

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Globalisasi merupakan suatu proses integrasi dan interaksi antar sesama manusia, kelompok, dan pemerintah antar negara. Globalisasi merupakan suatu proses yang didorong oleh adanya suatu perdagangan internasional dan dibantu dengan adanya teknologi informasi.¹ Seiring berjalannya waktu, kini dunia telah memasuki era *digital*, yang berarti telah terjadi pergeseran dari ekonomi yang berbasis industri ke ekonomi yang berbasis informasi dengan menggunakan berbagai perangkat teknologi lain sebagai media komunikasi.² Perkembangan teknologi memiliki dampak positif seperti memudahkan untuk memperluas koneksi pertemanan, meningkatkan rasa empati, memudahkan untuk berkomunikasi, dan lain-lain.³ Selain dampak positif terdapat pula dampak negatif yang bisa dirasakan, seperti menghindari komunikasi secara langsung, adiksi terhadap internet maupun media sosial, tidak peduli terhadap keadaan sekitar, dan lain-lain.⁴

Berdasarkan survei Common Sense Media dan The UK's Royal Society for Public Health yang diikuti oleh 1.500 remaja dan dewasa muda mengenai kebiasaan dalam bermedia sosial, seorang remaja dapat menghabiskan waktu hingga 9 jam pada media sosial. Ditemukan pula bahwa Instagram merupakan salah satu wadah media sosial terbesar yang digunakan oleh remaja dan dewasa muda saat ini. Hal tersebut juga memiliki keterkaitan terhadap kesehatan mental, perundungan, dan rasa takut untuk diabaikan. Berdasarkan data Instagram, hingga saat ini terdapat satu milyar pengguna.⁵ Bersumber langsung dari API (*application programming interface*) dan disusun oleh NapoleonCat, terdapat 62.230.000 pengguna Instagram di Indonesia pada Januari 2020 yang merupakan 22,7% dari total populasi pengguna Instagram dunia. Mayoritas dari mereka berusia 18 sampai 24 tahun dengan total pengguna hingga 23.000.000.³⁶

Adiksi atau kecanduan media sosial merupakan salah satu bentuk dari kecanduan internet. Hal tersebut merupakan salah satu kondisi dimana seseorang

merasa memiliki suatu keharusan untuk menggunakan media sosial secara terus menerus dan merasa khawatir jika tidak dapat menggunakan media sosial.⁶ Menurut survei gejala kecanduan media sosial dapat dimanifestasikan dalam suasana hati, kognisi, reaksi fisik dan emosional, serta masalah interpersonal dan psikologis. Berdasarkan penilaian pada usia 18-24 tahun di 752 universitas di dunia, didapatkan cut-off IAS didapatkan hasil 66,5% peserta tidak kecanduan, 26,5% kecanduan ringan, 6,1% kecanduan sedang, dan 0,9% kecanduan berat terhadap Instagram. Dapat disimpulkan, secara keseluruhan mencapai 33,5% peserta adalah pengguna Instagram yang berisiko.⁶ *Test for Instagram Addiction* (TIA) merupakan kuesioner berisi 34 pertanyaan untuk mengetahui apabila keadaan responden saat ini mengalami keadaan adiksi dan juga mengetahui tingkatan adiksi terhadap Instagram yang dapat di gunakan pada usia remaja dan dewasa muda.^{6,33} Pada saat seorang mengalami adiksi media sosial, secara biokimia ditemukan bahwa terdapat keterkaitan antara sistem dynorphin A (DYN) dan K-opioid receptor (KOPr), kedua sistem ini ditemukan di seluruh bagian otak dan sumsum tulang belakang. KOPr ditemukan di dalam bagian otak yang mengatur suasana hati dan motivasi melalui neurotransmiter dopaminergik dan glutamatergik.⁹ Secara neurobiologis adiksi terhadap media sosial dapat mengaktifkan kombinasi dari bagian otak yang mengatur kesenangan yang disebut “*pleasure pathway*” dan “*reward center*”. Pada saat hal ini aktif, akan meningkatkan pelepasan dari dopamin bersamaan dengan zat kimia saraf lainnya. Seiring dengan berjalannya waktu, reseptor yang mengatur hal tersebut dapat terpengaruh dan dapat menghasilkan pola perilaku dan karakteristik menghindar atau menarik diri. Peningkatan dari penggunaan media sosial pada akhirnya juga dapat meningkatkan pelepasan dari dopamin di bagian nucleus akumbens yang merupakan salah satu struktur *reward center* yang juga terlibat secara spesifik dalam kecanduan lainnya.¹⁰

