

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab pertama, gambaran umum diberikan dalam pendahuluan yaitu mengenai langkah langkah yang diperlukan untuk menyelesaikan laporan penelitian berdasarkan subjek yang dipilih.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Kemajuan teknologi membawa perubahan yang signifikan dalam kehidupan banyak orang, khususnya di zaman sekarang internet dipandang sebagai kebutuhan serius oleh masyarakat, mereka menganggap bahwa kebutuhan internet merupakan kebutuhan primer. Hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2024), jumlah pengguna internet Indonesia tahun 2024 mencapai 221.563.479 jiwa dari total populasi 278.696.200 jiwa penduduk Indonesia tahun 2023. Dari hasil survei penetrasi internet Indonesia 2024 yang dirilis APJII, maka tingkat penetrasi internet Indonesia menyentuh angka 79,5%. Dibandingkan dengan periode sebelumnya, maka ada peningkatan sebesar 1,4%. Setiap orang memerlukan teknologi agar dapat bekerja dengan lebih efisien dan efektif. Internet merupakan alat yang sangat penting, terutama dalam bidang pendidikan sebagai sarana informasi akademis, fasilitas administrasi, dan lainnya. Ini juga menjadi perhatian bagi institusi pendidikan yang harus meningkatkan kualitas pengajaran dengan menerapkan sistem yang lebih terkomputerisasi untuk mengikuti perkembangan teknologi dan memperbaiki mutu pendidikan. Menurut Sutirman (2006), dengan bantuan teknologi informasi khususnya internet pendidikan ke depan akan lebih terbuka, dua arah, multidisiplin, efisien dan dapat meningkatkan daya saing kerja.

Kemajuan teknologi juga telah memungkinkan terciptanya lingkungan belajar global yang berhubungan dengan jaringan yang menempatkan siswa di tengah-tengah proses pembelajaran, dikelilingi oleh berbagai sumber belajar dan layanan belajar elektronik (Aryani, 2009). Berkaitan dengan hal tersebut, internet merupakan salah satu bentuk kemajuan teknologi. Internet telah membawa perubahan bagi beberapa individu di dunia untuk saling berinteraksi dan internet

juga lebih cepat dibandingkan media lainnya, menjadi komponen penting yang memudahkan dan mempercepat pencarian sumber data yang sesuai dengan keinginan semua orang. Oleh karena itu, internet umumnya dimanfaatkan oleh orang-orang yang mengaksesnya, termasuk siswa dan mahasiswa yang menggunakan internet ini untuk mendukung kebutuhan pendidikan mereka. Keinginan siswa terhadap internet, membuat beberapa sekolah di Indonesia menyediakan akses internet gratis bagi siswa di sekolah sebagai sarana untuk membantu persiapan belajar mereka di kelas. Akses internet diharapkan dapat mendukung proses belajar yang bebas bagi siswa, memberikan bantuan dalam penyediaan sumber data atau referensi untuk materi belajar lainnya, termasuk pengetahuan dan berbagai aspek terkait mekanisme pembelajaran berkelanjutan (Simbolon, 2020).

Setiap teknologi pasti memiliki dampak yang positif dan negatif. Salah satu keuntungan positif yang dapat diambil dari kemajuan teknologi adalah memberikan kemudahan dalam bidang pendidikan, terutama sebagai sumber pengetahuan dan referensi dalam proses belajar (Amin Akbar & Nia Noviani, 2019). Namun di sisi lain, keberadaan teknologi informasi atau internet juga memberikan dampak negatif terhadap cara belajar, karena dapat mengurangi konsentrasi dalam menyerap materi, sehingga siswa menjadi malas menyelesaikan tugas-tugas mereka. Ketika siswa menyalahgunakan internet, dampak buruk ini mendorong para guru untuk menawarkan solusi mengenai pemanfaatan internet (Astri, 2019). Selain itu, dampak negatif lainnya dari adanya internet di dalam kelas adalah penyalahgunaan fasilitas internet oleh siswa. Penyalahgunaan ini dapat diartikan sebagai penggunaan internet, komputer, atau fasilitas belajar untuk kegiatan yang tidak berkaitan dengan proses belajar. Perilaku ini juga dikenal sebagai *Cyberloafing* atau *Cyberslacking* (Gerow, Galluch, dan Thatcher, 2010).

