

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan peralihan dari masa pubertas menuju masa dewasa, selama periode ini remaja banyak merasakan perubahan-perubahan baik secara fisik, psikologis, ataupun sosial (Pieter & Lubis, 2010). Beriringan dengan terjadinya perubahan tersebut remaja akan menghadapi berbagai tantangan baik dari dalam diri maupun dari lingkungan sosial. Pada usia remaja akan merasakan masalah kesehatan yaitu maraknya penggunaan alkohol, perasaan tertekan, tekanan akademis, perilaku seksual pranikah, dan kecanduan internet (Wang et al., 2011).

Permasalahan dalam penggunaan internet masih menjadi topik permasalahan utama di dunia karena pengguna internet tiap tahunnya selalu meningkat. *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa jumlah penduduk yang menggunakan fasilitas internet secara global akan terus meningkat mencapai 4,66 miliar pada tahun 2021. Pada bulan Januari 2022 dalam Laporan Data Reportal tercatat sekitar 4,95 miliar pengguna akses internet di dunia. Pada bulan dan tahun yang sama mereka juga mencatat pengguna internet di Indonesia mencapai angka 204,7 juta yang mencakup 73,7% dari total populasi Indonesia (Data Reportal, 2022).

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet menyatakan bahwa penduduk pulau Sumatera berada pada posisi kedua setelah pulau Jawa sebagai pengguna internet terbesar yaitu sebanyak 22,6% dimana Propinsi Sumatera Barat berada pada posisi pertama di Pulau Sumatera dengan jumlah pengguna internet dari total penduduk sebesar 91,4% pada tahun 2019 (APJII, 2020).

Kecanduan internet dapat dialami siapa saja terutama para remaja. Usia remaja berada pada tahap krisis identitas, cenderung memiliki rasa keingintahuan yang sangat tinggi, dan selalu ingin mencoba hal-hal yang baru (Sarwono, 2013). Remaja juga memiliki tingkat pengendalian diri yang rendah terhadap keantusiasan mereka pada aktivitas yang bisa mereka kerjakan dengan menggunakan internet (Lombogia et al., 2018). Efek positif dan negatif yang ditimbulkan dari berbagai fitur yang tersedia pada internet ini belum bisa dipilah dengan baik oleh remaja (Ekasari & Hadi, 2012). Suryani (2018) juga menyebutkan bahwa meningkatnya kecanduan internet pada usia remaja ini dikarenakan tingginya penggunaan internet pada rentang usia tersebut .

Menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2020), pengguna internet terbanyak di Indonesia adalah remaja dengan rentang usia 14-24 tahun. Penelitian yang dilakukan oleh Putri & Priyono, (2021) pada anak usia sekolah dengan rentang usia 11-15 tahun mengalami kecanduan internet sebanyak 78,2%. Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang

menyatakan dari 514 jumlah responden Indonesia sebagian besar termasuk kategori kecanduan dengan persentase 55.35% pada rentang usia kecil dari 22 tahun (Maharani et al., 2018). Penelitian Hakim (2017) juga menyebutkan hampir 80% remaja berusia 10-19 tahun di Indonesia mengalami kecanduan internet.

Menurut Young (2009) kecanduan internet atau adiksi internet ialah perilaku dalam penggunaan jaringan internet secara berlebihan, sehingga mengalami kesulitan untuk mengontrol penggunaan internet yang membuat individu hanya berfokus pada kegiatan di internet sehingga mengenyampingkan aktivitas-aktivitas mereka yang lain. Young juga menyebutkan seseorang dikatakan mengalami kecanduan internet jika ia mengalami kecanduan pada satu kegiatan *online* seperti bermain *game online*, situs pornografi ataupun pada media sosial (Young, 2009).

