



Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk menggubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

Copyright and reuse:

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Kajian Penelitian Terdahulu

Sebagai pedoman dalam penulisan penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian terdahulu untuk dijadikan pembandingan ataupun tolak ukur. Penelitian pertama berjudul “Fenomena Nomophobia di Kalangan Mahasiswa (Studi Deskriptif Kualitatif Mahasiswa Universitas Riau)” oleh Umi Dasiroh, Siti Miswtun, Yudi Fasrah Ilahi, Nurjannah Nurjannah. Peneliti menggunakan kualitatif deskriptif dengan melakukan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat motif masa lalu seseorang dalam menggunakan smartphone, yaitu merasa cupu dan tidak gaul, merasa kurang update, bosan dengan aktivitas, keinginan memiliki usaha dan motif masa depan atau harapan seperti untuk mendapatkan informasi, penunjang belajar, keinginan untuk eksis, memasarkan produk.

Penelitian kedua berjudul “Makna Nomophobia di Kalangan Mahasiswa” yang ditulis oleh Muhamad Yudhi Faisal dari Universitas Islam Bandung. Metodologi yang digunakan adalah kualitatif, dengan pendekatan fenomenologi dan konstruktivisme sebagai paradigma penelitian. Teknik yang digunakan adalah dengan observasi partisipan, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa makna *nomophobia* yang muncul dalam penggunaan *smartphone* di kalangan mahasiswa

diletarbelakangi oleh adanya perubahan konsep diri dalam cara berkomunikasi mahasiswa, eksistensi diri dan citra diri mahasiswa pada media sosial.

Penelitian ketiga berjudul “Dinamika Adaptif Penggunaan Smartphone Mahasiswa Fisip Universitas Airlangga Di Kota Surabaya” yang ditulis oleh Bugi Kenoh Mulyar dari Departemen Antropologi, Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Airlangga. Penelitian ini dikaji secara kualitatif berdasarkan hasil penelitian sebelumnya (kuantitatif). Penelitian ini menggunakan metode etnografi. Teknik pengumpulan data dengan observasi, observasi partisipasi dan wawancara mendalam dengan pedoman wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa FISIP Unair memiliki aktivitas bersmartphone secara berulang-ulang, yaitu mengecek smartphone tiap ada notifikasi/pemberitahuan meskipun mereka melakukan berbagai aktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Mahasiswa merasa cemas, kurang nyaman, takut ketika mereka tidak mengakses smartphone (nomophobia). Adapun respon dari lingkungan berupa teguran orangtua atau kerabat dan sanksi sosial dengan “dibicarakan” dalam keluarga atau kerabat.

Penelitian keempat berjudul “*Internet Addiction, Lifestyle or Mental Disorder? A phenomenological Study on Social Media Addiction in Indonesia*” yang diteliti oleh Nuning Kurniasih. Penelitian ini meneliti lebih dalam secara fenomenologis, perilaku kecanduan internet. Pemaknaan mengenai kecanduan internet ini dilakukan dengan menggunakan fenomenologi Husserl menggunakan metode pengumpulan data dengan wawancara in-depth, observasi dan interaksi langsung dengan sosial media para informan. Informan

yang di wawancara berjumlah 9 orang, yang melihat diri mereka sendiri sebagai pecandu internet. Penelitian ini fokus kepada alasan para informan menjadi pecandu internet, kebiasaan penggunaan internet, berapa lama waktu dalam mengakses internet, perasaan yang dirasakan saat mengakses internet, perasaan yang dirasakan saat tidak dapat mengakses internet, sudut pandang para informan dalam hubungannya antara kecanduan internet dengan performa pekerjaan, poin-poin yang membuat internet sebagai candu, dan bagaimana cara melakukan distraksi pada informan dari penggunaan internetnya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intensitas yang tinggi dalam penggunaan internet merupakan sebuah kebutuhan dan gaya hidup, hal ini dikarenakan mayoritas penggunaan internet dari para informan adalah untuk keperluan pekerjaan, pencarian informasi, berkomunikasi, berbelanja, rekreasi.

Dalam penelitian ini, metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan menggunakan pendekatan fenomenologis. Sehingga, yang menjadi unit analisis dari penelitian ini adalah manusia sebagai subyek yang lebih menyoroti pengalaman individu dan dan berfokus pada pemaknaan suatu objek berdasarkan perspektif individu masing-masing. Penelitian ini dilakukan untuk melengkapi penelitian-penelitian terdahulu mengenai kecanduan internet dan *nomophobia*. Sebagai pedoman dalam penulisan penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian terdahulu untuk dijadikan pembandingan ataupun tolok ukur.

Tabel 2.1. Matriks Kajian Penelitian Terdahulu

No	Nama Peneliti, Judul, dan Tahun	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Teori yang Digunakan	Hasil Penelitian	Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu
1	Umi Dasiroh, Siti Miswun, Yudi Fasrah Ilahi, Nurjannah Nurjannah. "Fenomena Nomophobia di Kalangan Mahasiswa (Studi Deskriptif Kualitatif Mahasiswa Universitas Riau)", 2016	Menggambarkan fenomena <i>nomophobia</i> di kalangan mahasiswa dan mengetahui motif penggunaan <i>gadget</i> pada mahasiswa	Kualitatif deskriptif dengan melakukan wawancara, observasi, dan dokumentasi.	Fenomenologi Schutz	Universitas Riau adalah Perguruan Tinggi Negeri dengan jumlah mahasiswa terbesar serta Perguruan Tinggi Negeri dengan pengguna internet terbesar di Provinsi Riau	Perbedaan terletak pada lingkup subjek yang diteliti, penelitian ini berfokus hanya pada mahasiswa Universitas Riau. Selain itu, konsep fenomenologi yang dipakai dalam penelitian ini adalah konsep dari Husserl, sedangkan penelitian terdahulu menggunakan konsep dari Schutz.
2	Muhamad Yudhi Faisal dan Neni Yulianita dari Universitas Islam Bandung "Makna <i>Nomophobia</i> di Kalangan Mahasiswa", 2016	Mengidentifikasi konsep diri mahasiswa pengguna <i>smartphone</i> tentang <i>nomophobia</i> serta pemaknaan <i>nomophobia</i> di kalangan mahasiswa	Kualitatif, dengan pendekatan fenomenologi dan konstruktivisme sebagai paradigma penelitian. Teknik yang digunakan adalah dengan observasi partisipan, wawancara mendalam, dan dokumentasi.	Fenomenologi Schutz, Teori Konvergensi Media, dan Teori Determinisme	Makna <i>nomophobia</i> yang muncul dalam penggunaan <i>smartphone</i> di kalangan mahasiswa diletarbelakangi oleh adanya perubahan konsep diri dalam cara berkomunikasi mahasiswa, eksistensi diri dan citra diri mahasiswa pada media sosial.	Perbedaan terletak pada subjek yang diteliti, penelitian ini berfokus pada anak mahasiswa serta fokus penelitian yang terfokus pada citra diri dan eksistensi diri mahasiswa. Sedangkan, penelitian yang sedang diteliti berfokus pada <i>millennials</i> dan pemaknaan <i>smartphone</i> . Selain itu, konsep fenomenologi yang digunakan juga berbeda, bila penelitian ini menggunakan teori fenomenologi Schutz yang menyangkut motif, penelitian yang sedang diteliti menggunakan fenomenologi Husserl.

