

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada era Globalisasi saat ini perubahan teknologi telah menempatkan komunikasi pada lini terdepan pada revolusi sosial. Kemajuan dalam bidang teknologi berlangsung amat pesat baik itu teknologi informasi maupun komunikasi, ditandai dengan kemajuan pada bidang tersebut, bangsa Indonesia merupakan bangsa yang ikut terlibat dalam kemajuan media informasi dan teknologi. Berbagai macam penemuan dengan tujuan mempermudah ruang gerak dan ruang lingkup manusia diciptakan satu-persatu setiap tahunnya. Ini membuktikan bahwa daya pikir masyarakat dan juga pola perilaku manusia semakin maju dan berkembang dengan pesat. Manusia telah dimanjakan oleh dunia digital, sehingga tanpa disadari sudah mempengaruhi setiap aspek kehidupan manusia. Seiring dengan perkembangan individu, media komunikasipun semakin berkembang (Fajrin 2015:3).

Pada saat ini media komunikasi telah mengalami perkembangan, salah satu media komunikasi yang mengalami perkembangan yang cukup pesat dan penggunaannya telah menyebar secara luas kesegnap lapisan masyarakat khususnya dikalangan siswa adalah *handphone* atau lebih sering dikenal dengan sebutan *gadget*. Dengan beragam aplikasi di dalam *gadget*, pengguna dimudahkan melakukan komunikasi melalui internet. Melalui beragam aktivitas dalam penggunaan *gadget* ini berdasarkan studi yang dilakukan oleh Bansal dan Mahjan menyebutkan tentang efek penggunaan *gadget* pada anak dan salah

satunya adalah masalah mental. Dengan mengandung banyak konten aplikasi berbasis internet, ketergantungan anak pada *gadget* adalah menjadi sebuah kecanduan yang memiliki kompleksitas tinggi. Menurut penelitian dari *Duke University, North Carolina*, Amerika Serikat, para remaja yang menghabiskan waktu lebih banyak untuk bersentuhan dengan teknologi atau *smartphone* akan mengalami masalah perilaku. Penelitian yang melibatkan 151 remaja ini meneliti kaitan antara kesehatan mental dengan berapa banyaknya waktu yang dihabiskan para remaja untuk bersosial media dan melakukan obrolan dalam sehari. Hasilnya mereka yang menghabiskan banyak waktu dengan *gadget* yang dimiliki cenderung mudah berbohong, berkelahi dan perilaku buruk lainnya. Tanpa disadari terlalu sering memegang *smartphone* akan membuat masing-masing individu kehilangan kontrol diri dengan baik. Mereka jadi kesulitan untuk mengendalikan perilaku dan emosi yang kemudian memberikan efek buruk pada kesehatan mental.

Indonesia sendiri termasuk dalam peringkat lima besar negara pengguna *gadget*, khususnya *smartphone*. Data yang diambil tahun 2014 itu menunjukkan bahwa pengguna aktif *smartphone* adalah sekitar 47 juta, atau sekitar 14 persen dari seluruh pengguna *handphone* (Wulandari, 2016:332).

Kadir & Terra (2005:2) mengatakan bahwa “Kecanggihan teknologi telah membuat segalanya menjadi mudah, kesempatan untuk maju dan berkembang pun menjadi lebih besar karena dengan mudah kita dapat memperoleh bahkan mendapatkan ilmu pengetahuan secara informasi yang dibutuhkan tanpa harus menempuh jalur-jalur birokrasi. Terkhususnya lagi dalam teknologi informasi.

Menurut Williams dan Sawyer, teknologi informasi adalah teknologi yang menggabungkan komputasi (computer) dengan jalur komunikasi berkecepatan tinggi yang membawa data, suara dan video”.

Menurut Jati (dalam Fajrin, 2015:3)

Trend *gadget* tersebut berkembang di Indonesia, kecanggihan teknologi *gadget* seperti smartphone, tablet, e-reader, dan laptop semakin berkembang seiring dengan meningkatnya kebutuhan manusia akan media yang modern dan praktis. Misalnya *gadget* dalam bentuk handphone saat ini memiliki berbagai variasi OS (Operating System), seperti android windows phone dan Blackberry.

Menurut Widiawati & Sugiman, (dalam Manumpil, 2015 :2)

Gadget merupakan barang canggih yang diciptakan dengan berbagai aplikasi yang dapat menyajikan berbagai media berita, jejaring sosial, hobi, bahkan hiburan. Barang canggih ini yang dilihat dari segi harga yang tidak bisa dibilang murah tidak hanya sekedar dijadikan media hiburan semata tapi dengan aplikasi yang terus diperbaharui *gadget* wajib digunakan oleh orang-orang yang memiliki kepentingan bisnis, atau pengerjaan tugas kuliah dan kantor, akan tetapi pada faktanya *gadget* tak hanya digunakan oleh orang dewasa atau lanjut usia (22 tahun keatas), remaja (12-21 tahun), tapi pada anak-anak (7-11 tahun), dan lebih ironisnya lagi *gadget* digunakan untuk anak usia (3-6 tahun), yang seharusnya belum layak untuk menggunakan *gadget*.

