

BAB I

PENDAHULUAN

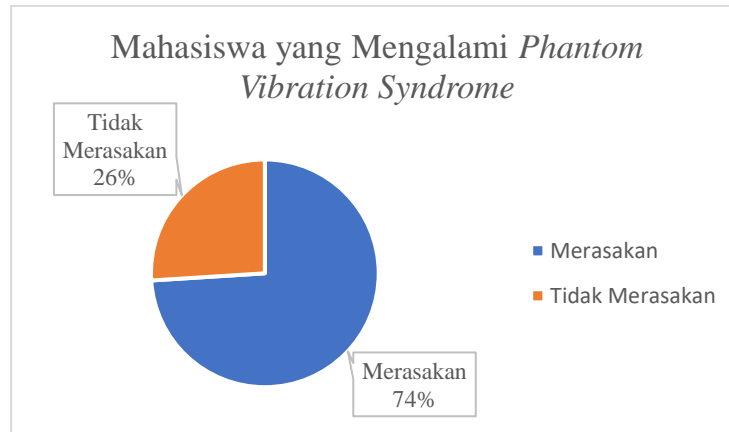
1.1 Latar Belakang

Eksistensi *smartphone* kini alih-alih memberikan pengaruh buruk pada psikologis serta pola perilaku manusia. *Smartphone* terkadang membuat seseorang merasa perlu segera merespon setiap pesan atau pemberitahuan yang masuk maka hal ini dapat mengganggu aktivitas di dunia nyata. Menurut Fahlevi (2021) gangguan psikologis yang dapat dirasakan akibat kecanduan *smartphone* seperti, *nomophobia*, *low bat anxiety*, *Fear of Missing out (FOMO)* dan *Phantom Vibration Syndrome*.

Kini banyak pengguna *smartphone* merasakan jika telepon genggamnya bergetar seolah-olah terdapat notifikasi yang masuk akan tetapi kenyataannya tidak, kondisi ini dikenal dengan sebutan *Phantom Vibration Syndrome* atau sindrom getaran hantu. *Phantom Vibration* bukanlah suatu sindrom, ini adalah halusinasi taktil di mana otak merasakan rangsangan yang sebenarnya tidak ada (Setianingrum, 2017).

Shatrughan (2017) dalam jurnalnya menggambarkan istilah *Phantom Vibration Syndrome* ialah gangguan yang muncul akibat penggunaan ponsel yang berlebih, mengaktifkan mode getar dalam zona senyap serta selalu meletakkan *smartphonenya* di saku celana. Maka hal ini dapat memicu kecanduan dan menyebabkan seseorang mengalami *Phantom Vibration Syndrome*.

Menurut Dwi Retno Hapsari dalam tayangan *channel Youtube IPB TV*, memaparkan bahwa individu yang mengalami *Phantom Vibration Syndrome* memiliki ciri-ciri antara lain seperti seseorang akan menjadi hipersensitif dikarenakan mereka salah mengartikan sesuatu yang dianggapnya sebagai nada dering atau notifikasi getar yang di hasilkan oleh *smartphone* dan menurunnya empati seseorang ketika sedang berinteraksi sebab disela-sela percakapan selalu melihat layar *smartphone* sehingga komunikasi yang dilakukan menjadi tidak efektif (IPB TV, 2021).



Gambar 1.1 Jumlah Mahasiswa Kedokteran India yang Mengalami Phantom Vibration Syndrome (Charulatha et al., 2021)

Pada gambar diatas berdasarkan penelitian yang dilakukan Charulatha dkk (2021) diperoleh 200 mahasiswa kedokteran India 74% mengalami Phantom Vibration Syndrome. Dalam riset ini juga membuktikan bahwa ketergantungan ponsel umum dirasakan oleh kalangan mahasiswa. Menurut (Pareek, 2017) *Phantom Vibration* merupakan fenomena umum di tingkat global dan secara umum populasinya dialami oleh para remaja hingga dewasa.