No	Nama Peneliti, Judul, dan Tahun	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Teori yang Digunakan	Hasil Penelitian	Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu
3	Bugi Kenoh Mulyar dari Departemen Antropologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Airlangga Dinamika Adaptif Penggunaan Smartphone Mahasiswa Fisip Universitas Airlangga Di Kota Surabaya, 2016	1. mengetahui aktivitas kecanduan <i>smartphone</i> pada mahasiswa FISIP Unair 2. mengetahui respons lingkungan dan strategi adaptasi dalam menangani <i>nomophobia</i>	Penelitian ini dikaji secara kualitatif berdasarkan hasil penelitian sebelumnya (kuantitatif), dengan metode etnografi. Teknik pengumpulan data dengan observasi, observasi partisipasi dan wawancara mendalam dengan pedoman wawancara.	Teori Belajar dan Dinamika Adaptif John W. Bennet	Mahasiswa FISIP Unair terindikasi memiliki kecanduan <i>smartphone</i> (<i>nomophobia</i>).	Perbedaan terletak pada metode penelitian dan tujuan penelitian. Penelitian ini menggunakan metode etnografi dan berfokus pada aktivitas mahasiswa, respon lingkungan, dan strategi adaptasi mahasiswa FISIP Unair. Sedangkan, penelitian yang sedang diteliti ini, menggunakan metode fenomenologi dan berfokus pada pengalaman <i>millennials</i> yang mengidap <i>nomophobia</i> .
4	Nuning Kurniasih "Internet Addiction, Lifestyle or Mental Disorder? A phenomenological Study on Social Media Addiction in Indonesia", 2016	Menemukan pemaknaan kecanduan internet dari para pengguna internet yang merasa dirinya merupakan <i>heavy user</i> .	Kualitatif, studi fenomenologi. Wawancara <i>in-depth</i> , observasi, interaksi langsung dengan sosial media milik informan	Teori Fenomenologi Husserl	informan memperhitungkan kecanduan internet sebagai sebuah isu penting namun bukan sebuah penyakit. Mereka menganggap kecanduan itu sebagai sebuah kebutuhan dan gaya hidup (<i>lifestyle</i>).	Perbedaan terletak pada fokus penelitian, pada penelitian ini hal yang menjadi fokus adalah pemaknaan kecanduan internet pada siapa saja yang merasa dirinya adalah <i>heavy users</i> . Sedangkan, peneliti berfokus pada kecanduan internet yang melekat pada perilaku dan <i>disorder nomophobia</i> pada generasi <i>millennials</i> .

Sumber : Data Olahan Peneliti

2.2. Teori dan Konsep

2.2.1. Konsep Fenomenologi

Fenomenologi merupakan sebuah kata yang berakar atau berasal dari bahasa Yunani, yaitu “phainomenon” memiliki arti “yang tampak” dan “logia” yang berarti “pembelajaran” (Berrios, 1989, h. 425). Apabila digabung, Fenomenologi memiliki pengertian yakni, sebuah ilmu yang mempelajari mengenai tanda atau gejala yang tampak dengan memahami suatu objek atau peristiwa melalui kesadaran. Istilah ini dipelopori oleh J.J. Lambert pada 1764 dan dipopulerkan oleh Edmund Husserl yang disebut-sebut sebagai Bapak Fenomenologi. Latar belakang lahirnya fenomenologi dapat dilihat dari kritik Husserl terhadap ilmu pengetahuan karena dipandang tidak dapat membantu manusia saat terpuruk – karena kesenjangan antara teori dengan praktek sehari-hari (Habiansyah,2008,h.164).

Konsep fenomenologi yang dipakai dalam penelitian ini merupakan fenomenologi transendental dari Edmund Husserl. Transendental yang dimaksudkan Husserl dalam ilmu ini adalah, bagaimana memahami segala sesuatu yang tampak sebagai sesuatu yang baru dan seperti pertama kalinya terjadi (Moustakas,1994,h.34). Maka dari itu, dalam fenomenologi Husserl terdapat prosedur terkenal dalam fenomenologi yakni bernama *epoche* dan *bracketing* proses yang mewajibkan para peneliti fenomena untuk mengurung pengalaman, ideologi, maupun pengetahuan pribadinya terhadap sebuah fenomena agar tidak terjadi ketidakmurnian dalam suatu esensi yang diteliti (Kuswarno, 2009, h.49)

Kritik yang Husserl “lontar” kan terdiri dari tiga inti (Habiansyah,2008,h.164) , yakni bahwa ilmu pengetahuan sudah bersifat objektif karena memandang segala sesuatu sebagai susunan fakta objektif. Kedua, kesadaran manusia juga turut “termakan” objektivisme karena pengetahuan tidak membersihkan diri dari kepentingan dunia dan kehidupan sehari-hari. Ketiga, teori yang lahir dari usaha pembersihan pengetahuan merupakan teori yang dipahami tradisi pemikiran Barat. Husserl percaya bahwa dalam melihat realitas, tidak ada selubung maupun tirai pemisah di antara subjek dengan realitas, yang bertolak belakang dengan filsafat Barat yang memahami kesadaran sebagai kesadaran tertutup, yaitu kesadaran mengenal diri sendiri sebagai suatu cara untuk mengenal realitas. Sedangkan, realitas menurut Husserl adalah bersifat intensional (kesadaran murni), yang menampakkan diri.

