

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan teknologi yang semakin pesat memudahkan hampir seluruh aspek kehidupan manusia. Internet sebagai salah satu produk perkembangan teknologi juga telah memudahkan kehidupan sehari-hari manusia. Peran internet sebagai penyedia layanan yang beragam membuat penggunaanya ada dari berbagai kalangan usia (Mihajlov & Vejmelka, 2017). Hakikatnya internet diciptakan untuk memudahkan serta meningkatkan kesejahteraan manusia dalam memenuhi kebutuhan akan informasi. Namun seiring dengan perkembangannya zaman, internet menjadi suatu hal yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan sehari-hari manusia, khususnya di kalangan remaja (Okfiyandi & Arisandy, 2022).

Pesatnya perkembangan internet saat ini juga didukung adanya perkembangan *smartphone* dan *computer tablet* berbasis *Android*, *Windows*, maupun *Apple*. Hampir semua orang dari berbagai kalangan menggunakan *smartphone*, karena *smartphone* dan *computer tablet* sangat mudah diperoleh dengan harga yang terjangkau, dan tentunya sebagian besar pengguna *smartphone* cenderung menggunakan jejaring sosial yang termuat di dalam internet (Salma, 2016). Internet menjadi semakin populer sejak diterbitkannya situs jejaringan sosial seperti *whatsapp*, *facebook*,

instagram, twitter, tiktok dan situs media sosial lainya (Abuk & Iswahydi, 2019). Kemajuan teknologi internet ini memiliki banyak manfaat bagi kalangan siswa remaja seperti memperluas wawasan dan ilmu pengetahuan, sebagai sarana komunikasi (Vitria, 2020), menyelesaikan tugas, mengisi waktu luang, bersosialisasi (Hidayat, 2020), media belajar, media hiburan (Rosiyanti & Muthmainnah, 2018), tempat mencari informasi yang bermanfaat, memperluas jaringan pertemanan, tempat berbagi foto, tempat promosi yang baik dan murah (Nurningtyas & Ayzira, 2021), tempat untuk mendapatkan informasi terkait kegiatan sosial disekolah (Abuk & Iswahydi, 2019).

Penggunaan internet yang berlebihan dipandang sebagai bentuk kecanduan teknologi yang menyentuh sejumlah besar tanggapan perilaku. Dilihat dari bentuk kecanduan, *internet addiction* adalah fenomena klinis yang relatif baru, karena pertumbuhannya yang cepat sehingga menjadi ancaman potensial bagi publik kesehatan (Mihajlov & Vejmelka, 2017). Di sisi lain, internet dapat berakibat buruk bagi penggunaanya seperti kecanduan jika tidak digunakan dengan bijak. Individu yang mengalami kecanduan internet pada umumnya tidak akan menyadari kalau dirinya kecanduan, sampai penggunaan berlebihan itu berdampak pada aspek kehidupan lainnya (Salma, 2016).

Data pengguna internet menurut *Internet World Stats 2022* diantaranya Amerika Utara menduduki angka tertinggi dengan pengguna sebanyak 93,4% dengan total populasi sebanyak 372 juta penduduk, lalu

diikuti oleh Eropa 89,2% dari total populasi sebanyak 837 juta penduduk, Amerika latin 80,5% dari total populasi sebanyak 664 juta penduduk. Untuk Asia yaitu sebanyak 67,0% dari total populasi sebanyak 4 milyar penduduk. Prevalensi kecanduan internet tertinggi adalah di Timur Tengah dengan 10,9%, dan terendah di Eropa Utara dan Barat dengan 2,6%. Selain itu, prevalensi kecanduan internet lebih tinggi untuk negara-negara dengan konsumsi waktu lalu lintas yang lebih besar, polusi, dan ketidakpuasan terhadap kehidupan secara umum (Cecilia dan Angel, 2014).

