindakan yang positif yang dilakukan secara sukarelawan atau inisiatif sendiri tanpa adanya paksaan dari pihak manapun, semata-mata untuk membantu atau mensejahterakan individu tanpa mengharapkan imbalan apapun.

Perilaku prososial ini meliputi altruisme, saling membantu, saling menghibur, persahabatan, pertolongan, penyelamatan, pengorbanan, kemurahan hati, saling membagi. Fenomena perilaku prososial dapat terjadi pada setiap lapisan masyarakat, tak terkecuali mahasiswa. Mahasiswa secara harafiah adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, entah di universitas, institut atau akademi. Mahasiswa diharapkan telah mencapai kematangan moral. Individu yang telah mencapai kematangan moral tidak saja menghindari berbagai perilaku negatif, tetapi juga dapat memotivasi untuk berperilaku positif seperti dapat bekerjasama, empati, peduli, toleransi, termasuk berperilaku prososial.

Rasa peduli atau menolong perlu ditingkatkan, fenomena yang dapat kita lihat di sekitar kampus kebanyakan para mahasiswa yang sedang duduk bergerombol bersama teman-temannya, mereka cenderung sibuk dengan handphone masing-masing dan sedikit berinteraksi dengan temannya tersebut. Mahasiswa cenderung asik dengan handphone-nya dan tidak memperhatikan teman yang sedang berbicara. Mereka kurang memiliki kondisi dan perasaan teman yang sedang berbicara. Saat duduk di kantin mereka lebih sibuk dengan nya dan tidak memperhatikan lingkungan sekitar. Teman yang sedang mengajak berbicara diberi respon namun tetap memandangi *smartphone* nya (Adi Prasetyo & Amir. M, 2017).

Selain itu fenomena lain yang didapat yaitu mahasiswa hanya terpaku untuk bekerja sama dengan *peers*-nya saja dan tidak mau bekerja sama dengan orang lain, bahkan jika ada orang lain di luar *peers*-nya mengalami kesulitan mereka tidak mau tahu dengan kesulitan temannya. Mahasiswa lebih memfokuskan perhatian pada diri sendiri terlebih dahulu dibanding teman-temannya. Mahasiswa cenderung sulit untuk memberikan pertolongan dengan berbagai macam alasan, meskipun pada kenyataannya mampu membantu teman-teman yang membutuhkan pertolongannya (Renata & Parmitasari, 2016).

Pada era globalisasi ini perkembangan teknologi informasi semakin pesat. Perkembangan teknologi saat ini membawa perubahan serta semakin mempermudah pekerjaan manusia. Manusia sebagai makhluk sosial tidak mungkin tidak melakukan hubungan interaksional dengan manusia yang lain. Kehandalan dalam berkomunikasi sangat diperlukan dalam membangun sebuah hubungan antara manusia. Salah satu kehandalan dalam berkomunikasi yaitu menggunakan sebuah media yang biasa disebut *smartphone* atau sebuah *handphone* yang canggih dalam kemajuan suatu teknologi komunikasi. Kemajuan teknologi tersebut tentunya telah banyak membantu dan memberikan kenyamanan serta kemudahan bagi manusia. Di era teknologi seperti saat ini, *smartphone* dipandang sebagai salah satu kebutuhan utama untuk mencari informasi dan berkomunikasi bagi mereka para pengguna *gadget* (Pratiwi & Amini, 2018). Namun dibalik itu muncul efek negatif dari adanya teknologi *smartphone* salah satunya menjauhkan seseorang yang berada dekat dengan kita, sehingga tidak terjadi nya interaksi antar individu. Semakin tingginya penggunaan *smartphone* di era globalisasi ini menjadikan

terjadinya perubahan pada individu termasuk perubahan perilaku individu itu sendiri (Trifiana, R. 2015).