Dalam fenomenologi transendental husserl terdapat komponen konseptual yang menjelaskan bagaimana subjek memperoleh esensi dan makna dari realitas yang ada, berikut adalah komponen yang dimaksud. (Kuswarno, h.40-46):

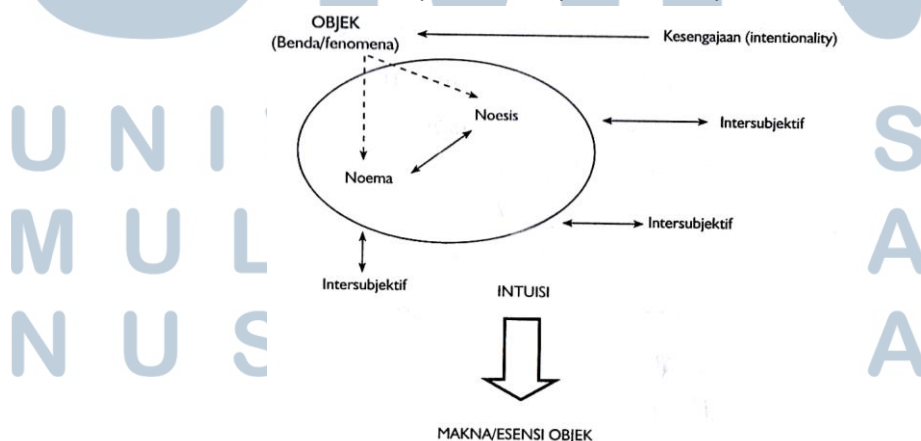
- a. *Intentionality*, kesengajaan merupakan proses internal dalam diri manusia yang berkaitan dengan kesadaran yang dibangun dari beberapa konsep pokok seperti identitas dan temporalitas, simbolis dan intuitif, tekstur dan struktur, persepsi dan konsepsi, serta masalah waktu.
- b. *Noema* dan *noesis*, *noesis* adalah pikiran dan roh manusia yang menyadarkan manusia akan makna, persepsi, mengingat, menilai,

merasa, dan berpikir yang keseluruhannya bersikap subjektif. Sedangkan *noema* memiliki sifat yang kontras dengan *noesis*, *noema* menggambarkan yang apa adanya (objektif). *Noesis* ada karena individu sudah pernah memiliki *noema* sebelumnya, sehingga *noesis* ada karena *noema* ada. Jadi, pengetahuan ada sebelum kita berpikir mengenainya (a priori). Menurut Husserl, untuk mendapatkan esensi dari sebuah fenomena diperlukan harmoni dari keduanya.

c. Intuisi, adalah proses munculnya esensi dari fenomena kepada kesadaran. Dengan adanya ego dan super ego yang menggerakkan intuisi, *noema* yang subjektif dapat berubah menjadi *noesis*. Hal ini merupakan alasan mengapa fenomenologi Husserl dinamakan transendental, karena segala proses yang terjadi secara mental dalam diri seseorang (transenden).

d. Intersubjektivitas, faktor pembentuk makna tidaklah hanya berasal dari intuisi tetapi juga intersubjektivitas. Husserl percaya bahwa persepsi yang kita miliki merupakan persepsi utama namun di dalamnya juga terdapat persepsi orang lain sebagai analoginya.

Gambar 2.1. Komponen-Komponen Konseptual Fenomenologi



Sumber : Buku Fenomenologi: Metodologi Penelitian Komunikasi oleh Prof. Dr. Engkus Kuswarno, M.S..

Sehingga, dapat disimpulkan pokok pikiran dari fenomenologi Husserl bahwa fenomena merupakan realitas sendiri yang menampakkan dirinya, tidak ada batas antara subjek dengan realitas, kesadaran memiliki sifat intensional, serta terdapat interaksi antara *noesis* (tindakan kesadaran) dan *noema* (objek yang disadari).

Alasan mengapa penelitian ini menggunakan konsep fenomenologi Husserl adalah karena titik fokus dari fenomenologi ini adalah pemaknaan serta hakikat dari pengalaman manusia. Jenis fenomenologi Husserl-lah yang dibutuhkan dalam mengupas fenomena *nomophobia*. Hal ini berdasarkan dengan rumusan masalah penelitian untuk mengetahui bagaimana pengalaman manusia dan pemaknaan substansi *mobile phone* dalam hidupnya sehingga berujung pada kecanduan dan ketergantungan. Selain itu, prinsip fenomenologi Husserl yang bercorak idealistik dan berkonsep pada pentingnya kesadaran merupakan landasan yang kuat bagi ilmu komunikasi terutama bila asumsi ontologi dan epistemologis didasarkan esensi dari kesadaran (Kuswarno, 2009, h.11).

2.2.2. Melekat pada *Smartphone*

Perkembangan pesat teknologi dan tuntutan dunia untuk mengerjakan segala sesuatu lebih cepat, lebih besar, dan lebih banyak, membuat manusia membuka kesempatan “bekerja sama” dengan mesin. Tidak hanya dalam proses produksi dan distribusi, tetapi juga dalam hal konsumsi. Manusia sehari-harinya membutuhkan sarana komunikasi yang lebih cepat, efektif, dan sederhana. Berangkat dari situasi ini, fungsi alat komunikasi semakin membaik menjadi multifungsi dan canggih, bahkan dapat membantu manusia dalam kesehariannya

layaknya seperti sahabat karib. Alat komunikasi ini disebut dengan *smartphone* atau umumnya *mobile phone* (MP). Perkembangan teknologi yang tak terhindarkan sangat terkait dengan penggunaan MP yang terus-menerus, sampai pada akhirnya menimbulkan ketergantungan dengan *smartphone*.

Smartphone sendiri merupakan sebuah perangkat canggih yang dilengkapi dengan teknologi dan program seperti sebuah komputer kecil di genggaman tangan kita. *Mobile phone* memang memiliki 2 tipe, yakni *featured phone* dan *smartphone*. Perbedaan keduanya terletak pada teknologi dan kecanggihannya. Dalam penelitian ini, yang dimaksudkan dengan *mobile phone* adalah *smartphone*. Telstra Corporation Limited menuliskan kegunaan *smartphone*, sebagai berikut :

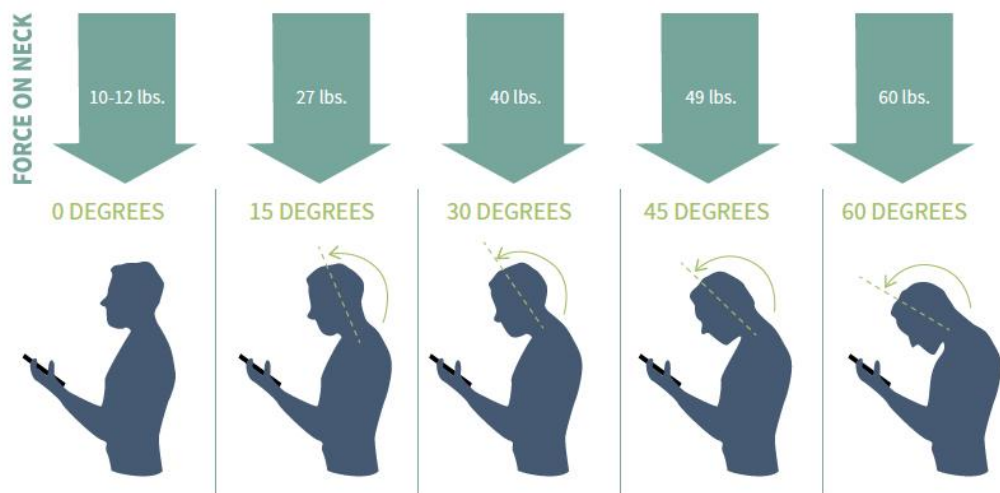
- Melakukan panggilan video
- Melakukan akses internet dan *browse web*
- Menggunakan GPS
- Mengambil foto dan mengunggahnya langsung ke *web*
- Memainkan musik dan video di internet, maupun yang disimpan di *smartphone* atau disambungkan ke komputer
- Memainkan *games* rumit
- Menjalankan aplikasi baru yang diunduh dari internet

