



POLA PERILAKU DEWASA MUDA YANG KECENDERUNGAN KECANDUAN SITUS JEJARING SOSIAL

Jayanti Maheswari*

Lussy Dwiutami**

*Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta

**Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta

DOI: <https://doi.org/10.21009/JPPP.021.08>

Alamat Korespondensi:

jayanti_maheswari@yahoo.com

ABSTRACT

The purpose of this study is to provide a factual and comprehensive the behavior patterns of young adults who tend addicted with social networking sites. The pattern of addictive behavior by six dimensions: salience, tolerance, mood modification, relapse, withdrawal, and conflict proposed by Griffiths in Andreassen (2012). The study was conducted on the social networking users, aged 18-25 years old, and live in Jakarta. The sampling technique used purposive sampling method. This study used a qualitative research with mixed method approach which quantitative research is used to support the qualitative data. The results of quantitative research shows that there are 7 people (18%) were in the category of addictive tendencies high and as many as 32 people (82%) who are in the category of being addictive tendencies. Tolerance behavior patterns that have increased the need for individuals to access social networking as behavior experienced by almost all participants (97%). While behavioral conflicts (problems that arise from the behavior of addiction) experienced by participants quantitative which has the lowest percentage at 64%. Qualitative research results show participants have a positive third interpret social networks and all three have 6 components addictive behavior. The positive impact is felt all three participants is increasing social capital and social and emotional sensitivity. Perceived negative impacts are significant issues arose with the person, procrastination, poor time management, and less able to control themselves against the use of social networking.

Keywords

addiction, social networking sites, young adult

1. Pendahuluan

Fenomena tentang kecanduan telepon genggam, *video games*, *chatting*, menonton televisi, *game online*, internet, situs jejaring sosial, dan sebagainya telah menjadi perhatian banyak peneliti seiring dengan kemajuan teknologi yang berkembang pesat. Salah satu manfaat menggunakan teknologi yakni memudahkan seseorang dalam berkomunikasi. Situs jejaring yang mudah, murah, dan hanya membutuhkan hitungan menit pesan yang dikirim dapat sampai ke akun teman yang dituju menjadi solusi jarak dan waktu dalam berkomunikasi. Jejaring sosial tersebut antara lain Facebook, Twitter, Path, Instagram, Foursquare, Tumblr, dan

lain-lain merupakan media internet yang berbasis pertemanan dan dapat menjalin relasi menurut aktivitas penggunaannya.

Masa dewasa muda adalah transisi dari masa remaja dan dewasa. Usia ini adalah masa mengembangkan diri dengan menjalin relasi sosial yang lebih luas. Kebutuhan tersebut bermanfaat untuk saling tukar informasi, berbagi pengalaman, ataupun melakukan kerja sama untuk urusan proyek atau rencana tertentu. Sesuai dengan pendapat Arnett (2004), tentang *emerging adulthood* yakni seseorang memutuskan untuk mengembangkan hidupnya dengan jalur pendidikan formal maupun nonformal, bekerja, dan terlibat dalam aktivitas sosial guna menjalin

dan menata kehidupannya sebagai anggota kelompok masyarakat.

Menurut Erikson (dalam Dariyo, 2003) usia dewasa muda berada dalam tahap *intimacy* yakni individu berusaha mengembangkan diri dengan menjalin relasi sosial yang lebih luas dengan atau tidak melibatkan kontak seksual. Bila gagal dalam bentuk keintiman maka ia akan mengalami apa yang disebut isolasi yakni kesulitan menempatkan diri dalam menjalin relasi sosial, bahkan akan merasa kesulitan pula dalam mempertahankan relasi tersebut dalam jangka waktu lama karena relasi yang terjalin biasanya bersifat dangkal, tak mendalam, atau tidak mengakar secara emosional.

Oleh karena itu dewasa muda memiliki dorongan untuk merasa terhubung dengan orang lain yakni dalam membina hubungan hangat, dekat, dan komunikatif. Penggunaan jejaring sosial penting bagi seorang dewasa muda untuk memenuhi kebutuhan individual dan interpersonalnya. Selain memperluas *networking*nya dengan bertemu orang-orang baru, layanan ini juga dapat mencari orang-orang yang berada dalam jaringan pertemanan yang telah ia bangun sebelumnya.

Kemudahan mengakses layanan situs jejaring sosial dapat membuat pengguna terlalu terlibat dalam penggunaan *online* secara berlebihan dan berpotensi kecanduan. Dengan jejaring sosial, sebuah informasi bisa disampaikan dan tersebar dengan cepat. Seseorang yang mengakses jejaring sosial akan mendapat informasi secara *massive* tanpa perlu ia datang karena informasi tersebut akan datang dengan sendirinya. Sebagai contoh jika seseorang *memfollow* sebuah akun kedokteran, maka ia akan mendapat pengetahuan di bidang ilmu kedokteran. Begitu pula jika seseorang *memfollow* orang lain, ia akan mengetahui segala aktivitas yang dilakukan orang tersebut tanpa ia minta. Kegiatan mengakses jejaring sosial secara berlebih dan dilakukan secara rutin dan menganggap bahwa jejaring sosial lebih menarik, mudah, dan cepat serta merasakan efek *rewards* setelah berinteraksi dan menjalin pertemanan dengan orang lain secara *online* dapat berpotensi menyebabkan seseorang menjadi kecanduan. Biasanya orang tersebut akan tergantung pada pemakaian situs layanan pertemanan yang ia gunakan.

