

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Popularitas internet sebagai media komunikasi telah membuat internet menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari oleh banyak orang dan menyebabkan peningkatan penggunaan internet oleh individu. Penggunaan internet pada remaja cukup tinggi. Penggunaan internet yang meningkat secara terus menerus akan menimbulkan perilaku kompulsif dalam menggunakan internet yang sulit untuk dikendalikan. Kemudian secara otomatis menjadikannya kecanduan internet. Kecanduan internet adalah salah satu gangguan kejiwaan yang ditandai dengan keasyikan yang berlebihan atau tidak terkontrol terhadap penggunaan komputer dan akses internet yang menyebabkan gangguan atau distress (Jorgenson, A.G. dan Hsiao, 2016). Remaja cenderung mudah mengalami kecanduan internet disebabkan karena remaja berada pada tahap krisis identitas, dimana mereka mempunyai rasa ingin tahu yang sangat tinggi, selalu ingin mencoba hal yang baru dan mudah terpengaruh dengan teman sebayanya (Sarwono, 2013). Kriteria kecanduan internet menurut Griffiths (2008) adalah pikiran terdominasi oleh pengguna internet (*salience*), segera merasa puas saat dapat menggunakan internet (*mood modification*), peningkatan penggunaan internet secara progresif (*tolerance*), merasa gelisah saat tidak mengakses internet (*withdrawal syndrome*), muncul konflik antara dirinya dengan orang-orang disekitarnya karena penggunaan internet yang berlebihan (*conflict*), telah mencoba mengurangi waktu untuk mengakses internet namun selalu gagal (*relapse*).

Prevalensi kecanduan internet pada remaja cukup tinggi di beberapa negara di dunia. Pengguna internet di dunia diperkirakan mencapai 4,95 miliar orang pada Bulan Januari 2022. Jumlah tersebut meningkat 3,99% dibandingkan pada tahun sebelumnya yang sebanyak 4,67 miliar orang. Berdasarkan laporan *e-Conomy SEA* 2019 yang diluncurkan *Google*, negara-negara di Asia Tenggara menjadi pengguna internet seluler terbanyak di dunia. Terdapat 360 juta pengguna internet di Asia Tenggara, menambah lebih dari 10 juta pengguna internet dari tahun sebelumnya. Menurut survei banyak tambahan baru penggunaan internet dari kalangan remaja berusia 15-19 tahun dengan kisaran rentang prosentase 26,7%-30%. Mayoritas mereka menggunakan internet untuk *mengakses e-mail, chatting, instant messaging, researching, shopping*, dan media sosial (Malinos Martin, 2016).

Pengguna internet di Indonesia mengalami pertumbuhan yang sangat pesat. Berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), terdapat 210,03 juta pengguna internet di dalam negeri pada periode 2021-2022. Jumlah itu meningkat 6,78% dibandingkan pada periode sebelumnya yang sebesar 196,7 juta orang. Peningkatan jumlah pengguna internet di Indonesia membuat tingkat penetrasi internet di Indonesia menjadi sebesar 77,02%. Melihat usianya, tingkat penetrasi internet paling tinggi di kelompok usia 13-18 tahun, yakni 99,16%. Posisi kedua ditempati oleh kelompok usia 19-34 tahun dengan tingkat penetrasi sebesar 98,64 %. Tingkat penetrasi internet di rentang usia 35-54 tahun sebesar 87,30%. Tingkat penetrasi internet di kelompok usia 5-12 tahun dan 55 tahun ke atas masing-masing sebesar 62,43% dan 51,73% (APJII, 2022).

Menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2020 Pulau Jawa berada pada posisi pertama sebagai pengguna internet terbesar yaitu

sebanyak 73,3% dengan pengguna mencapai 153,9 juta jiwa. Jumlah pengguna internet di Provinsi Jawa Tengah terdapat peningkatan setiap tahunnya. Hasil survei Badan Pusat Statistika Provinsi Jawa Tengah pengguna internet pada tahun 2021 yaitu mencapai 956.000 jiwa dan sebanyak 113.584 remaja menggunakan internet. Kota Surakarta adalah salah satu kota yang berada di Provinsi Jawa Tengah. Menurut Badan Pusat Statistika di Kota Surakarta, presentase penduduk usia 15-24 tahun yang menggunakan internet terdapat 96,68% dari seluruh pengguna yang ada di Kota Surakarta. Meningkatnya kecanduan internet pada remaja disebabkan karena tingginya penggunaan internet pada remaja tersebut (Agung *et al.*, 2018).

Berdasarkan survei dari peneliti pada siswa di SMA Negeri 5 Surakarta, jumlah kejadian kecanduan internet di SMA Negeri 5 Surakarta relatif tinggi. Studi pendahuluan dengan wawancara langsung pada Bulan Oktober 2022 kepada siswa kelas XI SMA Negeri 5 Surakarta menunjukkan 100% siswa menggunakan layanan internet, 2 dari 10 (20%) siswa mengatakan tidak mengerjakan tugas yang sudah direncanakan seperti tugas individu dan kelompok karena menggunakan internet untuk membuka media sosial dan bermain *games*, 8 dari 10 (80%) siswa mengatakan mengalami kesulitan berkonsentrasi saat mengerjakan tugas karena menurut mereka dalam mengakses internet sangat menarik dan 100% siswa mengatakan selalu gagal untuk mengurangi waktu dalam menggunakan internet. Alasan individu lebih senang menghabiskan waktu untuk menggunakan internet karena penggunaan internet sangat menarik bagi mereka, ketika menggunakan internet mereka akan merasa lebih nyaman dan bahagia, mayoritas siswa menggunakan internet untuk *mengakses game online, chatting*, dan media sosial. Siswa tersebut mengatakan menghabiskan lebih dari 7 jam untuk bermain *games*

dan menggunakan media sosial dengan mengakses internet setiap hari. Hasil wawancara dengan guru BK SMA Negeri 5 Surakarta, remaja yang kecanduan internet cenderung mengabaikan kegiatan belajar mengajar di sekolah dan mengalami kesulitan berkonsentrasi sehingga tidak jarang prestasi akademik mereka menurun akibat penggunaan internet yang berlebihan.