U N I V E R S I T A S
M U L T I M E D I A
N U S A N T A R A

Sherrod (2016, h. 85-93) menyebutkan berbagai konsekuensi dan gejala negatif pada keadaan fisik individu yang muncul sebagai akibat dari penggunaan MP (*mobile phone*) yang berlebihan, sebagai berikut:

- a. *Digital eye strain* (DES), munculnya rasa sakit dan tidak nyaman pada mata karena melihat layar MP selama dua jam terus-menerus. Sensasi seperti terbakar dan gatal disertai dengan pandangan mata yang kabur. DES dapat mengakibatkan sakit kepala yang serius, kelelahan, serta iritasi secara konstan.
- b. *Neck problems*, nyeri yang dirasakan pada leher karena terus menerus melihat ke bawah (melihat ke MP) terlalu lama. Posisi kepala menunduk dan melihat kepada MP memberi beban enam kali berat kepala pada leher.

Gambar 2.2. Derajat Menunduk Membebani Leher



Sumber : www.torrancememorial.org

- c. *Increased illnesses due to germs*, MP selalu digunakan setiap hari 24 jam tanpa berhenti, rupanya satu dari enam MP mengandung bakteri *e.coli*.

bakteri yang terdapat pada feses manusia dan yang menyebabkan diare, demam, dan muntah-muntah.

d. *Text Thumb*, ketidakmampuan untuk menggerakkan jempol dan pergelangan tangan dikarenakan posisi *texting* yang intens. Penggunaan MP yang berlebihan juga berkaitan pada penggunaan jempol yang digunakan saat mengakses MP yang pada akhirnya memberi kerusakan pada tendon dan kerusakan pada serangkaian otot kecil dalam tangan.

e. *Car accident*, penggunaan MP yang tak terhindarkan dan selalu digunakan setiap saat dalam segala keadaan merupakan kegiatan yang berbahaya. Pasalnya, hal ini tidak baik apabila dilakukan sambil menyetir mobil karena dapat mengakibatkan kecelakaan mobil.

f. *Male Infertility*, bagi laki-laki, radiasi yang terdapat pada MP dapat mengakibatkan ketidaksuburan. Terutama saat menaruh MP pada kantong celana.

Sejak munculnya istilah *nomophobia* (gangguan kegelisahan atau kekhawatiran karena jauh atau tidak dapat mengakses *smartphonenya*) pada 2008 yang diterbitkan oleh UK Post Office, banyak penelitian yang dilakukan untuk lebih mendalami dan mengupas isu ini dan menyingkap konsekuensi negatifnya terhadap kesehatan mental seseorang. Efek mental dari penggunaan MP berlebih adalah sebagai berikut (Sherrod, 2016, h.90):

- a. Gangguan Tidur, perilaku kompulsif untuk selalu menggunakan MP bahkan membawanya saat tidur meningkatkan kemungkinan terkena *insomnia* yang membuat pengguna MP menderita gangguan tidur dan

kelelahan kronis. Selain itu cahaya terang pada MP memberikan stimulasi pada otak yang membuat seseorang menjadi sulit untuk tidur.

- b. *Depression*, tidak selamanya komunikasi di dunia maya menyenangkan. Banyak hal negatif seperti orang-orang asing yang mampu melakukan perundungan secara online, penipuan, sampai kepada kata-kata kasar yang tidak disensor dalam ejekkan atau hinaan.
- c. *Obsessive Compulsive Disorder*, sebuah gangguan yang mengakibatkan perilaku individu menjadi agresif kepada orang-orang sekitar atau terdekatnya dan cenderung mengurung diri sendiri (isolasi) di kamarnya saat melakukan aktivitas menggunakan MP nya.
- d. *Anxiety*, terdapat perasaan yang gelisah apabila individu mengalami saat MP nya harus dimatikan dan jauh dari jangkauan.

Fenomena yang terkait dengan perilaku penggunaan MP yang berlebihan, digambarkan King et al. (2013, h. 140-144) sebagai sebuah tameng maupun topeng bagi perilaku bermasalah dan gangguan mental yang dimiliki seseorang. Sehingga MP dijadikan sebagai penyelamat individu dari keadaan sosial di dunia nyata, dengan menjadikan MP sebagai tempat berlindungnya (*sanctuary*).

U N I V E R S I T A S
M U L T I M E D I A
N U S A N T A R A

2.2.3. Kecanduan Internet dan *Smartphone*

Revolusi dalam bidang teknologi komunikasi selalu diiringi dengan perkembangan kecanggihan *internet*, sebuah jaringan yang memungkinkan manusia berkomunikasi dari belahan dunia yang satu ke ujung dunia lainnya dalam waktu yang bersamaan, *internet* mengaburkan batas-batas antar negara dan yang memungkinkan interaksi komunikasi serta informasi secara *real time* (Young, 2010, h.267). Kecanduan terhadap MP memiliki kaitan yang erat dengan kecanduan internet, karena ketergantungan MP terintegrasi dalam spektrum kecanduan teknologi yakni internet (Beard dan Wolf ,2001, h.377)

Fungsinya yang sangat superior dan essensial, menjadi salah satu substansi yang digemari dan paling sering dikonsumsi, bahkan sejak 1996 (Young, 2010, h.3), internet telah memerikan gangguan bagi individu, yakni kecanduan. Kecanduan sendiri sering diartikan dengan ketagihan, ketergantungan atau kejangkitan pada suatu kegemaran sehingga melupakan hal yang lain-lain. Sedangkan, menurut Davis (2001, h. 187) kecanduan (*addiction*) adalah ketergantungan psikologis antara individu dengan suatu stimulus, yang biasanya tidak selalu berupa benda atau zat.

Berdasarkan pendapat diatas, peneliti menyimpulkan bahwa kecanduan adalah ketidakmampuan individu dalam mengontrol dirinya dari rasa keinginan yang luar biasa, yang diakibatkan oleh suatu stimulus dan membuat individu tidak dapat lepas dari stimulusnya. Terdapat lima jenis kecanduan internet yang dikemukakan oleh Young (1999, h. 19-31), yakni *cybersexual addiction* (membuka situs-situs porno atau *cybersex*), *cyberrelationship addiction*

(pertemanan maupun hubungan lain yang terjalin melalui internet), *net compulsion* (kegiatan berjudi atau konsumtif seperti berbelanja di internet), *information overload* (pencarian database dan informasi yang berlebihan), dan *computer addiction* (bermain *game online* yang berlebihan).