Individu yang mengalami kecanduan internet bisa dilihat dari 4 aspek menurut Young & Abreu (2011) yang meliputi a) hilangnya kesadaran dalam penggunaan internet sehingga menghabiskan waktu, b) merasa ketakutan ataupun cemas jika tidak bisa mengakses internet, c) adanya keinginan untuk selalu mengganti alat akses internet ke yang lebih canggih, dan adanya keinginan untuk menambah aplikasi online, d) munculnya dampak negatif yaitu adanya perilaku suka berbohong, prestasi belajar menurun, isolasi sosial, dan selalu merasa lelah.

Kecanduan internet yang dialami remaja dapat dinilai dari lamanya penggunaan internet itu. Menurut Young (2011) Individu yang mengalami kecanduan internet rata-rata menggunakannya selama 40-80 jam/ minggu atau 5,7 jam -11,5 jam/hari. Kecanduan internet yang terjadi pada remaja sebaiknya dicegah dengan menghindari penggunaan internet > 3 jam/hari (Kurniasanti et al., 2019). Dengan kata lain ini berarti remaja yang menggunakan internet > 3 jam/hari akan beresiko mengalami kecanduan internet.

Penelitian yang dilakukan oleh Malak (2017) pada remaja di Yorlandia dengan rentang usia 12-18 tahun menunjukkan hasil, remaja yang mengalami kecanduan internet rata-rata dengan penggunaan selama 6-10 jam/hari. Nurunnajmiah (2019) dalam penelitiannya juga mendapatkan hasil lama penggunaan internet pada remaja yaitu rata-rata 5- 15 jam/hari. Penelitian yang dilakukan oleh Putri & Priyono (2021) menguatkan bahwa remaja yang mengalami kecanduan internet itu rata-rata menggunakan internet selama 3-8 jam per hari. Dapat disimpulkan bahwa rata-rata remaja yang mengalami kecanduan internet menggunakan internet lebih dari 5 jam dalam sehari.

Penggunaan internet berlebihan yang dialami seseorang juga memiliki dampak negatif bagi penggunanya terkhusus pada remaja yang masih sekolah di tingkat SMP. Remaja belum bisa membedakan hal-hal baik atau buruk dari internet tersebut. Dampak negatif dari penggunaan internet ini ialah adanya penurunan kedisiplinan dalam pembelajaran, munculnya stres serta rasa

cemas, sering menunda-nunda pekerjaan, menunda mengerjakan tugas, *insomnia*, dan terganggunya kesehatan mata (Hakim & Raj, 2017).

Remaja akan selalu ingin menggunakan jaringan internet dalam kesehariannya tanpa mengenal waktu serta lupa akan tanggung jawab mereka sebagai pelajar salah satunya lalai dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah sehingga menurunnya prestasi belajar (Irawan & W, 2021). Sama halnya dengan yang diungkapkan oleh Sidaria (2018), bahwa apabila seseorang telah mengalami kecanduan maka individu tersebut bisa lupa dalam penggunaan waktu, sehingga tidak mepedulikan lingkungan sekitar.

Kecanduan internet terjadi karena adanya faktor yang menyebabkannya sehingga seseorang mengalami kecanduan internet. Adapun faktor yang menyebabkan kecanduan internet menurut Prasetya (2014) yaitu internet digunakan untuk pelampiasan diri dari masalah negatif, seperti rasa bersalah, kecemasan, depresi, tersedianya sarana dan prasarana untuk bisa menggunakan internet. Young (dalam Nurunnajmiah, 2019) juga menyebutkan bahwa faktor lain yang dapat meningkatkan angka kecanduan internet ini adalah kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang, jika seseorang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, maka tingkat kecanduan internet akan semakin rendah begitu juga sebaliknya. Sejalan dengan penelitian Saraiva (2018) juga menyebutkan bahwa kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang mempengaruhi angka kecanduan internet.