Tersedianya berbagai aplikasi untuk berkomunikasi maupun hiburan dan akses internet inilah yang menyebabkan internet banyak dinikmati oleh masyarakat. Remaja memiliki kecenderungan untuk berkonsentrasi menggunakan media seperti penggunaan internet daripada orang dewasa, hal ini membuat remaja lebih rentan terhadap kecanduan internet (Kim, 2014). Kecanduan internet didefinisikan sebagai suatu kondisi yaitu ketika seseorang telah kehilangan kendali atas penggunaan internet. Mulai menggunakan internet secara berlebihan sampai mereka mendapatkan konsekuensi yang menimbulkan suatu masalah, dan akhirnya memberi pengaruh negatif pada kehidupannya (Winther, 2014 dan Scimece et al, 2013, dalam Bozoglan, 2018). Young (2009) mengatakan bahwa kecanduan internet dapat menimbulkan dampak buruk bagi remaja karena penggunaannya yang telah melebihi batas wajar. Remaja dengan kecanduan internet akan berdampak negatif terhadap hubungan sosial, individu yang kecanduan internet akan menghabiskan banyak waktu mereka dengan mengakses internet, masalah keuangan, kondisi fisik orang yang mengalami kecanduan internet dapat terganggu, dan masalah kegagalan akademik. Terdapat beberapa faktor dalam kecanduan internet yaitu menurut Yanuar (Anggraeni, M. L., Praherdhiono, H., & Sulthoni, 2019) menyatakan bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi kecanduan internet yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal tersebut meliputi

keluarga, teman sebaya dan sosial budaya. Sedangkan faktor internalnya merupakan kepribadiannya sendiri seperti *self-control*, minat, motif, dan usia. Peneliti lain mengatakan bahwa dari beberapa faktor kecanduan internet tersebut kontrol diri merupakan faktor yang paling penting. Mereka yang memiliki kontrol diri yang buruk secara langsung mempengaruhi perilaku bermasalah, dan menyatakan bahwa peningkatan kontrol diri sangat penting untuk mengurangi perilaku bermasalah seperti kecanduan internet (Kim, J., Jong., Lee, J., & Hyun, 2019).

Model *self-control* yang dikembangkan oleh Li (2013) menyatakan bahwa *self-control* merupakan kemampuan untuk mengendalikan tingkah laku diri dan cenderung bertindak positif. *Self-control* berpengaruh negatif terhadap permasalahan penggunaan internet pada remaja. Ketidakmampuan mengontrol diri disebabkan karena ketidakmampuan untuk memikirkan terlebih dahulu dampak yang akan dialami dan cenderung hanya untuk mendapatkan kesenangan saja. Perasaan yang muncul akibat permasalahan penggunaan internet akan mempengaruhi pemikiran untuk terus menggunakan internet sebagai pemenuhan kebutuhan dirinya. Pemakaian yang terus-menerus ini membuat sulit lepas dari internet dan ketergantungan untuk menggunakan sesering mungkin (Li *et al*, 2013).

Berdasarkan fenomena dan teori yang telah dipaparkan, penelitian menggunakan model *self-control* yang dikembangkan oleh Li (2013) perlu untuk dilaksanakan. Hal ini untuk mengetahui lebih dalam hubungan *self-control* dengan tingkat kecanduan internet pada siswa SMA Negeri 5 Surakarta.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, dapat disusun rumusan masalah “Bagaimana hubungan antara *self-control* dengan tingkat kecanduan internet pada siswa SMA Negeri 5 Surakarta ?”

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Menganalisis hubungan antara *self-control* dengan tingkat kecanduan internet pada siswa SMA Negeri 5 Surakarta.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

1. Menganalisis *self-control* pada siswa SMA Negeri 5 Surakarta
2. Menganalisis tingkat kecanduan internet pada siswa SMA Negeri 5 Surakarta
3. Menganalisis hubungan antara *self-control* dengan tingkat kecanduan internet pada siswa SMA Negeri 5 Surakarta.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi ilmiah dalam pengembangan ilmu keperawatann jiwa terutama dalam *self-control* pada tingkat kecanduan internet pada remaja.

### **1.4.2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan dalam memberikan motivasi pada remaja dengan kecanduan internet.

1. Bagi remaja

Setelah penelitian ini dilakukan, remaja diharapkan dapat memperoleh informasi dan memahami tentang *self-control* dengan tingkat kecanduan internet pada remaja, serta dapat mencegah mereka terlarut dalam kecanduannya.

2. Bagi sekolah

Adanya hubungan antara *self-control* dengan tingkat kecanduan internet pada remaja dapat digunakan sebagai dasar pertimbangan kebijakan tentang penggunaan internet pada area sekolah.

3. Bagi peneliti

Peneliti dapat menambah pengetahuan dan wawasan mengenai hubungan dari *self-control* dengan tingkat kecanduan internet pada remaja. Peneliti dapat menggunakan sebagai referensi dalam menentukan intervensi menanggulangi masalah kecanduan internet pada remaja di indonesia.