Cyberslacking pertama kali muncul sebagai istilah dan konsep yang dikenal pada era dimana teknologi informasi dan internet menjadi semakin meluas dalam kehidupan sehari-hari yaitu tepatnya pada era digital. Istilah ini merujuk pada perilaku individu yang menggunakan perangkat digital, seperti smartphone untuk

mengalihkan perhatian mereka dari tugas atau pekerjaan yang seharusnya sedang dikerjakan. Sebelumnya, istilah serupa yang berkaitan dengan dunia kerja dikenal sebagai "*Cyberloafing*". *Cyberloafing* merujuk pada kecenderungan karyawan untuk menggunakan waktu kerja dan sumber daya perusahaan untuk aktivitas yang tidak berkaitan dengan pekerjaan mereka, terutama dengan menggunakan internet. Seiring dengan perkembangan teknologi dan kepopuleran penggunaan smartphone, perilaku serupa juga mulai muncul di kalangan siswa dan individu di luar lingkungan kerja formal. *Cyberslacking* menjadi semakin signifikan dengan peningkatan aksesibilitas internet dan perangkat digital. Notifikasi, pesan, dan konten digital yang mudah diakses dapat menjadi distraksi signifikan, mengakibatkan gangguan fokus dan produktivitas. Fenomena ini mencerminkan perubahan perilaku manusia dalam menghadapi teknologi digital dan bagaimana teknologi tersebut dapat mempengaruhi cara kita bekerja dan belajar (Henle & Blanchard, 2008)

Menurut Akbulut, Dursun, Donmez, dan Sahin (2016), kegiatan yang dilakukan dalam *Cyberslacking* terbagi menjadi lima kategori, yaitu *sharing*, *shopping*, *real time updating*, *accessing online content* dan *gaming/gambling*. *Sharing* didefinisikan sebagai aktivitas di internet yang dilakukan oleh seseorang untuk mengecek dan berkomentar pada unggahan yang dibagikan orang lain. *Shopping* diartikan sebagai kegiatan online yang dilakukan seseorang untuk mengunjungi situs belanja daring. *Real time updating* merupakan aktivitas berbagi informasi terbaru dan memberikan komentar tentang topik yang sedang populer. *Accessing online content* terjadi ketika seseorang menggunakan internet untuk menonton video, mendengarkan musik, dan mengunduh aplikasi yang tersedia secara daring. Sedangkan *Gaming/Gambling* berkaitan dengan penggunaan internet dalam konteks permainan atau judi. Faktor pemicu mahasiswa untuk melakukan *Cyberslacking* terdiri tiga faktor, yaitu faktor sikap, faktor emosi dan faktor sosial. Faktor sikap berkaitan dengan sikap mahasiswa dalam menilai perilaku *Cyberslacking*. Ketika siswa memiliki pandangan positif terhadap *Cyberslacking*, mereka cenderung melakukan tindakan tersebut. Mengenai faktor emosional, emosi

adalah elemen psikologis yang ada pada siswa dan berdampak pada perilaku, seperti kecemasan, rasa malu, harga diri, pengendalian diri, kesepian, dan *locus of control* yang memengaruhi perilaku penggunaan internet. Faktor sosial bisa memengaruhi perilaku *Cyberslacking* di kalangan siswa. Tindakan ini mereka lakukan berdasarkan norma sosial. Jika perilaku *Cyberslacking* dianggap tidak sebagai sesuatu yang negatif, maka siswa akan tertarik dan cenderung melakukannya (Ozler dan Polat, 2012).

