

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Di era digital yang saat ini sedang berlangsung, banyak sekali perubahan dan kemajuan yang dirasakan salah satunya teknologi, dari banyaknya penemuan penemuan baru dan berjalan sangat cepat. *Smartphone* menjadi salah satu teknologi yang maju dengan pesat dan tak terkejar (Prasanti, 2016). Kemajuan – kemajuan ini memberikan manfaat dan kemudahan bagi manusia dalam melakukan berbagai pekerjaan yang bisa memberikan kenyamanan dan kesenangan bagi penggunaanya. Dan tidak bisa dipungkiri bahwa kenyamanan yang diberikan *smartphone* tidak mudah dipisahkan dari kehidupan manusia khususnya remaja, dengan mengakses *smartphone* kita bisa merasakan kemudahan dalam melakukan pekerjaan dan mendapatkan informasi atas berbagai kejadian dengan mudah dan cepa (Ainiyah, 2018)

Di Indonesia adalah "raksasa teknologi digital Asia yang sedang tertidur". Jumlah penduduk Indonesia yang mencapai 250 juta jiwa adalah pasar yang besar. Pengguna *smartphone* Indonesia juga bertumbuh dengan pesat. Lembaga riset digital marketing Emarketer memperkirakan pada 2018 jumlah pengguna aktif *smartphone* di Indonesia lebih dari 100 juta orang. Dengan jumlah sebesar itu, Indonesia akan menjadi negara dengan pengguna aktif *smartphone* terbesar keempat di dunia setelah Cina, India, dan Amerika. (kominform.go.id, 2021) Kemudian dari tahun 2018-2019 adalah penggunaan 3 *mobile* (ponsel pintar dan tablet) menjadi yang paling besar seperti *smartphone* mencapai 91%, laptop/PC hanya 22% (websindo.com, 2019). Berdasarkan data Kementerian dan Informatika menyatakan, banyaknya jumlah pengguna ponsel pintar mencapai 167 juta orang atau 89% dari total penduduk Indonesia (mediaindonesia.com, 2021).

Perusahaan riset Data Reportal menyebutkan bahwa jurnal perangkat seluler yang terkoneksi di Indonesia mencapai 370,1 juta pada Januari 2022, dimana angka ini meningkat 13 juta atau 3,6 persen dari periode yang sama pada tahun sebelumnya. Dalam riset bertajuk Digital 2022: Indonesia menyatakan jumlah tersebut lebih tinggi dibandingkan jumlah penduduk di Indonesia. Sebagai perbandingan, jumlah penduduk di Indonesia kini mencapai 277,7 juta hingga Januari 2022. Yang artinya data dari GSMA Intelligence itu menunjukkan kalau perangkat seluler di Indonesia setara 133,3% dari total populasi pada Januari 2022. Dan alasan kenapa jumlah perangkat seluler bisa lebih tinggi dibandingkan keseluruhan populasi, karena satu orang bisa saja menggunakan dua atau lebih perangkat entah itu untuk keperluan pribadi atau keperluan kerjaan. (suara.com, 2022)

Adanya teknologi *smartphone* mempunyai sumbangan besar dalam lembaga pendidikan, termasuk di dalamnya adalah pencapaian tujuan pembelajaran daring (Korucu & Alkan, 2011). Teknologi digital dalam pendidikan tidak hanya tentang kontribusi fisik teknologi sebagai alat bantu pembelajaran (*learning tools*) melainkan konsep multidimensional, seperti mengutip salah satu definisi teknologi pembelajaran menurut Association for Educational Communications and Technology, yaitu: *educational technology is the study and ethical practice of facilitating learning and improving performance by creating, using, and managing appropriate technological processes and resources*, (AECT, 2004). Salah satunya sekolah Methodist 2 yang ada di Rantauprapat yang juga merasakan dampak dari kemajuan teknologi digital.

