

## **BAB I**

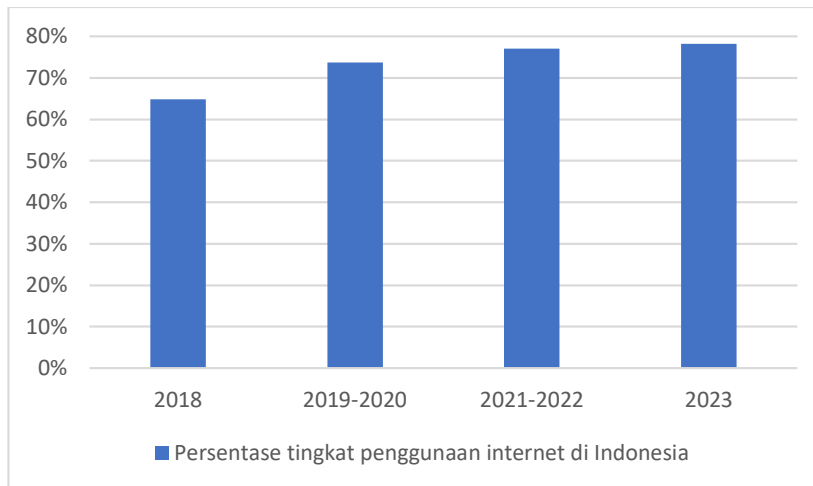
### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Saat ini, internet telah tersedia hampir di mana saja di dunia, pada masa kini, kaum muda menggunakan internet untuk berbagai keperluan (Shi dkk., 2017). Internet adalah sistem global jaringan komputer yang saling terhubung yang menggunakan rangkaian protokol internet untuk menghubungkan perangkat di seluruh dunia. Internet sering digunakan untuk pembelian online, pengumpulan data, chatting komunikasi, penelitian akademis, hiburan, dan pertukaran informasi lainnya (Ogbomo & Ivwighrehweta, 2016).

Hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Layanan Internet Indonesia (APJII) mencatat kenaikan persentase tingkat penggunaan internet di Indonesia adalah 64,80% pada tahun 2018. 73,70% pada 2019-2020 menjadi 77,02% pada tahun 2021-2022. Pada tahun 2023 survei yang dilakukan pada bulan Januari yang mencakup 38 provinsi di Indonesia mencatat penetrasi internet di Indonesia 78,19% dan jumlah orang yang terhubung ke internet 215.626.158 jumlah penduduk dari total populasi yang sebesar 275.773.901 jiwa. Pada tahun 2019 sebagian besar remaja Indonesia menggunakan internet paling banyak dibandingkan dengan kelompok usia lainnya dan dapat bertambah pertahunnya. Hal ini dibuktikan dengan survei pengguna internet di Indonesia berusia antara 15 sampai 19 tahun dan memiliki tingkat pendidikan SMA.

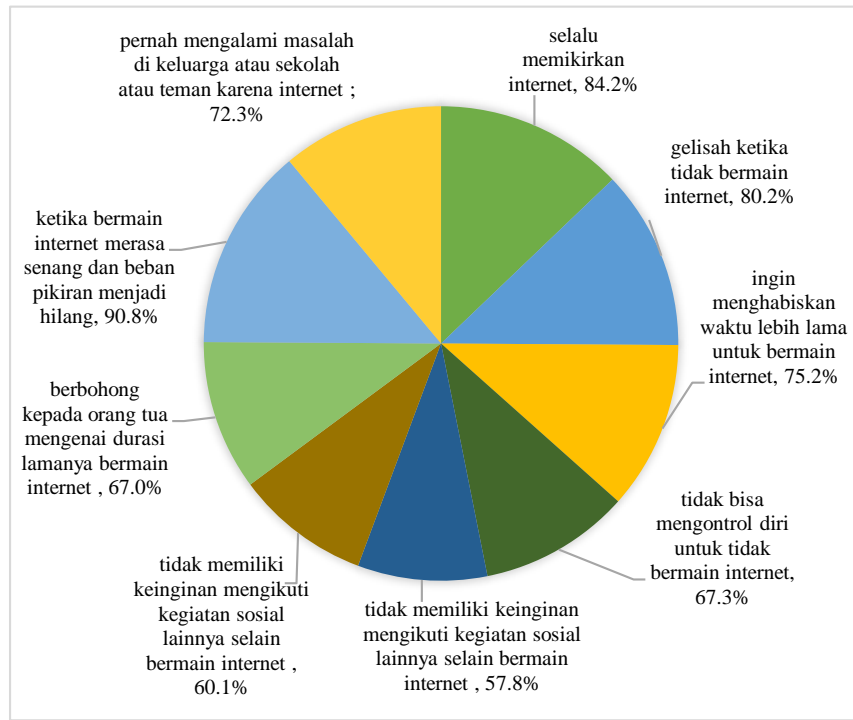
**Gambar 1. 1**  
Persentase tingkat penggunaan internet di Indonesia