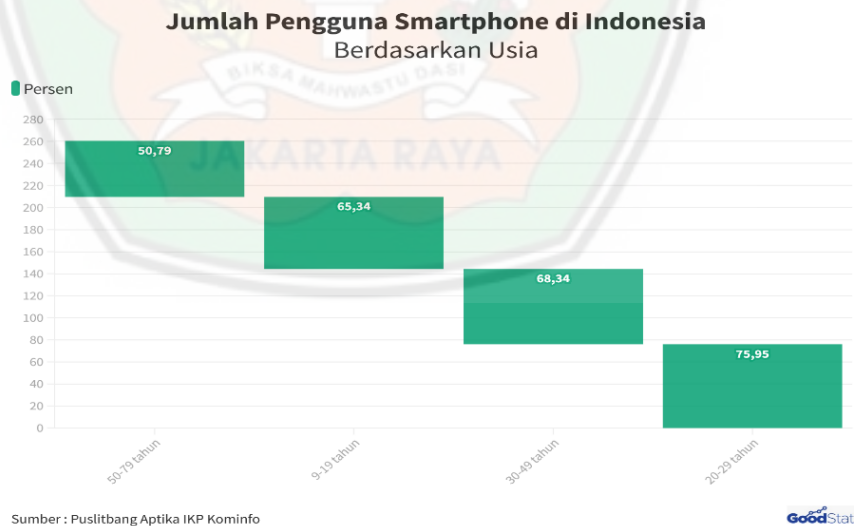
Fenomena ini dapat terjadi akibat rasa cemas dan adaptasi fisik akan kecanggihan teknologi saat ini. Seperti fitur *smartphone* yang semakin hari semakin canggih serta hadirnya ribuan aplikasi *chatting*, sosial media, gim maka akan semakin banyak notifikasi yang masuk. Hal ini membuat tubuh cenderung merasakan khawatir apabila terlambat merespon notifikasi tersebut (Hidayat, 2017).

Saat ini tidak ada lagi alasan jarak, ruang, dan waktu membatasi manusia untuk terhubung satu sama lain berkat kemajuan teknologi komunikasi yang hadir dalam bentuk *smartphone*. Bersosialisasi sudah jarang dilakukan oleh individu yang tidak lain disebabkan karena kehadiran *smartphone* (Muflih et al., 2017). Tidak heran saat ini banyak orang lebih asyik dengan *smartphonenya* dibandingkan bersosialisasi pada individu lain di lingkungan sekitarnya.



Gambar 1.2 Digital Di Seluruh Dunia (Kemp, 2021)

Berdasarkan data *We Are Social* dan *Hootsuite* (Kemp, 2021), Oktober 2021 tercatat ada 5,29 miliar penduduk bumi kini menggunakan ponsel dengan total populasi 7,89 miliar jiwa dari jumlah tersebut 4,88 miliar aktif mengakses internet serta 4,55 miliar tercatat aktif bersosial media. Data tersebut dapat bertambah setiap tahunnya diiringi dengan bertambahnya populasi penduduk bumi serta kecanggihan *smartphone*.



Gambar 1.3 Jumlah Pengguna Smartphone Di Indonesia 2022 (Adisty, 2022)

Sedangkan jika di kelompokkan jumlah pengguna *smartphone* di Indonesia pada tahun 2022 berdasarkan usia yang bersumber data GoodStars (Adisty, 2022), penggunaan *smartphone* paling banyak didominasi oleh kalangan dengan rentang

usia 20-29 tahun dengan jumlah 75,95 persen. Hingga pengguna *smartphone* paling rendah didominasi rentang usia 50-79 tahun dengan angka 50,79 persen. Dapat diartikan generasi muda telah mendominasi penggunaan *smartphone* dan internet.

Menurut Iqra dkk (2021) kecanduan gim merupakan salah satu faktor pemicu seseorang mengalami *Phantom Vibration*. Gim *online* / permainan daring ialah permainan yang dihubungkan melalui jejaring internet serta dapat dimainkan di berbagai macam perangkat seperti laptop, komputer, *handphone* serta perangkat lainnya (Firdaus, 2018). Gim *online* dapat dijalankan dengan memanfaatkan internet maka pemain dapat langsung terhubung dengan pemain lainnya pada waktu yang bersamaan.