Dimana sekolah yang dibangun pada sejak tahun 1995 yang awalnya hanya diperuntukkan untuk tingkat SD-SMP dan terus berkembang dan memiliki beberap tingkatan pendidikan dimulai dari PG dan TK hingga SMA. Dimana awalnya sekolah dibangun dan proses pembelajaran dilakukan dengan peralatan seadanya seperti kapur yang digunakan guru untuk mengajar hingga

saat ini sudah menggunakan laptop sebagai alat utama dalam proses pembelajaran. Sudah beberapa tahun berlangsung sejak ditetapkan bahwa penggunaan wajib menggunakan laptop atau *smartphone* dalam proses belajar dan mengajar. Namun peralihan ini tidak mudah dilakukan karena kurang biasa atau tidak bisanya beradaptasi dengan perubahan yang sangat pesat. Namun sekolah tidak pernah menyerah dengan selalu memberikan pelatihan – pelatihan baik itu kepada tenaga pendidik maupun siswanya agar bisa beradaptasi dengan perkembangan teknologi yang ada. Sehingga membawa *smartphone* kesekolah menjadi hal biasa walaupun ada aturan yang ditetapkan sekolah untuk membatasi penggunaan *smartphone*. Salah satu aturannya adalah mematikan *smartphone* selama dikelas dan ketika proses belajar sedang berlangsung dan hanya bisa dibuka ketika dibutuhkan untuk mencari informasi terkait pembelajaran dan ini juga harus atas izin guru yang sedang mengajar. 2 tahun terakhir menjadi perubahan yang paling besar dalam proses pembelajaran baik itu bagi siswa maupun tenaga pendidiki akibat Covid-19 dimana siswa dan tenaga pendidik dirumahkan dan proses ngajar-mengajar dilakukan dirumah secara *online*.

Ini juga didukung dengan kebijakan yang dikeluarkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Pemerintah telah melarang sistem belajar tatap muka dan memerintah untuk menyelenggarakan pembelajaran secara daring untuk menghambat penyebaran covid 19 (Surat Edaran Kemendikbud Dikti No. 1 tahun 2020). Berawal dari penggunaan teknologi digital sebagai sarana utama dalam proses pembelajaran dan ditambah adanya wabah Covid-19 yang menambah permasalahan yang ada pada siswa dalam penggunaan *smartphone*. Walaupun penggunaan *smartphone* dapat mendukung pembelajaran daring, tetapi ada dampak negatif yang perlu mendapat perhatian dan diantisipasi yaitu penggunaan *smartphone* yang berlebihan karena selain untuk pembelajaran, remaja juga menggunakan *smartphone* untuk mengakses media sosial, menonton *youtube*, dan lain sebagainya (Sadikin & Hamidah, 2020).

*Smartphone addiction* yang dimaksud adalah pola perilaku *maladaptive* karena penggunaan *smartphone* sehingga menimbulkan gangguan yang dimanifestasikan melalui lima ciri, yaitu gangguan kehidupan sehari-hari, *withdrawl*, toleransi, mengorientasikan hubungan pada dunia maya, dan berlebihan dalam menggunakan *smartphone* (Kwon et al. 2013b). Penelitian Yuwanto (Misyaroh & Ayu, 2016) analisis lebih lanjut menurut kategorisasi aspek ditemukan bahwa aspek dengan kategori dominan tinggi adalah *withdrawl* dan *productivity loss* yang mencapai 33% dan 45% sedangkan aspek *anxiety dan Inability to control* mendapat kategori dominan sedang dengan persentase masing-masing 30% aspek keseluruhan. Ada ciri –ciri yang menandakan seseorang mengalami hal kecanduan terutama pada *smartphone* yaitu dimana selalu merasa bahwa *smartphone* seolah bergetar/berbunyi padahal tidak, tidur membawa *smartphone*, menggunakan *smartphone* dikamar mandi, marah jika *smartphone* tidak berada di sekitar, dan mulai mengganggu pekerjaan (kompasiana.com, 2015).