Bedasarkan survey yang dilakukan dengan kriteria *internet addiction* pada buku *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder, Fifth Edition* (DSM-5), 303 responden siswa SMA di Kabupaten Kudus, menunjukkan bahwa selalu memikirkan internet sebanyak 84,2%, merasa gelisah ketika tidak bermain internet 80,2%, ingin menghabiskan waktu lebih lama untuk bermain internet sebanyak 75,2%, tidak bisa mengontrol diri untuk tidak bermain internet sebanyak 67,3%, tidak memiliki keinginan mengikuti kegiatan sosial lainnya selain bermain internet sebanyak 57,8%, tidak dapat berbaur dengan baik dengan lingkungan sosial didekat rumah karena lebih bermain internet sebanyak 60,1%, berbohong kepada orang tua mengenai durasi lamanya bermain internet 67%, ketika bermain internet merasa senang dan beban pikiran menjadi hilang sebanyak 90,8%. Pernah mengalami masalah di keluarga atau sekolah atau teman karena internet sebanyak 72,3%.

### Gambar 1. 2

Survey kriteria *internet addiction* pada siswa SMA di Kabupaten Kudus



Kondisi ideal individu dapat menggunakan internet untuk mengembangkan potensinya, berinteraksi dan berkomunikasi (Young & Abreu, 2017). Internet digunakan untuk mendapatkan informasi terkait pendidikan, menjadi penghubung sosial melalui berbagai media yang saat ini banyak digunakan seperti *Google*, *E-mail*, Media Sosial (*WhatsApp*, *Youtube*, *Instagram*), selain itu untuk mencari artikel dan sebagainya (Chern & Huang, 2018). Berdasarkan *American Psychiatric Association* (Young & Abreu, 2011) internet bermanfaat sebagai alat informasi, pengembangan diri, menjadi penghubung sosial, meningkatkan pendidikan, memperbaiki kondisi ekonomi, melepaskan emosi dan berbagai hambatan yang dirasakan individu. R.A Davis (Kuss dkk., 2013) berpendapat bahwa internet dapat menyebabkan ketergantungan psikologis, dalam hal ini disebabkan oleh kebiasaan

penggunaan internet yang berlebihan, yang dikenal dengan perilaku kecanduan internet atau adiksi internet (*internet addiction*).

Dilansir dari CNNIndonesia.com edisi Sabtu, 2 Oktober 2021, lebih dari 19 persen remaja Indonesia adalah pecandu internet, menurut sebuah penelitian di 34 provinsi di Indonesia. Survei dilakukan dari Mei hingga Juli 2020 di antara ribuan anak muda di Indonesia. Menurut data ini, 19,3 persen remaja dan 14,4 persen dewasa muda adalah pecandu internet, dan anak-anak serta remaja menghabiskan sebagian besar waktunya online untuk bermain game online dan situs web. “Kecanduan internet berdampak negatif pada anak-anak dan remaja, pecandu internet mengalami perubahan di otak, khususnya pengurangan koneksi otak fungsional antara *area parietal lateral* dan *korteks prefrontal lateral*. Hal ini menyebabkan kesulitan membuat keputusan, kesulitan berkonsentrasi dan memperhatikan, pengendalian diri yang buruk, kinerja yang terganggu, pemrosesan memori yang berkurang, dan persepsi sosial yang negatif”. Ujar dr. Kristiana Siste selaku ahli adiksi perilaku.