Beberapa ahli mendefinisikan kecanduan internet, di antaranya adalah Young (2010, h.6) yang berpendapat bahwa kecanduan internet merupakan sebuah sindrom yang ditandai dengan menghabiskan sejumlah waktu yang sangat banyak dalam menggunakan internet dan tidak mampu mengontrol penggunaannya saat online. Nalwa dan Anand (2003, h.653-656) membagi pengguna internet menjadi dua kelompok yaitu *Non Dependent* (pengguna internet secara normal) dan *Dependent* (pengguna internet yang adiktif). *Non Dependent* menggunakan internet sebagai sarana untuk memperoleh informasi dan menjaga hubungan yang sudah terbentuk melalui komunikasi elektronik. Pada kelompok *Non Dependent* menggunakan internet antara empat hingga lima jam per minggu. Sedangkan *Dependent* menggunakan internet yang berupa komunikasi dua arah untuk bertemu, bersosialisasi dan bertukar ide dengan orang-orang yang baru dikenal melalui internet. Pada kelompok *Dependent* menggunakan internet antara 20 hingga 80 jam per minggu.

Individu dikatakan mengalami kecanduan internet ketika menunjukkan perilaku-perilaku tertentu. Selain menjelaskan definisi-definisi dari kecanduan internet, para ahli juga menjelaskan aspek-aspek yang mempengaruhi kecanduan internet. Young (2010, h. 20) menggunakan kuisisioner khusus bernama *Internet Addiction Diagnostic Questionnaire* untuk mengukur dan

mendiagnosa. Kedelapan pertanyaan tersebut membentuk 8 kriteria yang digunakan untuk gangguan kecanduan internet, kriteria tersebut adalah sebagai berikut :

- a. Merasa asyik saat menggunakan internet (memikirkan sesi daring sebelumnya atau bahkan ingin menambah sesi selanjutnya).
- b. Merasa perlu untuk menambah waktu penggunaan internet untuk mencapai kepuasan diri.
- c. Melakukan beberapa kali usaha pencegahan untuk mengendalikan, mengurangi, bahkan menghentikan aktivitas penggunaan internet tetapi hal itu tidak berhasil.
- d. Dalam proses mengatasinya, individu merasa gelisah, *mood* yang tidak karuan, depresi, sensitif (lekas marah).
- e. Melakukan aktivitas *online* lebih lama dari perkiraan.
- f. Mempertaruhkan hubungan, pekerjaan, atau pendidikan yang berarti, karena internet.
- g. Membohongi kerabat terdekat dan orang-orang penting di dalam hidup untuk menutupi kegiatan berkaitan dengan penggunaan internet yang lama.
- h. Melakukan aktivitas berinternet sebagai salah satu cara “kabur” dari masalah yang ada atau melepaskan perasaan/ *mood* yang tidak enak atau buruk (gelisah, tidak berdaya, khawatir, bersalah).

Dari kedelapan kriteria ini, Beard dan Wolf (2001, h, 377) melakukan modifikasi yang merekomendasi agar lima kriteria pertama menjadi kriteria

utama yang diperlukan untuk melakukan diagnosa terhadap kecanduan internet, hal ini dikarenakan kriteria utama tersebut tidak mempengaruhi komponen di luar individu, melainkan hanya seputar dirinya sendiri (internal). Sedangkan, dari tiga kriteria terakhir, diperlukan setidaknya salah satu kriteria untuk melakukan diagnosa kecanduan internet. Hal ini dikarenakan, ketiga kriteria ini menunjukkan dampaknya pada kemampuan mengatasi masalah dan interaksi hubungannya dengan individu lain.

Selain menggunakan kriteria untuk melakukan diagnosa, James dan Drennan (2005, h. 89) dari Universitas Teknologi Queensland juga melakukan penelitian terhadap perilaku kecanduan terhadap pengguna *mobile phone* (MP) untuk menggambarkan sikap dan kebiasaan pecandu MP. Menurutnya, terdapat dua jenis karakteristik pecandu MP yakni karakteristik *attitudinal* (sikap) dan karakteristik *behavioural* (kebiasaan). Masing-masing karakteristik memiliki empat aspek di dalamnya, karakteristik *attitudinal* misalnya, memiliki 4 aspek sebagai berikut :

1. Memandang MP sebagai hal terpenting dan memiliki peran yang krusial dalam kehidupannya,
2. Melihat MP sebagai hal yang menggambarkan diri sendiri, penggunaan MP sebagai hal yang merefleksikan diri kita.
3. Memiliki kekhawatiran terkucilkan dari apapun yang terjadi di dalam *smartphone*, dari grup-grup *online*, dll.
4. Merasa terhibur dengan gaya yang diberikan MP, gaya keren saat memegang MP. Memiliki sikap hedonistik terhadap MP.

Lalu, juga terdapat karakteristik *behavioural* dari pecandu MP, yakni :

1. Kebiasaan impulsif, ketika bermain MP , individu langsung meninggalkan hal apapun yang sedang dikerjakan, dan terus menerus melihat MP.
2. Memiliki rasa tegang saat berjauhan atau tidak dapat mengakses Mpnnya
3. Usaha mengatasi selalu gagal pada akhirnya
4. Merasakan *withdrawal* dan *insecure* saat tidak melakukan kegiatan dengan MP.

Selain karakteristik di atas, Griffiths (2005, h. 193) juga mengembangkan daftar komponen kecanduan internet yang dibuat berdasarkan kriteria kecanduan umum DSM IV. Komponen maupun dimensi ini, dapat digunakan untuk melihat secara mendalam apakah seseorang cukup terbilang kecanduan internet. Biasanya, komponen ini digunakan untuk mengembangkan pertanyaan-pertanyaan kuisisioner untuk mengidentifikasi pecandu internet. Dimensi-dimensi ini juga dapat disebut sebagai gejala kecanduan *online* dan dapat digunakan untuk meneliti para pecandu *online gaming*. Berikut adalah keenam dimensi tersebut :

- a. *Salience*, aktivitas berinternet menjadi hal utama dalam kehidupan individu. Gejala ini dibagi menjadi dua, yakni gejala kognitif dan gejala perilaku (*behavioral*). Gejala kognitif ditandai dengan pemikiran intens individu terhadap aktivitas berinternet terus-menerus. Sedangkan, gejala perilaku ditandai dengan terbengkalainya kebutuhan pokok sehari-hari individu (waktu tidur, makan, kebersihan).

