

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolensence* mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik. Pandangan ini diungkapkan oleh Piaget dalam Hurlock (2004) dengan menyatakan: Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber. Termasuk juga perubahan intelektual yang khas dari cara berfikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan cirri khas yang umum dari periode perkembangan ini.

Salah satu tugas perkembangan remaja yang paling penting adalah proses pembentukan identitas diri. Berhasil atau tidaknya seseorang menyelesaikan tugas perkembangannya ditentukan dari berhasil tidaknya orang tersebut mencapai sebuah identitas diri yang mapan, atau biasa disebut *identity versus identity confusion*. Proses pembentukan identitas ini sangat erat kaitannya dengan lingkungan di sekitar individu tersebut, khususnya lingkungan sosial. Beberapa

komponen yang paling berpengaruh dan cukup penting bagi seorang remaja adalah *peer group*, persahabatan dan popularitas (Erikson, 1968).

Remaja membutuhkan interaksi untuk berhubungan dengan orang lain, sehingga remaja mempunyai keterampilan sosial dan kemampuan penyesuaian diri yang menjadi semakin penting. Hal ini disebabkan karena remaja sudah memasuki dunia pergaulan yang lebih luas serta pengaruh teman di lingkungan sekolah terutama remaja. Menurut Sears (1988) individu membutuhkan lingkungan sosial untuk mengembangkan identitasnya, meningkatkan keterampilan sosialnya, dan belajar untuk berbagi dengan orang lain terutama remaja akhir. Hal ini dikarenakan pada remaja akhir ditandai oleh keinginan yang kuat untuk tumbuh dan berkembang secara matang agar diterima oleh teman sebaya, orang dewasa, dan budaya.

Keterbukaan diri merupakan salah satu faktor yang berpengaruh dalam perkembangan remaja. Menurut Sears (1988) adanya keterbukaan diri yang terjadi secara timbal balik dan secara terus menerus akan meningkatkan keintiman antar pribadi. Untuk menimbulkan sikap terbuka memang tidak selamanya mudah bagi setiap remaja walaupun pada umumnya remaja sudah dianggap mempunyai penyesuaian yang baik dengan lingkungannya. Melalui diskusi dengan keluarga, sahabat, maupun lingkungan sosial mengenai masalah yang dihadapinya berarti remaja telah membuka dirinya. Keterbukaan diri yang dimaksud adalah proses pengkomunikasian secara verbal dan disengaja tentang diri pribadi kepada orang lain sehingga memungkinkan bagi orang lain untuk mengenal secara benar dan dekat individu yang membuka diri tersebut.

Remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama teman-temannya, oleh karena itu dapatlah dimengerti bahwa pengaruh teman sebaya pada sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan perilaku lebih besar terutama pada sahabat daripada pengaruh keluarga (Hurlock, 1999). Hal ini menunjukkan bahwa remaja dipengaruhi oleh kelompok sosial dan memasuki dunia pergaulan yang luas. Peranan penting yang dimainkan pada hubungan pertemanan dapat menentukan penyesuaian remaja di masa yang akan datang. Terpenuhinya tugas perkembangan remaja dalam pengungkapan diri kepada orang lain dapat meningkatkan kepercayaan diri, sehingga individu dapat menemukan jati dirinya (Hurlock, 1999).

Pada masa remaja, seorang remaja mulai melepaskan diri dari orang tua, mereka mulai menyesuaikan diri dengan lawan jenis. Kelompok teman sebaya sangat berpengaruh dalam pergaulan remaja. Mereka mencari identitas melalui berbagai medium, salah satunya internet. Bagi kalangan remaja Indonesia, khususnya remaja tingkat SMP (Sekolah Menengah Pertama) dan SMA (Sekolah Menengah Atas, internet sudah tentu bukanlah hal yang asing lagi, terutama bagi remaja di perkotaan. Terlihat dari survei terbaru yang diadakan oleh *Spire Research & Consulting* yang bekerja sama dengan *Majalah Marketing* (2008) mengenai tren dan kesukaan remaja Indonesia terhadap berbagai jenis kategori, salah satu kategorinya adalah media, ditemukan bahwa para remaja sudah mengerti dan menggunakan internet dalam kegiatan sehari-hari. Survei yang dilakukan di lima kota besar Indonesia (Jakarta, Semarang, Surabaya, Medan dan Makassar) tersebut melibatkan 1.000 responden yang berumur 13-18 tahun atau masih duduk di bangku SMP dan SMA.

