

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan teknologi dilengkapi dengan kecanggihan yang memudahkan individu memenuhi kebutuhan di berbagai bidang. Hal itulah yang membuat manusia berlomba-lomba menciptakan berbagai bentuk media sosial yang banyak dicari dan disukai oleh setiap individu. Media sosial dijadikan tempat baru yang memberi kebebasan individu dalam menampilkan dirinya. Media sosial ini sangat diminati berbagai kalangan usia. ¹

Di Indonesia dan belahan dunia lainnya, media sosial merupakan kebutuhan yang mendasar bagi masyarakat. Berdasarkan hasil perhitungan, individu yang menggunakan media sosial bertambah setiap tahun. Pada 2022, ada 139 juta pengguna media sosial, disusul 167 juta pada 2023, dan 191 juta pada 2024. Menurut survey pengguna youtube terdapat 53,8% dari populasi, pengguna instagram 45,9% dari populasi, pengguna facebook 45,9% dari populasi, pengguna whatsapp 45,2% dari populasi, dan pengguna tik tok 34,7% dari populasi. ²

¹ Ni'amulloh, A.S, et.al., "*Perubahan Sosial dan Pengaruh Media Sosial Tentang Peran Instagram dalam Membentuk Identitas Diri Remaja*", Jurnal Penelitian Pendidikan dan Bahasa, Vol. 1 No. 3, 2023, hal. 101

² Andreas, D. P, *Ini Data Statistik Penggunaan Media Sosial Masyarakat Indonesia Tahun 2024*, (<https://www.rri.co.id/iptek/721570/ini-data-statistik-penggunaan-media-sosial-masyarakat-indonesia-tahun-2024>, diakses pada 28 Oktober 2024)

Sedangkan dari segi umur, pengguna media sosial didominasi oleh usia 18-34 tahun (54,1%), dengan jenis kelamin perempuan (51,3%) sementara laki-laki (48,7%). Frekuensi penggunaan masyarakat Indonesia rata-rata menghabiskan 3 jam 14 menit per hari dan 81% mengaksesnya setiap hari. Aktivitas yang dilakukan pun beragam mulai dari berbagi foto atau video (81%), komunikasi (79%), berita/informasi (73%), hiburan (68%), belanja online (61%).³

Media sosial sudah lama dijadikan sebagai ruang individu dalam belajar mengenai menciptakan hubungan, meningkatkan identitas, mengungkapkan diri, dan mempelajari semua yang ada di dunia.⁴ Pengguna menghabiskan berbagai jumlah waktu di media sosial.

Tersedianya berbagai macam perangkat untuk menggunakan media sosial, membantu masyarakat terutama remaja untuk mengerjakan kegiatan setiap hari seperti di rumah, sekolah atau di masyarakat. Hal tersebut membuat peningkatan penggunaan media sosial di kalangan remaja. Remaja adalah pengguna dan akses media sosial paling banyak, mempunyai efek yang besar, dan merespon cepat.⁵

Remaja merupakan komunitas terbesar masyarakat Indonesia yang menggunakan media sosial secara reguler. Penyebab awal mereka aktif

³ Andreas, D. P, *Ini Data Statistik Penggunaan Media Sosial Masyarakat Indonesia Tahun 2024*, (<https://www.rri.co.id/ipitek/721570/ini-data-statistik-penggunaan-media-sosial-masyarakat-indonesia-tahun-2024>, diakses pada 28 Oktober 2024)

⁴ La, O. M. N. R. S., et al, *Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Di SMP N 3 Parigi Kabupaten Muna Tahun 2023*, Jurnal Wawasan Promosi Kesehatan, Vol. 4 No. 3, 2023, hal. 204

⁵ Siti, A., Dwi, R. W., & Muh, I. Y, *Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Perasaan Kesepian Pada Remaja (Studi Pada Siswa-Siswi Kelas XI MAN 2 Parigi)*, Jurnal Ilmu Komunikasi, Vol. 06 No. 02, 2023, hal. 290

menggunakan media sosial untuk menarik perhatian, meminta pendapat, dan meningkatkan citra. Namun, selang waktu yang lama menjadi ketergantungan⁶

Media sosial memberikan dampak positif pada remaja, seperti halnya dapat menambah wawasan dan informasi. Tetapi disisi lain jika remaja terlalu fokus menggunakan media sosial sehingga melupakan kegiatan lain seperti mengerjakan tugas rumah. Maka media sosial dapat juga memberikan dampak negatif pada remaja.