Pengguna internet di Indonesia pada tahun 2022 menurut hasil survey Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mencapai 210,03 juta pengguna dari 275 juta total penduduk Indonesia (77,02%) pada periode 2021-2022. Pengguna terbanyak terdapat di pulau Jawa dengan persentase 43,92% pengguna, lalu diikuti oleh Sumatera sebanyak 16,63% pengguna, Sulawesi sebanyak 5,53% pengguna, Kalimantan 4,88% pengguna, Nusa Tenggara 2,71% pengguna, Papua 1,38% pengguna, Bali 1,17% pengguna, dan 0,81% pengguna dari Maluku.

APJII menjelaskan bahwa mayoritas pengguna internet tertinggi di Indonesia adalah remaja usia 13-18 tahun dengan prevalensi sebanyak 99,16%. Artinya, remaja adalah kelompok usia terbanyak sebagai pengguna internet hingga saat ini. Survey Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Sumatera Barat 2022, penduduk Sumatera Barat yang berumur 5 tahun ke atas yang mengakses internet telah mencapai 63,13 persen. Jumlah pengakses internet di Kota Padang sebanyak 72,45% dari total

keseluruhan penduduk. Akses terbanyak internet yaitu pada media sosial seperti *Facebook*, *Whatsapp*, dan *Twitter* dengan persentase sebanyak 78,63%.

Remaja menurut *World Health Organization* (WHO) adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, yang ditandai dengan perubahan fisik, psikis dan emosi. Remaja sebagai salah satu tahapan proses perkembangan manusia juga terdampak dengan perkembangan teknologi yang semakin canggih.

Remaja memanfaatkan teknologi seperti internet untuk berbagai keperluan, salah satunya untuk berkomunikasi dengan mengakses media sosial. Usia remaja yang berada dalam tahap krisis identitas dimana ada rasa ingin tahu yang tinggi dan mudah terpengaruh, maka cenderung akan mudah mengalami kecanduan internet (Fujianda, 2021). Remaja cenderung belum mampu memilah apa yang tertera di internet dan tidak mempertimbangkan dampak positif maupun negatifnya. Remaja yang mengalami kecanduan internet akan sangat berpengaruh terhadap kemampuannya dalam berhubungan dengan orang lain, dan akan berdampak pada tugas perkembangan remaja yang tidak lagi sesuai (Qomariyah, 2013 dalam Ayu., Asmidir dan Ifdil, 2018).

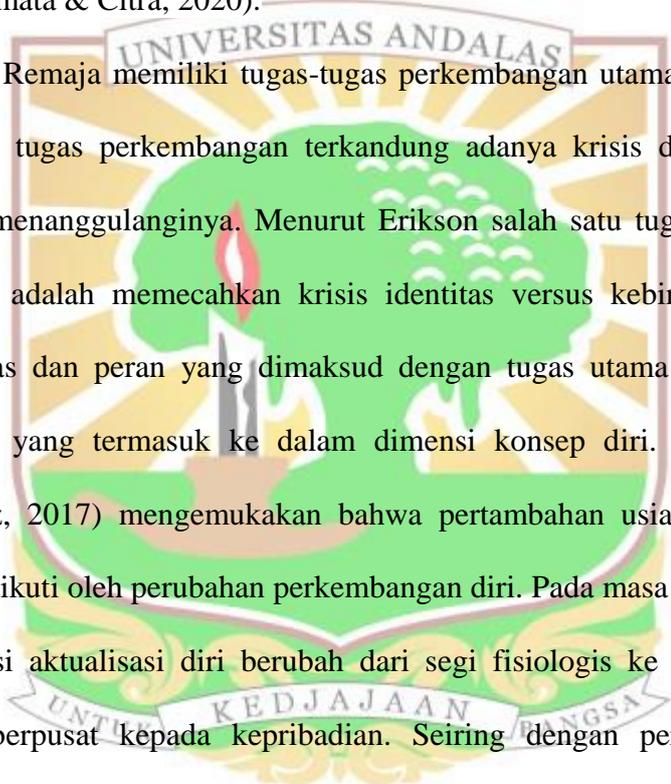
Menurut Young (1998) kecanduan internet merupakan ketidakmampuan mengontrol diri dan keasyikan berlebihan terhadap internet dan beberapa aplikasinya yang menyebabkan gangguan kehidupan pribadi, sosial dan profesional. Menurut Griffiths et al., (2016) kecanduan internet dianggap sebagai kecanduan teknologi dan merupakan bagian dari gangguan perilaku. Seseorang dikategorikan kecanduan internet jika memiliki karakteristik seperti penggunaan internet berlebihan yaitu melebihi 6 jam – 12 jam/ hari atau 40-80 jam/ minggu, sikap pengabaian terhadap kegiatan atau tugas yang menjadi tanggung jawabnya saat sedang online, kurangnya kontrol diri dan pengabaian kehidupan sosial.