Internet sebagai media komunikasi, merupakan fungsi internet yang paling banyak digunakan dimana setiap pengguna internet dapat berkomunikasi dengan pengguna lainnya di seluruh dunia. Media pertukaran data, dengan menggunakan email, newsgroup, ftp dan www (jaringan situs web) para pengguna internet di seluruh dunia dapat saling bertukar informasi dengan cepat dan murah. Internet dapat membantu remaja dalam bersosialisasi. Internet memudahkan remaja menjalin relasi dengan teman ataupun lawan jenis. Jarak dan waktu tidak lagi menjadi halangan dalam hal komunikasi. Akan tetapi, sebuah penelitian mengungkapkan bahwa seorang remaja yang kecanduan internet cenderung mengalami penurunan keinginan untuk berkomunikasi secara langsung, tatap muka, khususnya dengan keluarga. Lebih dari itu, sebenarnya internet telah membatasi pergaulan seorang remaja. Remaja yang kecanduan internet hanya bisa berelasi dengan mereka yang juga mampu mengakses internet. Remaja lalu sangat selektif dalam memilih teman. Relasi remaja yang sebenarnya sangat luas dipersempit. (Seto, M, 2011)

Dalam artikelnya, Seto Mulyadi menyatakan bahwa efek positif dan negatif internet pada remaja yang seolah kontradiktif membuktikan bahwa dampak dari internet sangat tergantung dari penggunaannya. Oleh karena itu kunci untuk menyeimbangkan efek positif dan negatif dari internet terhadap remaja adalah justru komunikasi yang efektif antara orangtua dan remaja serta adanya bimbingan yang tepat. Sebuah skenario win-win solution, jika orang tua mengizinkan remaja untuk memaksimalkan manfaat internet sambil meminimalkan sisi negatif dari internet. Para remaja berhak mendapatkan yang terbaik dari apa yang ditawarkan oleh internet, namun orangtua harus strategis

dalam membimbing remaja untuk menggunakan internet dalam meningkatkan pengalaman belajar dan menghasilkan efek yang positif. (Seto, M, 2011)

Punyanunt-Carter (2006) meneliti tentang salah satu ciri perilaku serta hubungan interpersonal yang terbentuk dari komunikasi dalam dunia maya, yaitu keterbukaan diri. Para pengguna internet, terutama pada situs pertemanan sosial cenderung memaparkan informasi mengenai dirinya dengan intensitas yang cukup sering. Menurut remaja, media internet membantu mereka untuk berkoneksi dengan jaringan sosial yang luas dan terlihat dalam sebuah jaringan sosial membuat remaja menjadi dikenal oleh orang lain dan memungkinkan untuk dapat berkembang menciptakan sebuah hubungan.

Dengan keterbukaan diri yang dilakukan oleh seseorang ketika berinteraksi di dunia maya, membuat mereka mampu memenuhi kebutuhan afiliasi mereka, memperoleh validasi sosial, meningkatkan kontrol sosial, meraih pengklarifikasian diri, dan melatih pengekspreresian diri, meskipun demikian tanpa disadari ini juga membuat berkurangnya privasi dalam diri mereka. Hasil riset menunjukkan bahwa privasi memiliki korelasi negatif dengan keterbukaan diri. hal ini berarti semakin baik privasi yang dimiliki seseorang, maka semakin baik ia mampu mengatur sejauh mana ia dapat membuka dirinya ketika berinteraksi baik di dunia nyata maupun di dunia maya (Lee, 2010). kabar baiknya adalah kebanyakan remaja masih pada keterbukaan diri yang normal ketika menggunakan medium internet, meskipun tetap saja masih ada sekitar 36.36% remaja berada pada kategori tinggi dan 12.72% pada kategori sangat tinggi, yang menunjukkan bahwa sejumlah remaja masih sangat begitu terbuka saat berinteraksi melalui situs jejaring

sosial dan cenderung tidak menyaring informasi pribadi apa saja yang dapat diungkapkan pada orang lain (Lee, 2010).