Gadget kini sudah menjadi kebutuhan sehari-hari masyarakat modern terkhususnya remaja mulai dari laptop, tablet, ponsel atau ponsel pintar. Semua perangkat teknologi canggih tersebut tak sekedar menjadi alat komunikasi dan hiburan, tetapi juga untuk mengetahui berbagai informasi dan pengetahuan. Karenanya tak mengherankan bila banyak orang asyik menggunakan *gadget* hingga lupa waktu. Dengan berbagai hal positif, seperti mencari tugas, berkomunikasi dan mencari informasi dari penggunaan *gadget* ini, tetapi banyak juga kalangan remaja yang menyalahgunakan *gadget*, terkadang mereka justru lalai mengerjakan tugas sekolah karena asyik bermain *gadget*. Semakin sering seseorang menggunakan *gadget* secara terus menerus maka semakin adanya

kecanduan dalam bermain gadget dalam aktifitas apapun, dan hal ini mengarah kepada hal yang bersifat ketergantungan.

Menurut Elia Herman (dalam Mauludi, 2016:6) ketergantungan didefinisikan sebagai suatu keinginan yang intens dan berlebihan akan sesuatu atau perilaku tertentu disertai dengan ketidakmampuan untuk mengontrol diri dari situasi yang tidak menyenangkan. Kemudian Elia herman juga mengatakan akibat yang ditimbulkan apabila seseorang mengalami ketergantungan pada suatu aktivitas yaitu : (a) malas, malas melakukan pekerjaan atau aktivitas lain selain aktivitas yang dianggapnya menyenangkan dan memuaskan apabila sudah mengalami kecanduan yang dilakukan secara terus menerus menimbulkan sifat ketergantungan, serta malas mengembangkan imajinasinya, individu akan membuat segala sesuatunya menjadi instan, (b) lupa waktu, hal ini seseorang merasa dirinya terkadang tidak ingin diganggu apabila melakukan suatu aktivitas sehingga lupa terhadap waktu, dan (c) Kurangnya kepedulian terhadap lingkungan, apabila seseorang ketergantungan terhadap suatu aktifitas maupun objek, bisa saja kurang interaksi sosial secara langsung dan kurangnya perhatian dan sulit berkonsentrasi.

Menurut Young (dalam Syahrani, 2015:88) ketergantungan *gadget* sebagai gangguan psikis yang sering diakui keberadaannya yang mempengaruhi kemampuan penggunaannya yang dapat menyebabkan masalah rasional atau masalah yang tidak dapat diterima oleh akal, pekerjaan dan membuat seseorang mulai kehilangan batas waktu penting dalam kehidupannya, menghabiskan lebih sedikit waktu dengan keluarga, dan perlahan-lahan menarik diri dan rutinitas

kehidupan normalnya. Seseorang mengabaikan hubungan sosial dengan teman- temannya, dan akhirnya kehidupan jadi tidak terkendali karena *gadget*.

Ketergantungan *gadget* ini bisa mengarah kepada ketergantungan yang dinamakan *Nomophobia (no mobile phobia)*. Menurut Zigmunt (dalam Pradana, dkk 2016 : 39-40)

Nomophobia merupakan perasaan ketakutan yang berlebihan saat kehilangan telepon genggamnya. Ketergantungan ini mengalami gejala seperti khawatir apabila tidak membawa gadget tau telepon genggam, hal ini menuguhkan aneka resiko salah satunya alienasi manusia pada dirinya sendiri sehingga orang menjadi terasing dengan dirinya sendiri. Ketergantungan ini mengalami gejala seperti hawatir apabila tidak membawa *gadget* dan telepon genggam, merasa cemas dan gugup ketika telepon genggam tidak tersedia dekat atau tidak pada tempatnya.

Survei asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2012 mencatat, pengguna *gadget* di Indonesia pada tahun 2009 sebanyak 30 juta pengguna, ahun 2010 sebanyak 63 juta pengguna atau sekitar 24, 23% dari jumlah penduduk Indonesia.

