

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mark, dkk (2004) menyatakan bahwa kecanduan merupakan suatu perilaku ketergantungan baik secara fisik maupun psikologis dalam suatu aktivitas. Istilah kecanduan awalnya digunakan terutama mengacu pada penggunaan obat-obatan dan alkohol yang eksemif. Dalam beberapa tahun terakhir, istilah tersebut meluas sehingga orang secara umum menyebut kecanduan pada perilaku merokok, makan, berbelanja, permainan internet, dan lain-lain.

Fenomena kecanduan permainan internet bisa dilihat dengan maraknya warung internet (warnet) yang melengkapi fasilitas permainan internet dalam tiap komputer yang disediakan. Hanya dengan membayar biaya yang relatif murah yaitu sebesar Rp. 3.000 per jamnya individu betah menghabiskan waktu berjam-jam dalam kesenangannya bermain permainan internet. Kemudahan tersebut membuat banyak orang yang dapat memainkan permainan-permainan yang ada di internet tersebut, tidak hanya untuk orang dewasa, bahkan siswa sekolah pun telah pintar memainkannya permainan internet tersebut.

Berkembangnya berbagai sosial media yang ada, membuat remaja ingin diakui oleh teman-temannya bahwa dirinya tidak kurang pergaulan. Masa remaja membuat individu mengalami fase peralihan remaja dengan menyesuaikan diri dengan tuntutan sosial.

Manfaat positif penggunaan internet di antaranya memperluas jaringan pertemanan melalui jejaring sosial (Andari 2010:10). Aplikasi ini membantu menjalin relasi atau hubungan dengan lebih mudah, meskipun dengan jarak yang cukup jauh. Selain itu, informasi mengenai perkembangan di wilayah nasional dan internasional juga dapat diperoleh, serta fakta dan opini yang dibutuhkan untuk menunjang pendidikan dan pekerjaan. Dampak negatif dari internet, seperti membuat seseorang menjadi malas untuk berkomunikasi di dunia nyata karena merasa lebih menyenangkan untuk berkomunikasi dengan teman online. Hal ini

dapat mengakibatkan kurangnya rasa empati terhadap lingkungan sekitar. Selain itu, waktu yang berharga dan seharusnya dimanfaatkan dengan baik, akan terbuang sia-sia dengan aktivitas internet yang kurang berguna. Bahkan, pengguna yang mengalami kecanduan internet akan mengabaikan pekerjaan dan tanggung jawabnya di dunia nyata. Hal inilah yang kemudian menjadikan pengguna perlu lebih bijaksana dalam menggunakan internet dengan melihat dampak positif dan negatif dari apa yang dilakukannya tersebut.

Young (1999) menjelaskan bahwa kriteria kecanduan internet adalah merasa keasyikan dengan internet, perlu waktu tambahan untuk mencapai kepuasan, tidak mampu mengurangi penggunaan, merasa gelisah ketika mengurangi atau menghentikan penggunaan internet, waktu yang digunakan semakin meningkat, kehilangan hal-hal yang berharga, menyembunyikan aktivitas internet dari orang-orang terdekat dan menggunakan internet sebagai pelarian dari masalah.

Sebuah survei dari sebuah media regulator (Sindominews, 2012), mengungkapkan bahwa para pengguna internet menghabiskan waktunya untuk berjejaring sosial dengan perangkat smartphone maupun PC. Penelitian menunjukkan jika 59% pengguna internet dewasa memiliki akun di situs jejaring sosial. Dua pertiga dari mereka mengunjungi situs tersebut setiap harinya. Angka ini naik sepertiga daripada tahun 2007. Akses internet sendiri telah mengalami peningkatan drastis sebesar 10% dalam setahun dan meningkat menjadi 87%.

Shek, dkk (2008) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa prediktor dari kecanduan internet ada dua, yaitu kegiatan online tertentu (aplikasi yang digunakan) dan penggantian kegiatan waktu luang dengan kegiatan internet. Keterlibatan dalam kegiatan online dan penggantian kegiatan hiburan dengan aktivitas internet memprediksi probabilitas yang lebih tinggi dari kecanduan internet. Semakin sering seseorang terlibat dalam kegiatan online, dan mengganti waktu luang dengan aktivitas online, maka semakin besar kemungkinan akan mengalami kecanduan internet. Selain itu, pengguna yang kecanduan menghabiskan lebih banyak waktu untuk online, membuat kenalan baru yang lebih banyak di internet, lebih sering terlibat dalam aktivitas di internet dan

mengganti kegiatan dengan internet. Faktor yang menyebabkan kecanduan internet lainnya adalah adaptasi sosial yang buruk.