Pengungkapan diri ini dapat berupa berbagai topik seperti informasi perilaku, sikap, perasaan, keinginan, motivasi dan ide yang sesuai dan terdapat di dalam diri orang yang bersangkutan. Kedalaman dan pengungkapan diri seseorang tergantung pada situasi dan orang yang diajak untuk berinteraksi. Jika orang yang berinteraksi dengan menyenangkan dan membuat merasa aman serta dapat membangkitkan semangat maka kemungkinan bagi individu untuk lebih membuka diri amatlah besar. Sebaliknya pada beberapa orang tertentu yang dapat saja menutup diri karena merasa kurang percaya (Devito, 1985). Seseorang yang mengungkapkan informasi pribadi yang lebih akrab daripada yang kita lakukan akan membuat kita merasa terancam dan kita akan lebih senang mengakhiri hubungan semacam ini. Bila sebaliknya kita yang mengungkapkan diri terlalu akrab dibandingkan orang lain, kita akan merasa bodoh dan tidak aman” (Sears, dkk., 1988).

Young (1996) meneliti efek penyalahgunaan internet pada 396 siswa sebagai partisipan dan menemukan penggunaan berlebihan Internet untuk *surfing website* yang tidak relevan dan memiliki konsekuensi negatif yang luas. Sebagian besar siswa dalam studi ini memiliki gangguan yang cukup parah termasuk nilai akademik yang buruk, percobaan, dan pengusiran dari sekolah. Beberapa partisipan mengalami gangguan fisik yang berkaitan dengan penggunaan Internet yang berlebihan. Ada juga banyak laporan mengenai tugas sehari-hari atau kegiatan yang Para peserta sering menunjukkan kontrol impulsif dan keinginan yang kuat untuk mendapatkan pengalaman di Internet ketika mereka mencoba

untuk membatasi diri mereka sendiri. Pusat Kecanduan Internet (2006) juga melaporkan bahwa lebih dari 50% orang yang menderita *Internet Addict* juga mempunyai kecanduan lain seperti obat-obatan terlarang, alkohol, rokok, dan seks. *Internet Addiction* jelas merupakan ancaman yang signifikan untuk banyak aspek kehidupan. Ditambah dengan fakta bahwa pecandu sering tidak mau atau tidak mampu untuk mencari bantuan profesional, *Internet Addiction* membuatnya sangat mengancam perkembangan yang sehat dari siswa. Konselor sekolah dituntut tidak hanya layanan langsung kepada siswa dengan akademik, masalah pribadi ataupun sosial tetapi juga bertanggung jawab untuk pencegahan penyakit dengan menanggapi isu-isu sosial diidentifikasi berkembang yang terbukti membahayakan siswa. (ASCA, 2005)

Kecanduan internet sendiri tampaknya menjadi gangguan umum yang patut dimasukkan dalam DSM-V. Secara konseptual, diagnosis adalah kompulsif-impulsif spektrum gangguan yang melibatkan penggunaan komputer *online* dan / atau *offline* dan terdiri dari setidaknya tiga subtipe: game berlebihan, keasyikan seksual, dan *e-mail*/teks pesan. Semua varian berbagi empat komponen-komponen berikut: 1) penggunaan yang berlebihan, sering dikaitkan dengan hilangnya rasa waktu 2) penarikan, termasuk perasaan marah, ketegangan, dan / atau depresi ketika komputer tidak dapat diakses, 3) toleransi, termasuk kebutuhan untuk peralatan komputer yang lebih baik, lebih lunak, atau jam lebih penggunaan, dan 4) dampak negatif, termasuk argumen, kecenderungan berbohong, minim pengetahuan, isolasi sosial, dan kelelahan.