Remaja pada zaman modern tentunya tidak ingin disebut sebagai seseorang yang gagap akan teknologi . Dengan semakin majunya teknologi, kini kemunculan *gadget* semakin marak, khususnya dikalangan pelajar. Maraknya *gadget* ini menyebabkan pengguna *gadget* menjadi ketergantungan terhadap benda tersebut terutama pada siswa SMP. Masa usia sekolah menengah pertama bertepatan dengan usia remaja yang mana merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa awal. Pada masa ini banyak menarik perhatian, karena sifat khas dan peranannya yang menentukan dalam kehidupan individu dalam masyarakat orang dewasa. Pada masa ini merupakan masa proses pencarian jati diri dan mendapatkan pengakuan dari orang lain, sehingga mereka berbuat sesuai dengan keinginannya mencontoh apapun yang dipandang sebagai sebuah proses

agar tidak disebut sebagai orang yang tidak mengikuti perkembangan zaman tanpa berfikir benar atau salah dan dapat menimbulkan kerugian pada dirinya atau orang lain yang jelas selama mereka merasa bahwa itu bisa mewakili dirinya, maka mereka menganggap sah (Ahmad Fauzi, 2008:89).

Pengaruh *gadget* yang begitu besar ini pula yang menjadikan remaja kecanduan pada *gadget*, remaja tidak bisa terpisah dengan benda ini bahkan untuk lima menit pun. Tanpa adanya *gadget* mereka seperti mengalami kekosongan, mereka tidak fokus melakukan kegiatan sehingga banyak pekerjaan yang tidak tertuntaskan. Remaja yang seharusnya aktif menjadi lebih pasif dengan kehadirannya *gadget*. Mereka lebih banyak duduk berlama-lama dengan terus memainkan *gadget*. Bukan untuk mengerjakan tugas-tugas sekolah dan yang berkaitan kebanyakan waktu yang digunakan oleh remaja sendirian adalah sekedar untuk melihat media sosial yang mereka miliki, melakukan komunikasi dengan teman, atau bahkan salah satu dari kekurangan *gadget* yang sarat dengan teknologi canggih ini adalah terdapatnya konten pornografi yang dapat diunggah dan dilihat oleh remaja.

Berdasarkan hasil wawancara kepada guru BK selama praktek lapangan di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, lebih dari 50 % dari jumlah siswa jarang meninggalkan *gadget* dalam keseharian mereka. Siswa mengakui sulit menjalankan aktifitas tanpa *gadget* karena *gadget* memiliki aplikasi yang beragam, yang menjadikan *gadget* sebagai hal yang disukai. Hampir 50% siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan membawa *gadget* kesekolah. Padahal sudah ada peraturan yang menyatakan bahwa siswa tidak boleh membawa *gadget* kesekolah kecuali mendapat rekomendasi dari guru. Siswa menggunakan *gadget* 3-4 jam

perhari selama di sekolah dan paling banyak *gadget* tersebut digunakan untuk bermain *game online* dan untuk mengakses berbagai media sosial yang ada seperti *instagram, facebook, twitter, dll.* Bahkan banyak siswa sering menggunakan *gadget* secara diam-diam pada saat jam pelajaran berlangsung.

Dampak yang begitu terasa dari keseluruhan perangkat ini adalah dapat pula menjadi berbahaya untuk remaja. Ketika ‘kecanduan’ sudah masuk kedalam tahap yang tidak lazim, penggunaan *gadget* yang berlebihan didalam beberapa kasus bahkan menyebabkan ketergantungan . Seperti yang telah disampaikan, karena asyiknya remaja bermain dengan *gadgetnya*, mereka seperti kehilangan dunianya. Sejauh ini keberadaan *gadget* yang awalnya di tujukan untuk mempermudah manusia untuk melakukan tugas sehari-harinya malah berbalik keadaan dimana *gadget* malah menjadi media buruk bagi tumbuh kembang dari remaja. Walaupun sudah diberlakukannya peraturan di sekolah yang melarang siswanya untuk membawa *handphone* canggih ke sekolah tetap saja beberapa siswa dengan sembunyi-sembunyi membawa *gadget* mereka ke dalam lingkungan sekolah, bahkan tidak jarang mereka menggunakannya saat jam belajar berlangsung.

Berdasarkan fenomena tersebut perlu adanya usaha untuk mengatasi masalah tersebut. Apabila masalah ini tidak cepat ditangani maka dikhawatirkan banyak dampak negatif yang muncul dari masalah ini. Salah satu upaya yang diharapkan dapat dilakukan untuk mengatasi dan mengentaskan masalah ketergantungan *gadget* siswa ini yaitu dengan pemberian layanan konseling kelompok pendekatan *behavioral* teknik kontrak perilaku .