b. *Mood change/ mood modification*, hal ini didasarkan pengalaman subjektif tiap individu. Bagaimana individu memilih substansi atau kebiasaan untuk menentukan *mood* mereka sehari-hari. Kebiasaan maupun substansi yang dilakukan atau dikonsumsi membantu individu dalam menyikapi atau menghadapi hari, serta menjadi sebuah strategi dalam mengatasi masalah maupun *mood* nya sehari-hari. Contoh yang diberikan Griffiths salah satunya adalah penggunaan substansi seperti nikotin. Menurutnya, penggunaan nikotin di pagi hari berbeda dengan konsumsinya yang dilakukan pada malam hari. Pada pagi hari, nikotin digunakan oleh individu untuk memberi semangat atau dorongan pada *mood* seseorang, sedangkan pada malam hari, nikotin digunakan sebagai pelepas penat (*relaxing*) dari kegiatan yang padat. Sehingga, penggunaan substansi maupun pemilihan perilaku, mempengaruhi serta memberi efek atas apa yang dirasakan oleh individu (*mood modification*).

c. *Tolerance*, merupakan sebuah sikap yang melakukan penambahan, peningkatan, dan kenaikan (*upsized/upgrade*) dari “dosis” aktivitas berinternet untuk mencapai sensasi semula yang diharapkan.

d. *Withdrawal symptoms*, adalah efek samping yang muncul saat kegiatan berinternet dikurangi atau dihentikan. Efek samping itu dapat berupa perasaan tidak senang yang dapat disertai dengan efek pada fisik seseorang (insomnia, sakit kepala, sakit perut, kehilangan nafsu makan, jantung berdebar-debar, lesu).

e. *Conflict*, hal ini terjadi tidak hanya pada diri pecandu dengan orang lain

(konflik interpersonal), tetapi juga terjadi di dalam diri pecandu (konflik intrapersonal). Setiap pecandu memiliki kehadiran konflik dalam kehidupannya. Konflik interpersonal contohnya, hal ini mempertaruhkan hubungan pribadi pecandu, karir, dan aktivitas sosial. Sedangkan, konflik dalam diri pecandu berupa, kesadaran pecandu bahwa dirinya sudah terikat dengan aktivitas tersebut dan ingin melepaskan diri dari kecanduan, namun tidak bisa (hal ini menunjukkan bahwa pecandu mengalami kehilangan kendali).

- f. *Relapse and reinstatement*, merupakan kecenderungan individu untuk mengulangi kebiasaan kecanduan (pola yang sama) setelah beberapa lama mengendalikan diri untuk berhenti.

Menurut Young (2010,h.27-28), perilaku kecanduan internet biasanya dapat terjadi dikarenakan pecandu juga pernah merasakan kecanduan pada hal lainnya selain internet. Pecandu biasanya berpikir bahwa kecanduan internet lebih aman dan jauh lebih baik ketimbang memiliki kecanduan pada alkohol atau obat-obatan.pecandu yang menderita kecanduan lain selain kecanduan internet memiliki potensi besar untuk mengalami *relapse* atau pengulangan aktivitas kecanduan setelah lama berhenti. Pemakaian substansi internet untuk keperluan pekerjaan maupun kebutuhan positif seperti menambah pengetahuan, sering kali menjadi pemicu untuk melakukan penggunaan *smartphone* dan berinternet lebih lama, yang berujung pada gangguan kecanduan. Selain itu, berdasarkan *client* yang ditangani oleh Young, beberapa merasakan dorongan untuk mengulangi kecanduan saat mengalami situasi yang melelahkan dan suntuk.

Dapat disimpulkan berdasarkan penjelasan di atas bahwa kecanduan yang sudah dihentikan sejak beberapa lama memiliki potensi yang besar untuk timbul kembali. Young (2001, h.65-66) menyebutkannya sebagai suatu siklus bernama *Stop-Start Relapse*. Siklus ini terjadi pada para mantan pecandu yang kembali menjadi pecandu hanya dalam empat tahap siklus, yakni :

- a. *Rationalization*, pada tahap ini pecandu memandang aktivitas kecanduannya sebagai hal “lama” yang sudah tidak dilakukan, dan menganggapnya sebagai “hadiah” yang melepaskan stress dari sebuah hari yang berjalan melelahkan dan buruk. Sehingga, dalam tahap ini, pecandu membenarkan alasannya dan dirinya agar dapat melakukan aktivitas kecanduannya yang sudah lama tidak dilakukan.
- b. *Regret*, setelah melakukan kegiatan kecanduannya, muncul rasa bersalah dan menyesal. Pada tahap ini, pecandu akan merasa sangat-sangat menyesal, berbagai kalimat dan pikiran penyesalan seperti : “ Tidak dapat dipercaya berapa banyak waktu yang telah terbuang karena melakukan ini.” , atau pikiran menyalahkan diri sendiri seperti : “ bodohnya diriku mengulangi hal yang sama lagi.”
- c. *Abstinence* , setelah melalui tahap penyesalan yang mendalam, pecandu akan memasuki tahap “menahan diri” atau mengendalikan dirinya dari kegiatan kecanduannya lagi. Pada tahap ini, pecandu akan memiliki perilaku yang baik dan sehat. Pecandu akan melakukan segala sesuatu dengan teratur, mengerjakan pekerjaannya dengan rajin, dan mendapatkan istirahat yang cukup.

d. *Relapse*, dalam tahap ini, pecandu kembali memiliki gejala dan hasrat dalam dirinya menginginkan kegiatan kecanduan internet untuk dilakukan. Namun, keinginan ini akan semakin kuat dan timbul di permukaan terutama saat pecandu mengalami keadaan yang stress dan emosional. Dalam keadaan ini, pecandu akan selalu mengingat bagaimana perasaan bahagia dan *relax* dirinya saat melakukan kegiatan kecanduan dan melupakan “janji” pada dirinya untuk tidak melakukan kegiatan kecanduan serta melupakan bagaimana perasaan menyesal itu menghantui dirinya saat setelah melakukan kegiatan kecanduan. Maka, tahap *rationalization* mulai, dan siklus *Stop-Start Relapse* terulang kembali

Melihat dampak kecanduan internet yang semakin progresif, namun belum termasuk ke dalam DSM-V, maka penelitian mengenai kecanduan internet semakin gencar untuk membantu dan menyadari bahwa kecanduan internet merupakan hasil dari kemajuan teknologi tanpa adanya kesiapan dari sisi penggunaannya. Muncul sebuah istilah yang lebih dalam untuk mendeskripsikan perilaku kecanduan internet yang diperkenalkan oleh Davis (2001, h.188) yakni, PIU atau *Pathological Internet Use*. Hal ini dikarenakan, menurut Davis, terdapat kesamaan kriteria pengukuran tingkat kecanduan internet dengan perjudian. Dalam DSM-IV, gangguan kecanduan terhadap perjudian disebutkan sebagai *Pathological Gambling*.

