

## BAB I Pendahuluan

### Latar Belakang

Dewasa ini perkembangan dalam bidang teknologi sangat pesat. Dengan adanya teknologi yang canggih pada saat ini begitu membantu masyarakat dari berbagai kalangan untuk beraktivitas. Salah satunya adalah *gadget*, menurut Jarot (dalam Fabriano, 2017) *Gadget* atau dalam bahasa Indonesia *gawai* merupakan suatu peranti atau instrumen yang memiliki tujuan dan fungsi praktis yang secara spesifik dirancang lebih canggih dibandingkan teknologi yang diciptakan sebelumnya. *Gadget* baik laptop, ipad, *tablet*, atau *smartphone* adalah teknologi yang memiliki beragam aplikasi dan informasi mengenai semua hal yang ada di dunia ini.

Dari berbagai jenis *gadget* saat ini, banyak diantaranya menggunakan *smartphone*. Adanya *smartphone*, dalam satu genggaman banyak hal yang dapat dilakukan. Menurut Mamatha, dkk (2016) *Smartphone*, merupakan suatu jenis ponsel yang memiliki kemampuan sama seperti komputer yang lebih maju dari fitur telepon gengam biasanya. *Smartphone* selain digunakan sebagai alat komunikasi juga dapat mengakses internet sehingga dengan mudah mendapatkan informasi ataupun memberikan informasi yang dibutuhkan. Dengan begitu memudahkan dalam beraktivitas baik itu dalam urusan pekerjaan, sekolah ataupun hanya sekedar bermain *game*, menonton video *streaming* dan memperluas jaringan pertemanan melalui media sosial.

Tidak dapat dipungkiri bahwa dengan adanya *smartphone* begitu banyak digunakan pada masa sekarang. *Consumer Barometer* (dalam Paramita dan Hidayati, 2016) mengungkapkan, Indonesia merupakan salah satu dari 12 negara di dunia dengan tingkat penggunaan *smartphone* lebih tinggi daripada komputer, yakni sebesar 43% . Hal ini menjadikan Indonesia sebagai negara ke-4 dengan penggunaan *smartphone* terbanyak di

dunia. Tercatat hampir sebanyak 150 juta penduduk Indonesia telah menggunakan *smartphone* dengan penggunaan terbanyak berada di Pulau Jawa yaitu sebesar 67%. Selain itu, sebanyak 62% pengguna internet di Indonesia menyatakan bahwa mereka hanya menggunakan *smartphone* dalam mengakses internet, dan tidak ada alat lain untuk mengakses internet.

Salah satu kalangan yang menggunakan *smartphone* adalah remaja. Usia remaja menurut Hurlock berlangsung kira-kira dari tiga belas tahun sampai enam belas tahun atau tujuh belas tahun. Dimana usia tersebut adalah usia ketika remaja berada di bangku SMP dan SMA. Pada masa sekolah, remaja akan dipermudah dalam kegiatan sekolah dengan menggunakan *smartphone*. Remaja dapat menggunakan *smartphone* untuk membantunya dalam kegiatan belajar mengajar. *Smartphone* dapat mengakses internet sehingga dapat digunakan untuk mencari informasi berhubungan dengan pelajaran mereka, mengedit tugas mereka ataupun mengirimkan *e-mail* sehingga tidak perlu repot menggunakan komputer ataupun harus pergi ke warung internet (*warnet*). Selaras dengan *facebook* (dalam Mulyana dan Afriani, 2017) yang melakukan survei pada 11.165 remaja di 13 negara pada akhir tahun 2014 dan hasilnya menunjukkan bahwa 81 persen remaja lebih memilih menggunakan *smartphone* dibandingkan perangkat lainnya seperti laptop, televisi, dan tablet.

Penggunaan *smartphone* tak hanya membantu dalam memudahkan remaja dalam kegiatan belajar mengajar. Namun, juga ada fitur-fitur lain yang tersedia seperti mengakses media sosial. Dengan mengakses media sosial seperti *facebook*, *instagram*, *youtube*, dan yang lainnya, lebih banyak lagi aktivitas remaja yang dapat dilakukan dengan *smartphone* mereka. Begitu banyak hal positif yang dapat diambil dalam penggunaan *smartphone* ini. Namun tanpa kewaspadaan dan pengawasan yang tepat dalam menggunakan *smartphone* dapat memberikan dampak negatif pada penggunanya.