Penelitian tentang *Internet Addiction* pernah juga dilakukan di India, yaitu tentang ketergantungan internet di kalangan siswa di India. Perbedaan perilaku yang signifikan muncul antara siswa yang tergolong *addict* dengan yang tidak. Perbedaan ini dapat berakibat pada pribadi, keluarga, dan masalah pekerjaan di masa depan. Siswa yang memiliki kecenderungan *addict* cenderung menunda tugas untuk lebih banyak berinternet. Kurangnya manajemen waktu dan kontrol adalah alasan utama untuk ini. Siswa juga melaporkan kehilangan tidur karena malamnya berinternet. Hal ini dapat menyebabkan kelelahan yang berlebihan, yang akan menurunkan nilai siswa secara akademis. Siswa juga melaporkan bahwa hidup akan membosankan tanpa internet. Pada skala kesepian, perbedaan yang signifikan muncul dengan siswa yang *addict* memiliki skor yang tinggi dari mereka yang tidak. Dari hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa ketergantungan terhadap internet secara langsung mengarah pada isolasi sosial, depresi meningkat, serta kegagalan akademis. Young dan Rodgers menemukan bahwa mereka yang memiliki gejala ketergantungan tingkat tinggi, memiliki preferensi yang kuat untuk soliter, cenderung untuk membatasi kegiatan sosial, dan menjadi individu yang lebih tertutup. Direktur kecanduan computer pada layanan Rumah Sakit McLean dari *Harvard Medical School* menegaskan bahwa Komputer sebagai “alat untuk menghindari, menunda dan melarikan diri”. Paling rentan terjadi pada anak-anak yang kesepian dan bosan, atau seseorang yang dari keluarga dimana tak seorangpun di rumah yang ada untuk berhubungan setelah pulang sekolah. (*Cyber Psychology & Behavior*, 6/6, 2003)

Dari hal-hal tersebut diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada siswa SMAN 2 Surabaya bagaimana hubungan internet terhadap keterbukaan diri siswa.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolensence* mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik Remaja membutuhkan interaksi untuk berhubungan dengan orang lain, sehingga remaja mempunyai keterampilan sosial dan kemampuan penyesuaian diri yang menjadi semakin penting. Hal ini disebabkan karena remaja sudah memasuki dunia pergaulan yang lebih luas serta pengaruh teman di lingkungan sekolah terutama remaja. Keterbukaan diri merupakan salah satu faktor yang berpengaruh dalam perkembangan remaja. Mereka mencari identitas melalui berbagai medium, salah satunya internet.

Bagi kalangan remaja Indonesia, khususnya remaja tingkat SMP (Sekolah Menengah Pertama) dan SMA (Sekolah Menengah Atas, internet sudah tentu bukanlah hal yang asing lagi, terutama bagi remaja di perkotaan. Terlihat dari survei terbaru yang diadakan oleh *Spire Research & Consulting* yang bekerja sama dengan Majalah Marketing (2008) mengenai tren dan kesukaan remaja Indonesia terhadap berbagai jenis kategori, salah satu kategorinya adalah media, ditemukan bahwa para remaja sudah mengerti dan menggunakan internet dalam kegiatan sehari-hari. Survei yang dilakukan di lima kota besar Indonesia (Jakarta,

Semarang, Surabaya, Medan dan Makassar) tersebut melibatkan 1.000 responden yang berumur 13-18 tahun atau masih duduk di bangku SMP dan SMA.

Menurut remaja, media internet membantu mereka untuk berkoneksi dengan jaringan sosial yang luas dan terlihat dalam sebuah jaringan sosial membuat remaja menjadi dikenal oleh orang lain dan memungkinkan untuk dapat berkembang menciptakan sebuah hubungan. Dengan keterbukaan diri yang dilakukan oleh seseorang ketika berinteraksi di dunia maya, membuat mereka mampu memenuhi kebutuhan afiliasi mereka, memperoleh validasi sosial, meningkatkan kontrol sosial, meraih pengklarifikasian diri, dan melatih pengeksprerisian diri, meskipun demikian tanpa disadari ini juga membuat berkurangnya privasi dalam diri mereka. Hasil riset menunjukkan bahwa privasi memiliki korelasi negatif dengan keterbukaan diri. hal ini berarti semakin baik privasi yang dimiliki seseorang, maka semakin baik ia mampu mengatur sejauh mana ia dapat membuka dirinya ketika berinteraksi baik di dunia nyata maupun di dunia maya (Lee, 2010).