Menggunakan media sosial yang kurang tepat bisa mengakibatkan langsung terhadap sikap acuh pada lingkungan sekitar. Seperti disaat berkumpul dengan keluarga, masing-masing anggota keluarga memiliki kesibukan dengan gadgetnya, begitu juga ketika bersama dengan teman, remaja disibukkan oleh media sosial masing-masing. Intensitas penggunaan media sosial yang meningkat membuat manusia semakin individualis.

Intensitas penggunaan media sosial ini memperlihatkan seberapa sering & lama individu saat memakai atau mengakses media sosial berdasarkan tujuan dan motivasi penggunaannya. ⁷Intensitas penggunaan media sosial menjadi salah satu pendorong berkurangnya interaksi sosial, sehingga hubungan sosial individu dengan lingkungan sekitar menjadi renggang dan muncul rasa *loneliness* pada dirinya sendiri.

⁶ Pamela, Felita., et.al, “*Pemakaian Media Sosial dan Self Concept Pada Remaja*”. Jurnal Ilmiah Psikologi, Vol. 5 No. 1,2016, hal 30-31

⁷ Andarwati, S.R., & Sankarto, B.S, “*Pemenuhan Kepuasan Penggunaan Internet oleh Peneliti Badan Litbang Pertanian di Bogor*”. Jurnal Perpustakaan Pertanian, Vol. 14 No.1, 2005, hal 10-12

Loneliness juga merupakan kepribadian dinamis pada individu dari berbagai sistem psikofisik yang menentukan karakteristik perilaku dan berfikir, kemudian terdapat hasrat individu terhadap kehidupan sosial dan kehidupan di lingkungannya. Pada hal ini termasuk perasaan cemas, tertekan, dan kurangnya persepsi interaksi sosial pada individu. ⁸ *Loneliness* membuat individu sering menggunakan media sosial sebagai pelarian dari emosi negatif seperti kecemasan dan depresi. ⁹

Tidak juga sedikit individu yang berkumpul, tetapi mereka pada kondisi senyap dan menunduk menggunakan media sosial di *gadget* masing-masing. Dengan hal tersebut banyak individu yang mengalami *loneliness*, meskipun sedang berada dikerumunan. Dan hal tersebut dapat mempengaruhi *self determination*.

Self determination adalah kemampuan untuk menetapkan pilihan yang didasarkan pada pertimbangan mengenai kebutuhan berotonomi, berkompetensi, dan mempunyai hubungan sosial, sehingga dapat digunakan secara optimal. Kebutuhan dasar pada individu untuk mencapai kepuasan dalam *self determination*, dimudahkan dengan motivasi otonom yang bisa membangun kesejahteraan psikologis diri individu. ¹⁰

⁸ Russel, D.W, “*UCLA Loneliness Scale Version -3: reliability, validity, and factor structure*”. Journal of Personality Assessment, Vol. 66 No.1, 1996, hal 20-21

⁹ Adinda, Zakia, “*Hubungan Antara Loneliness dengan Fear Of Missing Out Pada Remaja Sekolah Menengah Atas Pengguna Media Sosial*” (Semarang: Universitas Islam Sultan Agung, 2024), hlm. 14.