Semua orang jelas membutuhkan *smartphone*, tak terkecuali bagi mahasiswa. Mereka selalu update mengenai berita atau informasi apa yang terjadi. Agar tak ketinggalan berita, mahasiswa memanfaatkan kecanggihan *smartphone* untuk mengakses informasi dimanapun dan kapanpun. Banyak sekali mahasiswa yang menggunakan *smartphone* untuk berkomunikasi dengan teman maupun keluarga, mencari informasi dari berbagai belahan dunia, menambah wawasan atau ilmu pengetahuan yang mereka tidak ketahui sebelumnya, bahkan banyak dari mereka mencari teman dari berbagai belahan dunia dengan memanfaatkan media sosial. Namun sayangnya, tak semua mahasiswa menggunakan *smartphone* dengan positif. Ada beberapa mahasiswa yang menyalahgunakan penggunaan *smartphone*. Misalnya, mereka menggunakan tabletnya untuk bermain game saat proses kuliah berlangsung. Seharusnya hal tersebut tidak dilakukan oleh seorang mahasiswa yang sudah bisa berpikir dewasa. Mahasiswa merupakan kalangan yang paling aktif dalam menggunakan *smartphone* dan juga mereka memiliki hasrat yang tidak dapat lepas dari penggunaan *smartphone* (Isna, 2013). Kehadiran *smartphone* menurut Sharen dan Iis (2015) sangat mempengaruhi perilaku seorang individu. Hal tersebut dapat dilihat dari kenyataan dalam kehidupan sehari-hari, dimana semua orang nyaris tidak bisa lepas dari yang namanya *smartphone*.

Mahasiswa menggantungkan hidup mereka pada *smartphone* dengan berbagai alasan seperti membantu mengerjakan tugas, mencari ilmu pengetahuan,

mencari sumber bacaan, mengikuti perkembangan, dll. Namun tanpa mereka sadari, ketergantungan terhadap *smartphone* yang mereka anggap sebagai penunjang studi mereka malah dapat menjadi penghambat bagi studi mereka jika tidak digunakan sesuai dengan fungsi yang sebenarnya dan dengan bijaksana.

Banyak orangtua yang mengeluh karena interaksi antara orang tua dengan anak menjadi berkurang akibat anak lebih sering bermain dengan *smartphone* (Sulaiman & Dianthi, 2015). Kurangnya komunikasi tatap muka secara langsung dengan sesama, terutama dengan kedua orangtua atau saudara akan mengakibatkan sosialisasi semu. Kemunculan *smartphone* membuat banyak kalangan remaja lebih asik dan sibuk dengan fitur yang terdapat pada alat tersebut, mereka jauh lebih menyukai interaksi via jejaring media sosial dari pada harus bertatap muka langsung. Adanya *smartphone* juga memiliki efek baru pada perilaku penggunaannya (Bian & Leung, 2014). Gejala perilaku baru tersebut adalah seseorang jauh lebih peka terhadap sesuatu yang terjadi pada *smartphone* yang dia bawa dari pada lingkungan sekitarnya, yang nantinya hal tersebut akan menjadi sebuah masalah bagi penggunaannya (Salehan & Neghaban, 2013). Perilaku baru tersebut apabila tidak dapat terkontrol dan terkendali akan menjadikan individu tersebut menjadi *addict* terhadap *smartphone* atau yang disebut dengan *smartphone addiction*.

Kwon, dkk. (2013) menyebutkan bahwa istilah *smartphone addiction* adalah sebagai perilaku keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang. Kata kecanduan (adiksi) biasanya digunakan dalam konteks klinis

dan diperhalus dengan perilaku berlebihan (*excessive*). Seorang pecandu tidak akan dapat mengontrol diri sehingga dapat mengabaikan segalanya. Umumnya pecandu asik dengan dunianya sendiri sehingga lupa waktu, pekerjaan, lingkungan disekitarnya, dan kewajiban lainnya. Konsep kecanduan dapat diterapkan pada perilaku secara luas, termasuk kecanduan teknologi komunikasi informasi (ICT) (Yuwanto, 2010).