Sehingga, Davis mengatakan bahwa lebih tepat menggunakan sebutan PIU untuk mendeskripsikan serangkaian gejala perilaku kecanduan terhadap internet serta menggunakan istilah *dependence* atau ketergantungan untuk

mendeskripsikan substansinya. Davis mendefinisikan PIU ke dalam dua tipe, yakni tipe spesifik dan general (*specific and generalized*). Perbedaannya terletak pada tujuan utama saat melakukan aktivitas berinternet.

PIU spesifik memiliki tujuan yang lebih ter-segmen (*content specific*) seperti pelayanan penggalangan dana *online*, judi *online*, *trading*, atau pelayanan seksual *online*. Sedangkan, PIU general merupakan kebiasaan berinternet dengan tujuan yang tidak spesifik melainkan hanya menggunakannya sebagai fungsi rekreasi dan membuang waktunya tanpa tujuan yang jelas. Biasanya PIU general mengutamakan kegiatan yang berhubungan dengan aspek sosial sehingga, aktivitas yang dilakukan bertujuan untuk “bergaul” dan memiliki kehidupan di dalamnya. Menurut Davis, dengan memahami perbedaan individual dan personalitas dari kedua tipe PIU ini adalah hal yang krusial.

2.2.4. Generasi Z

Generasi Z adalah generasi yang lahir setelah generasi Y atau yang sering kita dengar, *millennials*. Orang-orang sering kali keliru menilai dan melihat gen Z sama seperti *millennials*. Hal ini dikarenakan ciri khas keduanya yang mahir dalam teknologi. Padahal sesungguhnya, gen Z berbeda dengan generasi *millennials*. Tidak hanya berbeda tahun kelahiran, tetapi juga karakteristik. Setiap generasi termasuk generasi Z berbagi peristiwa sejarah yang sama, mengalami tren yang sama, sehingga hal ini menghasilkan kepada karakteristik generasi yang sama pula secara *general*. Berdasarkan penelitian Bencsik, Csikos, dan Juhez (2016, h. 90-106), tiap generasi memiliki tahun kelahiran yang berbeda-beda.

Untuk memperjelas dan membedakan sebutan untuk para generasi, berikut adalah klasifikasi tiap-tiap generasi menurut tahun kelahirannya,

Tabel 2.2. Tahun Kelahiran Tiap Generasi

Tahun kelahiran	Nama Generasi
1925-1946	Veteran Generation
1946-1960	Baby boom Generation
1960-1980	X Generation
1980-1995	Y Generation
1995-2010	Z Generation
2010 +	Alfa Generation

Sumber : www.kemenpppa.go.id

Generasi Z atau bisa juga disebut iGeneration, generasi Internet, *post-millennials*, memiliki tahun kelahiran pada 1995 sampai 2010. Tahun dimana internet dan teknologi sudah mencapai tingkat yang tidak hanya berkembang, tetapi juga maju. Hal ini membuat gen Z memiliki karakteristik umum yang sama, salah satunya pandai atau ahli teknologi (*tech-savvy*). *Gen Z* layak mendapatkan perhatian dikarenakan kehadirannya yang mampu membentuk serta mengubah struktur dan *demand* pasar. Gaya hidup yang berbeda dari generasi sebelumnya, menciptakan tren dan bahkan pasar baru. Sesuai dengan survei yang dikeluarkan oleh Nielsen, sebanyak 62 persen konsumen pembeli produk elektronik adalah gen Z, hal ini menunjukkan bahwa gen Z memberi pengaruh yang besar pada perputaran ekonomi dunia.

Lalu, karakteristik apa saja yang membuat generasi Z berbeda dengan generasi pendahulunya? Perusahaan teknologi Dell Technologies merilis dan memaparkan survei global pada Februari 2019 lalu, mengenai generasi Z. Survei ini didapatkan dari hasil wawancara dengan 12 ribu pwlajar di 17 negara,

termasuk negara Indonesia. Hasil survei ini secara tidak langsung memperlihatkan karakteristik generasi Z, sebagai berikut :

- a. Tech-savvy (mahir dalam teknologi). melihat dunia dengan cara yang berbeda, yaitu dengan berselancar di dunia maya. Sehingga mereka jadi tahu segalanya. Mulai dari berkomunikasi, berbelanja, mendapatkan informasi dan kegiatan lainnya. Survei menunjukkan bahwa 60 persen gen Z menginginkan pekerjaan yang melibatkannya dengan pengembangan teknologi.
- b. Memiliki prinsip dan nilai berharga, gen Z percaya bahwa kehidupannya harus bermanfaat. Hal ini terlihat, bahwa gen Z yang mencari pekerjaan, tidak hanya mencari nilai materiil tetapi juga pembelajaran baru untuk kehidupannya. Survei menyatakan bahwa 47 persen generasi Z Indonesia percaya bahwa pekerjaan bukanlah sekedar pekerjaan, karena ada arti dan tujuan mendalam di dalamnya selain gaji yang diterima.
- c. Bebas berekspresi, gen Z merasa bahwa dalam mengekspresikan dirinya sendiri, dibutuhkan lebih dari satu cara. Sehingga, gen Z akan menggunakan segala cara, cara-cara kreatif untuk mendefinisikan siapa dirinya di dunia (Tapscott, 2008, h. 15).
- d. *Instant communication*, segala bentuk komunikasi dilakukan secara *real time* yang memiliki arti bahwa komunikasi dilakukan dalam waktu yang bersamaan antar kedua komunikator (Fatmawati, 2010, h.3).

- e. *Network development*, jaringan internet menjadi oksigen baru bagi gen Z. Mereka selalu mengembangkan jaringan untuk dapat tetap terhubung dan beraktivitas melalui dunia maya (Fatmawati, 2010, h.3).
- f. *Gadget-powered connection*, gen Z selalu membawa gawainya kemanapun dan dimanapun. Gawai menjadi atribut bagi para gen Z sebelum bepergian, dilengkapi dengan jaringan internet sebagai *connectornya* (Fatmawati, 2010, h.3).
- g. *Multi-tasking*, mengerjakan sesuatu sambil melakukan sesuatu lainnya. Hal ini tidak mengherankan, lantaran gen Z sudah terlatih sejak dini menggunakan *smartphone* sebagai alat bantu dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini membuat gen Z menjadi terbiasa menikmati film sambil belajar, atau membaca berita sambil berjalan.
- h. Komitmen yang rendah, gen Z menyukai hal yang dinamis, populasi orang yang gemar membaca buku turun drastis. Bagi generasi ini, tulisan dinilai memusingkan dan membosankan. Bisa dibayangkan mereka lebih menyukai melihat gambar, apalagi jika menarik dan berwarna. Walaupun begitu, gen Z yang hobi membaca buku masih tetap ada. Namun, mereka sudah tidak membeli buku di toko buku lagi. Mereka lebih memilih membaca buku online (e-book) sebagai salah satu solusi yang mempermudah generasi ini, untuk tidak perlu repot membawa buku.