Apabila seseorang sampai bergantung terhadap situs jejaring sosial dan menjadi kecanduan, maka akan menimbulkan dampak negatif dalam kehidupannya. Penggunaan situs jejaring sosial yang berlebihan dapat menghabiskan waktu sehingga pekerjaan yang harus dikerjakan ter-bengkalai. Pemakaian yang implusif bukan tidak mungkin memunculkan masalah baru bagi individu sehingga terkadang mengakibatkan perilaku negatif seperti menunda pekerjaan, mengabaikan kegiatan atau tugas yang dilakukan, penurunan produktivitas dalam bekerja dan belajar, dan sebagainya. Hal tersebut sering mengakibatkan stres, depresi, masalah interpersonal, dan gangguan psikologis lain. Tetapi bukan berarti penggunaan jejaring sosial hanya membawa dampak negatif. Penelitian yang dilakukan oleh Rizanti (2011) mengungkap dampak positif kecanduan situs jejaring sosial bahwa semakin tinggi kecanduan situs jejaring sosial maka akan semakin baik keterampilan sosial pada dewasa muda. Menurutnya, melalui situs-situs jejaring sosial para pecandu tetap dapat melakukan interaksi sosial meskipun tidak terjadi kontak fisik, antara lain dalam bentuk chat dan berbalas komentar. Hal tersebut dapat melatih dewasa muda untuk lebih terampil secara sosial dan peka secara emosional tidak hanya meliputi kemampuan individu dalam bersosialisasi, tetapi juga pada dimensi emosionalnya. Penelitian lain yang dilakukan oleh Prawira (2009) membuktikan bahwa intensitas penggunaan jejaring sosial yang tinggi akan membantu peningkatan kecerdasan sosial seseorang.

Berdasarkan karakteristik dewasa muda yang berada dalam tahap kesepian, maka mereka berusaha mencari jalannya sendiri dalam menjalin tali persahabatan yang baru maupun mempertahankan relasi yang telah ia bangun. Para dewasa muda juga menolak adanya keterkucilan atau penolakan orang lain. Atas dasar itu semua, penggunaan situs jejaring sosial menjadi suatu kebutuhan bagi dewasa muda. Hal ini dibuktikan oleh survey Pew Internet (2008) sebanyak 75% dewasa muda berusia 18-24 tahun memiliki akun jejaring sosial. Tujuan mengakses situs jejaring sosial antara lain untuk dapat berkomunikasi dengan teman, membuat janji, menambah teman, merencanakan pertemuan, mencari pasangan,

mengupdate data diri sebagai ajang promosi untuk keperluan karir, dan membuat janji bisnis.

Tetapi terkadang situs jejaring sosial digunakan sebagai sarana pelarian dari kehidupan nyata yang memicu stres dan tidak menyenangkan bagi individu. Ketika mengakses situs jejaring sosial, individu merasa bersemangat kembali dan muncul perasaan tenang ketika dapat berinteraksi dengan orang lain melalui media internet tersebut. Berdasarkan uraian diatas, penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran secara faktual serta komprehensif tentang pola perilaku dewasa muda yang kecenderungan kecanduan situs jejaring sosial.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan *mixed method research* yakni penelitian kuantitatif digunakan sebagai pendukung data kualitatif. Pendekatan *mixed method* dilakukan karena peneliti memiliki pertanyaan yang perlu diuji dari segi *outcomes* (keluaran) maupun dari prosesnya.

Populasi sasaran dalam penelitian ini adalah dewasa muda pengguna situs jejaring sosial berusia 18-25 tahun yang berdomisili di Jakarta. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dengan metode *nonprobability sampling* jenis *purposive sampling*, yakni partisipan adalah mereka yang mempunyai karakteristik tertentu yang dipilih berdasar suatu *judgment* dan memenuhi kriteria khusus (Kerlinger, 1986). Subyek penelitian yang diikutsertakan dalam proses penelitian ini memiliki beberapa karakteristik tertentu, yaitu: 1) individu yang berusia 18 sampai 25 tahun, 2) merupakan pengguna situs jejaring sosial, 3) berdomisili di wilayah DKI Jakarta.

Pada pengambilan sampel menggunakan teknik kuantitatif, peneliti berusaha mendapatkan sampel sebanyak mungkin. Hal ini berdasarkan pendapat Kumar (1999) bahwa penggunaan sampel yang besar dalam penelitian kuantitatif dianggap akan menghasilkan perhitungan statistik yang lebih akurat daripada sampel dalam jumlah kecil. Kerlinger & Lee (2000) menyarankan sebanyak 30 sampel sebagai jumlah minimal dalam penelitian kuantitatif. Untuk partisipan kualitatif, peneliti menetapkan subjek sebanyak 3 orang sesuai dengan pendapat Cresswell (dalam

Onwuegbuzie & Collins, 2007) mengatakan jumlah minimal yang direkomendasikan dalam penelitian studi kasus adalah 3-5 orang.