Dengan adanya fasilitas dan kemudahan dalam mengakses fitur-fitur dalam *Smartphone*, membuat penggunaannya meningkat dapat menimbulkan kecanduan dalam menggunakan *Smartphone* atau *Smartphone addiction*. Menurut Kwon (dalam Mulyana dan Afriani, 2017) *Smartphone addiction* adalah suatu bentuk keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan terjadinya masalah sosial seperti halnya menarik diri dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang. Menurut Nakaya (dalam Utami dan Kurniawati, 2019) Daya tarik *smartphone* kini semakin meningkat hingga ke kalangan remaja yang rentan terpengaruh. *Smartphone* begitu mudah untuk digunakan dan dapat diakses tanpa adanya batas. Situasi tersebut dapat menyebakan remaja sulit behenti menggunakan *smartphone*. Pada remaja awal menurut Baird et al (1999) dan Yurgelon-Todd (2000) (dalam papalia dkk, 2013), perkembangan otak yang belum matang dapat membuat perasaan atau emosi mengalahkan akal sehat, alasan yang memungkinkan remaja untuk membuat pilihan yang tidak bijaksana, seperti penyalahgunaan alkohol atau narkoba dan melakukan kegiatan seksual beresiko. Pilihan yang tidak bijaksana juga dapat terjadi dalam penggunaan *smartphone* sehingga memungkinkan remaja menjadi *smartphone addiction*.

Penelitian yang dilakukan oleh Yen pada tahun 2009 (dalam muflin, 2017), menemukan bahwa dari 10.191 remaja yang diteliti dilaporkan sebanyak 30% dari peserta bisa mentoleransi penggunaan *smartphone*, 36% mengalami penarikan diri, 27% menunjukkan penggunaan yang lebih berat, 18% gagal untuk mengurangi penggunaan *smartphone*, dan 10% mengalami gangguan interaksi sosial. Banyak otoritas pemerintah mengakui bahwa pasti ada risiko kecanduan akibat penggunaan berlebihan atau penyalahgunaan *smartphone*. Hasil riset Ho, Lwin, dan Lee (dalam Utami dan Kurniawati, 2019) yang mendapatkan data berdasarkan dari survei di Singapura bahwa remaja adalah

populasi yang paling banyak terdeteksi menggunakan media sosial pada *smartphone* secara berlebihan, atau bahkan sampai berujung pada adiksi.

Berdasarkan hasil survei awal di yayasan pendidikan pada 10 siswa SMP dan 10 siswa SMA pada suatu yayasan pendidikan yang sama di dapat bahwa semua siswa memiliki Smartphone. 16 dari 20 siswa tersebut sudah menggunakan *smartphone* sejak Sekolah Dasar. 6 dari 10 siswa SMP mengatakan banyak waktu yang dihabiskan untuk memainkan *smartphone*. 7 dari 10 siswa SMA juga mengatakan hal yang sama. Siswa-siswa tersebut kebanyakan menggunakan *smartphone* pada jam kosong atau istirahat sekolah adapun yang menggunakan smartphone saat sedang berlangsungnya kegiatan belajar mengajar karena merasa bosan saat berada di dalam kelas. Aplikasi yang paling banyak digunakan adalah media sosial seperti *Facebook*, *Whatsapp*, serta bermain permainan baik *online* ataupun *offline*. Siswa tersebut mengatakan bahwa sering lupa waktu saat menggunakan *smartphone*. Lupa melakukan kewajiban mereka seperti, shalat, mandi, makan, serta tidur pada larut malam. Saat sedang tidak menggunakan *smartphone* seperti misalnya karena baterai yang habis mereka merasa bosan, takut kehilangan informasi ada juga yang mengatakan *smartphone* adalah sebagai pengganti teman.