Namun ternyata faktor yang lebih mempengaruhi *Cyberslacking* pada mahasiswa adalah menahan kemauan didalam diri sendiri untuk berperilaku atau tidak melakukan sesuatu, hal ini berkaitan dengan bagaimana individu mengontrol perilakunya. Faktor utama pada *Cyberslacking* yaitu *Self Control* karena perilaku ini sering kali terjadi ketika seseorang tidak dapat mengatur atau mengendalikan dorongan untuk melakukan kegiatan yang tidak produktif selama menggunakan teknologi atau internet (Gerow et al., 2010). Menurut Carter dan Alex (2012), di dalam diri seseorang terdapat sistem pengaturan diri yang berfokus pada pengendalian diri. Proses pengendalian diri ini menjelaskan bagaimana individu mengatur dan mengontrol perilaku dalam menjalani hidup sesuai dengan kemampuan individu untuk mengendalikan perilaku. Jika seseorang mampu mengontrol perilakunya dengan baik, maka individu tersebut dapat menjalani kehidupannya dengan baik. Pendapat lain yang dikemukakan oleh Averill (1973) mengenai pengendalian diri (*Self Control*) adalah kemampuan seseorang untuk mengubah tingkah lakunya, kapasitas individu dalam mengatur informasi yang diinginkan maupun yang tidak diinginkan, serta keahlian individu dalam menentukan pilihan tindakan berdasarkan keyakinan yang dianut. Secara umum, Pengendalian Diri berkaitan dengan cara individu mengendalikan perasaan dan dorongan dari dalam diri mereka sendiri sehingga mampu membuat keputusan dan bertindak efektif sesuai dengan norma ideal, nilai moral, dan harapan sosial. Kemudian, terdapat 3 aspek dalam kemampuan mengontrol diri, yaitu Kontrol Perilaku (*Behavior Control*), Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*), dan Kontrol Pengambilan Keputusan (*Decisional Control*).

Siswa yang memiliki tingkat pengendalian diri yang baik cenderung lebih mampu menahan godaan untuk melakukan aktivitas yang tidak relevan, seperti bermain media sosial atau menonton video, saat mereka seharusnya fokus pada tugas atau kegiatan akademik. Sejalan dengan pendapat dari Baumeister & Vohs (2007) jika individu dengan kontrol diri tinggi kaitannya pada adaptasi yang baik dan mampu mengelola emosi dengan maksimal. Sebaliknya, siswa dengan pengendalian diri yang rendah lebih mudah tergoda untuk melakukan *Cyberslacking* yang pada akhirnya dapat mengganggu konsentrasi dan mengurangi produktivitas mereka dalam belajar. Dengan kata lain, pengendalian diri yang baik membantu individu untuk tetap fokus dan bertanggung jawab atas penggunaan waktu dan teknologi, mengurangi potensi terjadinya perilaku *Cyberslacking*.

Penelitian yang dilakukan oleh Yunita Efendi (2024) mengenai pengendalian diri siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 15 Pekanbaru menunjukkan bahwa tingkat pengendalian diri siswa tergolong “Cukup Tinggi” dengan persentase sebesar 57,95%. Sementara itu, perilaku *cyberloafing* akademik siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 15 Pekanbaru dikategorikan sebagai “Rendah” dengan persentase 44,32%. Hasil penelitian ini mengungkapkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara pengendalian diri dan perilaku *cyberloafing* akademik. Makin tinggi pengendalian diri, makin rendah perilaku *cyberloafing* akademik yang dialami siswa. Implikasi dari penelitian ini menjadi dasar dalam penyusunan program layanan bimbingan dan konseling oleh guru bimbingan untuk segera menangani siswa yang terlibat dalam *cyberloafing* akademik dan meningkatkan perilaku pengendalian diri.