Fenomena bermain internet juga muncul dikalangan siswa-siswi SMKN 1 Padaherang Kab. Ciamis tahun pelajaran 2014-2015. Berdasarkan hasil wawancara terhadap guru di SMKN 1 Padaherang, diperoleh keterangan bahwa banyak siswa yang tidak konsentrasi belajar pada saat KBM berlangsung karena terus memegang telepon genggamnya dan mengakses internet. Hasil wawancara lainnya terhadap pengelola rental warnet (warung internet) disekitar lingkungan sekolah, diperoleh keterangan bahwa sebagian besar pengguna jasa warnet tersebut adalah siswa SMKN 1 Padaherang.

Dengan munculnya gejala kecanduan internet pada remaja usia sekolah, mendorong disusunnya upaya bantuan bimbingan dan konseling bagi remaja untung mengurangi kecanduan internet. Maka, penelitian ini diberi judul: “Program Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial untuk Mengurangi Kecanduan Internet pada Siswa Kelas XI SMK 1 Padaherang”.

B. Rumusan Masalah

Dari pemaparan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu *Bagaimana bentuk program bimbingan pribadi sosial yang efektif untuk mengurangi kecanduan internet pada siswa SMK?*

Untuk merumuskan program bimbingan pribadi sosial yang baik, perlu memiliki gambaran tentang:

- a. Bagaimana tingkat kecanduan internet pada siswa kelas XI SMKN 1 Padaherang?
- b. Aspek kecanduan internet manakah yang paling menonjol dirasakan oleh siswa kelas XI SMKN 1 Padaherang?
- c. Program bimbingan dan konseling seperti apa yang diharapkan dapat mengurangi kecanduan internet pada siswa kelas XI SMKN 1 Padaherang?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan program bimbingan dan konseling yang efektif untuk mengurangi kecanduan internet di kalangan siswa SMK, khususnya siswa di kelas XI SMKN 1 Padaherang Kab Ciamis.

Berdasarkan tujuan umum tersebut, dirumuskan tujuan spesifik dari penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Gambaran umum tingkat kecanduan internet pada kelas XI SMKN 1 Padaherang.
2. Aspek kecanduan internet yang paling menonjol atau banyak dirasakan oleh siswa kelas XI SMKN 1 Padaherang.
3. Merumuskan program bimbingan dan konseling yang efektif untuk mengurangi kecanduan internet dikalangan siswa kelas XI SMKN 1 Padaherang.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini memiliki beberapa manfaat, di antaranya:

1. Bagi Konselor

Konselor disekolah dapat mengetahui tingkat kecanduan internet pada siswa dan menggunakan program tersebut untuk mengurangi kecanduan internet pada siswa.

2. Bagi Siswa

Siswa mengetahui kerugian dari bermain internet yang terlalu berlebihan, serta siswa dapat mengendalikan keinginan untuk bermain internet agar tidak menjadi kecanduan.

E. Sistematika Penulisan

Bab I Pendahuluan terdiri dari latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan. Bab II menyajikan konsep teoritis yang terdiri dari landasan teoritis, program bimbingan dan konseling pribadi sosial, karakteristik remaja, konsep dasar kecanduan internet.

BAB III Metode Penelitian, terdiri dari lokasi populasi dan sampel penelitian, pendekatan dan metode penelitian, definisi operasional variabel, proses pengembangan instrument, teknik pengumpulan data, analisis data, dan prosedur penelitian. BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, terdiri dari penguraian hasil penelitian dan pembahasan temuan penelitian. BAB V Penutup, terdiri dari kesimpulan dan rekomendasi hasil penelitian.

F. Pendekatan dan Metode Prosedur Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif yang memungkinkan menggunakan perhitungan statistic dalam pencatatan data hasil penelitian secara nyata. Data diperoleh dengan menggunakan instrument non-tes berbentuk angket/kuesioner untuk disebarkan kepada siswa sebagai sampel penelitian, dan daftar *cek list* untuk studi dokumentasi.

2. Metode Penelitian

Metode yang digunakan adalah metode deskriptif. Metode ini dipilih karena bermaksud mendeskripsikan, menganalisis dan mengambil suatu generalisasi dari pengamatan yang tidak mendalam.