Data diperoleh dengan menggunakan dua metode yaitu pertama kuesioner dan kedua adalah wawancara dan observasi. Pada penelitian tahap pertama, skala kecenderungan kecanduan jejaring sosial merupakan modifikasi dari alat ukur *Bergen Facebook Addiction Scale* yang dibuat oleh Cecilie Schou Andreassen, dkk. dari Universitas Bergen, Norwegia. Skala kecenderungan kecanduan jejaring sosial merupakan skala yang hanya mampu menggambarkan bahwa individu memiliki kecenderungan kecanduan bukan positif memiliki kecanduan jejaring sosial. Hal ini dikarenakan dibutuhkan observasi dalam waktu yang lama dan hanya bisa dilakukan oleh ahli. Tingkat kecanduan responden dikategorikan dalam 3 bagian, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Untuk pengkategorian tingkat kecanduan individu menjadi rendah, sedang, tinggi, peneliti menggunakan standar deviasi untuk melihat jarak skor individu dari nilai mean berdasarkan simpangan baku distribusi (Anastasi & Urbina, 1997). Individu dengan kecenderungan kecanduan rendah berada di bawah satu standar deviasi, sedangkan individu dengan kecenderungan kecanduan tinggi berada di atas satu standar deviasi.

Sedangkan untuk mendapatkan data yang lebih mendalam dari perilaku partisipan yang mengalami kecanduan situs jejaring sosial, peneliti menggunakan metode wawancara. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan bentuk wawancara dengan pedoman umum. Menurut Patton (dalam Poerwandari, 2009), dalam melakukan proses wawancara peneliti dilengkapi pedoman wawancara yang sangat umum, yang mencantumkan isu-isu yang harus diliput tanpa menentukan urutan pertanyaan bahkan mungkin tanpa bentuk pertanyaan eksplisit. Pedoman wawancara digunakan untuk mengingatkan peneliti mengenai aspek-aspek yang harus dibahas, sekaligus menjadi daftar pengecek apakah aspek-aspek relevan tersebut telah dibahas atau ditanyakan.

Peneliti melakukan uji coba untuk menguji validitas internal. Proses validasi instrumen penelitian ini dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 16.00. Uji coba dilakukan

terhadap kelompok sampel uji coba yang berjumlah 30 orang. Seleksi aitem-aitem yang gugur dan valid menggunakan batas r kriteria sebesar 0,30. Aitem dikatakan valid jika nilai koefisien korelasi positif dan lebih besar dari 0,3 (Rangkuti, 2010). Berdasarkan penghitungan uji validitas instrumen kecanduan situs jejaring sosial tidak terdapat item yang gugur.

Pengujian reliabilitas menggunakan bantuan program komputer SPSS versi 16.00 dengan teknik alpha cronbach dan diinterpretasi menggunakan klasifikasi Guilford. Berdasarkan hasil pengujian reliabilitas dari butir-butir yang valid pada setiap dimensi kecanduan situs jejaring sosial, maka diperoleh hasil perhitungan dan interpretasi yang mengacu pada kaidah Reliabilitas Guilford 0,857 yang artinya instrumen penelitian ini reliabel.

Data kuantitatif yang diperoleh dari penelitian dilapangan diolah dengan maksud agar data tersebut dapat memberikan informasi atau keterangan-keterangan yang berguna untuk dianalisis. Dari 39 kuesioner yang terpakai, peneliti melakukan pengolahan data dengan melakukan langkah-langkah berikut: (1) memberikan nomor urut pada setiap kuesioner yang terpakai untuk memudahkan peneliti ketika memasukkan data (2) Setiap item diberikan skor (3) melakukan input data ke komputer menggunakan Microsoft Excel (4) peneliti menggunakan SPSS untuk menguji validitas dan reliabilitas item.

Sedangkan analisis data kualitatif dilakukan dengan proses mengorganisasikan dan mengurutkan data kedalam pola, kategori dan

satuan uraian dasar. Untuk itu, langkah-langkah yang diambil dalam proses analisis data penelitian secara kualitatif ini adalah: (1) membuat verbatim atau transkrip data hasil wawancara (2) membuat koding pada transkrip data (3) setelah kode atau tema ditentukan, kemudian data disusun dan dikategorisasi berdasarkan kode-kode yang telah diberikan (4) membuat uraian deskriptif mengenai data berdasarkan kategori yang telah dibuat (5) membuat analisis dan interpretasi data dari uraian deskriptif tersebut yang dikaitkan dengan teori (6) melakukan perbandingan antar partisipan penelitian.

Selain itu, peneliti juga menggunakan teknik triangulasi yang mengacu pada upaya mengambil sumber-sumber data yang berbeda, dengan cara berbeda, untuk memperoleh kejelasan mengenai suatu hal tertentu. Dalam hal ini peneliti melakukan triangulasi sumber data dan triangulasi metode. Triangulasi sumberdata yaitu mengambil data dari subjek penelitian dan dari orang-orang terdekat subjek. Triangulasi metode yaitu mengambil data dengan wawancara dan observasi.

