

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Individu yang memasuki masa remaja sudah tidak lagi masuk golongan kanak-kanak, namun ia juga belum mampu untuk menguasai serta memfungsikan kemampuan fisik maupun psikisnya secara maksimal (Monks, dalam Ali dan Asrori, 2016). Mappiare mengatakan remaja usia remaja antara umur 13-18 tahun (dalam Ali dan Asrori, 2016).

Menurut Piaget (dalam Ali dan Asrori, 2016) remaja secara psikologis sudah memasuki usia matang untuk bersosialisasi dalam masyarakat dalam masyarakat. Pernyataan ini didukung oleh Hurlock masa remaja sudah memasuki usia matang baik dalam segi kognitif maupun segi biologis, dan salah satunya ditandai dengan perubahan perkembangan hubungan sosial yang menuntut para remaja untuk lebih mandiri (dalam Ali dan Asrori, 2016). Hal serupa juga dinyatakan oleh Shaw dan Costanzo (dalam Ali dan Asrori, 2016) remaja mengalami perkembangan pesat pada aspek intelektual salah satunya adalah bersosialisasi dalam masyarakat.

Proses bersosialisasi ini dimulai dari lingkungan keluarga, kemudian dilanjutkan dengan hubungan dengan teman sebaya baru setelah itu hubungan di lingkungan sekolah dan masyarakat. Interaksi dalam masyarakat sekarang sudah semakin berkembang dan dipermudah salah satunya adalah dengan memanfaatkan perkembangan teknologi.

Kemajuan teknologi sekarang ini semakin berkembang sangat pesat memicu ramainya penggunaan media sosial di kalangan masyarakat dunia karena media sosial dapat menjadi alat komunikasi yang dapat memberikan dan menerima informasi secara mudah dan praktis dengan fitur-fitur yang membuat nyaman, mudah, praktis, dan dapat diakses selama 24 jam tanpa henti, sehingga memicu timbulnya fenomena-fenomena baru pada lingkungan masyarakat yang berdampak negatif maupun positif (Selviana, dalam Pratiwi, Rachmawati, dan Puspitasari, 2016).

Wijaya dan Godwin (dalam Pratiwi, Rachmawati, dan Puspitasari, 2016) menemukan aktivitas media sosial (*Facebook, Twitter, Line, Instagram*) dapat memberikan pengaruh terhadap dunia nyata pada remaja baik secara prososial maupun antisosial. Secara prososial remaja menggunakan situs media sosial sebagai media pertemanan, bertukar informasi, memperluas wawasan, bahkan untuk berbisnis secara *online*. Sedangkan pengaruh antisosial tidak jarang ditemukan adanya pertengkaran yang tidak membangun justru terkadang bersifat menjatuhkan dan berupa ujaran kebencian bahkan menjauhkan orang-orang yang ada disekitarnya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh *Australian Communication and Media Authority (ACMA)* pada tahun 2008 menunjukkan bahwa hampir seluruh remaja menggunakan *gadget* menghabiskan waktunya lebih dari 10 jam dalam sehari untuk mengakses internet khususnya media sosial dimanapun karena fitur-fitur menarik dan unik yang disediakan. Judith (2011, h.14) menyatakan bahwa, orang yang memiliki ketergantungan terhadap internet menggunakan waktu *onlinenya* lebih dari 2 jam, dan mengecek notifikasi ponselnya lebih dari 4 kali sehari. Didukung oleh Departemen layanan kesehatan

dan kemanusiaan Amerika Serikat pada tahun 2012 batas penggunaan alat elektronik hanya 2 jam sehari.

