

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Tahapan perkembangan setiap manusia diawali dari masa kanak-kanak, masa remaja, dan masa dewasa. Proses menuju kedewasaan akan melewati tahap masa remaja. Masa remaja membuktikan dengan tegas sifat perubahan atau peralihan karena pada masa remaja belum memperoleh status dewasa tetapi juga sudah tidak lagi menyandang status anak. Apabila seorang remaja bertingkah laku layaknya seorang dewasa akan memberikan keuntungan bagi penentuan pola tingkah laku, nilai dan sifat yang paling cocok dengan dirinya. Salah satunya ialah kebijakan dalam menggunakan media sosial.

Media sosial adalah bahan digital dan interaktif yang menjadi perantara bagi pemberian informasi untuk menjalin hubungan antar individu menjadi lebih efektif dan efisien. Tidak dapat dipungkiri bahwa media sosial memberikan pengaruh positif maupun negatif pada semua kalangan masyarakat. Jika kita perhatikan pada saat ini telah banyak terjadi penyimpangan dalam lingkungan pendidikan, yaitu: penyalahgunaan media sosial dalam lingkungan sekolah yang menyebabkan motivasi dan prestasi belajar siswa menjadi menurun. Sehingga perlu dilakukan beberapa usaha untuk mengatasi permasalahan ini.

Menurut Sakinah (2020) pengertian media sosial ialah suatu wadah bagi individu yang mempunyai sifat narsis untuk mengunggahnya ke publik. Hal tersebut membuat individu semakin meningkatkan sifat narsistik, terutama individu yang sudah cenderung mempunyai kepribadian narsistik.

Pada saat ini, media sosial membawa pengaruh yang sangat besar dalam penggunaannya. Dalam menggunakan media sosial diperlukan jaringan internet untuk mendukung hal tersebut. Berdasarkan data dari Hootsuite tahun 2022 bahwa terdapat 191,4 juta pengguna media sosial di Indonesia. Dimana, terjadi peningkatan sebesar 20 juta pengguna dibandingkan tahun 2021. Aplikasi yang paling populer digunakan di Indonesia ialah aplikasi *Whatsapp* dengan presentasi sebesar 87,7%. Lalu, aplikasi *Instagram*, *Facebook* dan *Tik-Tok* berada pada urutan kedua sebagai aplikasi terpopuler di Indonesia dengan presentasi sebesar 86,6%. Diketahui bahwa pengguna aplikasi *Tik-Tok* sebanyak 92,07 juta pengguna aktif dengan presentase jumlah pengguna wanita sebesar 66,0% dan jumlah pengguna pria sebesar 34,0%. Maka dari itu, penggunaan aplikasi *Tik-Tok* pada wanita lebih tinggi daripada pengguna pria.

Sebagian besar pengguna media sosial terbanyak ialah kalangan remaja. Hampir setiap hari remaja mengakses media sosial baik aplikasi *Whatsapp*, *Instagram*, *Facebook*, *Tik-Tok* dan aplikasi lainnya. Masa remaja cenderung tidak mampu mengontrol dirinya dalam menggunakan media sosial. Hal ini disebabkan oleh ketidakmampuan remaja dalam mengenali identitas dirinya maupun lingkungannya. Tingkat kematangan diri yang rendah juga menjadi penyebab remaja tidak mampu mengendalikan dirinya dengan baik. Dapat diketahui bahwa usia remaja ialah usia yang masih mencari jati diri sebelum memasuki usia dewasa.

Tiap remaja yang memiliki akun media sosial tentu saja akan mengunggah beberapa kegiatan dan aktivitas dirinya ke publik baik berupa curhatan, kegiatan sehari-hari, foto, video dan lain sebagainya. Dimana, seluruh pengguna media

sosial mempunyai kebebasan dalam berkomentar dan mengemukakan pendapatnya tanpa rasa takut dan khawatir. Karena, setiap individu bisa menyembunyikan dirinya dari identitas asli agar tidak mudah untuk dikenali. Seorang remaja yang mampu menampilkan identitas dirinya kepada teman sebayanya cenderung menumbuhkan eksistensinya di media sosial.

Kalangan remaja semakin mudah untuk mengakses berbagai macam media sosial dan fitur-fitur yang terbaru. Salah satu fitur yang dapat digunakan oleh remaja adalah fitur *stories* dan filter untuk mempercantik tampilan foto maupun video. Adanya fitur-fitur tersebut akan memudahkan remaja dalam membagikan *stories*, video maupun foto mereka ke media sosial.