3. Hasil Penelitian dan Diskusi

Gambaran Umum Partisipan Kuantitatif

Dari 220 kuesioner yang disebar yakni membagikan secara langsung maupun dengan media internet dengan bantuan *googledocs*, hanya 39 yang memenuhi kriteria kecenderungan kecanduan terhadap jejaring sosial. Berikut ini gambaran 39 partisipan yang dapat diolah.

Tabel 1. Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Pria	12	31%
Wanita	27	69%
Total	39	100%

Tabel 2. Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
18 – 20 Tahun	21	54%
21 – 23 Tahun	15	38%
24 – 25 Tahun	3	8%
Total	39	100%

Tabel 3. Berdasarkan Pendidikan Terakhir

Pendidikan Terakhir	Jumlah	Persentase
SMA/Sederajat	33	84%
S1	5	13%
D3	1	3%
Total	39	100%

Tabel 4. Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah	Persentase
Belum Bekerja/Mahasiswa	27	69%
Karyawan Swasta	9	22%
Guru	1	3%
Wirasahawan	1	3%
Freelancer	1	3%
Totales	39	100%

Tabel 5. Berdasarkan Domisili

Domisili	Jumlah	Persentase
Jakarta Selatan	14	36%
Jakarta Pusat	7	18%
Jakarta Timur	15	38%
Jakarta Barat	0	0%
Jakarta Utara	3	8%
Kepulauan Seribu	0	0%
Total	39	100%

Tabel 6. Berdasarkan Perangkat yang Paling Sering Digunakan

Jenis Perangkat	Jumlah	Persentase
PC/Laptop	7	18%
Tablet	6	15%
<i>Handphone</i>	26	67%
Total	39	100%

Tabel 7. Waktu yang Dhabiskan untuk Mengakses Jejaring Sosial

Penggunaan Waktu	Jumlah	Persentase
Kurang dari 10 Menit	0	0%
10 – 30 menit	6	15%
31 – 60 menit	1	3%
1 – 2 jam	4	10%
2 – 3 jam	5	13%
Lebih dari 3 jam	23	59%
Total	39	100%

Tabel 8. Berdasarkan Jumlah Akun yang Dimiliki

Jumlah Akun	Jumlah	Persentase
1	2	5%
2	2	5%
3	6	15%
4	5	13%
Lebih dari 5	24	62%
Total	39	100%

Tabel 9. Pihak yang Berperan Mendorong Partisipan Menjadi Anggota Jejaring Sosial

Orang yang Berperan	Jumlah	Persentase
Teman	19	49%
Inisiatif Pribadi	19	49%
Melihat Iklan di Web	0	0%
Lainnya	1	2%
Total	39	100%

Tabel 10. Berdasarkan Waktu Terakhir Kali Mengakses Jejaring Sosial

Waktu	Jumlah	Persentase
Hari saat mengisi kuesioner	36	91%
Sehari sebelum mengisi kuesioner	1	3%
3 hari sebelum mengisi kuesioner	1	3%
4 hari sebelum mengisi kuesioner	1	3%
Total	39	100%

Tabel 11. Berdasarkan Tujuan Bergabung di Situs Jejaring Sosial

Tujuan Bergabung	Jumlah	Persentase
Sosial	21	54%
Bisnis	3	8%
Politik	0	0%
Kesenangan Pribadi	13	33%
Akademis	2	5%
Total	39	100%

Tabel 12. Berdasarkan Aktivitas yang Sering Dilakukan di Akun Jejaring Sosial

Aktivitas	Jumlah	Persentase
Update Status	14	36%
Add Comment	1	3%
Posting/Download Foto	4	10%
Posting/Download Video	1	3%
Posting/Download Notes	0	0%
Kampanye Politik	0	0%

Aktivitas	Jumlah	Persentase
Mencari Teman untuk <i>diAdd</i>	0	0%
Main <i>game</i>	1	3%
<i>Chatting</i>	10	25%
Mengisi Jejak Pendapat	0	0%
Iklan Produk/Jasa/Bisnis	2	5%
Lainnya	6	15%
Total	39	100%

Tabel 13. Berdasarkan Fitur yang Paling Disukai

Pekerjaan	Jumlah	Persentase
Friends	8	20%
Status	10	26%
Foto	15	38%
<i>Comment</i>	3	8%
Lainnya	3	8%
Total	39	100%

Tabel 14. Pola Perilaku Partisipan yang Kecenderungan Kecanduan Situs Jejaring Sosial

No	Aspek	Jumlah Partisipan yang Mengalami	Persentase
1	<i>Salience</i>	33	85%
2	<i>Tolerance</i>	38	97%
3	<i>Mood Modification</i>	34	87%
4	<i>Relaps</i>	27	69%
5	<i>Withdrawal</i>	31	79%
6	<i>Conflict</i>	25	64%

Dari Tabel 14 terlihat bahwa perilaku *tolerance* yakni individu mengalami peningkatan dalam kebutuhan untuk mengakses jejaring sosial sebagai perilaku yang dialami hampir seluruh partisipan 38 orang, yang artinya hanya sebesar 1 orang yang tidak mengalami toleransi dalam mengakses jejaring sosial.