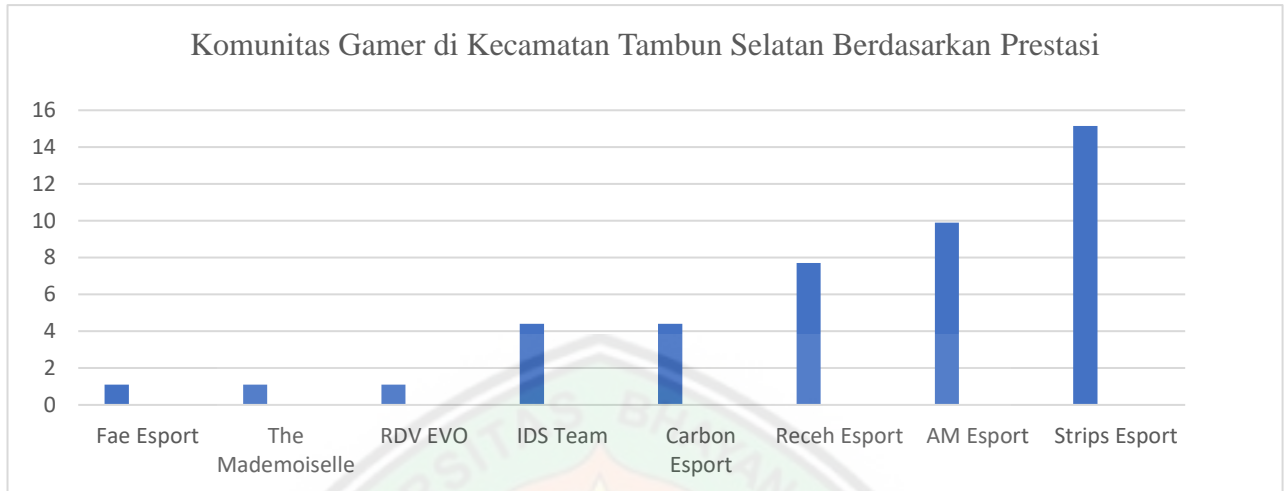


Gambar 1.4 Rata-Rata Waktu yang Dhabiskan untuk Bermain Video Gim di Indonesia Perminggu (Annur, 2021)

Melihat data Statista (Annur, 2021) menunjukkan mayoritas waktu yang dihabiskan para *gamers* di Indonesia untuk bermain video gim selama 4-7 jam per minggu dengan persentase mencapai 17,4%. Indonesia menduduki peringkat ke-17 dunia sebagai pasar industri gim terbesar di Asia Tenggara. Dengan kecanggihan teknologi, gim *online* dapat mempertemukan satu dengan yang lainnya dan jika memiliki kecocokan dapat terbentuk sebuah komunitas *gamers*.

Gamer dapat diartikan sebagai sebutan bagi orang-orang yang memainkan gim secara rutin dan cukup mahir dalam segala jenis gim yang di mainkan (Budiono & Hasmira, 2020). Komunitas *gamer* merupakan wadah bagi para *gamer* yang

terhimpun menjadi bagian dalam komunitas gim *online*, biasanya komunitas *gamer* dapat terbentuk karena memiliki kepentingan yang sama, kesamaan gim yang dimainkan, serta adanya kecocokan individu (Hutama & Irawanto, 2022).