Siswa kesulitan untuk berhenti menggunakan *smartphone* dan akan mudah tersinggung apabila diganggu saat sedang menggunakan *smartphone*, mereka juga menjadi kesulitan untuk berkonsentrasi dalam menyelesaikan tugas di sekolah atau saat bekerja karena keinginan yang besar untuk terus menggunakan *smartphone*. Seperti misalnya ketika sedang dalam kegiatan belajar mengajar para siswa diam-diam menggunakan *smartphone* mereka. Selaras dengan survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2012) pada 42 kota di seluruh pulau Indonesia dan hasil survei menunjukkan bahwa pengguna *smartphone* pada kalangan siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) berada

pada posisi pertama dengan persentase 47,9 %, kemudian pada tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) sebanyak 11,3%, dan tingkat Sekolah Dasar (SD) sebanyak 7,5 %. Hal tersebut menunjukan bahwa pada masa remaja rentan terhadap *smartphone addiction*.

Seperti yang telah dikatakan pada peneltian sebelumnya bahwa penggunaan *smartphone* banyak terjadi di usia remaja. Masa remaja awal, peralihan dari masa kanak-kanak, memmberikan kesempatan untuk tumbuh, tidak hanya dalam dimensi fisik,tetapi juga dalam kompetisi kognitif dan sosial, otonomi, harga diri, dan keintiman. Periode ini juga memiliki resiko. Sebagian remaja mengalami masalah dalam menghadapi berbagai perubahan yang terjadi secara bersamaan dan membutuhkan bantuan dalam mengatasi bahaya saat menjalani masa ini (papalia dkk, 2013).

Erikson menjelaskan (dalam Alwisol, 2014) bahwa krisis antara identitas dengan kecacauan identitas berada pada puncaknya pada masa remaja ini. Remaja juga sering menolak standar dari orang tua mereka dan lebih mengikuti nilai-nilai pada kelompok (*gang*). Seringnya remaja menolak nilai-nilai orang tua dan lebih mengikuti nilai-nilai pada kelompok sebaya ini merupakan suatu dilema yang menyebabkan semakin kuatnya kecacauan identitas serta berbagai konflik dengan orang tua meningkat. Selaras dengan Hurlock bahwa sebagian remaja ingin diterima oleh kelompok sebayanya, tetapi seringkali orang tua menganggap hal tersebut tidak bertanggung jawab. Pada masa ini remaja juga sudah merasa mampu mempertanggung-jawabkan terhadap tindakan yang mereka lakukan sehingga merasa tidak membutuhkan bantuan dari orang tua. Piaget (dalam Hurlock, 2003) menjelaskan bahwa hubungan orang tua tidak sama dengan hubungan anak dengan teman sebayanya. Hubungan anak dengan orang tua, kerena orang tua memiliki pengetahuan dan kewenangan yang lebih besar sehingga menuntut anak untuk lebih dapat mematuhi peraturan dan perintah orang tua. Sebaliknya, hubungan anak dan teman sebayanya memiliki

pengetahuan dan kewenangan yang relatif sama sehingga hubungan yang terjalin antara anak dan teman sebaya lebih demokratis. Hal ini mempengaruhi remaja menjadi lebih untuk mengikuti nilai dari teman sebayanya karena dianggap lebih dapat memahami dan saling menghargai pendapat satu sama lain. Namun, dengan pengetahuan, kematangan emosi serta kognisi yang relatif sama dapat menyebabkan kekeliruan dalam pengambilan keputusan.

Pada masa peralihan ini, hubungan orang tua dengan remaja dapat mempengaruhi perilaku yang muncul pada remaja. Seperti yang dijelaskan Lestari (2013) keluarga merupakan sumber bagi kasih sayang, perlindungan, dan identitas bagi anggotanya. Keluarga merupakan lingkungan pertama bagi remaja, orang tua memiliki peran agar remaja tidak mengalami *smartphone addiction*. Steinberg (2001) mengatakan bahwa hubungan yang dimiliki remaja dan orang tuanya dapat memberikan pengaruh signifikan pada perkembangan remaja melalui keterbukaan, keharmonisan, dan pemecahan konflik yang terjadi. Remaja yang memiliki hubungan baik dengan orang tuanya akan memiliki perilaku yang baik dan sedikit perilaku menyimpang.