*Internet Addiction Disorder* (IAD) atau gangguan kecanduan internet mencakup segala macam hal yang berhubungan dengan internet, seperti jejaring sosial, email, pornografi, judi online, game online, chatting dan lainnya. Penggunaan internet yang berlebihan dapat bersifat patologis terhadap adiksi dan disebut adiksi internet (Griffiths dkk., 2016). Menurut Sussman dkk (2011) adiksi terjadi ketika individu tidak dapat menghentikan atau melanjutkan perilaku yang ditandai dengan hilangnya kendali atas penggunaan internet yang dapat merusak diri sendiri. Adiksi internet didefinisikan sebagai seseorang yang menggunakan

internet lebih dari 35 jam per minggu. Pecandu internet tidak dapat menghentikan keinginan untuk online, sehingga mereka kehilangan kendali atas penggunaan internet dan kehidupan yang menimbulkan gangguan pada aspek psikologis, sosial, akademik (Young & Abreu, 2011).

Republika.co.id edisi 30 November 2021 memberitakan, Polisi Resort (Polres) Temanggung Jateng menangkap dua bersaudara berinisial GPS (18 tahun) dan HSA (16) yang diduga membobol toko telepon seluler (*handphone*) di kabupaten Pringsurat karena kecanduan internet bermain game online. Kapolres Pringsurat AKP Marimin mengatakan uang habis digunakan untuk berbagai kebutuhan, termasuk top up game online. Tersangka GPS dan HSA masih duduk di sekolah menengah atas (SMA). Tersangka GPS dijerat Pasal 363 KUHP, dengan ancaman hukuman maksimal tujuh tahun, sementara HSA dijerat Undang-Undang Anak. Tersangka GPS mengaku mencuri untuk membayar sewa rumah dan bermain game online. Tersangka sebelumnya mencuri dari Secang, Pingit dan Temanggung.

Tao dkk (2010) menyatakan bahwa kecanduan internet (*internet addiction*) adalah salah satu bentuknya kecanduan perilaku yang mempengaruhi sebagian besar kehidupan seseorang. Kecanduan perilaku terjadi ketika seseorang tidak dapat mengontrol melanjutkan perilaku yang pada awalnya tidak berbahaya, seperti cinta, seks, internet, pekerjaan atau belanja. Weinstein dkk (2014) mengemukakan empat komponen awal yang penting untuk menegakkan diagnosis kecanduan internet dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder, Fifth Edition* (DSM-5): (1) penggunaan internet yang berlebihan, (2) penarikan diri (*withdrawl*), (3)

toleransi, dan (4) konsekuensi yang merugikan termasuk suka berdebat, berbohong, hasil sekolah yang buruk, kelelahan (*fatigue*) dan isolasi sosial.

Wawancara pada tanggal 27 Juni 2023 dengan siswa SMA kelas X berinisial RD (15 tahun), menyatakan bahwa subjek sangat sering menggunakan ponselnya untuk akses internet minimal 6 jam perhari dan yang dilakukan adalah memeriksa notifikasi media sosial kemudian akses internet baik jejaring sosial maupun akses info yang lain. Subjek akan merasa kesal jika ada yang mengganggu saat online. Orang tua subjek sering mengeluh karena subjek menghabiskan waktu untuk online daripada mengerjakan tugas sekolah. Menurutnya, subjek anak yang pendiam dan tidak mempunyai banyak teman sehingga menggunakan ponselnya untuk menghilangkan rasa bosan.

Wawancara lainnya dengan siswa SMA kelas XII pada tanggal 27 Juni 2023 berinisial E (17 tahun), menyatakan jika subjek sering menggunakan internet untuk game online, menurut subjek dapat bermain game online bisa sampai 5 jam atau lebih dalam sehari. Subjek mencari pengalaman baru melalui game online dan bertemu teman online dalam game. subjek dapat duduk dan bertahan bermain game online dalam waktu yang lama tanpa ingin ada gangguan yang dapat mengganggu konsentrasinya dalam bermain game online. Subjek mengatakan jika subjek suka melakukan hal-hal baru yang menarik atau menantang di game dan mencoba berbagai game yang menantang.