Kemudian disusul oleh perilaku *mood modification* (modifikasi suasana), *salience* (preokupasi), dan *withdrawal* (penarikan diri). Modifikasi suasana adalah pengalaman partisipatif individu diikuti perubahan *mood* sehingga menimbulkan perasaan tenang dan

nyaman yaitu dialami oleh 34 orang. *Salience* merupakan dominasi pikiran, perasaan, dan perilaku akan kegiatan berjejaring sosial dan dialami oleh 33 orang. Pola perilaku penarikan diri dialami oleh partisipan yakni sebanyak 31 orang. Perilaku *relaps* (kecenderungan untuk kembali ke pola lama dalam beraktivitas setelah beberapa saat berhenti) dan *conflict* (konflik-konflik yang muncul akibat perilaku kecanduan meliputi interpersonal, aktivitas individu, dan masalah pada pekerjaan/studi) masing-masing dialami oleh partisipan yakni sebanyak 27 orang dan 25 orang.

Tabel 15. Ukuran Pemusatan Skor Kecanduan

Statistik	Nilai
Mean	69,62
Median	69
Mode	61
Range	84
Minimum	21
Maksimum	105

Dari keseluruhan skor kecanduan jejaring sosial, diperoleh rata-rata (mean) sebesar 69,62; skor terbanyak yang diperoleh adalah 61; dan standar deviasi teoritik yang diperoleh sebesar 14.

Selanjutnya data dari partisipan dikategorisasikan untuk menempatkan partisipan

ke dalam tiga kategori kecanduan (tinggi, sedang, rendah). Tujuan dari kategorisasi ini adalah menempatkan posisi skor partisipan dibandingkan partisipan lainnya yang diukur (Rangkuti, 2012). Norma yang digunakan mengacu pada nilai-nilai mean teoritik dan standar deviasi teoritik.

Tabel 16. Kategorisasi Skor

Kategorisasi	Perhitungan
Tinggi	$x > (\text{mean teoritik} + 1\text{SD})$
Sedang	$(\text{mean teoritik} + 1\text{SD}) \geq x \geq (\text{mean teoritik} - 1\text{SD})$
Rendah	$x < (\text{mean teoritik} - 1\text{SD})$

Tabel 17. Distribusi Pengkategorisasian Skor Kecanduan

Rentang Skor	Kriteria Kecanduan	Partisipan	Persentase
$x > 77$	Tinggi	7	18%
$77 \leq x \leq 49$	Sedang	32	82%
$x < 49$	Rendah	0	0%
Total		39	100%

Tabel 17 menunjukkan bahwa dari 39 partisipan terdapat 7 orang (18%) memiliki skor dengan kategori tinggi, dan sebanyak 32 partisipan memiliki skor dengan kategori rendah. Tidak ada partisipan yang termasuk dalam kategori skor rendah 0%. Hal ini disebabkan karena peneliti telah menetapkan karakteristik partisipan sesuai dengan tujuan penelitian yakni partisipan yang kecenderungan kecanduan situs jejaring sosial sehingga kategori tinggi dan sedang merupakan gambaran partisipan dalam penelitian ini.

Dari 7 orang partisipan yang memiliki skor kecanduan tinggi, dipilih 3 orang untuk penelitian selanjutnya, yakni wawancara untuk mengetahui

gambaran pola perilaku dewasa muda yang kecenderungan kecanduan situs jejaring sosial.

Gambaran Umum Partisipan Kualitatif

a. Partisipan 1 (AD)

Partisipan pertama adalah AD berusia 21 tahun, lulusan sebuah perguruan tinggi swasta di Jakarta jurusan Public Relation. Lahir di Jakarta dan merupakan keturunan Jawa. Ia menggunakan kawat gigi, berambut panjang, dengan tinggi sekitar 160 cm, bertubuh proporsional, dan penampilannya cukup modis. Partisipan adalah anak pertama dari tiga bersaudara dan saat ini tinggal di daerah Kebayoran, Jakarta Selatan. Saat ini partisipan masih mencari pekerjaan dan

bekerja sebagai freelancer di Asia PR. Hobinya adalah *browsing* internet dan mencari tahu tentang keunggulan *gadget* yang terbaru.

Orang tua partisipan 1 bekerja sebagai PNS dan sering melakukan dinas luar daerah sejak partisipan kecil. Hubungan keluarga inti tidak begitu hangat karena kesibukan orang tua sehingga jarang terjadi komunikasi. Adik-adik partisipan seringkali terlibat permasalahan baik dalam pendidikan maupun pergaulan. Hal tersebut diakui oleh AD karena kurangnya pengawasan dari orang tua. AD merasa ikut bertanggung jawab karena dia adalah anak pertama sehingga seringkali memberi nasihat kepada adik-adiknya.