Menurut Santrock (2005) bahwa keluarga merupakan sebagai sistem. Hubungan perkawinan, pengasuhan anak, dan perilaku remaja dapat berdampak langsung maupun tidak langsung terhadap satu sama lain. Aspek yang semakin dipelajari dari sistem keluarga melibatkan hubungan perkawinan dan peran orang tua. Orang tua memiliki peranan dalam mengatur kesempatan remaja untuk menjalin hubungan sosial dengan teman sebaya, teman dan orang dewasa. Hubungan remaja dan orang tua (*parent adolescence relationship*) tidak hanya mengenai bagaimana remaja mengikuti standar yang dimiliki orang tuanya, tetapi adanya hubungan timbal-balik. Sementara pada masa remaja, konflik yang terjadi dengan orang tua seringkali menimbulkan keduanya untuk menghindari komunikasi. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Azizah, dkk. (2019) menunjukkan bahwa relasi yang baik

antara remaja dengan orangtua dapat memiliki hubungan negatif dengan kecanduan remaja pada internet. Kualitas relasi remaja dan orang tua, dimana relasi tersebut meliputi komunikasi, rasa saling percaya serta kepuasan remaja atas kontrol dari orang tua.

Dalam hubungan remaja dengan orang tua (*parent adolescent relationships*) menurut William (2003) dukungan afeksi serta pemberian lingkungan yang terbaik untuk perkembangan dalam segi *social skill*, psikologis, *social healthy*, dan yang lainnya orang tua mendorong remaja untuk merasa otonomi (kemandirian). Orang tua memberikan kesempatan bagi anak untuk terbuka, memberikan pendapat serta membiarkan remaja terlibat dalam pengambilan keputusan yang berhubungan dengan kehidupannya. Hal ini dapat membentuk komunikasi yang lebih terbuka satu sama lain. Perasaan otonomi (kemandirian) yang dimiliki remaja berkaitan dengan sistem *attachment* (kelekatan). Seperti yang dielaskan oleh Santrock (2005) bahwa “sayap” yang dapat diberikan orangtua terhadap anak agar dapat beradaptasi dengan baik adalah otonomi (kemandirian) dan *attachment* (kelekatan) sebagai aspek penting.

Aspek lain yang mempengaruhi peran orang tua terhadap remaja adalah beban ekonomi. Selama waktu ini, orang tua sibuk mengevaluasi kembali mengenai prestasi kerja mereka, remaja sibuk dengan menatap masa depan dengan optimis serta menyatakan bahwa mereka memiliki waktu tak terbatas untuk melakukan yang mereka inginkan (Collins & Laursen, 2004). Memiliki kesibukan secara individu juga menyebabkan komunikasi yang terjalin antara orang tua dan remaja berkurang. Orang tua yang sibuk dengan pekerjaannya sementara remaja dengan kesibukannya sendiri membuat berkurangnya kualitas hubungan remaja dengan orang tua (*parent adolescent relationship*).

Selain faktor keluarga terdapat faktor internal yang dapat mempengaruhi remaja menjadi *smartphone addiction* yaitu kontrol diri. Aulia dan Nurwidawati (dalam Zulfikar,

2018) mengatakan remaja dengan kontrol diri yang baik maka remaja mampu untuk menahan kebutuhan akan kesenangan sesaat dan mampu memikirkan resiko atas perbuatan yang sudah dilakukan. Dalam hal *smartphone addiction* remaja dengan kontrol diri yang baik dapat mempertimbangkan resiko yang akan di timbulkan dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan.. Seperti yang dijelaskan oleh Agusta (dalam Andriani, Sriati, dan Yamin, 2019) bahwa salah satu faktor yang paling dominan mempengaruhi *smartphone addiction* adalah faktor internal yaitu kontrol diri yang rendah.