Young (1996) meneliti efek penyalahgunaan internet pada 396 siswa sebagai partisipan dan menemukan penggunaan berlebihan Internet untuk *surfing website* yang tidak relevan dan memiliki konsekuensi negatif yang luas. Sebagian besar siswa dalam studi ini memiliki gangguan yang cukup parah termasuk nilai akademik yang buruk, percobaan, serta isolasi sosial.

Seorang remaja yang telah mengalami kecanduan internet (*internet addict*), dan menghabiskan waktunya sebagian besar untuk berinteraksi dengan dunia maya, apakah secara langsung berpengaruh terhadap keterbukaan diri (*self*

*disclosure*) mereka di dunia nyata? Pertanyaan inilah yang ingin penulis kaji dalam penelitian ini.

### 1.3. Batasan Masalah

Batasan masalah dari penelitian ini meliputi:

#### a. Remaja

masa peralihan dari masa kanak – kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan timbulnya tanda – tanda pubertas dan berlangsung sampai terciptanya kematangan dan pertumbuhan yang maksimal. Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintergrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang – orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama. Selain perubahan dalam diri remaja yang perhubungan dengan masa pubertas, perubahan juga terjadi dalam intelektual, cara berfikir remaja yang kritis, penuh imajinasi dan rasa keinginan tahanan yang tinggi atau dapat dikatakan sebagai tahap pemikiran operasional formal.

#### b. Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*)

kegiatan berbicara kepada orang lain tentang kebutuhan-kebutuhan, pikiran-pikiran, perasaan-perasaan, perilaku dan latar belakang individu. *Self disclosure* merupakan tindakan untuk mengungkapkan tentang bagaimana kita berinteraksi dengan orang terhadap situasi yang terjadi saat ini, dan memberikan informasi tentang masa lalu yang relevan, yang dapat menjelaskan reaksi yang kita perbuat saat ini (Crider, 1983)

### c. *Internet Addiction Disorder*

keasyikan dalam berinternet, sebuah kebutuhan untuk berinternet untuk waktu yang lebih lama, usaha untuk mengurangi waktu berinternet yang akhirnya gagal yang berdampak pada manajemen waktu yang sulit dikendalikan, adanya tekanan lingkungan dan perubahan *mood* melalui penggunaan internet (Young, 1999).

## 1.4. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

“Apakah ada hubungan antara kecenderungan kecanduan internet (*internet addict*) dengan keterbukaan diri (*self disclosure*) pada siswa usia remaja?”

## 1.5. Tujuan Penelitian

Mengetahui ada tidaknya hubungan antara kecenderungan kecanduan internet (*internet addict*) dengan keterbukaan diri (*self disclosure*) pada siswa usia remaja.

## 1.6. Manfaat Penelitian

### 1.6.1. Manfaat teoritis

Penelitian ini secara teoritis agar dapat mengetahui bagaimana hubungan antara kecenderungan kecanduan internet (*internet addict*) terhadap keterbukaan diri (*self disclosure*) sehingga dapat membuktikan asumsi dalam penelitian ini. Manfaat bagi ilmu pengetahuan psikologi adalah sebagai media pengembangan

teori psikologi khususnya teori yang mendasari keterbukaan diri (*self disclosure*) pada remaja.

### **1.6.2. Manfaat praktis**

1. Memberikan pemahaman kepada orangtua akan pentingnya keterbukaan diri pada remaja.
2. Memberikan masukan kepada pihak sekolah apabila ada anak didiknya yang terkena kecenderungan kecanduan internet
3. Bagi para pecandu sendiri memberikan pemahaman tentang bahaya kecanduan internet sehingga dapat lebih mengantisipasi dalam mengakses informasi lewat internet.
4. Adanya tambahan pengetahuan mengenai penelitian bagi peneliti sendiri dan sumbangan untuk dasar penelitian lebih lanjut terkait dengan gejala kecenderungan kecanduan internet dan keterbukaan diri pada remaja.