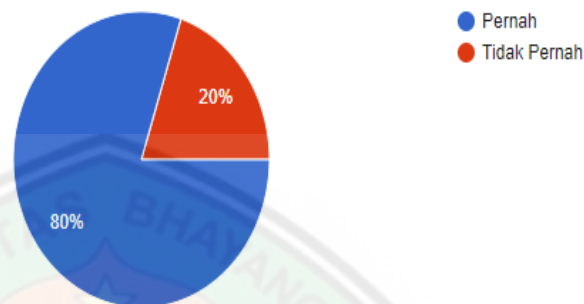
Gambar 1.5 Komunitas Gamer di Kecamatan Tambun Selatan Berdasarkan Prestasi

Peneliti telah mengumpulkan nama-nama tim esport di kecamatan Tambun Selatan dan menyusunnya berdasarkan prestasi. Terlihat bahwa Strips Esport lebih unggul, mereka telah memperoleh 15 kejuaraan diantaranya, juara 1 turnamen *Mobile Legends* maung id cups s51, juara 3 turnamen *Mobile Legends* Chi champs id s4, juara 1 turnamen *Mobile Legends* sparta organizer, juara 2 turnamen *Mobile Legends* wiralodra reborns, juara 3 turnamen *Mobile Legends* JU esports, juara 3 turnamen *Mobile Legends* leximafest, juara 2 turnamen *Mobile Legends* geekswolf wave 1, juara 2 turnamen *Mobile Legends* rawy.eo s32, juara 2 turnamen *Mobile Legends* PCU esports challenge, juara 3 turnamen *Mobile Legends* mechanic cup 3.0, juara 1 turnamen *Mobile Legends* d'organizer s2, juara 3 turnamen *Mobile Legends* metaco max, juara 1 turnamen *Mobile Legends* MXM esports s12, juara 1 turnamen *Mobile Legends* imasika, dan juara 2 turnamen *Mobile Legends* phoenix cup prasmul Olympic.

Komunitas Strips Esport berdiri pada tahun 2017 dan hingga saat ini anggotanya berjumlah 20 orang yang mayoritas anggotanya berstatus mahasiswa. Strips Esport terbentuk karena anggotanya berada dalam tempat berkumpul yang sama, sering mabar / main bareng dengan permainan yang sama. Dalam permainannya mereka berfokus pada gim *Mobile Legends*, gim ini memang

dirancang khusus untuk dimainkan melalui perangkat *mobile*. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti kepada komunitas Strips Esport, hampir setiap harinya anggota Strips Esport selalu berkumpul untuk berlatih dan dalam sehari mereka dapat menghabiskan waktunya untuk bermain gim kurang lebih 5-6 jam per hari.

20 jawaban



Gambar 1.6 Jumlah Anggota Strips Esport yang Pernah Mengalami atau Merasakan *Phantom Vibration*

Pada gambar diatas peneliti telah melakukan pra survei dengan menyebarkan kuesioner kepada komunitas *gamer* Strips Esport, dari 20 anggota Strips Esport terdapat 16 diantaranya mengakui bahwa mereka pernah mengalami atau merasakan *Phantom Vibration*. Menurut Pareek (2017) dalam jurnalnya, salah satu upaya penanganan atau mengatasi *Phantom Vibration* dengan mengurangi durasi penggunaan *smartphone* dan perbanyak berinteraksi atau bersosialisasi dengan individu lain.

Oleh sebab itu salah satu cara sederhanya dengan bergabung kedalam komunitas yang dipastikan sejalan dan sesuai minat masing-masing individu. Dalam komunitas / organisasi, komunikasi memiliki kontribusi yang sangat penting dalam membangun hubungan dan koordinasi untuk mencapai tujuan bersama.

Berdasarkan observasi peneliti kepada komunitas Strips Esport, peran ketua komunitas tidak hanya memberi arahan yang berkaitan dengan gim maupun jalannya komunitas saja. Tetapi ketua komunitas terlihat berperan sebagai konselor

bagi anggotanya. Dalam hal ini ketua komunitas menyadari sebagian besar anggotanya pernah mengalami atau merasakan *Phantom Vibration*.

Sebagai seorang konselor dalam melakukan konseling membutuhkan strategi atau teknik komunikasi konseling, sebab komunikasi konseling adalah salah satu upaya untuk dapat berinteraksi pada sesama, bertukar pendapat, mengutarakan perasaan, serta membantu seseorang dalam mengatasi persoalan (Candrasari, 2020). Saat komunikasi konseling berlangsung terdapat pertukaran informasi antara klien dengan konselor dan juga sebaliknya.

