

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Perkembangan internet dan alat komunikasi seperti smartphone sangat mempengaruhi seluruh aspek kehidupan manusia, jumlah pengguna internet di Indonesia pada 2020 tercatat sekitar 175,5 juta jiwa dari jumlah populasi sebanyak 268 juta jiwa. Hal ini naik 17% dibandingkan dengan tahun 2019 (www.kominfo.go.id. 2020). Internet telah menjadi saluran utama bagi bisnis dan individu (tua dan muda) untuk terhubung, berinteraksi, dan berkomunikasi tanpa pembatasan geografis, untuk meningkatkan keterlibatan sosial mereka secara nasional dan universal. Alat ini telah membuat dunia menjadi semakin lebih kecil dan tanpa jarak yang memungkinkan orang untuk mengakses informasi, penelitian, pendidikan, hiburan dan sebagainya (Issa & Isaias, 2016). Media sosial juga menjadi wadah yang nyaman bagi individu khususnya remaja untuk berbagi profil personal, berinteraksi di dunia maya dengan teman-teman dari dunia nyata, bahkan bertemu dengan banyak orang hanya berdasarkan kesamaan minat (Khuss & Griffiths, 2011). Penggunaan internet berkembang sekitar pada tahun 1990-an, yang menggambarkan orang tetap menggunakan internet meskipun berkonsekuensi negatif (Young, 1998a).

Di lihat dari dampak positifnya, dari kehadiran internet remaja merasakan adanya kemudahan untuk berkomunikasi seperti untuk saling bertukar kabar di saat mereka sedang tidak bersama, mencari informasi terbaru dengan mudah dan cepat, untuk saling bertukar kabar mengenai informasi tentang tugas kuliah, mempermudah untuk mencari solusi dari masalah yang sedang di hadapi, dan menambah atau memperluas jaringan pertemanan. Dilihat dari dampak negatifnya, bentuk perilaku remaja yang mengalami kecanduan internet seperti akan lebih memilih mengabaikan teman untuk terus fokus mengakses internet meskipun ada teman yang sedang mengajaknya berbicara, tidak melihat siapa yang sedang mengajak berbicara karena masih terfokus dengan internet yang sedang di aksesnya (Hakim & Raj, 2017). Menurut Gross (2004) perilaku berlebihan dalam penggunaan internet akan

memberikan dampak negatif pada remaja seperti, gangguan psikologis dan fisik (kualitas waktu tidur yang rendah, kelelahan, daya tahan tubuh yang rendah), mengasingkan diri dari kehidupan sosial, dan kurangnya hubungan sosial di kehidupan nyata.

Seperti pengguna media sosial facebook yang adiktif dan rata-rata bekolerasi dengan depresi juga mengalami kognisi maladaptif dan gangguan kejiwaan. (Shensa et al., 2017). Meskipun adiksi media sosial lazim dan bermasalah di kalangan orang dewasa, sangat penting untuk mempertimbangkan keunikan pengalaman remaja dalam menggunakan media sosial. Penggunaan media sosial memiliki daya tarik yang unik bagi kaum muda. Nadkarni dan Hofmann (2012) mengusulkan bahwa menggunakan platform media sosial seperti Facebook memenuhi dua kebutuhan: (a) kebutuhan untuk memiliki dan (b) kebutuhan untuk presentasi diri. Kebanyakan dari remaja beranggapan bahwa semakin aktif dirinya di media sosial, maka mereka akan semakin dianggap keren dan gaul. Sedangkan, remaja yang tidak memiliki media sosial biasanya dianggap kurang gaul atau ketinggalan jaman (Suryani & Suwarti, 2014).

Erikson (1980) konflik perkembangan identitas versus kebingungan peran, penciptaan identitas online sangat menarik bagi remaja bahwa remaja mungkin menjadi "sibuk dengan apa yang mereka tampilkan" untuk berada di mata orang lain dibandingkan dengan apa yang mereka rasakan membuat kesempatan untuk memperoleh *likes* dan *followers* di media sosial sangat menarik. Di Indonesia 98 persen dari anak-anak dan remaja yang disurvei tahu tentang internet dan sebesar 79,5 persen diantaranya adalah pengguna internet (www.kominfo.go.id). Mereka yang berisiko adiksi media sosial memiliki harga diri yang lebih rendah, tingkat gejala depresi yang lebih tinggi (Banyai et al., 2017). Berdasarkan beberapa studi yang dilakukan, diketahui penggunaan sosial media dapat menyebabkan seseorang mengalami gangguan mental seperti kecemasan, depresi, rendahnya self esteem, gangguan tidur dan *body image* (Nadya et al., 2020).