Partisipan mengakses internet dan jejaring sosial tiap hari. *Gadget* yang ia miliki adalah *Handphone*, Tablet, dan Laptop. Pada saat berkerja, dan memiliki kegiatan yang padat, ia mengaku mengakses jejaring sosial 10-30 menit dalam seminggu. Namun, pada saat senggang atau tidak memiliki kegiatan, ia gemar mengakses situs jejaring sosial seperti Path, Instagram, Twitter, dan Facebook. Ia dapat menghabiskan waktunya di depan laptop, tablet, atau *handphone* miliknya. Saat ini karena partisipan belum bekerja dan *freelancenya* tidak tiap hari, ia mengaku memiliki banyak waktu menggunakan internet dan mengakses jejaring sosial.

Dalam sebulan, pengeluaran partisipan 1 dalam sebulan untuk biaya *gadgetnya*, yakni BB sebesar 99 ribu, Tablet 99 ribu, dan wifi di rumah 100 ribu.

b. Partisipan 2 (O)

Partisipan kedua dengan inisial O berusia 21 tahun dan merupakan mahasiswa jurusan Kedokteran Gigi semester 7. Lahir di Jakarta dan merupakan keturunan Bengkulu. Partisipan 2 merupakan anak tunggal di keluarganya. O menggunakan kacamata, dengan tinggi badan sekitar 155 cm dan bertubuh agak gemuk, penampilannya cukup modis dan sering menggunakan barang *branded*. Saat ini ia tidak tinggal bersama kedua orang tuanya dan tinggal bersama tantenya di daerah Pejaten, Jakarta Selatan. Ayah dan ibu O pindah ke Banten karena pekerjaan ayahnya. Hobi partisipan 2 adalah *travelling* dan membaca novel.

Ayah partisipan bekerja sebagai kontraktor dan ibunya adalah seorang dokter gigi serta membuka

klinik di tempatnya sekarang. Hubungan dalam keluarga kurang harmonis. O sering mendapati ayah dan ibunya bertengkar dan menjalani kehidupan sendiri-sendiri. Mereka jarang berpegiangan bersama secara lengkap, hanya mengajak partisipan saja jika ingin pergi liburan atau jalan-jalan ke luar kota maupun luar negeri. Sangat jarang ayah dan ibunya pergi bersama.

Partisipan 2 memiliki *gadget* BB, Iphone, dan Laptop. Ia mengakses internet dan jejaring sosial hampir setiap saat. Saat ini situs favoritnya adalah Twitter dan Path. Dalam sebulan, pengeluaran partisipan 2 dalam sebulan untuk biaya *gadgetnya*, yakni BB sebesar 99 ribu, dan Iphone sebesar 100 ribu.

c. Partisipan 3 (HA)

Partisipan ketiga berinisial HA berusia 22 tahun adalah pegawai swasta dan juga seorang penulis. HA berpenampilan cukup modis. Lahir di Jakarta dan merupakan keturunan Betawi. HA memiliki tubuh yang proporsional, rambut ikal dan pendek, memiliki tinggi badan kurang lebih 170 cm. Merupakan anak ke 2 dari dua bersaudara. Saat ini HA tinggal bersama keluarganya di daerah Jakarta Timur. Sebelumnya HA sempat kos di daerah Thamrin, Jakarta Selatan dekat dengan kantornya.

Ayah HA pengangguran dan ibunya guru mengaji di lingkungan tempat tinggalnya. Hubungan partisipan dengan keluarganya tidak terjalin dengan baik karena kurangnya komunikasi diantara mereka. Selama masa sekolah, HA mengakui menjadi masa tersulit baginya karena keadaan keluarga yang cukup berantakan. Ayahnya tidak bekerja sehingga kondisi finansial keluarga memprihatinkan, dan ibunya pernah berselingkuh. Kakak partisipan tidak tinggal bersama keluarga HA. Sejak SMP, partisipan ketiga aktif menggunakan jejaring sosial dan hingga sekarang menganggap jejaring sosial adalah bagian hidupnya.

Hobi partisipan adalah menulis, membaca, dan menonton. *Gadget* yang ia miliki saat ini adalah Laptop dan Iphone. Dalam sebulan, pengeluaran partisipan 3 dalam sebulan untuk biaya *gadgetnya*, yaitu modem sebesar 250 ribu dan Iphone sebesar 150 ribu.

Analisis Inter Kasus dan Pembahasan Temuan dikaitkan dengan Teori

Ketiga partisipan memiliki kesamaan dalam mengenal jejaring sosial yaitu menggunakan akun Friendster pada saat kelas 1 SMP. Adapun alasan bergabung karena ikut-ikutan teman. Hanya HA yang menyatakan dirinya bergabung atas inisiatif sendiri. Ketiga partisipan memiliki pandangan yang bervariasi tentang perasaan dan pendapat menjadi pengguna jejaring sosial. AD berpendapat bahwa jejaring sosial penting agar dirinya tidak ketinggalan informasi dan juga sebagai ajang pembelajaran dengan tampilan diri yang baik. Lain halnya dengan O yang memandang jejaring sosial sudah menjadi kebutuhan sehingga O bebas mengekspresikan diri karena menganggap jejaring sosial sebagai tempat yang menyenangkan. Tidak jauh berbeda dengan O, HA menyatakan bahwa dirinya menikmati dan merasa nyaman serta jejaring sosial adalah penunjang karirnya. Ketiga partisipan sama-sama mulai menikmati mengakses jejaring sosial sejak membuat akun pertama kali yakni Friendster. Walaupun sekarang sudah tidak menggunakan akun tersebut, namun mereka tetap menggunakan jejaring sosial sesuai perkembangan yang ada. Beberapa macam alasannya adalah karena fitur yang disediakan lebih lengkap dibanding yang sebelumnya dan karena trend serta iklan yang ditawarkan melalui berbagai media.