Dari uraian tersebut maka dapat kita pahami bahwa eksistensi remaja dalam menggunakan media sosial dapat berpotensi positif maupun negatif. Potensi positif dari adanya penggunaan media sosial ialah memungkinkan remaja untuk meningkatkan wawasan, melatih diri untuk berkomunikasi, serta memperoleh informasi dari berbagai pihak secara efektif dan efisien. Sedangkan potensi negatif dari penggunaan media sosial ialah remaja tidak mampu mengendalikan dirinya sehingga terjadinya penyimpangan dan penyalahgunaan media sosial.

Intensitas penggunaan media sosial mempunyai hubungan yang erat terhadap rasa peduli dan percaya diri pada remaja. Seorang remaja cenderung untuk mengambil gambar dan video untuk memperoleh perhatian dari orang lain. Tindakan tersebut menunjukkan perilaku remaja dengan kepribadian narsistik (Nur Asiah, 2018).

Narsistik ialah suatu perilaku individu yang memandang dirinya secara berlebihan terkait keunikan dan potensi mereka, dimana kepribadian narsistik

sangat sensitif terhadap kritik, saran, kegagalan, dan lainnya. Individu yang mengalami perasaan seperti ini menyadari bahwa dirinya penting, menarik aura positif, dan fantasi tentang keberhasilan yang tidak terbatas. Akan tetapi, karakteristik bagi harga diri individu tersebut sangat rapuh.

Salah satu faktor yang mempengaruhi narsistik pada remaja ialah kontrol diri yang rendah. Menurut Vazire & Founder (Harisson, 2010, h. 587) bahwa salah satu tugas perkembangan pada masa remaja ialah meningkatkan *self control* (kontrol diri). Pada kenyataannya, masih banyak remaja yang belum mampu meningkatkan kontrol diri sesuai dengan tugas perkembangannya. Menurut William Kay (dalam Yusuf, 2011, h. 69) bahwa terdapat 5 karakteristik dari narsistik, meliputi: (a) Memandang bahwa dirinya penting (arogansi), (b) Hanya berfokus pada keberhasilan, kecerdasan dan kecantikan diri, (c) Mempunyai sifat iri dengan keberhasilan orang lain, (d) Memanfaatkan peran orang lain, serta (e) Selalu ingin dipuji oleh orang lain.

Bersumber pada hasil observasi dan wawancara dengan guru di SMAN 1 ULUAN pada tanggal 15 februari 2020 bahwa tingkah laku narsistik pada peserta didik menunjukkan peningkatan. Dimana, tiap-tiap peserta didik diberikan izin untuk membawa *handphone* ke sekolah. Setiap peserta didik mempunyai akun media sosial yang diakses lebih dari 4 jam dalam sehari. Penggunaan media sosial yang dilakukan oleh peserta didik ialah mengunggah foto maupun video sebanyak 2 sampai 3 kali dalam sehari dengan memanfaatkan fitur yang terdapat di *Tik-Tok*. Dimana, peserta didik cenderung mengikuti *trend-trend* yang ada di media sosial *Tik-Tok*. Seluruh *trend* yang ada di aplikasi *Tik-Tok* belum tentu cocok untuk diperagakan oleh peserta didik. Kegiatan tersebut berdampak negatif bagi

kemauan belajar dan hasil belajar pada peserta didik. Hal tersebut disebabkan oleh adanya aplikasi *Tik-Tok* yang dianggap lebih menyenangkan dan menarik. Individu yang mempunyai kepribadian baik ialah individu yang mampu mengendalikan dirinya, mampu bertanggung jawab, memiliki kreativitas serta mampu menyaring informasi yang terdapat di media sosial. Kontrol diri pada remaja tercipta dari adanya rangkaian kematangan diri dalam melakukan berbagai kegiatan pembelajaran.

Dari fenomena di atas diketahui bahwa masalah narsistik peserta didik terhadap media sosial *Tik-Tok* ialah salah satu masalah yang memerlukan pencegahan dan penanganan dari guru bimbingan dan konseling (BK). Upaya yang diberikan dalam mengurangi narsistik pada remaja terhadap media sosial *Tik-Tok* ialah pemberian layanan konseling individual dengan teknik *self control* pada remaja.

Konseling Individual merupakan rangkaian bantuan yang diberikan oleh konselor kepada konseli secara tatap muka agar konseli mampu menangani masalah yang dihadapi, beradaptasi secara positif, mengembangkan kemampuan berkomunikasi, mengenali diri dan menerima dirinya demi mencapai tujuan secara realistis.