¹⁰ Russell, D., et, al, “*The revised UCLA Loneliness Scale: concurrent and discriminant validity evidence*”. Journal of personality and social psychology, Vol. 39 No. 3, 1980, hal 472-475

Beberapa studi menyatakan penggunaan media sosial yang berlebihan, membuat remaja memunculkan inkongruensi dalam konsep dirinya. Inkongruensi muncul disebabkan adanya jarak antara konsep diri yang sebenarnya (*real self*) dan konsep diri yang ideal (*ideal self*). Diri remaja yang ditunjukkan di media sosial merupakan diri ideal yang berjarak dari diri mereka yang sebenarnya pada kehidupan sehari-hari. Remaja menikmati keberadaan diri yang ideal meskipun tidak nyata, dengan menghabiskan lebih banyak waktu di media sosial.¹¹

Media sosial dapat menyediakan tempat bagi remaja untuk mengekspresikan diri dan mengembangkan identitas untuk penentuan diri. Keterlibatan remaja dalam media sosial dapat memberikan dukungan emosional, meningkatkan rasa percaya diri, dan membantu remaja merasa lebih terhubung dengan diri mereka sendiri.

Kurangnya interaksi sosial dan hubungan interpersonal yang layak mengakibatkan kebutuhan emosional remaja sulit terpenuhi. Faktor internal seperti konsep diri negatif dan rendahnya keterbukaan diri menimbulkan *loneliness*. Sedangkan faktor eksternal seperti konflik keluarga, kurangnya dukungan orang tua, dan penolakan dari teman sebaya dapat memicu *loneliness*. Remaja yang merasa tidak diterima atau tidak mampu berperan dalam lingkungan sosial cenderung menarik diri dan mengalami *loneliness*.¹²

¹¹ Pamela, Felita., et.al, “Pemakaian Media Sosial dan Self Concept Pada Remaja”.Jurnal Ilmiah Psikologi, Vol. 5 No. 1,2016, hal 32-37

¹² Gea, L. S., & Farida, H, “Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kesenangan Pada Remaja (Studi Korelasi Pada Siswa Kelas IX SMP NEGERI 2 Semarang)”, Jurnal Empati, Vol. 4 No.2, 2016, hal 166-167

Remaja yang mengalami *lonelinnes* dan merasa memiliki sedikit teman karena berbagai hal, diantaranya merasa tidak diterima sehingga membuat remaja memilih untuk menjauh dari teman sebayanya. Kondisi atau perasaan tidak puas, kehilangan, dan menderita dialami ketika remaja mengalami *lonelinnes*. Remaja mengalami berbagai permasalahan ketika memenuhi fungsi perkembangannya, ada sebagian remaja remaja merasa tidak mampu melakukan relasi sosialnya bahkan cenderung menjauhi lingkungan sosial.

Sebagian remaja merasa tidak nyaman pada keadaan tertentu yang menimbulkan hilangnya rasa percaya mengenai potensi yang dimiliki. Keadaan itu menyebabkan terhambatnya perkembangan pada remaja, serta perasaan terpisah secara sosial. Hal ini mengakibatkan remaja mengalami *lonelinnes*.¹³

Berdasarkan permasalahan diatas peneliti ingin mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial dan *loneliness* terhadap *self determination*. Peneliti menggunakan subjek remaja di MTsN 5 Tulungagung. Hal itu dikarenakan peneliti menemukan adanya banyak remaja di MTsN 5 Tulungagung yang mengalami *loneliness* lalu menggunakan media sosial. Dari hasil survei peneliti melihat bahwa remaja yang masih SMP tersebut mulai membangun identitas diri dan mencari koneksi sosial di lingkungan sekitarnya.

Remaja di usia ini umumnya sangat aktif di media sosial. Mereka sering menggunakan platform tersebut untuk berinteraksi dengan temannya, berbagi pengalaman, dan mengekspresikan diri. Sehingga terdapat kemungkinan

¹³ Zona, Febriani, “Perbedaan Tingkat Kesepian Pada Remaja Ditinjau Dari Jenis Kelamin”, Jurnal Pendidikan Tambusai, Vol. 5 No.3, 2021, hal 7033

pengaruh media sosial dan pengalaman *loneliness* dapat mempengaruhi perkembangan mereka. Remaja sering merasakan tekanan sosial, perbandingan, dan *loneliness*, terutama saat beradaptasi pada perubahan hubungan sosial. Pada usia remaja, individu mulai mengeksplorasi nilai dan tujuan pribadi.