Dari ketiga partisipan, semuanya memenuhi kriteria pola perilaku kecanduan yang dikemukakan oleh Griffiths dalam Andreasean (2012) yakni adanya perilaku *salience*, *tolerance*, *mood modification*, *relaps*, *withdrawal*, dan *conflict*. Perilaku *salience* yang dialami oleh ketiga partisipan memiliki kesamaan yakni merencanakan kegiatan *online* ketika tidak sedang *online*. Disini terlihat bahwa ketiga partisipan menghabiskan waktu mereka untuk membayangkan apa yang harus mereka lakukan ketika akan berjejaring sosial. Jejaring sosial adalah tampilan dirinya di dunia maya sehingga mereka berharap dapat membuat diri mereka tampak lebih menarik. Urista (2004) menyatakan bahwa dewasa muda memaparkan segala sesuatu tentang dirinya di halaman profilnya agar tampak lebih menarik sekaligus meningkatkan *social capital* mereka. Dengan tampil menarik mereka

berharap dapat mendapatkan lebih banyak teman dan berpotensi menjalin hubungan lebih lanjut dengan orang lain. Jika partisipan AD dan HA memikirkan apa yang terjadi di jejaring sosial, lain halnya dengan O. Ia mengaku tidak begitu memikirkan karena setiap saat ia mengakses situs pertemanan tersebut kapan saja bahkan ia mengaku refleks setiap membuka *handphone* yang ia cek dan buka pertama kali adalah akun jejaring sosial miliknya. Meskipun begitu, ketiga partisipan memiliki tujuan yang sama yakni ingin mengetahui apa yang sedang terjadi dengan lingkungan dan teman-teman sekitarnya. Menurut Urista (2004) hal tersebut dilakukan dewasa muda untuk memenuhi kebutuhan individualnya. Dengan jejaring sosial, seseorang tidak perlu menghubungi orang lain satu per satu. Hanya dengan melihat profile halaman orang yang dimaksud, pengguna mendapatkan informasi lebih efisien dan cepat daripada bertanya langsung kepada yang bersangkutan atau menyanyakannya kepada orang lain.

Berdasarkan hasil wawancara, ketiga partisipan sama-sama merasakan bahwa dirinya menghabiskan waktu lama dari yang diniatkan semula ketika berjejaring sosial. Selain itu mereka memiliki dorongan terus-menerus untuk menggunakan akun miliknya dan menghabiskan waktu lama sampai merasa puas. Hal tersebut menandakan perilaku toleransi. Akibat perilaku tersebut, individu mengalami berbagai permasalahan. Permasalahan yang dialami ketiga partisipan adalah mengabaikan orang terdekatnya. Hal tersebut dibuktikan oleh hasil wawancara dengan *significant person*. Walaupun dari segi hubungan sosial dengan orang lain mereka menjadi lebih dekat, namun ketika sedang asik berjejaring sosial seringkali mereka mengabaikan orang yang didekatnya.

Withdrawal yang terjadi pada diri partisipan adalah perasaan yang tidak nyaman seperti gelisah dan perasaan kesal jika tidak dapat mengakses situs jejaring sosial. Konflik yang terjadi dalam diri partisipan sangat beragam namun ketiganya memiliki masalah pada hubungan interpersonal seperti mengabaikan orang terdekat, terjadi pengurangan waktu, lebih senang berkomunikasi secara *online* dibanding *offline*. Kemudian masalah yang timbul lainnya lebih mementingkan kegiatan berjejaring sosial dibandingkan

melakukan aktivitas lain. Masalah pada pekerjaan/studi juga dirasakan oleh ketiga partisipan. AD dan HA mengaku lebih banyak mengulur waktunya, namun mereka akui penggunaan jejaring sosial juga menunjang pekerjaannya. Berbeda dengan O, ia memiliki masalah dalam mengontrol penggunaan jejaring sosial sehingga studinya sering terganggu karena penggunaan situs pertemanan tersebut. Perilaku kembali pada aktivitas semula ketika jejaring sosial dihentikan (*relaps*) juga dialami oleh ketiga partisipan. AD, O, dan HA mengaku tidak dapat menghentikan penggunaan jejaring sosial sekalipun ada usaha untuk melakukannya.