Generasi masa kini lebih banyak mengalami kesulitan dalam emosionalnya seperti lebih mengalami kesepian, pemurung, kurang menghargai sopan santun, sering gugup, mudah merasa cemas, lebih impulsif dan agresif dalam kehidupannya. Dilihat dari fenomena ini bahwa individu ini memiliki kecerdasan emosional yang rendah. Kecerdasan emosional ini adalah dasar dari kemampuan seseorang untuk berfikir logis, memecahkan masalah dan membentuk hubungan yang baik dengan orang lain (Esnaola et al., 2017). Dengan kecerdasan emosional memungkinkan remaja untuk beradaptasi dengan baik pada setiap situasi yang akan mereka hadapi, sehingga memberi mereka kepercayaan diri untuk menghadapi semua tantangan dan tekanan hidup yang akan dijalaninya (Anitha & Jebaseelan, 2014).

Remaja juga sering labil dalam pengendalian emosi seperti, memarahi, dimarahi teman dan terjadinya perkelahian. Hal ini terjadi karena remaja memiliki ekspresi emosi yang kurang tepat, dimana jika tidak diatasi sedini mungkin maka kecerdasan emosional yang rendah seperti itu akan melekat pada diri siswa sehingga sulit untuk diubah maka akan sering terjadi masalah (Jerahu, 2014).

Schutte (2009) menyebutkan kecerdasan emosional adalah kecerdasan yang melibatkan kemampuan individu dalam memantau dan mengelola emosi diri dan emosi orang lain, serta bagaimana menggunakan emosi dalam penyelesaian masalah. Kemampuan dalam mengontrol dan mengelola emosi

sangat penting pada masa remaja, jika remaja tidak mampu untuk mengontrol dan mengelola emosi akan terjadi kegagalan dalam mengendalikan perilaku (Mulyodiharjo 2010, dalam Hastuti et al., 2020). Kecerdasan emosional juga berguna untuk mengenali, memahami, mengatur, menggunakan emosi secara baik sehingga dapat membedakan baik buruk suatu kegiatan ataupun tindakan, tidak berlebihan dalam kesenangan, mampu mengatur suasana hati, dan kemampuan menyelesaikan konflik (Hastuti et al., 2020).

Menurut Schutte (2009) terdapat beberapa dimensi yang menjelaskan kecerdasan emosional yang dimiliki oleh seseorang yaitu persepsi emosi, penanganan dalam emosi orang lain seperti mengenali dan ikut merasakan apa yang dialami orang lain, pemanfaatan emosi untuk mencapai tujuan yang akan dicapai, dan mengatur emosi diri dimana seseorang mampu dalam mengendalikan, mengelola emosi, bersikap positif dalam menghadapi keadaan serta mampu mengontrol emosi. Dalam hal ini apabila seseorang mampu untuk mengatur emosi diri sendiri seperti mengendalikan, mengelola dan mengontrol emosi, maka tidak akan meningkatkan angka kecanduan internet.

Goleman (2015) menyebutkan kecerdasan emosional menjadi faktor penting dalam perilaku menyimpang karena kecerdasan emosional yang dimiliki menjadi dasar manusia memberikan umpan balik atau reaksi positif maupun negatif terhadap suatu kondisi yang dapat memengaruhi dalam membuat keputusan atau melakukan tindakan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kun & Demetrovics (2010) bahwa kecerdasan emosional

memiliki peranan penting dalam perilaku kecanduan salah satunya kecanduan internet (Kun & Demetrovics, 2010).

Beberapa peneliti merasa percaya di antara kemampuan seseorang dalam mengelola emosi yang mereka miliki ada hubungannya dengan perilaku kecanduan internet. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Elvinawanty & Manurung (2019) menemukan hubungan negatif antara kecerdasan emosional dan kecanduan internet, yang artinya jika kecerdasan emosional seseorang tinggi maka tingkat kecanduan internetnya akan rendah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori dari Young (dalam Nurunnajmiah, 2019) tentang kecanduan internet dengan kecerdasan emosional dapat disimpulkan bahwa kedua variabel ini memiliki hubungan negatif. Dan hasil penelitian yang dilakukan Tyas & Pratiti (2017) Terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecanduan internet pada remaja di SMP Negeri 05 Yogyakarta.

