

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju ke tahap dewasa. Masa remaja pun dibagi menjadi dua tahap yaitu masa remaja awal mulai dari usia 13 tahun dan diakhiri dengan masa remaja akhir pada usia 18 tahun (Hurlock, 1991). Masa remaja merupakan masa yang paling perlu diperhatikan, karena remaja dituntut untuk memiliki pola perilaku yang baik agar memberikan pengaruh yang baik pula pada masa dewasanya. Tugas utama dari seorang individu remaja adalah untuk mengembangkan perilaku social yang baik dan bertanggung jawab terhadap perilaku yang dibuatnya di lingkungan social (Hurlock, 1991). Salah satu perilaku social yang baik juga ditandakan dengan kepemilikan kematangan emosi yang baik juga. Kematangan emosi dalam arti individu dapat memahami situasi disekitarnya sebelum memutuskan untuk berperilaku (Hurlock, 1991) sehingga individu harus bisa melihat situasi dari sudut pandang manapun dan dapat mengontrol reaksi emosional nya. Selain membutuhkan waktu yang cukup panjang dan proses perkembangan yang bisa terbilang lama, remaja harus memiliki keterampilan sosial yang baik agar bisa beradaptasi dengan baik pula. Keterampilan sosial ini mencakup pada bagaimana ia akan berinteraksi dengan orang lain, pengendalian emosi, dan lainnya (Hurlock, 1991).

Pada masa remaja, kebutuhan untuk berkomunikasi dengan teman sebayanya dan kebutuhan akan memiliki teman meningkat drastis dibandingkan masa perkembangan sebelumnya (Brown, 1990). Karena saat remaja, mereka akan mulai melepaskan diri dari orang tuanya dan

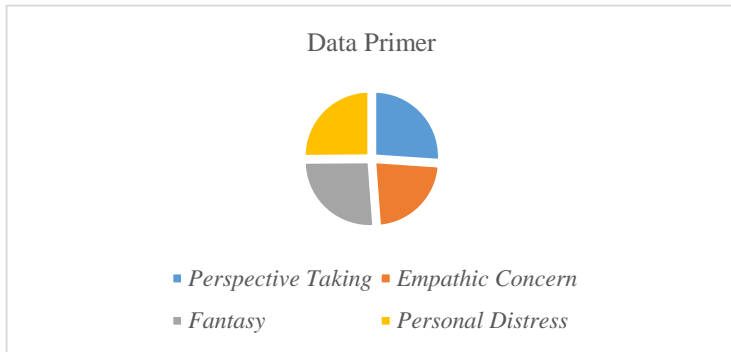
lebih bergantung pada teman sebayanya untuk menceritakan tentang masalahnya atau hal apapun (Halliman, 1995). Maka dari itu, pembentukan relasi sangatlah penting saat remaja karena ketika remaja telah membentuk *group* nya, *group* itu akan digunakan oleh remaja untuk mendapatkan hiburan, feedback, dan fondasi untuk pembentukan identitas diri remaja (Adler&Adler, 1998). Apalagi, remaja kebanyakan lebih menyukai berinteraksi dengan teman sebayanya dibandingkan dengan orang tua karena interaksi dengan teman sebayanya lebih fleksibel (tidak terlalu banyak peraturan seperti dengan orang tua) (Hetherington & Morris, 1978). Maka dari itu, perkembangan kemampuan interpersonal remaja akan mempengaruhi bagaimana remaja akan berinteraksi untuk relasinya dengan teman sebaya (Valkenburg&Peter, 2009)

Salah satu faktor dari terbentuknya kemampuan interpersonal yang baik adalah dengan memiliki empati. Karena empati memiliki banyak fungsi dalam kehidupan sehari-hari seperti meningkatkan hubungan yang kooperatif dan dapat membantu individu untuk saling mengerti perasaan satu sama lain. Empati juga merupakan keterampilan dasar bagi semua keterampilan sosial dan salah satu sumber agar terjadi interaksi sosial yang baik (Goleman, 2003). Empati menurut Davis (1980) adalah respon dari seorang individu yang kompleks, dan meliputi komponen afektif (dapat merasakan apa yang dirasakan orang lain) dan komponen kognitif (memahami perasaan dan mengerti alasan dibalik perasaan tersebut). Adapun beberapa aspek empati yang dibuat oleh Davis adalah *perspective taking*, yaitu kecenderungan seseorang untuk mengambil sudut pandang orang lain dan dapat menempatkan diri sendiri ke dalam posisi orang lain. Aspek kedua *fantasy*, yaitu kemampuan seseorang

untuk berpikir secara imajinatif dan memiliki reaksi emosional terhadap karakter yang ada di film, buku atau program TV. Aspek ketiga adalah *empathic concern*, yaitu perasaan ingin memberikan perhatian terhadap kemalangan yang dialami oleh orang lain. Dan aspek terakhir adalah *personal distress*, yaitu kondisi dimana seseorang mengalami kecemasan saat melakukan proses empati.