Kecanduan internet dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal seperti lingkungan sosial, lingkungan keluarga dan budaya, dan faktor internal adalah yang berasal dari dalam diri sendiri dan berkontribusi dalam membentuk perilaku remaja seperti usia dan tahap siklus hidup, pekerjaan dan lingkungan ekonomi, gaya hidup, dan konsep diri. Kepribadian remaja yang selalu ingin terlihat lebih dari teman- temannya, biasanya cenderung akan mengikuti trend sesuai perkembangan teknologi (Kotler, dalam Wati & Sodik 2018). Banyak remaja yang menjadikan standar kelompok sebagai dasar dari konsep diri mereka untuk menggambarkan kepribadian ideal mereka. Gaya hidup remaja cenderung sering terpengaruh oleh lingkungan sehingga membentuk gaya hidup dan mempengaruhi konsep diri mereka.

Penggunaan internet yang berlebihan pada remaja ini dipandang sebagai bentuk kecanduan teknologi yang menyentuh sejumlah besar tanggapan perilaku remaja (Manurung, et al., 2022). Kecanduan internet tidak hanya terjadi di Indonesia tetapi di seluruh dunia. Berdasarkan survei meta analisis kecanduan internet tertinggi terjadi di Timur Tengah dengan (10,9%), kemudian Amerika Utara dengan (8,0%) dan Asia dengan (7,1%). Pada remaja Asia khususnya di China tingkat kecanduan internet yaitu 2,2- 9,6%, Jepang 3,1-6,2%, Filipina 4,9-21,1%, dan Hong Kong 3,0-16,4%. Di Indonesia sendiri penggunaan internet didominasi oleh remaja. Saputra (2016) menyebutkan di Indonesia kecanduan internet pada remaja sebesar 42,4% dan 84,7% menggunakan internet melalui smartphone (Rini & Huriah, 2018). Penelitian Utami dan Nurhayati (2019), dimana didapatkan bahwa remaja yang memiliki kecanduan terhadap internet (53%) menggunakan internet 6 jam/hari (Utami & Nurhayati, 2019). Sedangkan menurut DSM-V penggunaan internet berlebihan mencapai 30 jam/minggu atau 4 sampai 5 jam/hari (APA, 2013).

Dilihat dari perkembangan usia, remaja tingkat SMA merupakan remaja yang sedang berada di dalam krisis identitas, remaja cenderung mempunyai rasa keingin tahun yang tinggi (high curiosity) sehingga cenderung menjelajahi sesuatu dan selalu ingin mencoba hal-hal baru untuk memperoleh kesenangan pribadinya, salah satunya teknologi (Ali & Ansori, 2019). Oleh karena itu perkembangan internet yang cukup pesat disertai minat yang besar dapat memberikan hasil yang baik maupun buruk

pada remaja yang mengakses internet. Hal ini dikarenakan remaja lebih memilih menghabiskan waktunya untuk berselancar di dunia maya. Saat remaja mengalami kecanduan internet pada remaja maka akan timbul gejala diantaranya *salience*, *mood modification*, *tolerance*, *withdrawal*, *conflict* dan *relapse* dimana hal tersebut dapat berpengaruh terhadap intensitas dan kemampuan remaja dalam berinteraksi dengan sistem sosial (Simarmata & Citra, 2020).