2.2.5. Teori Konstruksi Sosial

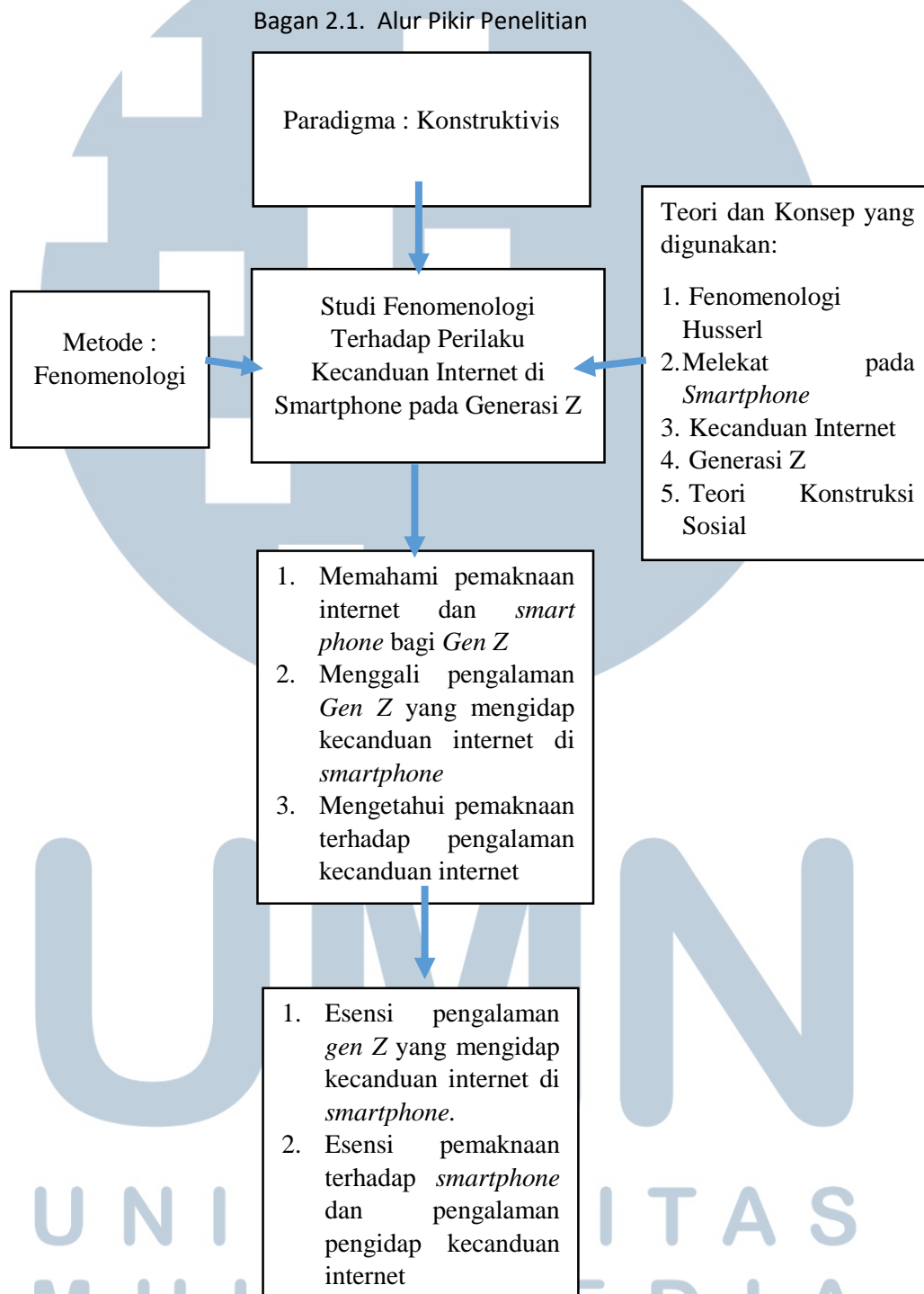
Dalam penelitian ini, pengalaman dan pemaknaan informan terhadap fenomenologi yang ada, dilihat sebagai sebuah realita yang dibangun oleh informan yang terindikasi *nomophobia*. Fenomena yang terjadi membentuk dan dibentuk konstruksi pada manusia dan masyarakat. Dalam konsep fenomenologi Husserl yang dipengaruhi oleh Descartes menyatakan bahwa, realitas objek ada melalui relitas subjektif. Sehingga, objek dimaknai sebagai realitas apabila hal tersebut dilakukan oleh subjek. Menurut Tesis Berger, yang dijelaskan dalam Deddy Mulyana (2002, h. 13-14), bahwa manusia adalah produk dari masyarakat yang selalu dinamis, dialektik, dan plural. Sehingga, realitas ada, bukan terbentuk dari penelitian ilmiah atau dari Sang Pencipta, melainkan berasal dari konstruksi yang dibentuk. Proses pembentukan dalam masyarakat dan manusia ini dibagi ke dalam tiga tahap, yakni :

1. Eksternalisasi, sebuah usaha ekspresi manusia yang dicurahkan ke dalam dunia secara fisik maupun mental. Hal ini merupakan sifat dasar manusia yang tidak lepas dari dunia luarnya.
2. Objektivasi, merupakan hasil yang telah dicapai dari kegiatan eksternalisasi secara mental maupun fisik. Objektivasi akan menghasilkan realitas objektif yang dapat kembali dan berguna di masyarakat (*sui generis*)
3. Internalisasi, adalah penyerapan realitas objektif ke dalam diri dan kesadaran individu. Sehingga, subjektif individu dipengaruhi oleh struktur dunia sosial.

Sehingga, dalam proses dialektik yang terjadi di masyarakat dan manusia, melahirkan pemahaman yang plural. Hal yang dimaksudkan adalah, bahwa setiap orang memiliki konstruksi yang beragam atas suatu realitas. Hal ini dipengaruhi oleh pengalaman, preferensi, pendidikan, lingkungan sosial dan latar belakang yang berbeda-beda. Dalam teori konstruksi sosial ini, Berger menjelaskan bahwa realitas sesungguhnya memiliki dua dimensi yakni realitas objektif dan subjektif. Realitas objektif adalah realitas yang ada dan terjadi di luar diri manusia dan ada di masyarakat, sedangkan realitas subjektif adalah apa yang menjadi interpretasi individu mengenai objek. Kedua dimensi ini saling bersinggungan melalui proses dialektika (internalisasi dan eksternalisasi).



2.3. Alur Pikir Penelitian



Sumber : Data Olahan Peneliti