Dari ketiga partisipan merasakan dampak positif menggunakan jejaring sosial. Dampak positif yang mereka alami adalah dapat menjalin hubungan dengan orang-orang yang sudah lama tidak berhubungan dan dapat menjalin hubungan dengan orang-orang yang baru dikenal melalui situs jejaring sosial yang mereka miliki. Selain itu, AD dan HA mempergunakan jejaring sosial sebagai penunjang karir mereka. Mereka memiliki akun LinkedIn yang dapat menjalin koneksi di bidang profesional. Adapun dampak negatif yang dialami oleh ketiga partisipan cukup beragam. Dampak tersebut meliputi dampak konsumtif, psikologis, hubungan interpersonal, akademis/pekerjaan, dan personal.

4. Kesimpulan

Ketiga partisipan dalam penelitian ini memiliki 6 komponen perilaku kecanduan yakni *saliency*, *tolerance*, *mood modification*, *relaps*, *withdrawal*, dan *conflicts*. Komponen perilaku kecanduan yang paling dominan pada partisipan AD adalah *relaps* yakni kecenderungan untuk kembali ke pola lama setelah beberapa saat berhenti. Pada O perilaku kecanduan yang dominan adalah *mood modification* dan *conflicts*. O menggunakan jejaring sosial untuk melupakan masalah pribadinya sebagai upaya menimbulkan perasaan menyenangkan dan nyaman secara psikologis. Komponen perilaku kecanduan yang paling dominan pada partisipan HA adalah *withdrawal* dan *saliency*. HA merasakan perasaan tidak nyaman saat aktivitas berjejaring sosial dihentikan. Dari tabel observasi tampak jelas penggunaan jejaring sosial yang dilakukan HA cukup banyak, ia mengaku tidak dapat

mengendalikan akan jumlah dan waktu berjejaring sosial.

Penggunaan jejaring sosial yang berlebihan menimbulkan dampak negatif dan positif yang dirasakan partisipan. Dampak negatif tersebut antara lain: pengurangan waktu dan masalah interpersonal dengan *significant person*, konsumtif, prokrastinasi, mengalami distraksi, manajemen waktu yang buruk, kurang berprestasi, berprasangka terhadap informasi yang belum tentu membicarakan tentang dirinya, kurang dapat mengontrol diri terhadap penggunaan berjejaring sosial. Adapun dampak positif secara sosial bagi ketiga partisipan yakni meningkatkan *social capital* mereka. Ketiga partisipan memiliki tujuan sama dalam menggunakan jejaring sosial yakni untuk mengembangkan jaringan yang seluas-luasnya. Hal ini didukung oleh data kuantitatif bahwa tujuan utama partisipan bergabung dalam jejaring sosial karena alasan sosial sebanyak 54% yakni untuk menambah teman, memperkuat tali silaturahmi, dan mencari komunitas yang sesuai dengan minat dan hobi.

5. Daftar Pustaka

- Anastasi, A., & Urbina, S. (1997). *Psychological Testing* (7th ed.). New Jersey: Prentice-Hall
- Arnet, J.J. (2004). *Emerging Adulthood: The Winding Road From Late Teens through the Twenties*. Oxford University Press.
- Cresswell, J.W. Dalam Onwuegbuzie, Anthony J., & Collins, Kathleen, M.T. (2007). A Typology of Mixed Methods Sampling Designs in Social Science Research. *The Qualitative Report* Volume 12.
- Erikson. Dalam Dariyo, Agoes. (2003). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: Grasindo
- Kerlinger, F.N. (1986). *Foundations of Behavioral Research* (3rd ed.) Japan: CBS Publishing
- Kerlinger, F.N., & Lee, H.B. (2002). *Foundations of Behavioral Research* (4th ed.) Florida: Harcourt Brace Colleg.

Jayanti Maheswari
Lussy Dwiutami

*Pola Perilaku Dewasa Muda yang Kecenderungan
Kecanduan Situs Jejaring Sosial*

- Kumar, R. (1996). *Research Methodology: A Step-By Step Guide for Beginners*. London: Sage Publications.
- Pew Internet. *Pew Internet Project Data Memo*. www.pewinternet.org/~media/.../PIP_Generations_2009.pdf (diakses 30 Maret 2012, jam 16:05).
- Poerwandari, K. (2009). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta: Fakultas Psikologi UI.
- Prawira, S.A. (2009). *Hubungan antara Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial dengan Kecerdasan Sosial pada Mahasiswa Psikologi Pendidikan UNJ*. Jakarta. Skripsi.
- Rangkuti, A.A. (2010). *Analisis Data Penelitian Kuantitatif Dengan SPSS*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Rangkuti, A.A. (2012). *Teknik Analisis Data Penelitian Kuantitatif Aplikasi dengan Program SPSS*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Rizanti, R. (2011). *Hubungan antara Kecanduan Situs Jejaring Sosial dengan Keterampilan Sosial pada Dewasa Muda yang Bekerja*. Jakarta. Skripsi.
- Urista, M.A, Qingwen Dong, Kenneth D. Day. (2004). *Explaining Why Young Adult Use Facebook and mySpace Through Uses and Gratification Theory* *Human Communication Association* Vol 12, No. 2.