Penggunaan telepon genggam yang terus menerus atau berlebihan jika dibiarkan maka akan menimbulkan kecanduan telepon genggam (*Smartphone addiction*). Adapun ciri-cirinya adalah *Inability to control craving* adalah ketidakmampuan untuk mengontrol keinginan menggunakan telepon, *Anxiety and feeling lost* adalah kecemasan dan merasa kehilangan bila tidak menggunakan telepon genggam, *Withdrawal and escape* adalah menarik diri dan melarikan diri, artinya telepon genggam digunakan sebagai sarana untuk mengalihkan diri saat mengalami kesepian atau masalah, dan *Productivity loss* adalah kehilangan waktu untuk menjadi produktif (Leung, 2007).

Dalam sebuah studi yang telah dilakukan oleh Gezgin (2018) menyatakan bahwa individu yang menggunakan gadget lebih dari 3 jam dalam sehari memperoleh skor kecanduan ponsel yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang menggunakan ponsel kurang dari 3 jam sehari. Seseorang dengan adiksi *smartphone* pasti berdampak pada kehidupan nyata yang dimilikinya

Hal ini diperkuat dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti di lapangan pada tanggal 15 November 2021 – 3 Desember 2021 di beberapa tempat dengan 30 subjek. Dari hasil observasi dan wawancara yang kepada 15 subjek yang di dilakukan di sekolah Methodist 2 Rantauprapat didapat hasil bahwa siswa selalu membawa *smartphonenya* kemanapun dan kedapatan beberapa kali menggunakan *smartphone* diam – diam ketika ada guru walaupun ada larangan menggunakan *smartphone* didalam kelas. Sedangkan setelah melakukan observasi kepada 10 subjek selama dirumah dapat ditarik hasil bahwa subjek selalu mengecek *smartphone* nya ketika baru bangun tidur dan akan merasa cemas jika mereka kelupaan membawa *smartphone* dan memaksakan diri untuk mengambil atau mencari *smartphone* mereka baik itu ketika akan keluar atau hanya berada dirumah saja. Lalu dari lingkungan sehari-hari disekitar peneliti, terdapat 5 subjek yang sering kelupaan waktu karena keasikan menggunakan *smartphone*, dilihat dari mulai pulang sekolah subjek akan terus memainkan *smartphone* tanpa jeda bahkan tidak mendengarkan ketika orang tua mereka memanggil.

Individu yang mengalami *mobile phone addict* akan merasa bahwa telepon genggam dapat memberikan hal baru yang juga hal positif karena saat menggunakan telepon genggam seseorang akan merasakan hal yang tidak didapatkan dari dunia nyata (Yuwanto, 2010). Ia juga mengungkapkan terdapat juga dampak negatif dari kecanduan *smartphone* adalah individu yang merasa terisolasi dari orang lain, komunikasi yang terus dilakukan melalui *smartphone* berakibat pada berkurangnya keintiman secara fisik dan psikis. Choliz (2012) menambahkan bahwa penggunaan *smartphone* tanpa kontrol akan mendatangkan permasalahan sosial dilingkungan sekitarnya. Karena kecanduan *smartphone* membuat seseorang menarik diri dari lingkungan sosialnya, mamicu timbulnya perasaan cemas dan merasa kehilangan *smartphone* bahkan hal yang lebih buruk adalah kurangnya keterampilan sosial seseorang.

Yuwanto (2010:40) dalam penelitiannya mengenai *mobile phone addict* mengemukakan beberapa faktor penyebab kecanduan telepon genggam, yaitu: faktor internal dimana pertama, tingkat sensation seeking yang tinggi, individu yang memiliki tingkat sensation seeking yang tinggi cenderung lebih mudah mengalami kebosanan dalam aktivitas yang sifatnya rutin. Kedua, *Self-esteem* yang rendah, individu dengan *self-esteem* rendah menilai negatif dirinya dan cenderung merasa tidak aman saat berinteraksi secara langsung dengan orang lain. Menggunakan telepon genggam akan membuat merasa nyaman saat berinteraksi dengan orang lain. Ketiga, kepribadian ekstraversi yang tinggi. Keempat, control diri yang rendah, kebiasaan menggunakan telepon genggam yang tinggi, dan kesenangan pribadi yang tinggi dapat menjadi prediksi keretakan individu mengalami kecanduan telepon genggam.