Individu yang memiliki keterampilan sosial tinggi biasanya dapat berkomunikasi dengan baik antar sesama, mampu berempati terhadap orang lain dan dapat mengembangkan hubungan yang erat dengan orang lain. Menurut Howe (2015) menyatakan bahwa empati yang dilakukan oleh individu merupakan keterampilan sosial yang sangat penting. Hoffman (2000) mendefinisikan empati sebagai ciri ciri dari sifat manusia yang relatif stabil dari kepribadian individu untuk dapat ikut merasakan emosi yang dialami orang lain. Sehingga pada dasarnya, manusia pasti memiliki sisi empati dalam dirinya. Ikut merasakan kesedihan orang lain merupakan salah satu wujud dari empati yang dimiliki oleh individu. Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Widianingsih & Eko (2015), menghasilkan bahwa terdapat hubungan antara empati dengan kecenderungan perilaku prososial pada perawat di Rumah Sakit. Maka dari itu membuktikan bahwa saat seseorang memiliki empati dalam dirinya, akan lebih besar kemungkinannya untuk membantu orang lain meskipun harus menyingkirkan kepentingan pribadi (Goetz, Keltner & Thomas, 2010) .

Tabel 1.1. Hasil Data Primer



Peneliti mengambil data awal pada remaja usia 14-15 tahun. Dari data tersebut menunjukkan bahwa kalangan remaja saat ini masih belum memiliki kemampuan empati dengan baik. Pada saat ini banyak remaja yang kurang menganggap dengan penting adanya empati, dan menyebabkan remaja saat ini memiliki empati yang rendah (Konrath, 2012; Twenge, 2014). Sifat empati di kalangan remaja saat ini adalah hal yang hampir punah dan sudah dianggap menjadi hal yang tidak penting lagi (Rizkiki, 2018). Salah satu penyebab kurangnya empati pada remaja saat ini adalah mereka terlalu banyak menggunakan internet khususnya *social media* dimana remaja menghabiskan beberapa jam sehari hanya untuk mengakses *social media* nya (Sonck & de Haan, 2015). Pada buku yang ditulis oleh Konrath (2012) menjelaskan bahwa *social media* dapat memberikan efek negatif pada empati remaja. Yaitu yang pertama, *social media* memfasilitasi individu untuk berkomunikasi dengan teman, menjalin relasi dengan teman baru. Hal ini menyebabkan orang menggantikan kehidupan “*offline*” nya dan mementingkan kehidupan “*online*” nya. Yang kedua, akibat selalu berinteraksi melalui *social media*, individu jadi kurang dapat

mengetahui seperti apa ekspresi wajah atau postur tubuh yang dilakukan lawan bicaranya di *social media*. Hal-hal ini menyebabkan individu mengalami kekakuan saat harus berinteraksi secara asli di kehidupan. Salah satu dampak dari tidak adanya empati pada remaja adalah dengan maraknya berita hoaks yang banyak muncul di media sosial belakangan ini. Berita yang dilansir oleh kompas.com tentang “Remaja Rentan Jadi Penyebar Berita Hoax” (2017) menyebutkan bahwa beberapa pelaku penyebaran hoax yang berhasil ditangkap oleh polisi ternyata masih berstatus pelajar. Hal ini mereka lakukan karena mereka tidak memikirkan akibat dari tindakan tersebut yang mungkin saja dapat merugikan pihak-pihak tertentu sehingga dengan mudahnya mereka menyebarkan berita-berita palsu tersebut. Selain banyak beredarnya berita hoaks, perilaku bullying melalui *social media* atau yang dikenal dengan cyberbullying juga seringkali terjadi (Rizkiki, 2018)

