# BAB I PENDAHULUAN

## **Latar Belakang Masalah**

Masing-masing individu mempunyai karakteristik yang berbeda-beda. Cara berfikir dan berperilaku seorang dapat mempengaruhi perbedaan antar. Cara berfikir dan berperilaku mulai berkembang pada masa remaja, karena pada masa remaja menurut WHO pada Sarlito (2012 : 13) Ditandai dengan kemajuan psikologis dan pemahaman dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Sedangkan menurut Csikszentimihalyi & Larson dalam Sarlito, menjelaskan bahwa tahap akhir dari perkembangan psyche ditandai dengan proses perubahan kondisi *entropy* (kesadaran individu yang belum tersusun dengan baik) ke dalam kondisi *negentropy* (kesadaran individu yang sudah tersusun dengan baik). Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa masa remaja ialah fase penyempurnaan pada perkembangan fase-fase sebelumnya, perkembangan ini ditandai dengan adanya perubahan pada diri remaja itu sendiri, mulai dari perkembangan moral, psikologis, kognitif, dan fisik.

Pada fase remaja terdapat tugas-tugas perkembangan yang harus dijalani, agar dapat menunjang kematangan usia remaja. Menurut Hurlock (1991 : 209) berpendapat bahwa perubahan besar dalam tugas perkembangan remaja didominasi padasikap dan pola perilaku anak. Tidak semua remaja dapat melewati tugas perkembangan dengan waktu yang relatif singkat, sehingga ada beberapa remaja yang mengalami keterlambatan dalam fase perkembangannya, akibatnya remaja tersebut masih memiliki pola pikir dan perilaku kanak-kanak. Hal ini sangat berpengaruh diera globalisasi ini, karena kemajuan ilmu dan teknologi yang sangat pesat mengakibatkan remaja berkembang tidak sesuai dengan tugas-tugas perkembangan remaja.

Menurut (Cha & Seo, 2018) mengatakan bahwa *“Adolescents are a high risk group for smartphone addiction”*. Memang banyak manfaat yang didapat dari teknologi, salah satunya ialah mempermudah manusia dalam melakuan berbagai hal, namun teknologi juga dapat berdampak negatif khususnya pada remaja. Remaja yang belum bisa melakukan tugas-tugas perkembangan dengan baik, pada umumnya kurang bisa menyaring hal baik atau buruk saat menggunakan internet, oleh karena itu banyak remaja yang mendapat dampak negatif dari penggunaan internet (Sari et al., 2018). Salah satu dampak yang dialami remaja sekarang yaitu *Adiksi* Internet. Menurut (Irawan et al., 2020) penggunaan internet yang berkala akan menimbulkan perilaku komplusif, perilaku komplusif yaitu perilaku yang terus terulang meskipun berdampak negatif bagi diri sendiri, jika penggunaan internet masih sulit terkendali secara tidak langsung dapat menimbulkan kecanduan internet bagi penggunanya.

*Adiksi* Internet atau kecanduan internet sering terjadi pada pengguna *smartphone*. Seseorang dengan *adiksi* internet biasanya mengalami kesulitan pada saat menggunakan *smartphone,* sebab dalam penggunanannya mereka cenderung lebih lama untuk bermain internet seperti *WhatsApp, Facebook, You Tube, Tik Tok, Instagram, Telegram, Twitter, Game Online* dan lain sebagainya, sehinggga dapat disimpulkan bahwa internet menjadi inti masalah bagi pengguna *smartphone*. Pada saat menggunakan *smartphone* mereka cenderung melupakan segala hal yang seharusnya mereka lakukan, hal ini menyebabkan adanya prokrastinasi yang terjadi dalam diri remaja. Selain itu hasil dari penelitian (Sari et al., 2018) menunjukan bahwa kecanduan internet pada remaja awal terletak pada tingkat *medium,* dengan 2 indikator terkait yaitu *interpersonal & health problem* dan *time management problem*. Dapat disimpulkan bahwa kecanduan internet dapat menimbulkan masalah lain seperti tidak bisa mengatur waktu dengan baik, selain itu terjadi perenggangan hubungan antara diri sendiri dengan keluarga dan teman-teman, hal ini dapat mengakibatkan perubahan karakter individu seperti berubahnya individu menjadi lebih tertutup atau *introvert.*