Paparan layar *smartphone* melepaskan hormone dopamine, zat kimia yang memiliki peran penting dalam system otak yang berhubungan dengan pembentukan sifat ketergantungan atau kecanduan (Marcella, 2012). Cooper (2000) berpendapat bahwa kecanduan merupakan perilaku ketergantungan pada suatu hal yang disenangi. Seseorang biasanya secara otomatis akan melakukan apa yang disukai pada kesempatan yang ada. Kecanduan merupakan kondisi terikat pada kebiasaan yang sangat kuat. Orang yang mengalami kecanduan tidak mampu terlepas dari keadaan tersebut, orang itu kurang mampu mengontrol dirinya sendiri untuk melakukan kegiatan tertentu yang disukai. Seseorang yang sudah kecanduan akan merasa terhukum apabila tidak memenuhi hasrat kebiasaannya.

Aspek-aspek kecanduan *smartphone* menurut Young (1999) adalah merasa sibuk dengan *smartphone*-nya, merasa membutuhkan menggunakan *internet* dengan meningkatkan jumlah waktu untuk mencapai kepuasan, berulang kali melakukan upaya untuk mengontrol, mengurangi, atau menghentikan penggunaan *smartphone* namun selalu gagal, merasa gelisah, murung, depresi, atau marah ketika mencoba untuk mengurangi atau menghentikan penggunaan *smartphone*, bermain *smartphone* lebih lama daripada yang direncanakan. Young menemukan

bahwa pengguna *internet* yang kecanduan mengalami gangguan pada kehidupan akademis, relasi dengan keluarga, teman, serta pekerjaan. Kecenderungan tersebut menjadikan pengguna *smartphone* tidak bisa lepas dari perangkat dan memengaruhi kehidupan sosial mereka (Hanika, 2015).

Rasa kecanduan atau adiksi pada *smartphone* akan membuat seseorang mudah bosan, gelisah dan marah ketika dia dipisahkan dengan *smartphone* kesukaannya. Ketika anak merasa nyaman bermain dengan *smartphone* kesukaannya, dia akan lebih asik dan senang menyendiri memainkan *smartphone* tersebut. Akibatnya, seseorang akan mengalami kesulitan berinteraksi dengan dunia nyata, berteman dan bermain dengan teman sebaya. Tanpa interaksi dengan teman sebaya secara langsung individu menjadi teralienasi atau menghindar. Mereka terjebak dalam pencitraan di dunia virtual, baik dalam menciptakan citranya sendiri maupun dalam memandang manusia lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Bianchi dan Phillips (2005) menunjukkan bahwa adiksi *smartphone* menyebabkan individu menghadapi krisis keuangan akibat penggunaan *smartphone* yang berlebihan, merasa sibuk, cemas, depresi ketika tidak membawa *smartphone*, gagal untuk mengontrol diri, dan menggunakan *smartphone* untuk melarikan diri dari masalah. Penelitian lain juga menemukan bahwa penggunaan *smartphone* dan *internet* secara berlebihan berhubungan langsung dengan gejala-gejala psikologis, seperti depresi, gangguan kecemasan, gangguan mood, dan gangguan kepribadian tertentu (Lepp, Barkley, & Karpinski, 2013).

Salah satu faktor yang mempengaruhi adiksi *smartphone* yaitu adanya permasalahan sosial. Rendahnya self-esteem, peristiwa traumatik, konflik dengan keluarga, dan keterampilan social yang rendah (Liu & Kuo, 2007; Fioravanti, 2007; Wang, 2011). Rendahnya keterampilan sosial yang dimiliki individu mengakibatkan individu mengalami kesulitan dalam dunia sosial, seperti mudah tersisihkan secara sosial, mengalami konflik interpersonal, kesepian, merasa tidak berharga, serta menarik diri dari lingkungan sosial (Safaria, 2005). Individu yang mengalami permasalahan sosial seperti kesepian, rasa malu, dan neurotisme cenderung lebih memilih berinteraksi secara *online* (Pinasti & Kustanti, 2017).

