BAB. I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekarang lebih dari jutaan manusia di seluruh Indonesia telah menggunakan internet. Terutama bagi remaja, internet menjadi suatu kegemaran tersendiri dalam mencari informasi terbaru dan menjalin hubungan dengan orang lain di beda tempat (Dyah, 2009). Remaja menggunakan internet untuk berbagai macam hal, semisal untuk keperluan proses belajar mengajar, bermain *game onlline, chatting,* atau membuka akun media sosial. Hal ini didasarkan pada prosentase jumlah pengguna internet dibeberapa negara pada tahun 2012 seperti: China 22,4%, Amerika Serikat 78,1%, India 11,4%, Jepang 79,5%, Jerman 83%, Indonesia 22,1% dan Inggris 83,6% , Kristo (2013).

Hasanuddin (2014) mengungkapkan pengguna internet di dunia diprediksi akan mencapai 3 milyar pada akhir tahun 2014, prediksi yang dirilis oleh badan telekomunikasi internasional PBB itu menyebutkan dengan angka tersebut maka 40% penduduk dunia tersambung internet pada akhir tahun 2014. Bagaimana dengan Indonesia, data terakhir yang di keluarkan APJII (Asosiasi Pengguna Jasa Internet Indonesia) menyebutkan pengguna internet di Indonesia sebesar 17,19 juta jiwa pada tahun 2014. Data lain menunjukkan hampir 30% pengguna internet di tanah air berasal dari kalangan remaja berusia 15-24 tahun. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Kementerian Informasi dan Informatika (Kominfo), Unicef dan Harvard

University dengan mengambil sampel 400 remaja berumur 10-19 tahun yang tersebar di 11 provinsi Indonesia menunjukkan hasil yang mengejutkan yaitu hampir 80% remaja di Indonesia kecanduan internet, tercatat 24% mengaku menggunakan internet untuk berhubungan dengan orang yang tidak dikenal, 13% korban *cyberbullying* dan 14% digunakan untuk mengakses konten pornografi (Yusuf, 2014). Tidak sedikit orang yang sangat bergantung pada internet atau sosial media serta penggunaan yang berlebihan sehingga menyebabkan kecanduan.

Kecanduan situs jejaring sosial atau media sosial merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan *internet addictive disorder (IAD)* Majorsy Ursa, Kinasih, Andriani, & Lisa (2013). Individu yang dapat dikategorikan kecanduan internet adalah individu yang menghabiskan lebih dari 7 jam dalam satu hari untuk mengakses internet, itu berarti bahwa waktu mengakses internet sama atau bahkan lebih dari jam tidur individu dalam satu hari (Hasanuddin, 2014). Widiana, dkk (2004) juga menyebutkan seorang pecandu internet akan menghabiskan waktu berjam-jam bahkan secara ekstrem berhari-hari berada di depan komputer untuk *online*. Hasil suatu pendapat *online* oleh salah satu internet provider di Jerman, yang diikuti oleh sekitar 1900 siswa-siswa, menyatakan bahwa sekitar 12% siswa-siswa menghabiskan waktu lebih dari 10 jam sehari untuk *online*, dan sekitar 13% siswa-siswa mengaku menghabiskan waktu 6-10 jam sehari untuk *online*. Di China, sekitar 6,4% mahasiswanya mengalami kecanduan internet. Rata-rata,

individu menghabiskan 38,5 jam dalam seminggu untuk *online*. Sedangkan di Finlandia, banyak remaja yang sedang menjalani wajib militer terpaksa dipulangkan, karena *internet addiction*, dan tidak dapat beradaptasi dengan baik dengan remaja-remaja lainnya, Ningtyas (2012). Data lain yang di peroleh dari siswa-siswa SMK X Klaten dengan jumlah reponden sebanyak 25 siswa, menunjukkan bahwa rata-rata dalam sehari siswa-siswa tersebut dapat membuka media sosial sebanyak 10 kali dengan alasan, ingin melihat informasi baru, akses internet gratis, untuk mengisi waktu luang, bahkan ada yang menyebutkan merasa kecanduan, dimana dalam satu hari siswa-siswa tersebut membutuhkan waktu untuk membuka internet baik secara berturut-turut ataupun tidak selama 30 menit s/d 10 jam dan media sosial yang sering siswa-siswa tersebut akses seperti Facebook, Youtube, BBM, mencari tugas sekolah, dan bermain game.