Remaja memiliki tugas-tugas perkembangan utama, pada masing-masing tugas perkembangan terkandung adanya krisis di mana remaja harus menanggulangnya. Menurut Erikson salah satu tugas utama masa remaja adalah memecahkan krisis identitas versus kebingungan peran. Identitas dan peran yang dimaksud dengan tugas utama perkembangan remaja yang termasuk ke dalam dimensi konsep diri. Rogers (dalam Schultz, 2017) mengemukakan bahwa penambahan usia pada individu akan diikuti oleh perubahan perkembangan diri. Pada masa itu tekanan dan tendensi aktualisasi diri berubah dari segi fisiologis ke segi psikologis yang berpusat kepada kepribadian. Seiring dengan penambahan dan perkembangan psikologi pada remaja, maka kebutuhan aktualisasi diri menjadi salah satu faktor yang ingin dipenuhi oleh remaja. Keinginan dianggap sebagai sosok yang telah dewasa, berhasil dan sebagainya menjadi unsur yang ingin dikemukakan oleh remaja sebagai bentuk aktualisasi dirinya kepada khalayak.

Proses aktualisasi diri secara umum ditunjukkan oleh adanya perubahan-perubahan psikologis fungsi peran individu. Aktualisasi diri diarahkan kepada munculnya suatu sosok atau pribadi individu yang ideal. Peranan aktualisasi diri yang positif pada remaja memberikan dampak kepada peningkatan fungsi adaptif remaja terhadap fungsi-fungsi mereka dalam masyarakat baik secara individu maupun sosial. Berkebalikan dengan proses aktualisasi diri yang adaptif, proses aktualisasi diri dapat pula bersifat maladaptif, dimana dipengaruhi oleh faktor-faktor individu, keluarga, dan lingkungan (Papalia, 2009). Perkembangan aktualisasi pada remaja salah satunya ditunjukkan oleh adanya keinginan remaja untuk menunjukkan jati dirinya kepada orang lain, baik kepada teman sebaya, orang yang lebih tua maupun kepada masyarakat. Salah satu media yang bisa digunakan oleh remaja untuk menampakkan identitas dirinya adalah media sosial (internet) (Tang, 2011 dalam Yetti, 2015).

Hasil penelitian Salma (2016) tentang hubungan antara aktualisasi diri dengan kecanduan internet menyebutkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara aktualisasi diri dengan kecanduan internet pada mahasiswa (5,71%). Hal ini sejalan dengan penelitian Putri, Erlyani dan Mayangsari tentang hubungan antara aktualisasi diri dengan intensitas penggunaan media sosial path pada remaja di sekolah menengah atas negeri 2 Banjarbaru menyebutkan bahwa aktualisasi diri memiliki sumbangan hubungan terhadap intensitas penggunaan media sosial path sebesar 40,9 %.

Penelitian Fujianda (2020) menyebutkan bahwa remaja di SMAN 5 Padang yang mengalami kecanduan internet sebanyak 104 orang (53,6%). Begitu juga dengan penelitian Ayu, Asmidir dan Ifdil (2018) yang meneliti tentang tingkat kecanduan internet pada remaja awal di SMAN 7 Padang, didapatkan hasil tingkat kecanduan internet remaja awal berada pada kategori sedang (50%). Untuk gejala inti kecanduan internet pada remaja awal sebagian besar berada pada kategori tinggi dengan persentase 43%. Dan penelitian Ganda (2016) menyebutkan lebih dari separuh (55,7%) remaja di SMAN 9 Padang mengalami kecanduan smartpone.

