

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Saat ini kemajuan teknologi dan informasi terus berkembang. Dengan adanya teknologi dan informasi, dapat memudahkan siapa saja untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dari mana saja dan kapan saja melalui dunia digital. Di era yang serba digital saat ini, perkembangan teknologi dan informasi sangat pesat salah satunya internet. Internet adalah singkatan dari *inteconnected networking* atau *international networking*, yaitu kumpulan yang sangat luas dari jaringan komputer yang besar dan kecil yang saling berhubungan dengan menggunakan jaringan komunikasi yang ada diseluruh dunia. Internet merupakan gabungan dari beberapa *network* dengan tata cara yang universal (Prasojo dan Riyanto, 2011).

Internet menjadi gaya hidup baru di seluruh dunia, tidak terkecuali di Indonesia. Ditambah lagi dengan semakin pesatnya perkembangan *gadget-gadget* canggih dengan harga miring yang menawarkan kemudahan dan kenyamanan dalam mengakses internet, sehingga membuat kebutuhan akan mengakses internet di mana pun, kapan pun dan oleh siapa pun dapat terpenuhi. Kemudahan dalam memperoleh berbagai informasi merupakan alasan utama seseorang menggunakan internet. Selain itu, internet juga menawarkan berbagai hiburan bagi penggunanya seperti banyaknya situs jejaring sosial maupun *game online*. Saat ini internet sudah menjadi salah satu kebutuhan orang di zaman modern, bukan

hanya pada orang dewasa tetapi juga anak-anak (Kompas.com, 2018).

Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemkominfo) menyatakan penggunaan internet dari tahun ke tahun terus mengalami peningkatan yang cukup signifikan mencapai 82 juta orang pengguna. Menurut laporan teranyar Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). Mayoritas pengguna internet sebanyak 72,41 persen masih dari kalangan masyarakat urban. Pemanfaatannya sudah lebih jauh, bukan hanya untuk berkomunikasi tetapi juga membeli barang, memesan transportasi, hingga berbisnis dan berkarya. Berdasarkan wilayah geografisnya, masyarakat Jawa paling banyak terpapar internet yakni 57,70 persen. Selanjutnya Sumatera 19,09 persen, Kalimantan 7,97 persen, Sulawesi 6,73 persen, Bali-Nusa 5,63 persen, dan Maluku-Papua 2,49 persen (Kompas, 2018).

Kemudahan dan keragaman yang ditawarkan internet menjadikan penggunaannya mengalami peningkatan waktu untuk mengakses internet. Peningkatan waktu dan penggunaan internet yang intensif menyebabkan permasalahan yang disebut kecanduan internet. Bahkan sebuah riset yang dilakukan di *University of Hongkong* mengemukakan bahwa diperkirakan 6 persen penduduk dunia atau sekitar 182 juta orang mengalami kecanduan internet. Mereka bisa menghabiskan waktu berjam-jam untuk mengakses internet tanpa makan dan minum, bahkan cenderung mengabaikan aspek lain dari kehidupan mereka sendiri (Detik.com, 2014).

Saat ini penggunaan internet dikalangan pelajar lebih banyak dibandingkan orang tua. Pada tahun 2010

diketahui anak-anak berusia 10-17 tahun di daerah Bandung sebanyak 96% pernah membuka situs pornografi dan menggunakan sekitar 64 jam setiap bulannya (Dewangga & Rahayu, 2015). Menurut penelitian dari Buente dan Robbin (2008) internet membuat nilai seseorang pelajar menurun. Setiap hari para pelajar menghabiskan waktunya untuk mencari teman *chatting* dan kehilangan waktu untuk belajar karena lebih banyak menghabiskan waktu di depan layar ponselnya. Pelajar menjadi jarang belajar dan lebih asik dengan kegiatan di dalam media sosial ataupun bermain *game online*.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Kim, dkk (2013) menemukan bahwa remaja memiliki resiko lebih besar dalam penggunaan internet secara berlebihan. Hal ini disebabkan oleh rasa ingin mengatasi tekanan psikologis, sehingga internet menjadi sebuah hiburan. Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Floros & Siomos (2013) yang menemukan potensi terjadinya kecanduan internet juga dapat meningkat dimana remaja lebih banyak menggunakan internet sebagai sarana hiburan daripada sebagai sarana mengerjakan tugas sekolah.