Tingginya kejadian stres yang muncul di daerah perkotaan, umumnya terjadi karena tingginya permasalahan dalam pekerjaan, sosial, maupun keluarga. Masyarakat di Indonesia yang memiliki gangguan kepribadian tercatat mencapai 5 per 1000

penduduk. Didapatkan data dari rumah sakit jiwa di Surabaya, gangguan kepribadian merupakan masalah kedua dari sepuluh diagnosa penyakit rawat inap dengan jumlah 497 jiwa dari 1.057 jiwa.³⁹ Dalam lingkungan masyarakat, para penyandang gangguan jiwa seringkali mendapatkan stigma pandangan negatif yang juga dapat berdampak negatif bagi mereka yang memiliki gangguan jiwa. Salah satu bentuk diskriminasi yang paling umum terhadap penyandang gangguan jiwa adalah kejadian pasung.³⁸ Data riset menunjukkan pada tahun 2013 terdapat 56.000 orang dengan gangguan mental yang dipasung karena kurangnya informasi, buruknya fasilitas penanganan, dan pandangan negatif.¹⁰

Gangguan kepribadian menghindar merupakan salah satu gangguan kepribadian yang dapat terjadi akibat dari adiksi terhadap media sosial. Gangguan kepribadian menghindar adalah keadaan dimana seseorang menjadi suka menyendiri, terlalu sensitif terhadap kritik dan penolakan, mengurangi interaksi secara langsung, merasa diacuhkan, menghindari kegiatan-kegiatan yang melibatkan orang asing, dan lain-lain.⁸ Berdasarkan survei di Amerika pada tahun 2018, terdapat prevalensi penyebaran sekitar 1.5-2.5 %, angka ini mengalami peningkatan dan penurunan yang tidak terlalu signifikan di setiap tahunnya, hal tersebut dapat dipengaruhi oleh faktor lokasi yang berbeda.⁷ Skrining yang dapat dilakukan untuk mengetahui apabila seorang memiliki risiko gangguan kepribadian menghindar adalah dengan *Hopkins Symptoms Checklist-10* (HSCL-10) yang merupakan kuesioner dengan 10 pertanyaan dan dapat digunakan pada usia remaja dan dewasa muda, kuesioner ini dapat mengetahui tingkatan seorang yang mengalami gangguan kepribadian menghindar.^{13, 35} Faktor tertinggi penyebab terjadinya gangguan kepribadian menghindar adalah trauma masa kecil seperti tidak mendapat perhatian yang cukup dari orang tua, mendapat penolakan dari lingkungan, merasa selalu salah dan kurang dihargai jika mendapatkan sesuatu. Selain itu kejadian gangguan kepribadian menghindar juga dapat dikaitkan dengan kejadian pengabaian, pelecehan, perlindungan berlebihan, dan perawatan yang cenderung rendah terhadap diri. Selain trauma, lingkungan juga berpengaruh terhadap kejadian gangguan kepribadian menghindar, salah satunya adalah hilangnya rasa

percaya terhadap orang lain dan terlalu fokus terhadap media sosial ketika menghadapi suatu masalah sehingga menghasilkan efek adiksi.⁷ Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Jenkins-Guarnierri, dkk pada tahun 2013 di beberapa universitas pada mahasiswa usia dewasa muda, didapatkan hasil positif yang signifikan antara penggunaan Instagram dengan kejadian ansietas dan depresi yang merupakan beberapa ciri dari gangguan kepribadian menghindar, yang berarti semakin tinggi penggunaan Instagram maka semakin tinggi pula kejadian gangguan ansietas dan depresi pada seseorang. Kejadian tersebut dapat disebabkan karena semakin tinggi kemungkinan seseorang akan membandingkan diri dan meningkatkan standarisasi dalam menilai dirinya sendiri. Selain itu, terdapat pula penelitian sebelumnya yang dilaksanakan di Norwegia, di dapatkan hasil bahwa terdapat keterkaitan antara kejadian gangguan kepribadian menghindar dengan keadaan seorang yang sudah menikah, kesehatan fisik, kesehatan mental, pola hidup, dan juga pola bersosialisasi pada usia 30-65 tahun.³⁵ Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait pengaruh adiksi media sosial Instagram terhadap gangguan kepribadian menghindar.⁵¹