Data statistik di Indonesia menunjukkan, mayoritas masyarakat saat ini menggunakan *smartphone* untuk sarana hiburan, seperti media sosial, *games*, dan belanja *online* (Yusra, 2016). Sebagai negara dengan pangsa pasar *smartphone* terbesar di Asia Tenggara, pengguna *smartphone* Indonesia juga bertumbuh dengan pesat. Lembaga riset digital marketing Emarketer memperkirakan pada 2019 jumlah pengguna aktif *smartphone* di Indonesia lebih dari 100 juta orang. Dengan jumlah sebesar itu, Indonesia akan menjadi negara dengan pengguna aktif *smartphone* terbesar keempat di dunia setelah Cina, India, dan Amerika (Kominfo, 2019). Riset juga menunjukkan bahwa selain menjadi pengguna *smartphone* terbanyak, millenials merupakan pengguna *internet* terbesar dibanding dengan generasei lainnya. Umumnya mereka menggunakan *smartphone* untuk berkomunikasi dan mengakses *internet* seperti membuka media sosial, mencari informasi hingga melakukan belanja *online* (Kominfo, 2014). *Smartphone* merupakan ponsel pintar yang tidak hanya memiliki kemampuan komunikasi teks



dan suara, tapi juga ada data dan *internet*, karena itu penggunaan paling tinggi ada pada komunikasi melalui *internet*, yakni sekitar 81,90 %, dibawahnya ada *web browsing* dan bermain *game*. Sisanya untuk streaming *video*, music atau radio dan yang paling rendah menggunakan aplikasi pengolahan dokumen, hanya 13,12 % (Paolo & Abror, 2018).

Fungsi *smartphone* yang begitu sangat luas sehingga dapat mengikat individu yang menjadikan individu memiliki rasa ketergantungan/adiksi terhadap *smartphone*. Dengan adanya rasa kecanduan tersebut otomatis mengubah atau mempengaruhi gaya hidup seseorang. Griffiths (2004) menjelaskan aspek-aspek kecanduan yaitu perilaku kompulsif, adanya ketergantungan, dan kurangnya kontrol. Menurut Griffiths (Essau, 2008) menyatakan bahwa kecanduan merupakan aspek perilaku yang kompulsif, adanya ketergantungan, dan kurangnya kontrol.

Berdasarkan fenomena-fenomena di atas ketidakmampuan individu dalam mengontrol penggunaan *smartphone* membuat individu menjadi seseorang yang kecanduan dan apabila sudah mengalami kecanduan, maka dirinya tidak akan pernah peduli dengan lingkungannya atau kurang bersosialisasi. Kurangnya bersosial dengan sekitar dapat memberikan dampak sebagai contoh empati seseorang. Baron & Byrne (2005) kemudian menyatakan bahwa empati merupakan kemampuan untuk merasakan keadaan emosional orang lain, merasa simpatik dan mencoba menyelesaikan masalah, mengambil perspektif orang lain.

Empati merupakan sesuatu yang jujur, *sensitive* dan tidak dibuat-buat serta didasarkan atas hal yang dialami orang lain. Armayanti (2013) mengatakan bahwa hubungan antara penggunaan *smartphone* terhadap empati yaitu salah satu faktor

yang mempengaruhi perubahan sosial budaya adalah penemuan-penemuan ide baru, teknologi baru yang terjadi didalam masyarakat. Hal ini tidak hanya membawa dampak positif namun membawa dampak negatif bagi kehidupan manusia, diantaranya adalah mengurangi sifat sosial manusia karena cenderung lebih suka berhubungan melalui *internet* daripada bertemu secara langsung dan juga mengakibatkan kecanduan.