Tao et al., (2010) Mengembangkan seperangkat kriteria untuk menilai adiksi internet termasuk keasyikan dengan penggunaan internet dan gejala penarikan saat tidak menggunakan, serta upaya yang gagal untuk mengontrol penggunaan, penggunaan terus menerus meskipun ada masalah, kehilangan kepentingan lain, dan menggunakan internet sebagai sarana pelarian psikologis/emosional, serta gejala harus bertahan setidaknya selama 3 bulan dengan penggunaan internet melebihi 6 jam per hari. Terlepas dari bukti yang mendukung adiksi internet, kontroversi muncul mengenai apakah orang kecanduan internet itu sendiri atau apakah internet itu hanya media untuk bentuk kecanduan lainnya (Griffiths, 2000). mencatat bahwa “penelitian tentang adiksi internet mungkin harus fokus pada aktivitas online tertentu (misal: Jejaring sosial, game online, perjudian online) dari pada digeneralisasi penggunaan internet (Griffiths & Szabo, 2014). Oleh karena itu, penelitian mengenai adiksi internet terus berlanjut, para sarjana juga mulai menyelidiki perilaku adiktif tertentu yang terjadi secara online, seperti kecanduan media sosial, media sosial tetap menjadi fenomena yang cukup baru dengan sebagian besar platform muncul pada awal hingga pertengahan 2000-an (misalnya, Facebook pada tahun 2004, Twitter pada tahun 2006, Instagram pada tahun 2010, dan Snapchat pada tahun 2011).

Adiksi merupakan suatu kondisi ketergantungan fisik dan mental terhadap hal-hal tertentu yang menimbulkan perubahan bagi orang yang mengalaminya (www.bnn.go.id). Smith (2015) istilah adiksi berasal dari bahasa Latin *addicō* yang berarti "diperbudak oleh" atau "terikat pada", dan bagi banyak individu. Kecanduan atau addiction dalam kamus psikologis diartikan sebagai ketergantungan secara fisik pada suatu obat bius, keanduan tersebut menambah toleransi terhadap obat bius, ketergantungan fisik dan psikologis dan menambah pengasingan diri dari masyarakat apabila obat dihentikan, biasanya digunakan dalam konteks klinis dan diperhalus dengan perilaku berlebihan (Chaplin, 2011). Lain halnya dengan Yee (2007) menjelaskan adiksi adalah perilaku yang tidak sehat yang sulit untuk dihentikan atau diakhiri oleh individu yang bersangkutan yang akan menimbulkan dampak negatif bagi individu itu sendiri maupun orang lain. Jadi, adiksi merupakan suatu

ketergantungan terhadap sesuatu yang dilakukan secara berulang-ulang dan sangat sulit untuk dihentikan yang akan menimbulkan dampak negatif.

Andreassen & Pallesen (2014) adiksi media sosial adalah kondisi berlebihan terhadap media sosial yang menyebabkan pengguna menggunakannya secara terus menerus dan mengganggu berbagai aktivitas sosial. Young (1996) mendefinisikan kecanduan internet sebagai gangguan kontrol impuls yang tidak melibatkan minuman keras dan dia percaya bahwa kontak yang terlalu lama dengan Internet dapat menghasilkan efek merugikan dalam kehidupan seseorang yang bahkan mungkin memerlukan perawatan untuk mengatasinya. Penggunaan media sosial yang berlebihan dan tidak bisa terlepas merupakan bentuk perilaku adiksi atau kecanduan, istilah “penggunaan berlebihan”, “kecanduan”, “ketergantungan”, dan “penggunaan bermasalah” sering digunakan secara bergantian untuk mengacu pada aspek negatif dari penggunaan media sosial, secara khusus kecanduan media sosial mengacu pada menghabiskan terlalu banyak waktu online. Kecanduan internet adalah salah satu bentuk kecanduan perilaku (*behavioral addiction*) yang ditandai oleh keinginan yang kuat untuk mengakses internet, menghabiskan banyak waktu untuk menggunakan internet demi kepuasan, ketidakmampuan mengontrol keinginan menggunakan internet, mengalami masalah mood seperti depresi, perasaan terganggu, dan tidak tahan ketika berhenti di tengah menggunakan internet, dan menghabiskan lebih banyak waktu dari yang direncanakan semula untuk menggunakan internet (Cash et al., 2012). Faktor-faktor penyebab kecanduan internet dapat bersifat internal maupun eksternal, salah satu faktor internal yaitu harga diri (Raffaella et al., 2011). Adapun Beberapa dampak dari adiksi internet diantaranya: gangguan mental seperti kecemasan, depresi, isolasi dan kehilangan harga diri, kurang tidur, tidak makan dalam waktu yang lama, dan kendala dalam aktivitas fisik (Gorgich et al., 2018)