Penggunaan internet pada kalangan remaja dapat membantu mereka untuk meningkatkan komunikasi dan interaksi dengan orang lain, mengenal budaya-budaya lain, menambah wawasan serta ide-ide, bahkan membantu mengerjakan tugas-tugas sekolah walau terkadang juga digunakan untuk hal lainnya seperti untuk *bullying, game online*, berbagi gambar-gambar serta laman-laman tertentu, sosial media, dan lainnya. Berdasarkan penggunaan internet tersebut juga dapat menimbulkan masalah di berbagai bidang kehidupan pribadi bahkan dalam bidang akademik seperti mengendurnya hubungan interpersonal dengan keluarga, masalah dalam tugas-tugas sekolah, kegiatan ekstrakurikuler, ketidaksabaran, pertengkaran bahkan ketegangan dalam sebuah hubungan.

Berdasarkan data *Internet World stat* pada tahun 2012 penduduk Indonesia adalah pengguna internet terbesar ke-4 di benua Asia. Mereka menggunakan media sosial untuk berkomunikasi dengan orang lain. Kemenkominfo (Kementerian Komunikasi dan Informatika) menambahkan pada tahun 2013 telah mencapai angka sebesar 63 juta orang, dan dari angka penggunaan internet tersebut, 95 persennya menggunakan internet untuk mengakses media sosial.

Berdasarkan hasil wawancara dengan delapan siswa di SMA St.Yosef Surakarta pada 9 dan 10 April 2018 peneliti menanyakan berapa lama mereka biasanya mengecek ponselnya dan peneliti mendapatkan hasil bahwa mereka biasa menggunakan internet melalui gadget lebih dari 12 jam serta dapat mengecek ponselnya lebih dari 15 kali dalam satu hari, selain itu peneliti juga menanyakan apakah mereka tidak berusaha mengurangi waktu penggunaan

*gadget* mereka dalam mengakses media sosial dan didapatkan hasil bahwa mereka sudah berusaha mengurangi waktu penggunaan tetapi tidak berhasil. Selain itu, beberapa dari mereka tidak memiliki waktu tidur yang cukup karena karena terlalu asyik mengakses akun media sosial saat ditanya oleh peneliti tentang waktu tidur mereka, bahkan tidak sedikit dari mereka yang mengaku bahwa mereka hanya minum dan makan ketika merasa haus dan lapar jawab para siswa yang diwawancarai oleh peneliti tentang kebutuhan utama mereka seperti makan dan minum.

Selain itu, saat diwawancarai oleh peneliti bagaimana perasaan mereka ketika menggunakan media sosial dan dukungan dari orangtua, didapatkan hasil bahwa kebanyakan dari mereka merasa senang untuk mengakses akun media bahkan tidak sedikit dari mereka yang berbohong kepada orang tuanya tentang waktu *online* yang ia lakukan setiap harinya, sehingga tidak jarang dari mereka sembunyi-sembunyi bermain di kamar walau dalam kondisi ruang yang gelap sehingga penglihatannya sedikit kabur. Peneliti juga menemukan bahwa mereka kurang menyukai tugas-tugas sukar yang diberikan oleh para guru dan lebih memilih mencontek pekerjaan temannya saat di kelas, beberapa dari mereka juga menyatakan kurang suka mengikuti kegiatan-kegiatan yang diselenggarakan oleh sekolah, beberapa dari mereka juga kurang tertarik untuk mengikuti kegiatan-kegiatan sosial yang ada di lingkungan sekitar tempat ia tinggal, mereka juga sering tertidur di dalam kelas karena mengalami insomnia, dan ingin memasuki universitas keinginannya tanpa ada usaha keras untuk mendapatkan nilai maupun mendapatkan prestasi yang baik seperti ranking.

Pada saat ini media sosial sangat ramai di kalangan masyarakat dunia terutama masyarakat di Indonesia khususnya para remaja, hal ini disebabkan

karena media sosial dapat menjadi alat komunikasi yang dapat memberikan dan menerima informasi secara mudah, praktis dan cepat yang dilengkapi oleh fitur-fitur yang dapat diakses 24 jam tanpa henti membuat para penggunanya merasa nyaman (Selviana, dalam Pratiwi, Rachmawati, dan Puspitasari, 2016).