Orang-orang yang mengalami kecanduan internet mengalami gejala yang sama dengan kecanduan obat bius, yaitu lupa waktu dalam berinternet. Kebanyakan orang yang kecanduan internet ini dikarenakan individu menemukan kepuasan di internet, yang tidak individu dapatkan di dunia nyata, merasa senang dengan internet, durasi penggunaan terus meningkat, mejadi bosan dan cemas saat harus melalui beberapa hari tanpa media sosial atau jejaring sosial. Internet telah membuat remaja kecanduan, karena internet menawarkan berbagai fasilitas informasi, permainan, dan hiburan yang membuat remaja tidak ingin meninggalkan internet. Kebanyakan individu terperangkap pada aktivitas negatif seperti *games*, judi dan *sex online*

(Ningtyas, 2012). Seperti hasil pengambilan data awal di SMK X Klaten menunjukkan bahwa dari 25 siswa tersebut 17 siswa menyebutkan saat siswa-siswa tersebut tidak bisa tidur mereka memilih untuk bermain game online seperti *clash of clash*, membuka internet atau *browsing*, dengan alasan karena menyenangkan, dan saat siswa-siswa tersebut tidak dapat mengakses internet siswa-siswa tersebut akan mencari *hotspot* area, pergi ke warnet atau membeli paket data untuk berinternet. Kemudian 15 dari 25 siswa menyebutkan bahwa saat siswa-siswa tersebut mengakses internet melebihi dari waktu yang di targetkan siswa-siswa tersebut merasa bosan, marah, emosi karena jaringan yang lambat dan 10 dari 25 siswa yang lain menyebutkan akan segera keluar atau *log out* karena dapat menyita waktu mereka.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hassanzadeh, Beydokhti, dan Zadeh (dalam Waldo 2008) telah menemukan bahwa setidaknya 50% dari individu mampu untuk menyimpulkan bahwa penggunaan internet dapat memfasilitasi dan menghambat perkembangan psikososial antara siswa SMK khususnya pada tahap moratorium (19 tahun atau remaja awal). Hal ini tergantung dari kontrol diri yang dimiliki oleh individu tersebut. Calhoun dan Acocela 1976 dalam (Indraprasti, 2008) mengartikan bahwa kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis dan perilaku seseorang. Seperti pendapat yang diungkapkan oleh Usi dan Hadis (dalam Dyah,2009) bahwa pecandu internet yang tidak dapat mengontrol diri memiliki kemungkinan untuk mengabaikan kegiatan lainnya, umumnya remaja yang kecanduan internet lupa waktu, sekolah, dan lingkungan sekitar. Seperti hasil

pengambilan data awal pada 25 siswa SMK X Klaten menunjukan bahwa 8 dari 25 siswa mengalami kesulitan untuk mengalihkan perhatian ke hal yang lain dikarenakan terlalu fokus dengan internet atau media sosial, serta merasa media sosial lebih menarik dibandingkan dengan hal yang lain namun 17 siswa menyebutkan bahwa siswa-siswa tersebut dapat mengalihkan perhatian ke hal yang lain dikarenakan siswa-siswa tersebut tidak terlalu menyukai media sosial dan lebih senang berbicara dengan teman, serta 17 siswa dapat berhenti membuka internet saat di tegur oleh orang tua mereka tetapi 8 siswa yang lain tidak dapat menghentikan kegiatan berinternet dengan alasan sebentar, karena hobi, terlalu asik bermain internet, serta tidak pernah diingatkan oleh orang tua sehingga menyebabkan mereka lupa waktu.

Widiana, dkk (2004) menyebutkan bahwa pengguna internet yang mempunyai kontrol diri yang tinggi akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku *online*. Setiap individu yang mempunyai kontrol diri yang tinggi mampu mengatur penggunaan internet sehingga tidak tenggelam dalam internet. Mampu menggunakan internet sesuai dengan kebutuhan, mampu menyesuaikan aktivitas *online* dengan aktivitas lain dalam kehidupannya dan tidak memerlukan internet sebagai tempat untuk melarikan diri dari masalah. Pengguna internet yang mempunyai kontrol diri rendah tidak mampu memadu, mengarahkan dan mengatur perilaku *online*. Individu dengan kontrol diri yang rendah tidak dapat mempertimbangkan konsekuensi yang mungkin dihadapi sehingga tidak mampu memilih tindakan yang tepat, serta tidak mampu mengatur pengunaan internet sehingga perhatian tertuju