Adapun teknik yang digunakan dalam kegiatan konseling individual ialah teknik *self-control* (kontrol diri). Ghufron (2010, h. 21) mengemukakan pendapat bahwa '*self control*' adalah salah satu kemampuan individu untuk mengenali dan mengamati kondisi diri dan lingkungan. Selain itu, *self control* bertujuan untuk mengendalikan diri, mengembangkan kemampuan sosialisasi, mengendalikan tingkah

laku, kecenderungan menarik perhatian, mengubah tingkah laku sesuai keinginan orang lain, serta menyenangkan orang lain. Setiap remaja harus mempunyai kemampuan dalam mengendalikan diri. Kemampuan mengendalikan diri harus terus ditingkatkan dan dikembangkan dalam mengurangi perilaku narsistik.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lidyamega & Isrofins (2021) bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara individu yang mempunyai tingkat narsisme tinggi dan harga diri rendah dengan kegiatan secara online. Hasil penelitian tersebut diperkuat oleh penelitian Nur Asiah, dkk (2018) terkait narsisme bahwa remaja harus memperkuat *self control* dalam mengantisipasi beragam dampak negatif dan masalah dalam kehidupan sehari-hari. Keunikan penelitian ini terletak pada metode yang digunakan untuk menangani narsistik pada remaja yaitu teknik *self control* yang dikemukakan oleh Bellack & Hersen (dalam Prawitasari, 2011 281, h. 282). Teknik *self control* terbagi menjadi tiga tahap, yaitu: pemantauan diri, evaluasi diri dan pengukuhan diri.

Bersumber pada uraian di atas, maka peneliti merasa tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul **“Pengaruh Konseling Individual Teknik *Self Control* Terhadap Narsistik Siswa Pengguna Media Sosial *Tik-Tok* Siswa Kelas XI SMA N I ULUAN Tahun Ajaran 2023/2024”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Bersumber pada permasalahan yang dikemukakan di latar belakang sebelumnya, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Rendahnya *self-control* remaja pengguna media sosial *Tik-Tok*.

2. Terdapat beberapa peserta didik yang menghabiskan waktu dalam mengakses media sosial.
3. Terdapat beberapa peserta didik yang mempunyai sifat narsistik.
4. Beberapa peserta didik terlihat tidak peduli terhadap lingkungan sekitarnya karena lebih mementingkan interaksi dunia maya daripada dunia nyata.
5. Terdapat tekanan sosial berupa kritik dan tanggapan orang lain terhadap pengungkapan diri.

1.3 Batasan Masalah

Bersumber pada penjelasan diatas, agar penelitian ini tidak meluas perlu pembatasan masalah yang ditetapkan peneliti pada penelitian ini, yaitu: “Pengaruh Konseling Individual Teknik *Self Control* Terhadap Narsistik Siswa Pengguna Media Sosial *Tik-Tok* Siswa Kelas XI SMA N 1 ULUAN” T.A 2023/2024”.

1.4 Rumusan Masalah

Bersumber pada paparan sebelumnya, maka rumusan masalah pada penelitian ini ialah Apakah Ada Pengaruh Konseling Individual Teknik *Self Control* Terhadap Narsistik Siswa Pengguna Media Sosial *Tik-Tok* siswa kelas XI SMA N 1 ULUAN TA 2023-2024?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang hendak dicapai pada penelitian ini ialah Untuk Mengetahui Pengaruh Layanan Konseling Individual Teknik *Self Control* Terhadap Narsistik Siswa Pengguna Media Sosial *Tik-Tok* Siswa Kelas XI SMA N 1 ULUAN T.A 2023/2024.

1.6 Manfaat Penelitian

Selain tujuan yang hendak dicapai pada penelitian ini, terdapat juga manfaat penelitian yang diperoleh dalam penelitian ini baik secara teoritis dan secara praktis, yakni sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis pada penelitian ini ialah agar hasil dari penelitian ini bisa memberikan sumbangan pemikiran terkait artikel keilmuan, terkhusus mengenai pemberian layanan konseling individual dengan teknik *self-control* terhadap narsistik remaja pengguna media sosial *Tik-Tok*.

b. Manfaat Praktis

- a. Sekolah, sebagai masukan untuk melaksanakan rencana program konseling kelompok khususnya dengan berbagai pendekatan yang sesuai dalam proses layanan BK di sekolah.
- b. Guru BK, temuan ini diharapkan memberikan gambaran dan sebagai suatu solusi yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah serta mengentaskan permasalahan di sekolah khususnya masalah narsistik pengguna media sosial.
- c. Siswa, temuan ini diharapkan memberikan bimbingan dan arahan kepada siswa untuk tidak berperilaku narsistik secara berlebihan.
- d. Peneliti, sebagai tambahan wawasan atau pengetahuan serta bahan referensi dan masukan untuk penelitian berikutnya yang ingin melakukan penelitian serupa.
- e. Orang Tua, sebagai masukan atau saran bagi orang tua dalam mengurangi perilaku narsistik pada peserta didik.