Maka apabila konselor mampu menerapkan teknik komunikasi dalam konseling dengan baik, konselor dapat mendalami masalah klien dan menetapkan solusi. Menurut Fauzan (dalam Salman et al., 2016) terdapat 16 kategori teknik dasar komunikasi dalam konseling diantaranya yaitu Prakonseling, *Opening*, *Acceptance*, *Restatement*, *Reflection of Feeling*, *Clarification*, *Structuring*, *Lead / Questioning*, *Reassurance*, *Silent*, *Rejection*, *Interpretation*, *Advice*, *Confrontation*, *Summarization* dan *Termination*.

Keberhasilan konseling sangat ditentukan oleh efektifitas komunikasi yang dilakukan antara konselor dan klien. Untuk mencapai keberhasilan dalam komunikasi konseling tidak luput dari bentuk komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal (Interpersonal Communication) merujuk pada komunikasi yang terjadi antara dua orang secara langsung (Salman et al., 2016).

Tanda komunikasi berjalan dengan efektif adalah dengan terciptanya hubungan yang dekat atau hubungan emosional yang baik. Dalam hal ini ketua tim dan anggota harus memiliki hubungan yang baik agar dapat saling terbuka, tidak ada kecanggungan, dan berpartisipasi aktif untuk mengutarakan pendapat dan persoalan yang dihadapi. Maka dari itu dalam penelitian ini akan menggali bagaimana strategi komunikasi konseling dalam penyembuhan *Phantom Vibration Syndrome* di komunitas *gamer Strips Esport* dan bagaimana perilaku anggota *Strips Esport* yang telah sembuh dari *Phantom Vibration Syndrome*.

Pentingnya tema *Phantom Vibration Syndrome* untuk diteliti di kalangan *gamer* karena berdasarkan pra survei dari kuesioner yang peneliti bagikan kepada

komunitas Strips Esport, mayoritas dari mereka menggunakan *smartphonenya* diatas 7 jam/hari, hal ini masuk dalam kategori tinggi. Menurut Sativa (2017), durasi ideal untuk menggunakan *smartphone* yaitu 4 jam 17 menit dalam sehari. Akibat dari penggunaan *smartphone* yang berlebih salah satunya dapat membuat seseorang mengalami *Phantom Vibration Syndrome* (Pareek, 2017).

Berdasarkan pemaparan dari latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk memimpin penelitian ini, di mana hasil dari penelitian tersebut disusun menjadi sebuah skripsi yang berjudul: **“Strategi Komunikasi Konseling Dalam Penyembuhan *Phantom Vibration Syndrome* Di Komunitas Gamer Strips Esport”**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan maka dapat diperoleh rumusan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana strategi komunikasi konseling dalam penyembuhan *Phantom Vibration Syndrome* di komunitas *gamer* Strips Esport?
2. Bagaimana perilaku anggota Strips Esport yang telah sembuh dari *Phantom Vibration Syndrome*?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak di peroleh dari penelitian ini diantaranya:

1. Untuk mengetahui bagaimana strategi komunikasi konseling dalam penyembuhan *Phantom Vibration Syndrome* di komunitas *gamer* Strips Esport.
2. Untuk mengetahui bagaimana perilaku anggota Strips Esport yang telah sembuh dari *Phantom Vibration Syndrome*.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menurunkan pengetahuan dan wawasan baru di bidang Ilmu Komunikasi terkait strategi komunikasi konseling dalam penyembuhan *Phantom Vibration Syndrome*.

1.4.2 Kegunaan Praktis

- a) Bagi mahasiswa, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dan tolak ukur untuk mahasiswa lain yang hendak melakukan penelitian serupa nantinya.
- a) Bagi masyarakat, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi suatu pembelajaran hendak bersikap lebih bijak lagi dalam penggunaan *smartphone*.