Informasi yang didapatkan dari Dinas Pendidikan Kabupaten Padang Pariaman menyebutkan bahwa SMPN 3 2X11 Kayutanam termasuk SMP terbaik di Kabupaten Padang Pariaman, meskipun merupakan salah satu sekolah terbaik, Wakil kepala sekolah menengah pertama ini mengatakan bahwa dua tahun belakang nilai siswa-siswinya mengalami penurunan, selain itu wakil kepala sekolah juga mengatakan bahwa siswa-siswinya masih polos dan mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan yang buruk, akibatnya salah

satu siswa di sekolah ini terkena kasus menyimpang dalam penggunaan internet.

Hasil survei yang telah dilakukan oleh peneliti melalui wawancara kepada beberapa guru didapatkan hasil bahwa di sekolah mereka tidak memperbolehkan siswanya menggunakan internet dalam jam pelajaran namun sering mendapati siswanya yang diam-diam membuka *gadget* untuk mengakses internet ketika dalam jam pelajaran sedang berlangsung, muridnya lalai dalam pengerjaan tugas sekolah dan sering telat mengumpulkan tugas. Guru juga mengatakan bahwa mereka mendapat laporan dari orang tua murid bahwasanya anak-anak mereka berbohong dalam pembelian paket internet yang dikira digunakan untuk keperluan sekolah nyatanya anak mereka asyik dalam penggunaan internet (game dan sosial media).

Ketika dilakukan wawancara langsung ke siswa, mereka mengatakan memiliki *gadget* dan akses jaringan internet yang kuat, dalam penggunaan internet rata-rata mereka menghabiskan waktu lebih dari 7 jam dalam sehari. Mereka menggunakan jaringan internet untuk berbagai macam kegiatan seperti, bermedia sosial, bermain game online dan streaming film. 8 dari 10 siswa mengatakan merasa bosan dan kosong jika tidak ada jaringan internet. Siswa juga mengaku bahwa sulit untuk mengendalikan dan mengontrol diri dalam penggunaan internet.

Berdasarkan data dan fenomena diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai “Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kecanduan Internet Pada Remaja di SMPN 3 2X11 Kayutanam.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat ditarik rumusan masalah yaitu : “ Apakah terdapat hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Kecanduan Internet Pada Remaja di SMPN 3 2X11 Kayutanam?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan kecanduan internet pada remaja.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya skor rata rata kecanduan internet pada remaja di SMPN 3 2 X11 Kayutanam Kabupaten Padang Pariaman.
- b. Diketuainya skor rata rata kecerdasan emosional pada remaja di SMPN 3 2 X11 Kayutanam Kabupaten Padang Pariaman.
- c. Diketuainya hubungan, kekuatan, dan arah hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecanduan internet pada remaja di SMPN 3 2 X11 Kayutanam Kabupaten Padang Pariaman.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan pembaca mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dan kecanduan internet pada usia remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi perkembangan Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan untuk dijadikan pedoman dalam pemberian asuhan keperawatan dan meningkatkan pengetahuan kesehatan melalui pendidikan kesehatan terkait meningkatkan maupun mengelola kecerdasan emosional dan nantinya akan menurunkan tingkat kecanduan internet.

b. Bagi dunia pendidikan dan tempat penelitian

Dapat menjadi masukan untuk lebih meningkatkan upaya peningkatan kecerdasan emosional agar tingkat kecanduan internet menurun.

c. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sarana untuk mengembangkan kemampuan sehingga dapat menerapkan ilmu yang diperoleh selama masa perkuliahan.

d. Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya dengan ruang lingkup yang sama ataupun dengan mengubah variabel dan tempat penelitian.