Menurut Young (2017) Kecanduan internet adalah sebuah istilah yang mencakup perilaku dan masalah kontrol impuls. Sementara itu, menurut Griffiths (2007) mendefinisikan kecanduan internet sebagai tingkah laku kecanduan yang meliputi interaksi antara manusia dengan mesin tanpa adanya penggunaan obat-obatan. Sedangkan Mustafa berpendapat kecanduan internet merupakan kontrol implus gangguan yang menyebabkan pengguna mengalami ketagihan yang menyebabkan pengguna sulit berhenti seperti judi patologis (Mustafa, 2011).

Adapun kriteria kecanduan internet menurut Young (2017) adalah upaya yang gagal untuk mengontrol, keinginan persisten, tetap *online* lebih lama daripada niat sebelumnya, menggunakan internet sebagai cara untuk lari dari masalah, berbohong untuk menutup-nutupi keterlibatan internet, resiko kehilangan hubungan yang sangat signifikan, pekerjaan atau peluang pendidikan atau karir. Dampak negatif dari internet pun semakin berkembang diantaranya, *cybercrime (hacking, cracking dan carding)*, *internet gambling* dan *cybersex* atau *cyberporn*. Adapun dampak lain yang muncul akibat kecanduan internet menurut Griffiths (dalam Young 2017) diantaranya adalah kurangnya minat bersosialisasi di dunia nyata sehingga menyebabkan sikap individual dalam lingkungan nyata, menjadi individu yang pemalas karena tidak mau melakukan aktivitas lain selain mengakses internet, serta munculnya sikap pemarah dan sensitif.

Kecanduan internet tidak dapat terbentuk dengan sendirinya terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan internet, yang dijabarkan oleh Montag & Reuter (2015) yaitu: faktor sosial, faktor psikologis, faktor biologis. Dari ketiga faktor diatas salah satu faktor yang mempengaruhi kecanduan internet adalah faktor psikologis : Kecanduan internet dapat disebabkan karena individu mengalami permasalahan psikologis seperti depresi, kecemasan, *obsesive compulsive disorder (OCD)*, penyalahgunaan obat-obat terlarang dan beberapa sindroma yang berkaitan dengan gangguan psikologis. Internet memungkinkan individu untuk melarikan diri dari kenyataan, menerima hiburan atau rasa senang dari internet. Hal ini akan menyebabkan individu terdorong

untuk lebih sering menggunakan internet sebagai pelampiasan dan akan membuat seseorang sulit untuk mengontrol waktu pada saat bermain internet.

Hal ini juga diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Widiana, Retnowati dan Hidayat (2004) yang menunjukkan bahwa memang terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet. Young (1996) menyatakan bahwa pencandu internet kehilangan kontrol dari penggunaan internet dan kehidupannya.

Kontrol diri adalah kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaan (Ghufroon & Risnawati, 2010).

Menurut Chaplin (2014) kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku seperti, kemampuan untuk menekan atau merintangai implus-implus atau tingkah laku impulsif. Sedangkan menurut Mahoney dan Thoresen, kontrol diri merupakan jalinan yang utuh yang dilakukan individu terhadap lingkungannya.

Adapun ciri-ciri kontrol diri menurut Averill, dkk (dalam Thalib, 2010) meliputi : a). *Behavioral control*, kemampuan individu dalam mengambil tindakan yang nyata untuk mengurangi penyebab dan akibat dari stressor yang dirasakan. Kemampuan mengontrol emosi memiliki dua komponen yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus

(*stimulus modifiability*). b). *Cognitive control* , kemampuan individu dalam melakukan proses berpikir atau strategi untuk memodifikasi akibat dari stressor. c). *Decision control*, kemampuan individu untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini.

Ketidakmampuan seseorang dalam mengontrol diri untuk terkoneksi dengan internet dan melakukan kegiatan bersamanya adalah cikal bakal dari lahirnya bentuk kecanduan internet, bahkan di Amerika Serikat sendiri telah berdiri panti rehabilitas untuk menyembuhkan bentuk kecanduan khusus internet. Kebiasaan yang tidak terkendali memang terkadang dapat menimbulkan petaka tersendiri bagi diri kita, dengan tidak bisa mengatur lamanya durasi berinternet, menghabiskan waktu dan menghancurkan semua tanggung jawab dalam kehidupannya.

Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara kepada subyek pertama (SMA Negeri I6 Palembang) pada senin, tanggal 27 November 2018, subyek menceritakan bahwa bermain ponsel adalah kegiatan sehari hari selain belajar. Ada pun kegunaan dari ponsel tersebut mencari referensi tugas yang diberikan oleh guru dan waktu penggunaannya pun setelah pulang sekolah, akan tetapi selain untuk mengerjakan tugas fungsi lain dari ponsel adalah mencari hiburan diantaranya bermain *game online*, dan bermain media sosial apa bila sudah bosan dengan tugas sekolah yang telah diberikan, hal ini dilakukan setiap hari tanpa mengenal waktu. Adapun jawaban lain yang dilontarkan oleh subjek adalah ketika mereka dipisahkan dengan ponsel maka perasaan mereka merasa gelisah dan cemas karena tidak sedang memainkan ponselnya.

Subjek kedua (SMA Negeri 16 Palembang) menceritakan pertama kali ia mempunyai ponsel pada saat subjek di sekolah menengah pertama dan pada saat itu juga ia belum mengerti dengan kegunaan aplikasi yang ada diponselnya, suatu saat ia melihat saudara yang sedang bermain *game* ia pun mulai mencoba dan meminta saudaranya untuk mengajari subjek bermain *game* dan bermain sosial media lainnya, dan dari sanalah ia mulai menjadi ketagihan memainkan ponselnya sampai ia lupa dengan lingkungan yang ada disekitarnya. Subjek juga menceritakan apabila sehari tidak memainkan ponsel ia merasa ada yang kurang dalam dirinya sehingga ponsel adalah kebutuhan yang harus dipenuhi, dan waktu kegunaan ponsel sendiri pada saat pulang sekolah dan setelah pekerjaan tugas sekolah telah selesai barulah subjek menggunakan ponselnya untuk bermain *game online* ataupun *chattingan* dengan temannya.

Selanjutnya subjek 3 dan 4 (SMA Negeri 16 Palembang) kedua subjek ini menceritakan bahwa bermain internet bisa membuat mereka menjadi penasaran terhadap informasi yang ada di sosial media ataupun informasi *game* terbaru. Subjek 3 juga menceritakan bahwa internet bisa membuat *mood* nya menjadi lebih baik apabila ia mempunyai masalah pada saat tugas sekolah susah untuk dikerjakan, dan intensitas penggunaan internet sendiri bisa berlangsung sampai larut malam. Hal yang sama juga terjadi pada subjek ke 4 yang menceritakan bahwa ia menggunakan jaringan internet hanya untuk bermain *game online* dan ia juga mengakui bahwa dengan bermain *game online* bisa menambah teman dan menambah pengetahuan tentang bahasa Inggris

yang ada diaplikasi *game online* tersebut. Ia bermain *game online* pada saat pulang sekolah dan terkadang bisa sampai larut malam.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti di SMA Negeri 16 Palembang, R salah satu guru bimbingan konseling kelas 11 mengatakan bahwa terdapat perilaku siswa yang kedatangan membawa *gadget* dan memainkannya pada saat jam istirahat dan jam pelajaran kosong hal ini sangat bertentangan dengan peraturan sekolah yang tidak diperbolehkan siswa membawa *gadget* kesekolah, pada saat melakukan rahasia banyak siswa kedatangan membawa *gadget* kesekolah dan R juga mengatakan banyak siswa mengaku membawa *gadget* untuk keperluan belajar akan tetapi ada juga siswa mengaku *gadget* hanya untuk bermain game dan membuka sosial media pada saat jam pelajaran kosong.

Hal ini senada dengan fenomena yang terjadi di SMA Negeri 16 Palembang. Dari hasil wawancara dan observasi yang peneliti lakukan kepada subjek dapat disimpulkan bahwa subjek mempunyai kontrol diri yang lemah, sehingga tidak mampu memadu, mengarahkan dan mengatur perilaku saat *online*. Selain itu indikator yang mempengaruhi seseorang lemah dalam mengontrol diri yaitu ketidak mampuan mereka dalam membagi waktu, ketidak mampuan melihat situasi ataupun keadaan, dan ketidak mampuan untuk mengambil keputusan secara tepat.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Antara kontrol diri dengan kecanduan internet Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 16 Palembang"

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena tersebut, maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada siswa kelas XI SMA Negeri 16 Palembang ?