Sesuai dengan temuan penelitian Sari dan Ratnaningsih (2020) menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara pengendalian diri dan tingkat intensitas *Cyberslacking*. Semakin tinggi pengendalian diri yang dimiliki, semakin rendah intensitas *Cyberslacking* yang dilakukan. Sebaliknya, semakin rendah pengendalian diri seseorang, semakin tinggi tingkat *Cyberslacking* yang dilakukan oleh orang tersebut. Kontrol diri memberikan pengaruh pada perilaku *Cyberslacking* sebesar 32%. Dengan melakukan kontrol diri, mahasiswa

diharapkan mampu mengatur dan mengontrol segala tindakannya. Terdapat juga hasil penelitian Muna & Astuti (2014) mengenai hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja akhir menunjukkan adanya sumbangan efektif sebesar 15,1% yang diberikan kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan, sedangkan sisanya 84,9 % dipengaruhi oleh faktor lain.

Dalam penelitian ini, peneliti memilih faktor pengendalian diri (*Self Control*) sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku *Cyberslacking*, karena perilaku tersebut dapat dikelola oleh pengendalian diri individu. Kesiapan mereka untuk mengontrol diri agar tidak melakukan tindakan negatif, akan membuat niat awal mereka berjalan dengan baik. Peneliti akan memilih siswa kelas VIII SMP sebagai subjek karena kelompok ini berada pada tahap perkembangan remaja awal yang masih rentan terhadap gangguan eksternal, termasuk penggunaan teknologi. Siswa kelas VIII SMP termasuk dalam kategori remaja dengan rentang usia 12 tahun hingga 15 tahun. Pada usia tersebut siswa sedang gencarnya menggunakan internet, tetapi kurang mampu mengendalikan dirinya. Siswa dinilai lebih mengutamakan menggunakan handphone untuk bersosial media dan bermain game online. Selaras dengan pendapat Doni & Faqih (2017), menyatakan bahwa siswa yang menggunakan handphone lebih sering untuk mencari hiburan dibandingkan belajar. Siswa lebih sering menggunakan handphone untuk melepas kebosanan dan kejenuhan setelah belajar yang tanpa disadari menjadi sebuah aktivitas yang dilakukan secara terus-menerus sampai melalaikan tugas dan kewajibannya.

Oleh karena itu, peneliti memilih siswa kelas VIII SMP sebagai tahap yang strategis untuk melihat pengaruh antara *Self Control* dan perilaku *Cyberslacking*, karena siswa pada usia ini berada di usia remaja awal, yang seringkali menghadapi tekanan sosial, memiliki kebebasan lebih dalam terkait penggunaan teknologi, dan pergeseran dalam pola belajar. Hal tersebut, memberi kesempatan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi perilaku mereka. Peneliti akan melakukan penelitian dengan menyebarkan kuisioner kepada siswa kelas VIII SMP dan mewawancarai beberapa guru yang memiliki peran penting dalam memberikan informasi terkait pengamatan mereka terhadap perilaku siswa di kelas, khususnya

dalam hal pengendalian diri dan perilaku *Cyberslacking*, serta mewawancarai beberapa siswa sebagai riset awal penelitian ini.

Hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti terhadap beberapa siswa dan guru di SMP Karya Pembangunan 1 Baleendah menguatkan bahwa perilaku *Cyberslacking* memang terjadi selama proses pembelajaran. Siswa cenderung tergoda untuk membuka media sosial atau bermain *game* saat merasa bosan, terutama pada mata pelajaran yang mereka anggap kurang menarik. Meskipun beberapa siswa berupaya mengendalikan diri, misalnya dengan mematikan ponsel atau tidak membawanya ke sekolah, upaya ini sering kali gagal akibat pengaruh teman sebaya yang juga menggunakan ponsel di kelas. Dari sisi guru, meskipun penggunaan ponsel tidak terjadi secara masif, guru mengakui bahwa masih ada siswa yang membuka media sosial atau bermain gim saat pembelajaran berlangsung. Tindakan preventif seperti menyita ponsel atau memberikan teguran langsung telah dilakukan, namun efektivitasnya sangat bergantung pada tingkat pengendalian diri siswa. Guru juga menyebutkan bahwa penggunaan ponsel sebenarnya masih diperbolehkan untuk keperluan tertentu seperti membaca e-book, namun dalam praktiknya, batas antara penggunaan yang produktif dan menyimpang sering kali sulit dikendalikan.

Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku *Cyberslacking* tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti kebijakan sekolah atau metode pembelajaran, tetapi juga berkaitan erat dengan faktor internal, yaitu tingkat *self-control* siswa. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji lebih jauh sejauh mana kemampuan pengendalian diri siswa dapat memengaruhi kecenderungan mereka melakukan *Cyberslacking* selama proses pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh *Self Control* terhadap perilaku *Cyberslacking* siswa. Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti mengangkat Judul penelitian

“Pengaruh *Self Control* Terhadap Perilaku *Cyberslacking* Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Karya Pembangunan 1 Baleendah”

Vitha Mutia Azzahra, 2025

PENGARUH SELF CONTROL TERHADAP PERILAKU CYBERSLACKING PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP KARYA PEMBANGUNAN 1 BALEENDAH

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1.2 Rumusan Masalah

Self Control memegang peran penting dalam mengatur perilaku siswa, termasuk dalam perilaku *Cyberslacking* yaitu penggunaan internet untuk aktivitas tidak produktif selama proses pembelajaran berlangsung. Pada siswa kelas VIII SMP yang berada dalam masa remaja awal, kemampuan untuk mengendalikan dorongan dan fokus pada tanggung jawab akademik menjadi sebuah tantangan tersendiri.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti mengajukan rumusan masalah mengenai pengaruh *Self Control* terhadap perilaku *Cyberslacking* pada peserta didik kelas VIII SMP, yang lebih di detailkan dengan pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat *Self Control* siswa kelas VIII SMP KP 1 Baleendah?
2. Bagaimana tingkat perilaku *Cyberslacking* siswa kelas VIII SMP KP 1 Baleendah?
3. Adakah pengaruh *Self Control* secara keseluruhan terhadap perilaku *Cyberslacking* siswa kelas VIII SMP KP 1 Baleendah?

1.3 Tujuan Penelitian

Beberapa pertanyaan penelitian yang sudah diungkapkan pada rumusan masalah, berikut tujuan penelitian yang akan dilaksanakan, sebagai berikut :

1. Mendeskripsikan tingkat *Self Control* siswa kelas VIII SMP KP 1 Baleendah
2. Mendeskripsikan tingkat perilaku *Cyberslacking* siswa kelas VIII SMP KP 1 Baleendah
3. Menganalisis pengaruh *Self Control* secara keseluruhan terhadap perilaku *Cyberslacking* siswa kelas VIII SMP KP 1 Baleendah

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian yang akan dilakukan adalah sebagai berikut :

1. **Manfaat Teoritis** : Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan juga dapat memiliki kontribusi dalam meningkatkan pengetahuan siswa, guru, orang tua mengenai dampak positif dan negatif perkembangan ilmu teknologi.
2. **Manfaat Praktis** :
 - a. Bagi Penulis, penelitian ini dapat memperdalam pengetahuan tentang topik *Self Control* dan perilaku *Cyberslacking*, serta bagaimana keduanya mempengaruhi perilaku siswa dalam konteks pendidikan. Hal tersebut, memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang isu-isu yang relevan dengan perkembangan remaja dan penggunaan teknologi.
 - b. Bagi Sekolah, temuan penelitian ini dapat digunakan oleh pihak sekolah untuk merancang kebijakan atau program yang mendukung penguatan *Self Control* siswa, seperti pelatihan manajemen waktu, literasi digital, atau program pengendalian penggunaan internet di lingkungan sekolah.
 - c. Bagi Guru, dengan adanya penelitian ini dapat memberikan wawasan kepada guru mengenai pentingnya *Self Control* siswa terhadap perilaku *Cyberslacking*. Guru dapat menggunakan temuan penelitian ini untuk merancang strategi pengajaran atau pengelolaan kelas yang lebih efektif, seperti mengatur penggunaan teknologi di kelas agar lebih produktif.
 - d. Bagi Peserta Didik, penelitian ini dapat memberikan dampak positif dan negatif dari pengaruh *Cyberslacking* terhadap pembelajaran. Siswa dapat memahami pentingnya mengendalikan diri agar tetap fokus pada tugas akademik dan memanfaatkan teknologi secara optimal.
 - e. Bagi Peneliti Selanjutnya, sebagai sumber referensi dan memberikan sumbangan pemikiran tentang penemuan baru terkait pengaruh *Self Control* terhadap perilaku *Cyberslacking* pada peserta didik kelas VIII SMP, baik dalam konteks pendidikan maupun di bidang lain.