Young (1998a) menyebutkan bahwa Tes Adiksi Internet menjadi alat penilaian populer yang memeriksa delapan fitur adiksi internet seperti keasyikan, peningkatan penggunaan dari waktu ke waktu, upaya yang gagal untuk membatasi penggunaan, kegelisahan atau depresi saat tidak menggunakan, tetap online lebih

lama dari yang dimaksudkan, risiko peluang atau hubungan yang signifikan karena penggunaan, berbohong untuk menyembunyikan penggunaan, dan online untuk menghindari masalah atau suasana hati yang negatif. Seiring dengan prevalensi adiksi media sosial yang menonjol dalam populasi remaja, terdapat konsekuensi signifikan yang negatif. Utomo & Rusmawati (2019) ditemukan hubungan negatif antara kecanduan media sosial dengan efektivitas komunikasi interpersonal pada remaja. kelompok yang sangat bermasalah memiliki stabilitas emosional yang lebih rendah, kurang keterampilan interpersonal (penurunan kemampuan untuk mengelola konflik dan) menawarkan dukungan emosional kepada orang lain), dan lebih banyak keterasingan teman sebaya (Assuncao & Matos, 2017). Selain itu dalam sebuah studi siswa berusia 14-17 tahun di Manado peneliti menemukan terdapat hubungan antara kecanduan internet dengan depresi pada pelajar (Indra et al., 2019). Dengan demikian, tampak bahwa untuk sebagian remaja, penggunaan media sosial dapat menjadi perilaku adiktif dengan konsekuensi negatif. Adiksi terhadap media sosial merupakan adiksi proses, yaitu adiksi yang tidak disebabkan karena penggunaan narkotika dan zat-zat adiktif lainnya, melainkan oleh hal lain yang biasanya berkaitan dengan kemajuan teknologi, seperti internet, game, smartphone dan media sosial (Young & De Abreu, 2011).

Melihat potensi konsekuensi negatif dari kecanduan media sosial, para peneliti telah menanggapi dengan instrument yang dirancang untuk menilai masalah tersebut diantaranya Facebook Addiction Test (Dantlgraber et al., 2016), Social Media Addiction Scale–Student Form (Sahin, 2018) and Social Media Disorder Scale (SMDS; van den Eijnden et al., 2016), Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS; Andreassen et al., 2012), Problematic Social Networking Services Use Scale (Lou et al., 2017), Social Media Addiction Test (Esgi, 2016), and Social Media Addiction Scale (SMAS; Al-Menayes, 2015). Mengingat potensi kecanduan media sosial di kalangan remaja, sangat penting bagi para peneliti untuk menggunakan langkah-langkah psikometris sehingga bisa menilai kondisi tersebut, remaja yang memiliki permasalahan adiksi media sosial sangat diperlukan sebuah asesmen untuk melihat

seberapa parah tingkat keparahan yang terjadi dan pemberian layanan seperti apa yang tepat untuk tindak lanjutnya. Yusuf (2011) menjelaskan bahwa asesmen merupakan suatu proses pengumpulan data atau informasi (termasuk di dalamnya pengolahan dan pendokumentasian) secara sistematis tentang suatu atribut, orang atau objek yang dinilai, tanpa merujuk pada keputusan nilai (value judgement). Wahidah et al., (2019) dalam konteks bimbingan dan konseling, assessment yaitu mengukur suatu proses konseling yang harus dilakukan konselor sebelum, selama dan setelah konseling tersebut dilaksanakan/berlangsung.

Bagi pelayanan bimbingan dan konseling, asesmen merupakan hal yang penting. Asesmen dalam bimbingan dan konseling terbagi menjadi asesmen tes dan non tes. Bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dalam keberhasilan pendidikan memiliki peran menangani persoalan dengan kompetensi yang dimiliki (Caraka & Nindiya, 2015). Asesmen non-tes lebih sederhana karena tidak memerlukan penyusunan norma yang ketat sebagaimana asesmen tes contohnya observasi, wawancara, angket dan skala (Haryadi et al., 2019) . Asesmen tes dalam bimbingan dan konseling umumnya menggunakan alat-alat tes psikologi yang beragam, seperti tes inteligensi, tes, bakat, tes minat, dan tes kepribadian yang penggunaannya tentu disesuaikan dengan pertimbangan konselor dan kebutuhan klien (Anastasi & Urbina, 2017).

Assesment adalah istilah umum untuk metode evaluasi yang digunakan konselor untuk lebih memahami karakteristik orang, tempat, dan benda, sebagian besar tujuan asesmen dapat dikonseptualisasikan dalam hal pemecahan masalah (Brown, 2005). Assessment adalah kegiatan mengukur suatu proses layanan bimbingan dan konseling yang harus dilakukan guru BK atau konselor sebelum, selama, dan setelah layanan dilaksanakan atau berlangsung (Aji et al., 2020). Assessment dalam kerangka kerja bimbingan dan konseling memiliki kedudukan strategis, karena posisi sebagai dasar dalam perencanaan program bimbingan dan konseling yang sesuai kebutuhan, dimana kesesuaian program dan gambaran kondisi konseli dan kondisi lingkungannya dapat mendorong pencapaian tujuan layanan

bimbingan dan konseling (Wahidah et al., (2019). Dikatakan bahwa asesmen dalam bimbingan dan konseling sebagai dasar penetapan program layanan BK (Depdiknas, 2007).