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan internet pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 16 Palembang

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Manfaat Teoritis yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai bahan pengembangan keilmuan khususnya dibidang Psikologi pendidikan maupun islam, serta menambah pengetahuan bagi pembaca dan sebagai sumber referensi penelitian selanjutnya.

1.4.2. Manfaat praktis

1. Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi siswa untuk dapat mengontrol diri dalam menggunakan internet dan membagi waktu antara bermain internet dan belajar

2. Guru/Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi guru untuk mengawasi aktivitas-aktivitas yang dilakukan siswa dan memberikan arahan bagaimana menggunakan internet dengan bijak dan cerdas.

3. Orang tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi orang tua untuk lebih memperhatikan dan mengawasi kegiatan-kegiatan anaknya baik dirumah maupun diluar termasuk memantau aktivitas-aktivitas mereka dalam menggunakan internet.

4. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan kontrol diri dengan kecanduan internet.

1.5. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian yaitu membahas hasil penelitian terdahulu, baik yang dilakukan oleh mahasiswa maupun masyarakat untuk mengetahui bahwasanya ada penelitian terdahulu mengenai tema yang sama dengan penelitian ini.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Putri, Suryani, Hernawati (2017) mengenai Hubungan antara Stres Akademik dengan Kecanduan internet pada remaja SMA dikecamatan Andir Kota Bandung dengan hasil Hasil analisis menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan kecanduan internet pada remaja SMA ($r = 0,216$) $p = 0,000$ ($\alpha = 0,050$).

Penelitian yang dilakukan Hapsari dan Ariana (2015) mengenai Hubungan antara kesepian dan kecenderungan kecanduan internet pada remaja dengan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kesepian dan kecenderungan kecanduan internet pada remaja. Besarnya koefisien korelasi antar kedua variabel adalah 0,251 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Korelasi positif menunjukkan

bahwa semakin tinggi kadar kesepian seseorang, maka semakin tinggi pula resiko kecenderungan kecanduan internet yang dialami.

Penelitian yang dilakukan Dewiratri, Kartini, dan Machmuroch (2014) mengenai hubungan antara kecanduan internet dengan depresi pada mahasiswa pengguna warnet di kelurahan jebres surakarta berdasarkan perhitungan diperoleh hasil koefisien korelasisebesar 0,859 dan diperoleh nilai R square sebesar 0,739. Yang dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecanduan internet dengan depresi pada mahasiswa pengguna warnet di kelurahan jebres surabaya.

Penelitian yang dilakukan oleh Widiana, Retnowati, Hidayat (2004) mengenai kontrol diri dan kecenderungan kecanduan internet dengan hasil uji korelasional antara skor kecenderungan kecanduan internet dengan skor kontrol diri lmenunjukkan adanya hubungan yang signifikan ($r_{xy} = -0.2030$; $p < 0.05$) antara control diri dengan kecenderungan kecanduan internet. Kontrol diri memberikan sumbangan efektif sebesar 4.12% terhadap kecenderungan kecanduan internet.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan Julyanti & Aisyah (2015) yang berjudul hubungan antara kecanduan internet dengan prokrastinasi tugas sekolah pada remaja pengguna warnet di kecamatan medan kota, Berdasarkan analisis data, diperoleh bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan yang positif antara kecanduan internet dengan prokrastinasi tugas sekolah pada remaja pengguna warnet di Kecamatan Medan Kota. Hal ini dibuktikan dengan koefisien korelasi $r_{xy} = 0,770$ dengan $p = 0,000$, sedangkan koefisien determinasi (r^2) sebesar 59,3%. Hasil

penghitungan mean empirik dan mean hipotetik diperoleh bahwa Kecanduan internet tergolong cenderung tinggi ($107,60 > 105$) dan prokrastinasi tugas sekolah tergolong cenderung tinggi ($98,87 > 95$).

Berdasarkan beberapa penelitian diatas masing masing mempunyai perbedaan dengan penelitian ini yang dimulai dari variabel bebas, subjek penelitian, teori, metode penelitian, dan tempat penelitian. Selain dari perbedaaan ada juga persamaan pada penelitian ini yaitu sama sama meneliti tentang kecanduan internet, perilaku kecanduan internet sudah banyak ditemui diseluruh dunia tidak terkecuali indonesia subjek dari kecanduan internet ini bisa terjadi masyarakat, pelajar, maupun mahasiswa.

Dengan adanya penomena ini maka peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Internet Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 16 Palembang".