Wawancara ketiga dengan siswa SMA kelas XI pada tanggal 28 Juni 2023 berinisial A (16 tahun), subjek memegang ponselnya lebih dari 15 kali dalam sehari, kemudian ketika menggunakan ponsel subjek sering melihat obrolan teman,

membuka internet untuk tugas sekolah dan membuka media sosial. Menurut subjek, memegang ponsel untuk membuka internet minimal 7 jam atau lebih. Subjek merupakan siswa yang pendiam sehingga teman dan kerabatnya jarang berbicara dengannya. Saat di sekolah dan tugas kelompok tidak ada yang mengajak subjek karena menurutnya subjek anak yang tidak banyak bicara dan subjek merasa kemampuannya tidak sehebat orang lain.

*Internet Addiction* atau adiksi internet pada dasarnya dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah *self-esteem* (Montag & Reuter, 2017). Menurut Deaux & Snyder (2012), *self-esteem* berarti harga diri, yaitu totalitas pikiran dan perasaan yang dimiliki individu tentang dirinya. Sederhananya, *self-esteem* adalah evaluasi diri yang dilakukan terhadap diri sendiri (Branden, 2021). *Self-esteem* berarti apa yang dipikirkan seseorang tentang dirinya sendiri, ini adalah tentang bagaimana seseorang mengevaluasi konsep dirinya. Karakteristik gejala dari *internet addiction* menunjukkan kemungkinan hubungan antara *internet addiction* dan *self-esteem* (Ezeh dkk., 2021).

Bagi orang dengan *self-esteem* negatif, internet dipandang sebagai tempat untuk mendapatkan dukungan sosial dan membantu mengurangi perasaan tidak nyaman dalam kehidupan sehari-hari (Nie dkk., 2017). *Self-esteem* rendah lebih mungkin terjadi dalam konteks pengalaman psikologis negatif seperti depresi, kecemasan, kemarahan atau ketakutan. Seseorang dengan *self-esteem* yang lebih tinggi cenderung tidak mengalami psikologi negatif seperti itu atau dapat dengan mudah mengatasinya bahkan jika mereka melakukannya (Hwang dkk., 2015) . Selain itu, *self-esteem* yang lebih tinggi mengurangi stres dan membawa



kebahagiaan, dan hal tersebut membuat lebih mudah untuk menjalani kehidupan yang lebih sukses, menghormati orang lain dan diri sendiri, dan memberikan pengaruh positif pada setiap bagian kehidupan (Hooper, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Rahardjo (2019) dalam penelitian yang berjudul “Harga Diri dan Adiksi Internet: Tinjauan Meta-Analisis”, menunjukkan Ada korelasi negatif yang signifikan antara harga diri dan kecanduan internet, harga diri (*self-esteem*) negatif mendorong individu untuk terlibat dalam kecanduan internet. Hasil menunjukkan bahwa Internet memungkinkan orang dengan harga diri negatif untuk membentuk hubungan sosial online dan memenuhi kebutuhan komunikasi dan kesenangan mereka dan berkreasi mereka lebih mudah kecanduan internet. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Seabra dkk (2017) dalam penelitian yang berjudul “*Relationship between Internet addiction and self-esteem: Cross-cultural study in Portugal and Brazil*” menunjukkan Ada korelasi negatif antara *internet addiction* dan *self-esteem*, dan menunjukkan bahwa individu dengan *self-esteem* rendah memiliki tingkat *internet addiction* yang lebih tinggi.

Faktor lainnya yang mempengaruhi *internet addiction* adalah *sensation seeking* Young & De Abreu (2011). Menurut Zuckerman (1994) *sensation seeking* adalah suatu sifat yang didefinisikan oleh pencarian pengalaman yang bervariasi, baru pengalaman yang bervariasi, baru, dan kompleks, dan kesediaan untuk mengambil risiko fisik, sosial, hukum, dan keuangan demi mendapatkan pengalaman tersebut. Mengingat penggunaan internet adalah tren global yang tak terelakkan, penggunaan internet yang berlebihan adalah masalah yang harus dipertimbangkan di banyak negara. Diyakini bahwa resolusi perilaku berisiko kaum



muda dapat tercerahkan dengan meneliti dimensi kerentanan terhadap kebosanan (*boredom susceptibility*), pencarian sensasi dan petualangan (*thrill and adventure seeking*), pencarian pengalaman (*experience seeking*), dan *disinhibition* (Kara, 2019).