Permasalahan yang disebabkan oleh adiksi internet sangatlah serius, namun jika remaja dapat mengontrol diri mereka saat menggunakan *smartphone,* resiko untuk terkena *adiksi* internet sangatlah kecil. Menurut (Harahap, 2017) kemampuan individu dalam mengendalikan emosi dan perilaku dapat disebut kontrol diri. Selain itu (Dwi Marsela & Supriatna, 2019) mengatakan bahwa kontrol diri umumnya berperan penting dalam penyesuaian diri, individu berpotensi melakukan perilaku yang menyimpang, apabila kontrol diri yang dimiliki cukup rendah. Dari penjabaran tersebut dijelaskan bahwa *Self Control* atau kontrol diri dapat mengarah pada perilaku agresif. Perilaku agresif muncul apabila individu memiliki kontrol diri yang rendah, karena ia cenderung kurang pandai saat membaca respon dalam bentuk perilaku, sehingga tidak dapat mengatur serta mengarahkan perilaku dengan benar, hal ini mengakibatkan individu tidak bisa menentukan tindakan yang sesuai.

Observasi awal dilakukan pada hari Rabu tepatnya tanggal 19 Februari 2022, di SMA N 2 PEMALANG pada jam 10.30 sampai 12.15 dengan beberapa siswa kelas XI IPA dan XI IPS pada sesi II, diperoleh data wawancara dari 23 siswa diantaranya 8 laki-laki dan 15 perempuan. Menurut Mustafa dalam (Utami & Nurhayati, 2019) menyatakan bahwa individu dengan adiksi internet berpotensi menghabiskan waktu lebih dari 6 jam. Dari kutipan tersebut dapat digunakan sebagai acuan dalam memperoleh data observasi awal, bahwa dari 23 siswa hanya 1 siswa yang tidak mengalami *adiksi* internet, sebab dari data yang diperoleh ia hanya menghabiskan waktu 38 jam 29 menit dalam satu minggu, rata-rata ia menggunakan internet 5 jam 47 menit per harinya. Sedangkan dari 22 siswa yang mengalami *adiksi* internet terdapat 7 siswa yang mengunakan internet lebih dari 10 jam per harinya, dan dari 15 siswa sisanya menggunakan internet sekitar lebih dari 6 jam sampai 10 jam per harinya.

Dari analisis data yang diperoleh pada 23 siswa, terdapat 1 siswa dengan nilai penggunaan internet tertinggi yaitu siswi perempuan dengan pemakaian internet 13 jam 21 menit perhari, dalam satu minggu ia menggunakan 92 jam 51 menit untuk pemakaian internet. Dari hasil wawancara rata-rata siswa menggunakan internet sebagai media hiburan dengan pemakaian tertinggi pada aplikasi Tik tok, Instagram, You Tube, WhatsApp, Telegram dan Game Online. Siswa mengaku bahwa mereka sedikit jenuh jika harus belajar terus menerus, mereka lebih memilih menghabiskan waktu dirumah untuk bermain internet, dan belajar hanya disekolah.

Hasil dari pengamatan peneliti terdapat 19 siswa yang masih bermain *smartphone* pada saat jam pembelajaran dimulai, beberapa siswa mengaku bahwa mereka bermain *smartphone* pada pelajaran guru tertentu, jika guru tersebut tidak mempermasalahkan siswanya untuk bermain *smartphone*, maka tidak masalah bagi mereka untuk bermain *smartphone* saat jam pelajaran dimulai. Namun ada beberapa siswa yang masih bermain *smartphone* walaupun sudah ditegur oleh guru. Selain itu, saat jam istirahat dimulai beberapa siswa pergi ke kantin, ada yang masih di kelas, dan ada juga yang duduk didepan teras kelas, jika diperhatikan memang tidak ada masalah dari siswa-siswi tersebut, namun dari hasil pengamatan siswa-siswi tersebut selalu membawa *smartphone* kemanapun mereka pergi, dan ada beberapa siswa yang menggunakan *smartphone* sambil beraktivitas seperti, makan, mengobrol, berjalan dan sebagainya. Dari hasil pengamatan siswa-siswi tersebut menggunakan smartphone untuk melihat Tik tok, You Tube, WhatsApp, dan Game Online.