Rendahnya empati pada generasi saat ini juga dibuktikan dengan salah satu berita di Indonesia yang sempat beredar *viral* yaitu kecelakaan Tanjakan Emen yang terjadi di Subang, Jawa Barat 10/02/2018. Salah satu korban dari kecelakaan itu menceritakan bahwa saat ia tergeletak di tanah, banyak orang yang berdatangan namun tidak ada satupun orang yang membantunya dan malah merekam situasi kecelakaan tersebut. Bahkan saat korban ingin meminjam *smartphone* untuk menelepon dari salah satu orang yang berdatangan, mereka enggan meminjamkannya. Orang-orang tersebut hanya terus merekam dan menguploadnya di media sosial mereka. Hal serupa juga terjadi pada kejadian Bom Sarinah pada awal tahun 2016 kemarin. Setelah terjadi peristiwa bom tersebut, banyak warga dan pengendara yang berhenti disana hanya untuk merekam, bahkan pada saat terjadi baku tembak antara polisi dan teroris

pun mereka bukannya bersembunyi namun malah tetap merekam terus dan menghiraukan perintah polisi yang melarangnya untuk berhenti merekam. Rekaman yang diambil oleh orang-orang disana lalu diupload ke *social media* dan menjadikan berita yang viral. Fenomena lain pada tahun 2017 kemarin, adanya berita mengenai gadis berusia 14 tahun bernama Nakia yang melakukan bunuh diri. Bukan bunuh diri biasa, melainkan proses bunuh diri yang dilakukannya disiarkan melalui Live Streaming pada aplikasi Facebook. Sama juga dengan kasus dari remaja berusia 15 tahun yang melakukan bunuh diri dengan mengunggahnya pada *social media* youtube. Video tersebut mendapatkan 12 juta views dan ribuan share.

Banyaknya *share* dan *likes* dari konten yang ada di *social media* membuktikan bahwa *social media* ini merupakan media yang paling sering digunakan untuk menyebarkan suatu berita atau konten yang sedang viral. Rendahnya empati dapat ditunjukkan dari *likes* dan *share* yang dilakukan dimana pada dasarnya ketika melihat sebuah video yang berisikan konten tidak benar, maka tidak perlu untuk dibagikan kepada orang lain untuk dilihat yang nantinya akan memberikan dampak negatif bagi penonton. Menurut Suciato (2017) ketika orang tidak sengaja melihat konten-konten yang tidak benar seperti korban kecelakaan, bunuh diri dapat membuat penonton rentan mengalami trauma sekunder, dan dapat memicu perbuatan yang serupa.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Siddiqui & Singh (2016) pada remaja, *social media* memberikan dampak buruk terhadap edukasi remaja karena siswa kehilangan kemampuannya untuk hadir dalam komunikasi tatap muka secara langsung. Pada aspek kehidupan social, *social media* membuat individu menjadi adiksi saat menggunakannya,

individu akan menghabiskan banyak waktu untuk mengakses *social media*-nya daripada fokus pada tugas-tugas yang harus dilakukan. Survey yang dilakukan oleh idntimes.com dalam Adhithia (2018) dari 262 juta populasi di Indonesia, 16.68% penggunaannya merupakan remaja usia 13-18 tahun dan mereka menggunakan internet untuk mengakses *social media*. *Social media* yang sering mereka gunakan adalah *Instagram*, *Line*, *Whatsapp* dan *Facebook*. Hal ini membuktikan bahwa remaja saat ini selalu mengakses *social media* sebagai media untuk berinteraksi sosial secara *online* dengan orang lain. Apabila remaja menggunakan *social media* dengan cara yang tidak benar, maka juga nantinya akan menimbulkan dampak-dampak negatif bagi kehidupan sehari-hari individu tersebut.

Sebanyak 51% remaja usia 14-15 tahun merasa cemas dan tidak senang saat mereka tidak dapat mengakses *social media*-nya terutama waktu kelas berlangsung. Rasa cemas saat tidak mengakses *social media* adalah salah satu indikasi bahwa seseorang mengalami adiksi terhadap *social media*. Survey yang dilakukan oleh Harry Wallop pada “*The Telegraph*” menjelaskan ada beberapa gejala bahwa remaja mengalami *social media addiction* yaitu, ketika makanan di restoran dihidangkan hal pertama yang dilakukan adalah mengambil *smartphone*, mengambil fotonya dan memasukkannya ke *social media*. Selain itu, kegiatan yang dilakukan pertama kali saat bangun tidur adalah mengecek *social media*. Tindakan-tindakan seperti itu banyak sekali dijumpai pada remaja saat ini.

Saat remaja selalu menggunakan *social medianya* untuk berkomunikasi, maka secara tidak langsung akan mengurangi intensitas berinteraksi secara langsung dengan orang lain. Hal ini juga akan

mempengaruhi bagaimana penurunan kemampuan untuk memahami situasi sekitar mereka. Sejalan dengan penelitian Small & Vorgan (2011) yang dilansir oleh CNN, menjelaskan bahwa teknologi khususnya *social media* membuat otak remaja ingin selalu terhubung dengan kepentingan pada *social media* mereka sehingga akan mengabaikan keadaan di lingkungan sekitarnya. remaja yang sudah sejak dini menggunakan kecanggihan teknologi seperti *social media* mengalami penurunan terhadap empatinya, dan menurutnya empati adalah hal yang dipelajari dan juga bisa dibiarkan.