Asesmen berfungsi sebagai dasar penetapan program layanan bimbingan konseling, untuk membantu melengkapi dan mendalami pemahaman tentang peserta didik, merupakan salah satu sarana yang perlu dikembangkan agar pelayanan BK terlaksana lebih cermat dan berdasarkan fakta di lapangan, sebagai salah satu sarana yang digunakan dalam membuat diagnosis psikologis (Tjalla, 2020). Strategi asesmen yaitu alat ukur psikologis atau instrumen, agar dapat membantu remaja secara optimal dalam pemberian layanan untuk penanganan kedepannya. Sebuah alat ukur dalam layanan bimbingan dan konseling sangat dibutuhkan karena alat ukur merupakan langkah awal sebelum pemberian layanan bimbingan dan konseling. Alat ukur dapat digunakan sebagai asesmen untuk menganalisis tingkat keparahan adiksi media sosial yang dimiliki oleh remaja tersebut dan pemberian layanan yang seperti apa yang tepat untuk diberikan kedepannya dan lagi belum adanya instrument indonesia yang membahas mengenai adiksi media sosial.

B. Identifikasi dan Rumusan Masalah

Beberapa pertanyaan penelitian yang menggambarkan rumusan masalah tersebut adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana konstruk dan desain bentuk alat ukur pilihan karier siswa hasil kajian empirik teoritik, uji pakar, dan uji empirik ?
2. Bagaimana hasil uji validitas item, validitas konstruk menggunakan *Structural Equation Model* (SEM) dan reliabilitas alat ukur adiksi media sosial?
3. Bagaimana norma yang digunakan alat ukur adiksi media sosial ?
4. Bagaimana manual alat ukur adiksi media sosial yang dikembangkan ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan umum dari penelitian ini adalah tersusunnya alat ukur adiksi media sosial bagi siswa yang memenuhi kriteria sebagai alat ukur yang baku. Untuk mencapai tujuan umum tersebut, maka tujuan-tujuan khusus sebagai berikut :

1. Mengembangkan konstruk dan desain bentuk alat ukur adiksi media sosial remaja hasil kajian empirik teoritik, uji pakar, dan uji empirik
2. Mengetahui hasil uji validitas item, validitas kontruk menggunakan *Structural Equation Model* (SEM) dan reliabilitas alat ukur adiksi media sosial
3. Menentukan norma yang digunakan alat ukur adiksi media sosial
4. Membuat manual alat ukur adiksi media sosial yang dikembangkan

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan, pengetahuan, solusi tentang pengembangan alat ukur adiksi media social pada remaja, serta dapat memberikan sumbangan konseptual dan alternatif bagi penelitian sejenis untuk mengembangkan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling guna meningkatkan pelayanan bimbingan dan konseling di lapangan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Konselor

Diharapkan dengan adanya pengembangan instrumen ini dapat memberikan solusi alternatif serta menambah pengetahuan bagi Guru Bimbingan dan Konseling dalam membantu remaja yang memiliki permasalahan adiksi media sosial supaya para remaja tidak salah dalam penggunaan media sosial.

b. Bagi Sekolah

Diharapkan dengan adanya pengembangan instrumen ini dapat digunakan sebagai salah satu alternatif dalam mengatasi permasalahan adiksi media sosial yang dialami oleh para remaja di sekolah.

c. Bagi Siswa

Dengan pengembangan alat ukur adiksi media sosial ini diharapkan agar membantu siswa/remaja dalam mengatasi adiksi media sosial yang mereka miliki supaya tidak semakin parah.

E. Sistematika Penulisan

1. Bab I PENDAHULUAN, di dalam bab ini memaparkan mengenai latar belakang masalah, identifikasi masalah, rumusan masalah, penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.
2. Bab II KAJIAN PUSTAKA, di dalam bab ini memaparkan mengenai tinjauan pustaka yang menguraikan tentang konsep pengembangan alat ukur, penggunaan alat ukur dalam bimbingan dan konseling..
3. Bab III METODOLOGI PENELITIAN, di dalam bab ini memaparkan mengenai pendekatan atau metode penelitian yang dipilih, rancangan lokasi dan subjek penelitian, pengembangan instrumen penelitian dan teknik analisis data.
4. Bab VI HASIL DAN PEMBAHASAN, di dalam bab ini memaparkan mengenai hasil penelitian beserta pembahasan.
5. Bab V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI, di dalam bab ini memaparkan mengenai kesimpulan dan saran.