- 3. Manfaat etis :** Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya pengendalian diri dalam penggunaan teknologi, sehingga mampu memanfaatkan waktu secara bijak dan menghindari perilaku yang mengganggu proses pembelajaran. Selain itu, penelitian ini mendorong siswa untuk lebih bertanggung jawab atas tugas akademik, serta membentuk perilaku etis dalam memanfaatkan teknologi di lingkungan pendidikan.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini memiliki ruang lingkup yang ditetapkan guna memperjelas batasan-batasan pembahasan agar tidak keluar dari fokus masalah yang telah dirumuskan. Adapun ruang lingkup dalam penelitian ini mencakup hal-hal berikut:

1. Objek penelitian yaitu perilaku *Cyberslacking* pada siswa kelas VIII SMP Karya Pembangunan 1 Baleendah, yang dikaji berdasarkan tingkat *Self-Control* yang dimiliki oleh siswa.
2. Subjek dari penelitian ini yaitu peserta didik kelas VIII SMP Karya Pembangunan 1 Baleendah.
3. Waktu penelitian dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2024/2025.
4. Tempat penelitian berlokasi di SMP Karya Pembangunan 1 Baleendah yang berada di Jl. Adipati Agung No. 32, Kecamatan Baleendah, Kabupaten Bandung, Jawa Barat, 40375.
5. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Self Control* terhadap perilaku *Cyberslacking* peserta didik kelas VIII SMP Karya Pembangunan 1 Baleendah.

1.6 Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika penulisan adalah sebuah struktur atau urutan dalam menyelesaikan sebuah riset, penelitian, ataupun karya tulis. Adapun sistematika penelitian skripsi ini di sesuaikan dengan pedoman penulisan karya ilmiah

Universitas Pendidikan Indonesia Tahun 2024, sebagai berikut:

1. BAB I : PENDAHULUAN

Pada bab ini berupa sebuah pendahuluan yang di dalamnya terdapat penjelasan dari beberapa unit bab atau sub bab, diantaranya : latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan juga sistematika penelitian.

2. BAB II : KAJIAN PUSTAKA

Pada bab ini berupa penjelasan dari konsep dan teori yang berkaitan dengan *Self Control* dan *Cyberslacking*. Penjelasan tersebut terdiri dari kajian teori, penelitian terdahulu, teori pendukung penelitian, kerangka berpikir dan hipotesis penelitian.

3. BAB III: METODE PENELITIAN

Pada bab ini merupakan bagian yang bersifat prosedural, yaitu bab yang berisi mengenai bagaimana peneliti akan merancang alur penelitiannya. Peneliti mendeskripsikan pendekatan dan jenis penelitian, waktu penelitian, objek penelitian, langkah-langkah penelitian, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, analisis data, dan penyimpulan hasil penelitian

4. BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini merupakan penjelasan uraian hasil temuan dan pembahasan dari rumusan masalah penelitian.

5. BAB V : SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

Pada bab ini merupakan hasil kesimpulan penelitian dan beberapa saran yang direkomendasikan untuk penelitian yang akan dilakukan selanjutnya.