Penelitian yang dilakukan oleh Ningsih dalam (Anam, 2016) berjudul “Pengenyingampingan Interaksi Sosial secara Langsung oleh Masyarakat sebagai Dampak Munculnya Jejaring Sosial (Medsos)” dilakukan di Surabaya. Dalam intensitas penggunaan *social media* selama 24 jam, sebanyak 83% responden menyatakan bahwa mereka tidak bisa lepas dari *social media* mereka walaupun hanya sehari saja. 57% responden menyatakan setuju dan pernah mengalami tidak dihiraukan oleh temannya sendiri karena mereka sedang asik memainkan *social media*. Menurut Ningsih (dalam Anam, 2016) remaja saat ini hanya demi melihat sesuatu yang terjadi dan sedang viral pada saat ini, mereka rela untuk menjauhkan diri dari lingkungan sosialnya.

Melihat banyaknya pengaruh negatif yang diakibatkan *social media*, maka dari itu remaja yang sedang pada masa perkembangannya diharuskan memiliki empati yang baik. Karena empati diindikasikan sebagai salah satu faktor penyebab terjadinya perilaku prososial, dan juga kemampuan berempati dapat menghambat remaja untuk bersikap agresi terhadap sesamanya (McGinley & Carlo, 2007 dalam Carlo, et al., 2011). Berdasarkan hasil survey “*We Are Social*” (dalam Anna, 2017) 18

persen pengguna *social media* adalah remaja berusia 13-17 tahun, yang merupakan usia dari seorang pelajar. Sehingga dari data-data yang telah dijabarkan diatas, peneliti ingin melihat hubungan antara kecenderungan *social media addiction* terhadap empati pada remaja.

1.2 Batasan Masalah

Penelitian ini membatasi ruang lingkup penelitian pada :

- a. Variabel dalam penelitian ini adalah Empati dan *Social Media Addiction* pada Remaja di Surabaya
- b. Partisipan dikatakan memiliki empati yang tinggi jika ia memiliki skor yang tinggi dalam kuesioner Empati berdasarkan keempat aspek Davis
- c. Partisipan dikatakan memiliki kecenderungan *social media addiction* ketika ia memiliki skor yang tinggi pada kuesioner *Social Media Addiction Scale* (SMAS) yang diadaptasi pada Griffiths (Sahin, 2018)
- d. Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja yang memiliki rentang usia dari 13 sampai dengan 18 tahun
- e. Penelitian ini berfokus untuk menguji hubungan antara kecenderungan *social media addiction* dengan empati pada remaja

1.3 Rumusan Masalah

Dari penjelasan diatas maka dapat dirumuskan masalah yaitu : apakah ada hubungan antara kecenderungan *social media addiction* dengan empati pada remaja di Surabaya

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menguji hubungan antara kecenderungan *social media addiction* dengan empati pada remaja di Surabaya.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah kajian teoritis dalam bidang Psikologi khususnya pada bidang Psikologi Klinis dan Psikologi Sosial. Psikologi Klinis terkait variable *social media addiction* dan Psikologi Sosial terkait variable empati. Penelitian ini akan memberikan kajian tentang hubungan antara kecenderungan *social media addiction* dengan empati pada remaja dan diharapkan dapat melengkapi referensi penelitian terutama pada penelitian tentang remaja.

1.5.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi remaja, untuk mengetahui tingkat empati pada remaja dan intensitas penggunaan *social media* pada remaja sehingga dapat digunakan sebagai data awal untuk dilakukannya intervensi.
- b. Bagi Masyarakat Umum, diharapkan dapat mengetahui hubungan antara *social media addiction* dengan empati sehingga dapat memiliki kesadaran diri dalam menggunakan *social media* dan lebih belajar untuk berempati dengan orang lain.
- c. Bagi Psikolog ataupun Psikiater, diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data awal agar dapat dilakukannya intervensi oleh psikolog maupun psikiater

- d. Bagi Orangtua remaja, diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menambah pengawasan orang tua terhadap penggunaan social media remaja agar tidak menjadi negatif dan membantu pengembangan empati remaja
- e. Bagi Pembuat Kebijakan di Sekolah, diharapkan dapat membantu tugas orang tua dalam pengawasan penggunaan sosial media mengingat saat ini sekolah sudah mengizinkan penggunaan *smartphone* di sekolah. Selain itu dapat mendidik anak agar memiliki empati yang baik.