Terdapat beberapa hasil pada penelitian sebelumnya yang menyatakan adanya pengaruh positif dari penggunaan media sosial terhadap kejadian ansietas dan juga depresi, antara lain yang dilakukan oleh Jenkins-Guarnierri, dkk pada tahun 2013 yang dilakukan di beberapa universitas pada mahasiswa non fakultas kedokteran usia dewasa muda. Pada penelitian tersebut didapatkan hasil hubungan sangat kuat dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0.803 untuk skala total dan (r) sebesar 0.804 pada skala subtotal, serta hasil *P-value* yang signifikan ($p < 0.001$). Penelitian lainnya dilakukan oleh Dian A. de Vries pada tahun 2015, yang dilakukan pada usia dewasa didapatkan hasil adanya pengaruh positif antara perbandingan diri terhadap sosial, yang dapat disebabkan oleh penggunaan media sosial terhadap tingkat ansietas sosial. Pada penelitian tersebut didapatkan nilai *P-value* yang signifikan ($p < 0.001$).⁵⁰

Berdasarkan penelitian-penelitian diatas mengenai pengaruh media sosial terhadap gangguan kepribadian menghindar didapatkan hasil yang signifikan pada mahasiswa non fakultas kedokteran dan usia dewasa. Dengan demikian, pada

penelitian ini akan diungkapkan mengenai pengaruh adiksi media sosial Instagram terhadap gangguan kepribadian menghindar pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.2 Perumusan Masalah

Walaupun sudah ada penelitian sebelumnya mengenai hubungan tingkat kecemasan dengan gangguan kepribadian Instagram dan adanya pengaruh positif antara adiksi terhadap Instagram terhadap kejadian ansietas dan depresi, namun belum ada penelitian lebih rinci yang menjelaskan mengenai pengaruh adiksi pada media sosial Instagram terhadap kejadian gangguan kepribadian menghindar khususnya pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan sebelumnya, oleh karena itu peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai keterkaitannya.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat pengaruh adiksi pada media sosial Instagram yang diukur dengan kuesioner TIA (*Test for Instagram addiction*) terhadap kejadian gangguan kepribadian menghindar yang diukur dengan kuesioner HSCL-10 (*Hopkins Symptoms Checklist 10*) pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan umum :

1.4.2.1 Mengetahui prevalensi mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang memiliki adiksi media sosial.

1.4.2.2 Mengetahui prevalensi mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang memiliki kecenderungan gangguan kepribadian menghindar.

1.4.2.3 Mengetahui prevalensi mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang mendapat pengabaian dari orang tua.

1.4.2 Tujuan khusus :

Mengetahui pengaruh adiksi pada media sosial Instagram yang di ukur dengan kuesioner *Test for Instagram Addiction* (TIA) terhadap gangguan kepribadian menghindar yang di ukur dengan kuesioner *Hopkins Symptoms Checklist-10* (HSCL-10) pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat akademik :

1.5.1.1 Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan mengenai pengaruh adiksi pada media sosial Instagram terhadap gangguan kepribadian menghindar.

1.5.1.2 Penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi penelitian berikutnya mengenai pengaruh adiksi pada media sosial Instagram terhadap gangguan kepribadian menghindar.

1.5.2 Manfaat praktis :

1.5.2.1 Penelitian ini diharapkan dapat membantu para praktisi untuk mengetahui pengaruh adiksi pada media sosial Instagram terhadap gangguan kepribadian menghindar.

1.5.2.2 Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan kepada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran

Universitas Pelita Harapan mengenai pengaruh adiksi pada media sosial Instagram terhadap gangguan kepribadian menghindar.