Alasan peneliti menggunakan pendekatan *behavioral* karena pendekatan ini mempunyai asumsi bahwa semua tingkah laku baik itu *adaptif* maupun *maladaptif* dapat dipelajari. Belajar merupakan cara efektif untuk mengubah tingkah laku *maladaptif*.

Konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang terdiri dari konselor dan klien (anggota kelompok) yang bersifat pencegahan, penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya dengan suasana yang hangat, terbuka dan penuh keakraban. Dimana juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pencegahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut dengan memanfaatkan dinamika kelompok. (Nurihsan, 2012:21)

Kemudian dengan layanan konseling kelompok teknik yang digunakan adalah teknik kontrak perilaku. Landasan dari penggunaan teknik ini karena tingkah laku dapat dipelajari dan dapat diubah dengan memberikan penguatan segera setelah tingkah laku yang diharapkan muncul. Teknik kontrak perilaku didasarkan atas pandangan bahwa membantu konseli untuk membentuk perilaku tertentu yang diinginkan dan memperoleh ganjaran tertentu sesuai dengan kontrak perilaku yang disepakati atau komitmen diri.

Konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku ini dipilih karena teknik ini lebih menekankan pada pemberian *reward*, *punishment* dan *reinforcement*. Konseli diberikan hukuman tentang kesalahannya, diberitahu tentang apa yang dialai konseli itu salah, selanjutnya konseli diberi penguatan untuk bisa menyelesaikan permasalahannya.

Dalam pelaksanaannya konseli diajak untuk membuat komitmen untuk dapat berperilaku yang sesuai (*adaptif*), konseli diberikan hukuman apabila konseli tidak bisa menjalankan komitmen untuk berperilaku yang baik (*adaptif*). *Reward* diberikan apabila konseli dapat menjalankan komitmen dengan baik, setelah itu konseli diberikan penguatan untuk bisa selalu menjalankan komitmen yang telah dibuat konseli untuk bisa berperilaku yang sesuai (*adaptif*)

Berdasarkan keseluruhan uraian di atas maka penulis merasa penting untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan *Behavioral* Teknik Kontrak Perilaku Terhadap Ketergantungan Gadget Siswa Kelas VIII-5 SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2019/2020 .”**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Kurangnya kesadaran siswa terhadap penggunaan *gadget* di luar dari kegunaan yang seharusnya (seperti belajar, mencari informasi, mengirim pesan).
2. Menurunnya prestasi belajar siswa yang diakibatkan oleh tingginya intensitas penggunaan *gadget* dibandingkan dengan kegiatan belajar.
3. Menurunnya hubungan sosial remaja yang kecanduan *gadget* baik dengan keluarga, teman, guru dan lingkungan masyarakat.
4. Remaja menjadi malas dalam beraktifitas seperti membantu orang tua, mengerjakan pekerjaan rumah, dan mengikuti pelajaran tambahan.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti membatasi masalah pada : “Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan *Behavioral* Teknik Kontrak Perilaku Terhadap Ketergantungan *Gadget* Siswa Kelas VIII-5 SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan tahun ajaran 2019/2020 .”

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah yang telah diuraikan di atas maka dapat dikemukakan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Ada Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan *Behavioral* Teknik Kontrak Perilaku Terhadap Ketergantungan *Gadget* Siswa Kelas VIII-5 SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan tahun ajaran 2019/2020”.

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis Pengaruh konseling kelompok pendekatan *behavioral* teknik kontrak perilaku terhadap ketergantungan *gadget* siswa kelas VIII-5 SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan tahun ajaran 2019/2020.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

1. Diharapkan penelitian ini dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dibidang pendidikan khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling

yang berkaitan dengan konseling kelompok pendekatan *behavioral* teknik kontrak perilaku.

2. Diharapkan penelitian ini dapat menambah referensi dalam khasanah keilmuan dibidang bimbingan konseling khususnya dalam bidang konseling kelompok pendekatan *behavioral* teknik kontrak perilaku dalam menangani ketergantungan *gadget* siswa di sekolah.

1.6.2 Manfaat Konseptual

1. Bagi Sekolah

Dapat dijadikan sumber dalam penanganan siswa yang memiliki ketergantungan terhadap *gadget*.

2. Bagi Guru BK

Dapat dijadikan landasan untuk memberikan layanan konseling kelompok pendekatan *behavioral* teknik kontrak perilaku terhadap penggunaan *gadget* yang berlebihan pada siswa.

3. Bagi Siswa

Bagi siswa terutama subyek penelitian diharapkan dapat mengurangi ketergantungannya terhadap *gadget* serta dapat mengetahui dampak buruk bagi siswa terhadap penggunaan *gadget* yang berlebihan.

4. Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dan pengalaman terutama pada bidang yang dikaji.