Lalu ada faktor situasional, faktor yang mengarah kepenggunaan *smartphone* sebagai sarana pengalihan stress ketika menghadapi situasi yang tidak nyaman, seperti saat mengalami kesedihan, tidak ada kegiatan saat waktu luang, kecemasan dan mengalami kejenuhan belajar.

Chiu menyebutkan dalam penelitiannya bahwa adanya kecenderungan *Smartphone addiction* adalah sebagai salah satu alasan untuk pengalihan rasa stress pada diri seorang individu dikalangan remaja karena tidak adanya kontrol diri yang kuat terhadap pemakaian *smartphone* sehingga menjadi awal mula terjadinya ketergantungan akan alat komunikasi tersebut. Faktor sosial, faktor sosial terdiri atas faktor penyebab sebagai sarana interaksi dengan orang lain. Faktor ini termasuk *mandatory behavior* dan *connected presence* yang tinggi. *Mandatory behavior* merupakan perilaku untuk memuaskan kebutuhan berinteraksi yang distimulasi oleh orang lain sedangkan *connected presence* merupakan perilaku interaksi dengan orang lain yang berasal dari dalam diri. Kemunculan *smartphone* membuat banyak kalangan lebih asik dan sibuk dengan fitur pada alat tersebut serta lebih menyukai interaksi via smarphone (Karuniawan & Cahyanti, 2013).

Ada banyak faktor yang mempengaruhi dan dari faktor-faktor tersebut, peneliti memilih kontrol diri dan *self-esteem*, alasan peneliti memilih karena variabel *smartphone addiction* masih *up to date* ditambah dengan kondisi pandemi sekarang yang mana membuat perubahan total dalam bidang pendidikan dan aktivitas masyarakat. Alasan kedua berdasarkan literature yang dtimekukan penelitian terdahulu banyak meneliti antara kontrol diri dengan *smartphone addcition* dan *self-esteem* dengan *smartphone addiction*. Namun, belum ada penelitian yang meneliti hubungan antara kontrol diri dan *self-esteem* dengan *smartphone addiction*. Selain hal tersebut juga dipengaruhi dari hasil observasi dan wawancara pada beberapa siswa Methodist-2 Rantauprapat serta pengalaman yang dilihat dan didengar peneliti sehingga peneliti tertarik untuk mengangkat variabel *smartphone addiction*.

Berangkat dari latar belakang yang telah diuraikan diatas maka peneliti dapat merumuskan rumusan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Adakah hubungan antara kontrol diri dengan *Smartphone addiction* pada siswa Methodist-2 Rantauprapat?
2. Adakah hubungan antara *self-esteem* dengan *Smartphone addiction* pada siswa Methodist-2 Rantauprapat?
3. Adakah hubungan antara kontrol diri dan *self-esteem* secara bersama-sama dengan *Smartphone addiction* pada siswa Methodist-2 Rantauprapat?

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

- a. Untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan *smartphone addcition* pada siswa Methodist Raptauprapat.

- b. Untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan *smartphone addcition* pada siswa Methodist Raptauprapat.
- c. Untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan *self-esteem* secara bersama-sama dengan *smartphone addcition* pada siswa Methodist Rantauprapat.

## **2. Manfaat Penelitian**

### **a. Manfaat Teoritis**

Diharapkan dari hasil penelitian mampu memberi pandangan dan tambahan referensi dalam psikologi klinis mengenai hubungan antara kontrol diri dan *self-esteem* dengan *Smartphone addiction* pada siswa.

### **b. Manfaat Praktis**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman dan membantu sekolah dan siswa dalam memahami permasalahan terkait *Smartphone addiction* yang dapat diatasi dengan meningkatkan kontrol diri dan *self-esteem*.