Menurut Tangney, Baumeister, dan Boonee (dalam Zuhra dan Nisa, 2018) kontrol diri keterampilan untuk mengubah atau mengesampingkan respon yang ada dalam diri seseorang seperti mengatur perilaku yang tidak diinginkan dan bertindak untuk tidak melakukan perilaku tersebut. Dengan tingkat kontrol diri yang baik remaja dapat menentukan hal-hal yang harus diutamakan. Remaja juga mampu menghindari kegiatan yang dapat mengganggu pekerjaan yang seharusnya dikerjakan.

Kontrol diri menggambarkan keputusan yang diambil individu melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan yang diinginkan (Malahih dan alfiasari, 2018). Seperti yang dijelaskan oleh Skinner (dalam alwisol, 2014) menjelaskan bahwa kontrol diri atau *self control* adalah bagaimana individu mengontrol variable-variabel luar yang menentukan tingkah laku. Averill (dalam Tarigan, 2016) menjelaskan terdapat 5 aspek untuk mengukur kontrol diri yaitu; a. mengendalikan perilaku, b. memodifikasi stimulus, c. mengantisipasi peristiwa, d. menafsikan peristiwa, e. memilih tindakan.

Terganggunya kontrol diri pada remaja dapat mempengaruhi remaja dalam penggunaan *smartphone*. Ketidakmampuan remaja untuk menahan diri untuk tidak menggunakan *smartphone* akan menuntun remaja untuk menggunakannya secara berlebihan.

Sehingga dengan kontrol diri yang rendah pada remaja menyebabkan remaja menjadi kecanduan terhadap *smartphone* atau *smartphone addiction*.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan Ambarwaty (2018) dengan judul “Pengaruh kontrol diri, kesepian dan *sensation seeking* terhadap kecanduan *smartphone* pada remaja” didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh signifikan dari kontrol diri, kesepian, dan *sensation seeking* terhadap smartphone addiction sebesar 23,7%.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Mulyati dan Frieda (2018) didapatkan hasil bahwa pada siswa kelas X terdapat hubungan negatif signifikan antara kontrol diri dengan *smartphone addiction* dan XI SMA. Dimana semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki individu maka semakin rendah tingkat *smartphone addiction* pada individu dan begitu juga sebaliknya.

Dari uraian tersebut peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “**Pengaruh Parent-Adolescent dan Kontrol diri terhadap Smartphone Addiction pada siswa siswi SMP dan SMA di Yayasan Al-Falah Banjaran.**”

#### Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah penelitian ini:

1. Apa terdapat pengaruh *parent adolescent relationship* terhadap *Smartpohe Addiction* pada siswa siswi SMP dan SMA di Yayasan Al-Falah Banjaran?
2. Apa terdapat pengaruh kontrol diri terhadap *Smartpohe Addiction* pada siswa siswi SMP dan SMA di Yayasan Al-Falah Banjaran?
3. apakah terdapat Pengaruh *Parent-Adolescent* dan Kontrol diri terhadap *Smartphone Addiction* pada siswa siswi SMP dan SMA di Yayasan Al-Falah Banjaran?

## Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk:

1. Mengetahui pengaruh pengaruh *parent adolescent relationship* terhadap *Smartpohe Addiction* pada siswa siswi SMP dan SMA di Yayasan Al-Falah Banjaran
2. Mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap *Smartpohe Addiction* pada siswa siswi SMP dan SMA di Yayasan Al-Falah Banjaran
3. Mengetahui pengaruh Pengaruh *Parent-Adolescent* dan Kontrol diri terhadap *Smartphone Addiction* pada siswa siswi SMP dan SMA di Yayasan Al-Falah Banjaran

## Kegunaan Penelitian

Manfaat atau kegunaan yang diharapkan dari penelitian ini antara lain :

### ***Kegunaan Teoritis.***

Dapat memberikan subangan teoritis untuk pengembangan ilmu psikologi khususnya kajian yang berkaitan dengan *Smartphone addiction* dan *parent Adolescent relationship*, serta dapat menjadi bahan informasi untuk penelitian selanjutnya.

### ***Kegunaan Praktis.***

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat ilmu, serta informasi khususnya untuk pembaca agar lebih bijak dalam menggunakan *smartphone* serta orang tua dapat mengawasi anaknya dalam penggunaan *smartphone*.