Handarini, Radjah, Khotimah (2016) menyatakan bahwa efikasi diri seseorang dapat menunjukkan usaha yang diberikan individu tersebut dalam melakukan aktifitasnya tersebut, daya tahan individu tersebut dalam menghadapi kesulitan yang dihadapi serta fleksibilitas individu tersebut dalam menghadapi sesuatu masalah yang berlawanan dengan keyakinan mereka. Siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan lebih mampu menghadapi tugas akademik dengan penuh keyakinan sehingga motivasi dan level energi yang dimiliki akan lebih tinggi daripada yang memiliki efikasi diri rendah. Sementara itu, siswa yang memiliki efikasi diri rendah cenderung kurang gigih dalam proses belajar, lebih suka menghindari tugas, dan mudah putus asa. Rustika (2012) juga menyatakan bahwa efikasi memegang peran yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari untuk setiap individu, hal ini disebabkan karena efikasi mampu mendukung individu untuk mengoptimalkan kemampuannya dalam berprestasi. Individu yang memiliki efikasi diri akademik rendah cenderung mudah mengalami persuasi sosial. Individu yang memiliki efikasi yang rendah cenderung mudah mengalami rasa gelisah yang mendalam, merasa cemas dan stres ketika mengalami kegagalan, membayangkan kegagalan, cepat sedih, merasa tidak berdaya, apatis, menjauhkan diri dari tugas yang sulit, cepat menyerah saat menghadapi rintangan, memikirkan kekurangan.

Menurut Pantu (2020) Individu yang memiliki efikasi diri akademik yang tinggi akan membuat individu tersebut dengan mudah melakukan penyesuaian

diri, memiliki prestasi akademik yang baik, memiliki kepercayaan diri, sikap positif terhadap pembelajaran, memiliki resiliensi, serta gigih dalam studi akademik. Young dan Abreu (2017) mengungkapkan bahwa orang yang memiliki efikasi diri rendah memiliki peluang untuk berlaku konsumtif terhadap internet untuk menghilangkan stres dan lari dari masalah yang dihadapi. Didukung oleh pendapat Eastin dan Larose (dalam Young dan Abreu, 2017) menyatakan bahwa orang yang tidak yakin terhadap kemampuannya cenderung lebih mudah untuk terkena adiksi internet. Individu yang memiliki efikasi diri akademik yang rendah cenderung lebih sering meragukan kemampuan dirinya sendiri sehingga mengarahkan diri pada perilaku lain sebagai kegiatan yang menghambat performa akademis yaitu salah satunya perilaku adiktif terhadap internet (Amstrong, Philips, dan Sailing 2000).

Dwitantyanov, Hidayati dan dan Sawitri( 2010) mendefinisikan efikasi diri akademik sebagai sebuah keyakinan yang dimiliki oleh seseorang mengenai kemampuan serta kompetensinya dalam bidang akademik dengan mengarahkan motivasi, kemampuan kognisi, tindakan untuk mengatasi tantangan bahkan dalam mengerjakan tugas yang dirasa sulit demi mencapai tujuannya. Ditambah dengan pendapat dari Khotimah dan Handarini (2016) dalam jurnalnya yang menyatakan bahwa efikasi diri akademik merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri, semakin besar keyakinannya bahwa ia mampu maka semakin besar pula usaha yang dia lakukan, hal ini dapat membantunya untuk mengerjakan tugas-tugas yang sulit serta dapat membantu individu tersebut dalam menghadapi rintangan maupun hambatan untuk mencapai prestasi akademik. Makaria, Rachman, dan Rachman (2018) mendefinisikan efikasi diri akademik sebagai rasa yakin individu terhadap kemampuan mereka dalam