Dari sisi biologis, *sensation seeking* berkaitan dengan perkembangan otak masa remaja. Saat pubertas terdapat perubahan kadar *neurotransmitter* (*dopamin* dan *serotonin*), terutama pada sistem limbik. Perubahan ini bisa membuat orang lebih emosional, lebih responsif terhadap stres, dan lebih tertarik pada *sensation seeking* (Steinberg dkk., 2010). Masa remaja adalah masa ketika orang perlu mengambil risiko menandai waktu untuk mencapainya dan masa ketika orang cenderung mencari pengalaman baru dan menarik, namun belum sepenuhnya mengembangkan kemampuan untuk mengendalikan perilaku impulsif (Steinberg dkk., 2018). Zuckerman (2007) menjelaskan bahwa tipe kepribadian pencari pengalaman individu dicapai melalui hasil sosialisasi. Dalam hal ini, hasil belajar sosial (*social learning*) merupakan faktor yang turut mempengaruhi individu untuk membuat, menahan dan mencari perasaan tertentu. Faktor ini juga dapat dipelajari dengan mengamati dan meniru orang-orang disekitarnya seperti orang tua, teman dan orang-orang disekitar remaja sehingga mereka dapat belajar dan berusaha mencari perasaan. Dengan demikian, dibantu oleh *curiosity*, *novelty*, dan faktor lingkungan, hal itu dapat mengarah pada *sensation seeking*.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rezaei dkk (2020) dalam penelitian yang berjudul “*Relationship Between Sensation Seeking and Internetuse Among International Students*”, Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan

bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan secara statistik antara *sensation seeking* dan *internet addiction*. Korelasinya positif menunjukkan bahwa jika tingkat *sensation seeking* meningkat, maka tingkat *internet addiction* juga akan meningkat. Dengan kata lain, jika individu mencari tingkat *sensation seeking* yang lebih tinggi, mereka menggunakan lebih banyak untuk penggunaan internet, dan jika mereka mencari tingkat *sensation seeking* yang lebih rendah, mereka menggunakan kurang dari menggunakan internet. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Wang dkk (2013) dalam penelitian yang berjudul “*Meta-Analysis of the Relationship between Sensation Seeking and Internet Addiction*”, hasil Meta-analisis menunjukkan bahwa hubungan antara *internet addiction*, indeks *disinhibition sensation seeking*, berkorelasi paling kuat dengan kecanduan internet. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *sensation seeking* merupakan faktor penting yang mempengaruhi kepribadian *internet addiction*.

Bedasarkan uraian permasalahan di atas, penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam melalui penelitian dengan judul “*Internet Addiction ditinjau dari Self-Esteem dan Sensation Seeking pada Siswa SMA di Kabupaten Kudus*”.

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris mengenai *Internet Addiction* ditinjau dari *Self-Esteem* dan *Sensation Seeking* pada Siswa SMA di Kabupaten Kudus.

### C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun secara praktis kepada beberapa pihak. Adapun diantaranya sebagai berikut:

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan psikologi terutama psikologi klinis tentang *Internet Addiction* ditinjau dari *Self-Esteem* dan *Sensation Seeking* pada Siswa SMA di Kabupaten Kudus

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi subjek

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi terkait *Internet Addiction* ditinjau dari *Self-Esteem* dan *Sensation Seeking* pada Siswa SMA di Kabupaten Kudus

##### b. Bagi sekolah

Diharapkan dari penelitian ini bisa menambah pemahaman mengenai peran guru dalam pemantauan proses sekolah siswa, menambah pemahaman tentang pentingnya memberikan edukasi terkait adiksi internet kepada siswa.

##### c. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan acuan bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji bidang yang sama guna menyempurnakan hasil penelitian ini.