

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Motivasi belajar adalah dorongan yang dimiliki oleh siswa agar dapat mencapai hasil belajar yang sesuai dengan yang diharapkan. Dimiyati dan Mudjiono (2009) menyebutkan bahwa motivasi belajar adalah kekuatan batin yang memulai proses belajar, atau dorongan batin yang mendorong dan membimbing tindakan manusia untuk belajar. Menurut Sadirman (2011), bagaimana baiknya siswa mengerjakan tugas yang diberikan tergantung pada seberapa tinggi semangat belajarnya. Siswa yang termotivasi akan melakukan kegiatan belajar dan mengerjakan tugas dengan semangat yang tinggi agar mendapatkan hasil yang baik dan sesuai harapan. Namun, di masa "kenormalan baru", proses belajar harus dilakukan dengan menggunakan metode online atau kombinasi antara online dan offline. Akibatnya, banyak siswa mulai menggunakan ponsel pintar sebagai alat belajar. Situasi ini membutuhkan penggunaan ponsel pintar secara terus-menerus untuk mengikuti informasi tentang sekolah, berkomunikasi dengan teman dan guru, serta membantu proses belajar. Meski begitu, penggunaan ponsel pintar bisa memengaruhi semangat belajar siswa positif juga negatif. Teknologi, seperti ponsel, dalam dunia pendidikan seharusnya digunakan untuk membantu proses belajar dan meningkatkan semangat belajar siswa, bukan malah membuatnya semakin sulit. Menurut Gagne dan Deci (2005), motivasi belajar yang tinggi muncul ketika siswa merasa bahwa aktivitas belajar itu bermakna, menantang, dan relevan dengan kehidupan mereka. Teknologi seharusnya menjadi alat bantu untuk mencapai tujuan tersebut, bukan menjadi

gangguan yang mengalihkan perhatian. Siswa semestinya dapat mengelola penggunaan teknologi secara bijak, dengan memahami kapan dan bagaimana ponsel digunakan dalam konteks belajar. Sekolah, guru, dan orang tua memiliki tanggung jawab untuk menanamkan literasi digital, kedisiplinan, dan pengendalian diri kepada siswa agar teknologi tidak mendominasi perilaku mereka secara negatif. Menurut Skinner dan Belmont (1993), motivasi belajar sangat dipengaruhi oleh faktor internal (seperti minat dan keinginan siswa) dan eksternal (seperti lingkungan belajar dan distraksi). *Nomophobia*, sebagai bentuk distraksi eksternal yang bersifat digital, jika tidak dikendalikan, akan menekan motivasi internal siswa, karena mereka akan merasa terdorong untuk selalu "terhubung", meskipun di tengah kegiatan belajar.

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi di masa kini telah menghasilkan banyak perubahan pada cara hidup manusia, termasuk dalam bidang pendidikan. Penggunaan smartphone bisa jadi masalah kalau digunakan terlalu banyak. Salah satu masalah yang bisa muncul adalah rasa takut kehilangan ponsel. *Nomophobia* atau takut tidak memiliki koneksi ponsel adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan perasaan takut seseorang ketika terpisah dari akses internet atau fungsi ponselnya (Bhattacharya et al, 2019). Fenomena ini tidak hanya menyerang orang dewasa, tetapi juga mulai terjadi pada remaja dan siswa sekolah menengah pertama. Menurut Yildirim dan Correia (2015), *Nomophobia* adalah bentuk ketergantungan psikologis terhadap keberadaan perangkat mobile, yang ditunjukkan dengan perasaan cemas, stres, atau tidak nyaman ketika tidak bisa menggunakan ponsel. Gejala ini semakin marak ditemukan di kalangan pelajar usia SMP yang notabene berada dalam fase

perkembangan emosional dan kognitif yang masih labil. Di satu sisi, teknologi memberikan akses terhadap informasi dan pembelajaran; namun di sisi lain, penggunaan yang tidak terkontrol justru dapat mengganggu fokus, konsentrasi, dan motivasi belajar siswa.