B. Identifikasi Masalah dan Batasan Penelitian

Pada penelitian ini masalah yang diidentifikasi tidak akan dibahas secara mendetail, tetapi hanya di fokuskan pada pokok permasalahan mengenai pengaruh intensitas penggunaan media sosial dan *loneliness* terhadap *self determination*. Beberapa permasalahan yang akan diidentifikasi diantaranya jangka waktu penggunaan media sosial, keterkaitan hubungan sosial, dan penentuan berbagai pilihan dalam memilih suatu tindakan.

C. Rumusan Masalah

- a. Bagaimana pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap *self determination* remaja di MTsN 5 Tulungagung?
- b. Bagaimana pengaruh *loneliness* terhadap *self determination* remaja di MTsN 5 Tulungagung?
- c. Bagaimana pengaruh intensitas penggunaan media sosial dan *loneliness* terhadap *self determination* remaja di MTsN 5 Tulungagung?

D. Tujuan Penelitian

- a. Mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap *self determination* remaja di MTsN 5 Tulungagung.
- b. Mengetahui pengaruh *loneliness* terhadap *self determination* remaja di MTsN 5 Tulungagung.
- c. Mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial dan *loneliness* terhadap *self determination* remaja di MTsN 5 Tulungagung.

E. Kegunaan Penelitian

a. Manfaat Secara Teoritis

- a) Memberikan informasi yang memungkinkan dapat digunakan untuk mengetahui lebih lanjut mengenai pengaruh intensitas penggunaan media sosial dan *loneliness* terhadap *self determination* remaja di MTsN 5 Tulungagung.
- b) Mencoba memantulkan penelitian lebih lanjut terhadap kasus ini dan hal-hal yang mungkin terlewatkan.

b. Manfaat Secara Praktis

Memberikan manfaat bagi sekolah, keluarga, dan remaja yang akan diuraikan sebagai berikut:

a) Bagi sekolah

Memberikan informasi atau pengetahuan baru untuk kegiatan pembelajaran tentang pengaruh intensitas penggunaan media sosial dan *loneliness* terhadap *self determination* remaja di MTsN 5 Tulungagung

b) Bagi keluarga

Membantu remaja dalam proses penggunaan media sosial dan meningkatkan perannya dalam mengawasi serta membimbing perkembangan anak usia remaja.

c) Bagi remaja

Memberikan sumber informasi dan pengetahuan khusus untuk remaja agar mampu menggunakan dan mengkases media sosial dengan baik.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membahas pengaruh intensitas penggunaan media sosial dan *lonelinnnes* terhadap *self determination* di MTsN 5 Tulungagung. Fokus utama penelitian adalah mengidentifikasi seberapa besar pengaruh penggunaan media sosial dan perasaan *lonelinnnes* yang dialami siswa untuk membangun identitas dirinya dalam menentukan berbagai pilihan dalam memilih suatu tindakan. Penelitian ini dilakukan pada siswa yang memiliki penggunaan media sosial dan *lonelinnnes* yang cukup tinggi.

Penelitian ini tidak membahas faktor-faktor eksternal lain yang berpotensi mempengaruhi *self determination*, seperti pengaruh lingkungan keluarga, kondisi ekonomi, tekanan akademik, maupun relasi sosial di luar media sosial. Dengan batasan ini, penelitian diharapkan dapat lebih terfokus dan mendapatkan hasil yang relevan sesuai dengan tujuan yang sudah ditentukan.

Penelitian mengacu pada teori terdahulu untuk memperkuat kerangka teoritis. Hasil penelitian diharapkan memberikan kontribusi praktis bagi instuisi pendidikan dalam penggunaan media sosial, hubungan sosial yang baik, dan kapasitas dalam menentukan berbagai pilihan terhadap suatu tindakan yang ingin dicapai. Keterbatasan peneliti mencakup ketergantungan pada data subjektif responden dan fokus pada sampel spesifik di satu institusi.