Hasil penelitian Syaifullah dan Sudarmaji (2018) tentang Hubungan Aktualisasi Diri Terhadap Keaktifan Penggunaan Media Sosial Instagram pada Remaja Kota Surakarta menyebutkan bahwa aktualisasi diri pada remaja di Surakarta adalah tinggi (46,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian Novitasari (2014) yang menyebutkan bahwa motif seseorang menggunakan internet salah satunya adalah untuk mengaktualisasikan diri. Penelitian Mitri dan Muhiddinur (2022) menyebutkan bahwa remaja di Jorong Batu Ajung Bukittinggi memiliki tingkat aktualisasi diri yang sangat tinggi sebanyak 7 orang, kategori tinggi sebanyak 9 orang, dan sedang sebanyak 14 orang..

Pada penelitian Gunawan et al., (2021) menyatakan bahwa kecanduan internet dan gadget sangat sering ditemukan pada remaja 12-25 tahun dibandingkan kelompok usia lainnya, dimana tingkat kecanduan internet pada remaja didapatkan 73%, dan kecanduan gadget 75%.

Penelitian yang dilakukan oleh Anggraeni (2014) menyebutkan bahwa sekolah dengan siswa/i yang banyak berpengaruh pada tingginya daya konsumtif terhadap penggunaan internet disekolah. Berdasarkan data dari Dinas Pendidikan Sumatera Barat (2023), sekolah menengah atas negeri yang ada di Kota Padang berjumlah 17 sekolah. Menurut data Dinas Pendidikan Sumatera Barat SMA Negeri 1 Padang termasuk ke salah satu sekolah menengah atas dengan siswa/i terbanyak di Kota Padang tahun 2023 dengan jumlah siswa/i 1279 orang.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMA N 1 Padang pada bulan april 2023 melalui *google form* terhadap 10 orang siswa didapatkan hasil sebanyak 7 orang siswa menggunakan internet dengan durasi lebih dari 7 jam, 3 orang siswa menggunakan internet selama 5-6 jam. Rata-rata siswa mengakses internet untuk membuka media sosial, bermain game online dan mendownload berbagai situs. Dan 6 dari 10 siswa memiliki angka aktualisasi diri yang tinggi dengan mampu mengungkapkan pendapat, mampu menerima kelebihan dan kekurangan diri dan orang lain, dan memiliki tujuan yang jelas dalam hidup. Remaja mempunyai kecenderungan kecanduan internet yang dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari dikarenakan mereka menggunakan internet lebih dari 5 jam.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena diatas, peneliti melakukan penelitian tentang Hubungan Aktualisasi Diri dengan Kecanduan Internet pada Siswa SMA 1 Padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian melalui pertanyaan peneliti berikut ini “Apakah ada hubungan aktualisasi diri dengan kecanduan internet pada remaja di SMA N 1 Padang tahun 2023?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan aktualisasi diri dengan kecanduan internet pada remaja di SMA N 1 Padang tahun 2023

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik siswa/i SMA N 1 Padang.
- b. Mengetahui distribusi frekuensi kecanduan internet pada remaja di SMA Negeri 1 Padang pada tahun 2023.
- c. Mengetahui distribusi frekuensi Aktualisasi Diri remaja di SMA Negeri 1 Padang pada tahun 2023.
- d. Mengetahui hubungan aktualisasi diri dengan kecanduan internet pada remaja di SMA N 1 Padang tahun 2023

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi atau data bagi sekolah tentang masalah kecanduan internet dan aktualisasi diri pada remaja sehingga remaja dapat lebih bijak dalam menggunakan internet.

2. Bagi Institusi Keperawatan



Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi yang bermanfaat terkait hubungan aktualisasi diri dan kecanduan internet pada remaja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan data dasar dalam meneliti permasalahan yang sama.