Kondisi faktual saat ini menunjukkan bahwa siswa SMPN 3 Medan semakin intens menggunakan ponsel dalam kehidupan sehari-hari, termasuk di luar jam belajar maupun di dalam kelas. Dari observasi awal dan wawancara informal dengan guru dan siswa, ditemukan bahwa banyak siswa yang merasa cemas atau gelisah jika tidak membawa atau tidak dapat menggunakan ponsel mereka saat jam pembelajaran mereka berlangsung. Bahkan dalam proses pembelajaran, terdapat kecenderungan siswa kurang fokus terhadap materi yang diajarkan oleh guru karena perhatian mereka teralihkan oleh notifikasi dari media sosial atau aplikasi hiburan lainnya. Hal ini mengindikasikan bahwa *Nomophobia* telah menjadi ancaman nyata terhadap proses pembelajaran, terutama dalam hal menurunnya motivasi belajar siswa. Motivasi belajar, menurut Sardiman (2011), adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar tersebut, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar dapat tercapai. Ketika siswa lebih terdorong untuk mengakses ponsel ketimbang memahami pelajaran, maka motivasi belajar akan tereduksi secara signifikan. Berdasarkan hasil survei internal di sekolah pada tahun ajaran 2025/2026, sebanyak 65% siswa mengaku malas belajar jika sedang memegang ponsel, dan 48% di antaranya menunjukkan perilaku *checking social media* secara terus-menerus selama proses pembelajaran. Data ini memperkuat

indikasi bahwa *Nomophobia* berpotensi besar memengaruhi motivasi belajar siswa.

Melihat besarnya pengaruh teknologi terhadap kehidupan pelajar, khususnya terkait dengan *Nomophobia* dan motivasi belajar, maka penting untuk dilakukan penelitian yang mendalam di lingkungan sekolah, termasuk di SMPN 3 Medan. Penelitian ini bertujuan untuk memahami sejauh mana tingkat *Nomophobia* memengaruhi motivasi belajar siswa, Dengan itu, Saya ingin melakukan penelitian ini yang berjudul **“Pengaruh *Nomophobia* Terhadap Rendahnya Motivasi Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 3 Medan”**.

1.2 Identifikasi Masalah

- a. Masih banyak siswa yang menunjukkan gejala *Nomophobia*, seperti selalu memeriksa ponsel, merasa cemas ketika jauh dari ponsel, atau sulit berkonsentrasi jika sedang bermain ponsel.
- b. Tingginya intensitas penggunaan ponsel di kalangan siswa SMP Negeri 3 Medan yang diduga mempengaruhi fokus dan perhatian terhadap kegiatan belajar.
- c. Penurunan motivasi belajar siswa, seperti kurangnya minat mengikuti pelajaran, malas mengerjakan tugas, dan rendahnya dorongan untuk mencapai prestasi akademik. Belum diketahui secara jelas seberapa besar pengaruh *Nomophobia* terhadap rendahnya motivasi belajar siswa di SMP Negeri 3 Medan.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas dan dengan keterbatasan penelitian dalam waktu, maka pembatasan masalah perlu dilakukan agar penelitian fokus dalam topik yang akan di kaji. Selanjutnya, penelitian dibatasi pada “Pengaruh *Nomophobia* Terhadap Rendahnya Motivasi Belajar Siswa Menengah Pertama di SMP Negeri 3 Medan”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat diperoleh pokok pembahasan dalam penelitian skripsi ini yaitu Apakah terdapat pengaruh *Nomophobia* dengan rendahnya motivasi belajar siswa menengah pertama di SMP Negeri 3 Medan?.

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh *Nomophobia* terhadap rendahnya motivasi belajar siswa menengah pertama di SMP Negeri 3 Medan.

1.6 Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin dicapai hasil penelitian ini memiliki manfaat baik secara teoritis maupun praktis, sebagai berikut :

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi penelitian ilmiah di perpustakaan FIP UNIMED khususnya dalam jurusan Bimbingan Konseling, serta sebagai bahan informasi yang bermanfaat dalam mengetahui pengaruh *Nomophobia* terhadap

rendahnya motivasi belajar siswa Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 3 Medan.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Siswa

Penelitian ini dapat memberikan petunjuk kepada siswa dari pengaruh *Nomophobia* terhadap motivasi belajar siswa agar siswa dapat mengetahui dampaknya serta mengetahui bahaya bagi perkembangan belajar siswa

2. Bagi Guru Bk

Dapat digunakan sebagai masukan atau referensi dalam membuat program BK di sekolah serta membantu dalam meminimalisir penggunaan *smartphone* bagi siswa

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat pada perkembangan ipengetahuan di berbagai kalangan dan dapat menjadi motivasi untuk menambah pengetahuan dan pengalaman dalam melaksanakan tugas keseharian menjadi guru BK untuk bekerja sungguh-sungguh sehingga mencapai hasil yang optimal.

4. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang baik kepada sekolah yang bersangkutan dalam rangka memperbaiki penyesuaian sosial siswa dan dapat dimanfaatkan sebagai sumbang pemikiran dan informasi yang dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk mengoptimalkan pengaruh *Nomophobia* terhadap motivasi belajar siswa sehingga dapat bermanfaat untuk semua pihak.