pada internet yang tampak dari berharap segera *online* atau memikirkan aktivitas *online*, menggunakan internet dengan waktu yang semakin meningkat untuk memperoleh kepuasan, tidak mampu memadukan aktivitas *online* dengan bagian lain dari kehidupannya seperti waktu untuk belajar, bekerja, dan bersosialisasi dengan orang lain serta menggunakan internet sebagai tempat untuk melarikan diri dari masalah.

Pakar psikolog di Amerika David Greenfield dalam (Ningtyas, 2012) menemukan bahwa pecandu online merasakan rasa perpindahan ketika online dan tidak mampu mengelola aspek-aspek utama dari kehidupan individu karena individu tersebut keasyikan dengan *online*. Individu mulai kehilangan tengang waktu yang penting di tempat kerja, menghabiskan lebih sedikit waktu dengan keluarga. Individu mengabaikan hubungan sosial dengan teman-teman individu, rekan kerja, dan dengan komunitas individu, dan akhirnya, hidup individu menjadi tidak terkendali karena internet. Hal ini dipengaruhi juga oleh keterampilan sosial yang dimiliki oleh individu tersebut. Seperti yang disampaikan oleh Majorsy dkk (2013) bahwa perilaku kecanduan media sosial juga dipengarui oleh keterampilan sosial dimana keterampilan sosial merupakan kemampuan dalam berkomunikasi, menjalin hubungan dengan orang lain, menghargai diri sendiri dan orang lain, mendengarkan pendapat atau keluhan dari orang lain, memberi atau menerima *feedback* seperti kritik, bertindak sesuai norma dan aturan yang berlaku.

Bagi individu yang memiliki keterampilan sosial yang rendah akan cenderung memilih situs jejaring sosial sebagai sarana komunikasi

dibandingkan komunikasi secara *face to face*. Hal ini dikarenakan individu yang memiliki keterampilan sosial yang rendah cenderung tidak ramah, harga diri rendah, mudah marah, menganggap percakapan biasa sebagai suatu tugas yang sulit, menarik diri dari lingkungan, serta tidak nyaman ketika berkomunikasi secara *face to face*, sehingga melalui situs jejaring sosial, individu tersebut dapat menjalin hubungan yang lebih baik dengan orang lain. Halim (2008) juga menyebutkan bahwa individu yang membawa laptop ke ruang publik akan mengabaikan orang-orang disekitarnya dan memusatkan perhatian ke layar leptop. Ada yang mengatakan bahwa internet menawarkan tidak lebih dari hubungan dangkal dengan orang asing dan bujukan *game-online* menjauhkan warga dari interaksi langsung dengan tetangga dan sahabat. Sedangkan bagi individu yang memiliki keterampilan sosial yang baik biasanya akan merasa kurang puas bila hanya berteman di dunia maya, hal tersebut dikarenakan individu dengan keterampilan sosial yang baik lebih suka berinteraksi dengan orang lain secara langsung, Majorsy, dkk (2013).

Berdasarkan uraian masalah tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN KETERAMPILAN SOSIAL DENGAN KECANDUAN INTERNET PADA SISWA SMK”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, diperoleh rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan internet?
2. Apakah ada hubungan antara keterampilan sosial dengan kecanduan internet?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui hubungan kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada siswa SMK.
2. Mengetahui hubungan keterampilan sosial dengan kecanduan media sosial pada siswa SMK

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Subjek atau siswa tentang pentingnya kontrol diri dan keterampilan sosial terhadap kecanduan media sosial bagi siswa SMK sehingga dapat mencegah terjadinya kecanduan internet.
2. Bagi guru dan sekolah, diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan referensi terkait kecanduan internet sehingga dapat dijadikan acuan untuk membimbing siswa dalam mengendalikan penggunaan internet.

3. Bagi orang tua, diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan referensi terkait kecanduan internet pada siswa sehingga orang tua dapat ikut berperan dalam mengendalikan penggunaan internet.
4. Bagi peneliti selanjutnya, dapat digunakan sebagai acuan untuk membuat penelitian.