Oleh karena itu penting mendidik generasi muda agar jangan menjadi manusia-manusia yang apatis dan tidak peka pada lingkungan sosial. Kemajuan teknologi menyebabkan sikap manusia menjadi semakin individualis dan sikap sosial yang dimiliki individu menjadi semakin luntur.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Kemajuan teknologi menjadi suatu hal yang tidak dapat kita hindari, karena seiring berjalannya waktu kemajuan teknologi pun menjadi semakin pesat dan semakin muncul mengenai kebaruan dan kemajuan di bidang teknologi. Hal ini tentunya dibuat atau dirancang dengan sedemikian rupa dengan maksud mempermudah segala aktifitas manusia. Dalam hal ini kehadiran *smartphone* diharapkan menjadi sebuah terobosan baru dalam berkomunikasi. Karena dengan adanya *smartphone* diharapkan manusia dapat berkomunikasi dengan lancar meskipun dengan jarak yang jauh. Hadirnya sebuah *smartphone* yang begitu canggih kita bisa melakukan apa saja, seperti *video call*, nonton *video*, *chatting*, main *game*, dan masih banyak lagi fitur yang bisa digunakan di *smartphone* tersebut, namun dibalik semua manfaat dari *smartphone* akan muncul kebiasaan buruk atau adiksi yang bilamana kita menggunakannya tidak dengan bijaksana.

Mahasiswa sebagai manusia yang menggantungkan kehidupannya pada *smartphone* tentu menjadi tantangan baru bagi mereka, dengan *smartphone* yang dimilikinya para mahasiswa tentu bisa mengerjakan tugas, komunikasi dengan teman, dan lain-lain. Secara otomatis mahasiswa lebih sering menggunakan *smartphone*, jika sudah sering menggunakan *smartphone* muncul perilaku *smartphone addiction*, maka mahasiswa akan semakin sulit untuk melepaskan rasa kecanduannya tersebut. *Smartphone addiction* tersebut adalah sebagai perilaku keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang. Menggunakan *smartphone* yang berlebihan tentunya mengganggu hubungan sosial individu, akibatnya mahasiswa lebih asik dengan *smartphone* dibanding berinteraksi secara langsung dengan teman ataupun keluarganya. Maka munculah sikap apatis atau individualis yang tidak peduli dengan lingkungan sekitar, kurangnya rasa peduli tersebut memunculkan perilaku empati.

Rasa peduli atau menolong biasa dikenal dalam istilah psikologi yaitu perilaku prososial yaitu membantu dengan sukarelawan atau inisiatif dan tanpa mengharapkan imbalan apapun, perilaku ini perlu ditingkatkan mengingat kita itu hidup tidak sendiri perlu bantuan orang lain dan sangat pentingnya bersosialisasi dengan orang lain.

Dari uraian permasalahan di atas, permasalahan yang timbul karena semakin berkurangnya rasa kepedulian pada lingkungan sekitarnya. Hal tersebut cenderung terjadi karena perkembangan zaman salah satunya semakin berkembangnya

*smartphone*. Mahasiswa pada era sekarang cenderung bersikap individual dan mengabaikan lingkungan sekitarnya. Kemajuan teknologi atau *smartphone* yang seharusnya menjadi sebuah keuntungan dengan hadirnya hal tersebut, namun malah menjadi *boomerang* yang menghadirkan *addiction* atau kecanduan bagi seorang individu. *Smartphone* yang seharusnya memberikan keuntungan dan kemudahan, justru hadir dengan membuat seseorang menjadi individualis dan tidak *aware* terhadap lingkungan sekitar, menjadikan kurangnya interaksi secara langsung antar individu. Oleh karena itu peneliti ingin mengkaji “Bagaimana Gambaran Perilaku Prososial pada Mahasiswa yang *Smartphone Addiction*?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui gambaran perilaku prososial pada mahasiswa yang *smartphone addiction* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi pengembangan ilmu psikologi terkhusus pada ranah Psikologi Sosial, Psikologi perkembangan dan Psikologi Klinis yang berhubungan dengan *smartphone addiction* dan perilaku prososial. Sehingga dapat memperkaya hasil penelitian yang telah ada.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

- Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan acuan mahasiswa untuk mengurangi penggunaan *smartphone* agar tidak mengalami kecanduan.

- Memberikan informasi kepada mahasiswa tentang pentingnya perilaku prososial mahasiswa.
- Memberikan informasi pada mahasiswa untuk mampu meningkatkan perilaku prososial di kalangan mahasiswa.