G. Penegasan Variabel

Variabel dependen penelitian ini adalah *self determination* yang diukur melalui aspek-aspek seperti motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, dan amotivasi. *Self determination* didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam menentukan dan mempunyai berbagai pilihan dalam memilih suatu tindakan, tekad atau ketetapan hati pada suatu tujuan yang akan dicapai.

Variabel independen dalam penelitian ini ada dua yaitu intensitas penggunaan media sosial dan *loneliness*. Pada variabel intensitas penggunaan media sosial ini diukur melalui berbagai aspek seperti perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi. Definisi dari intensitas penggunaan media sosial adalah keterlibatan individu dalam menggunakan media sosial.

Pada variabel kedua independen yaitu *loneliness* disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya kuantitas pertemanan, kualitas pertemanan, dan gambaran ideal atau ekspektasi individu terhadap pertemanan. *Loneliness* didefinisikan sebagai kondisi dimana individu merasa kurang dipahami akibat

dari ketidaksesuaian hubungan sosial yang diharapkan dengan kenyataan kehidupan interpersonalnya.

H. Sistematika Penulisan

Laporan penelitian disajikan dalam tiga bagian yang saling berhubungan antara satu dengan yang lainnya yaitu bagian awal, bagian utama, dan bagian akhir.

BAB 1 PENDAHULUAN

Berisi pendahuluan yang mencakup latar belakang masalah, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan, ruang lingkup penelitian, penegasan variabel dan sistematika penulisan. Latar belakang menjelaskan konteks penelitian tentang pengaruh intensitas penggunaan media sosial dan *lonelinnes* terhadap *self determination* di MTsN 5 Tulungagung. Rumusan masalah menguraikan pertanyaan penelitian seperti sejauh mana intensitas penggunaan media sosial dan *lonelinnes* memengaruhi *self determination*. Tujuan dan manfaat penelitian memfokuskan pada variabel intensitas penggunaan media sosial, *lonelinnes*, dan *self determination* tanpa membahas faktor eksternal seperti pengaruh lingkungan keluarga, kondisi ekonomi, tekanan akademik, maupun relasi sosial di luar media sosial.

BAB II LANDASAN TEORI

Pada landasan teori menjelaskan definisi operasional variabel, aspek, faktor intensitas penggunaan media sosial, *lonelinnes*, dan *self determination*, serta penelitian terdahulu sebagai referensi. Kerangka teoritis menghubungkan variabel-variabel penelitian disertai hipotesis.

BAB III METODE PENELITIAN

Pada metode penelitian mendeskripsikan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian adalah siswa yang aktif menggunakan media sosial di MTsN 5 Tulungagung dengan sampel 248 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner skala likert (SS/S/TS/STS) yang telah divalidasi dan diuji reliabilitasnya melalui *IMB Statistic SPSS 25*. Analisis data mencakup uji asumsi klasik (normalitas, linearitas, dan heteroskedastisitas) dan pengujian hipotesis.

BAB IV HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian yang menjelaskan gambaran umum pelaksanaan penelitian, data demografis responden kategorisasi skor intensitas penggunaan media sosial, *lonelinnes*, dan *self determination*, hasil uji asumsi klasik serta output regresi linier.

BAB V PEMBAHASAN

Pembahasan dari hasil penelitian dan uji hipotesis yang berisi hipotesis diterima.

BAB VI PENUTUP

Penutup merangkum kesimpulan bahwa intensitas penggunaan media sosial dan *lonelennes* mempengaruhi *self determination*, disertai saran untuk institusi dan penelitian lanjutan. Struktur tambahan meliputi daftar lampiran, daftar pustaka dengan referensi dari jurnal dan buku teori serta bagian awal seperti halaman judul, kata pengantar dan daftar isi.