mengerjakan tugas-tugas akademik dan berhasil dalam mengelola tuntutan tugas akademik serta kegiatan akademik sehingga akan mempengaruhi kinerja akademis mereka baik itu motivasi dan prestasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Kahayanti, Offeny, Saefulloh, dalam jurnalnya yang berjudul 'Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas X Di SMA Muhammadiyah 1 Palangka Raya' dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa hasil terutama standar deviasi 5,18. Masuk dalam kategori rendah sebanyak 18 siswa atau 30%, kategori sedang sebanyak 16 siswa atau 27%, dan kategori tinggi sebanyak 26 siswa atau 43%. 2. Prestasi belajar siswa kelas X di SMA Muhammadiyah 1 Palangka Raya adalah sedang ditunjukkan standar deviasi 2,51. Masuk dalam kategori rendah sebanyak 7 siswa atau 12%, kategori sedang sebanyak 53 siswa atau 88%, dan kategori tinggi sebanyak 0 siswa atau 0%.

Penelitian yang dilakukan oleh Prihatmi dalam jurnalnya yang berjudul 'Pengaruh Media Sosial terhadap Prestasi Belajar Bahasa Inggris pada Program Studi Teknik Mesin ITN Malang' menunjukkan hasil *Level of Significance* dengan nilai 0,523 menunjukkan data telah berdistribusi normal. Angka koefisien ditemukan sebesar -0,084 yang menunjukkan hubungan yang terbalik. Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media sosial sangat berpengaruh terhadap perilaku belajar mereka sehingga akan berpengaruh juga terhadap hasil belajar mereka di kampus. Tugas akademik yang sulit tentu bukanlah penghalang bagi siswa yang memiliki keyakinan dalam dirinya, hal tersebut bahkan menjadi tantangan tersendiri dalam menggapai kesuksesan yang akan diraih. Ketika individu tersebut dihadapkan pada situasi penuh *stress* ia dapat meyakinkan dirinya bahwa ia mampu untuk menampilkan sikap terhadap

suatu situasi antara reaksi emosi dan usahanya dalam menghadapi kesulitannya tersebut.

Handarini, radjah, dan Khotimah (2016) menambahkan bahwa efikasi diri menentukan seberapa besar usaha yang diberikan seseorang dalam melakukan aktifitasnya, seberapa lama mereka dapat bertahan menghadapi kesulitan dan seberapa fleksibel mereka dapat menghadapi sesuatu yang berlawanan dengan keyakinan mereka. Siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan lebih mampu menghadapi tugas akademik dengan penuh keyakinan sehingga motivasi dan level energi yang dimiliki akan lebih tinggi dari pada yang memiliki efikasi diri rendah. Sementara itu, siswa yang memiliki efikasi diri rendah cenderung kurang gigih dalam proses belajar, lebih suka menghindari tugas, dan mudah putus asa.

Hasil wawancara dari peneliti dengan dua guru pengajar dan guru bimbingan konseling mendapatkan hasil bahwa dari grafik yang dilakukan oleh sekolah para siswa memiliki prestasi rata-rata, guru-guru tersebut sangat menyayangkan para siswa kurang berusaha dalam mencapai nilai yang seharusnya mereka dapat raih mendapatkan hasil bahwa para siswa memiliki kecerdasan yang cukup baik dan dapat meraih prestasi yang lebih baik dari pada prestasi yang telah ia raih saat ini.

Berdasarkan fenomena yang telah dijabarkan, peneliti ingin mengetahui adakah hubungan antara efikasi diri akademik dengan kecanduan media sosial pada siswa SMA St. Yosef Surakarta?

## 1.2 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah hubungan antara efikasi diri akademik dengan kecanduan media sosial pada siswa SMA St. Yosef Surakarta.

## 1.3 Manfaat Penelitian

### 1.3.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan ilmu pengetahuan yang lebih serta memperkaya hasil penelitian dalam bidang psikologi terutama dalam bidang psikologi pendidikan.

### 1.3.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi info bagi pengelola sekolah untuk lebih memahami para siswa SMA.