Timbulnya beberapa masalah yang disebabkan oleh *adiksi* internet serta luasnya penggunan internet, sangat diperlukan adanya perhatian kusus dan penelitian lebih lanjut untuk memantau permasalahan *adiksi* internet agar meminimalisis masalah yang timbul.

## **Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan diatas, penelitian ini memiliki masalah yang dapat diidentifikasi, antara lain :

* + 1. Remaja berpotensi menghabiskan *smartphone* selama 6 jam lebih.
    2. Banyaknya remaja yang melakukan prokrastinasi dalam hal belajar, misalnya : remaja hanya belajar saat ujian akan dimulai serta menunda tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran.
    3. Remaja terlalu sibuk dengan *smartphone* saat diajak berbicara, hal ini mengakibatkan turunnya etika dan norma kesopanan terhadap masyarakat sekitar.
    4. Rendahnya self-control remaja dalam penggunaan interent menyebabkan remaja kurang menghargai waktu. Seperti : tidur sampai larut malam, makan tidak tepat waktu, dst.

## **Batasan Masalah**

Jika dilihat dari kajian masalah di atas terdapat beberapa masalah, namun jika diperhatikan lebih lanjut masalah-masalah diatas tidak akan terjadi apaila remaja memiliki self-control yang tinggi. Sehingga batasan masalah dalam penelitian ini berfokus pada “Pengaruh *Adiksi* Internet Terhadap *Self-control* Remaja pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Pemalang Tahun Pelajaran 2021/2022”.

## **Rumusan Masalah**

Sesuai dengen garis batas masalah dalam penelitian ini, terdapat tiga rumusan masalah, antara lain:

* + 1. Bagaimana *Adiksi* Internetpada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Pemalang?
    2. Bagaimana *Self-control* pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Pemalang?
    3. Bagaimana pengaruh *Adiksi* Internet terhadap *Self-Control* pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Pemalang?

## **Tujuan Penelitian**

Dari beberapa rumusan masalah di atas dapat disimpulkan tujuan dari penelitian ini, yaitu :

* + 1. Untuk mengetahui tingkat Adiksi Internet pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Pemalang.
    2. Untuk mengetahui tingkat Self-control pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Pemalang.
    3. Untuk mengetahui pengaruh Adiksi Internet terhadap Self-Control pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Pemalang.

## **Manfaat Penelitian**

Peneliti berharap laporan penelitian ini dapat memberi manfaat serta membantu permasalahan yang masih berkaitan dengan judul penelitian. Berikut manfaat dari penelitian ini :

### Manfaat Teoretik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan serta menjadi referensi bagi para peneliti lainnya, selanjutnya untuk hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membegikan pengetahuan tentang bahaya dari *adiksi* internet dan beberapa faktor yang bisa menyebabkan pemicu terjadinya *adiksi* internet.

### Manfaat Praktis

1. Sebagai bahan pengetahuan mengenai bahaya dari internet, serta memberikan pandangan resiko yang akan terjadi dikemudian hari. Diharapkan remaja bisa mengontrol penggunaan internet agar lebih bermanfaat.
2. Sebagai bahan pertimbangan dalam memantau psikologi siswa terutama bagi guru BK agar memberikan arahan mengenai pentingnya *self-control* bagi para siswa sebagai pencegahan terjadinya dampak berkelanjutan dari pengguanan internet pada siswa di sekolah.
3. Sebagai bahan masukan bagi orang tua agar lebih memantau penggunaan internet anak, hal ini bisa dilakukan melalui *smartphone* pada fitur kesehatan *digital* & kontrol orang tua, sehingga orang tua dapat membatasi waktu bermain serta mengatur batasan aplikasi agar anak tidak melewati batas dalam penggunaan aplikasi maupun waktu penggunaan.