

BAB I

Latar Belakang Masalah

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk individu sekaligus makhluk sosial. Sebagai makhluk individu, manusia memiliki karakter yang unik dikarenakan berbeda satu dengan yang lain. Sebagai makhluk sosial, manusia membutuhkan manusia lain, membutuhkan sebuah bentuknya yang minimal mengakui keberadaannya, dan dalam bentuk yang maksimal yaitu adanya kelompok dimana individu dapat bergantung kepadanya (Otoman, 2018). Interaksi sosial adalah hubungan sosial yang dinamis yang menyangkut hubungan antar orang perorangan, antar kelompok-kelompok manusia, dan antar individu dengan kelompok masyarakat. Interaksi terjadi apabila dua individu atau kelompok saling bertemu dan pertemuan antara individu dengan kelompok dimana komunikasi terjadi diantara kedua belah pihak (Yulianti 2003).

Keterampilan sosial dianggap sebagai salah satu faktor penting dalam keberhasilan atau kegagalan setiap individu dalam suatu masyarakat. Keterampilan sosial berakar pada dasar budaya dan sosial yang mencakup perilaku seperti perintis dalam pembentukan komunikasi baru, meminta bantuan, dan membuat saran untuk membantu orang lain. (Morgan, Hsiao, Dobbins, Brown., & Lyons, 2015; Rawles, 2016). Banyak individu terutama siswa yang belum memiliki keterampilan sosial, seperti gagal melakukan komunikasi dengan teman sebaya, kinerja pendidikan yang tidak sesuai, tidak berpartisipasi dalam

aktivitas sehingga terisolasi, penolakan oleh teman sebaya, kecemasan, depresi, dan kemarahan di masa kecil dan sepanjang hidup sehingga disebut sebagai masalah psikologis (Anastasi, 1990).

Menurut Welsh & Bierman (2000) bahwa *social skills* merupakan kunci bagi individu untuk meraih keberhasilan dalam beradaptasi karena mencakup emosional, kognitif, dan juga perilaku seseorang. *Social skills* ini secara normal berkembang selama masa siswa dan memungkinkan siswa untuk membangun hubungan yang berhasil dengan orang lain. Mize, Gregory, dan Brown (1995) menyatakan bahwa siswa yang memiliki *social skills* yang tinggi cenderung menunjukkan karakteristik-karakteristik yang positif dalam interaksi dengan teman sebayanya. Hal ini mencakup, sikap berkompromi dan fleksibel sehingga mudah disukai oleh teman sebayanya.

Siswa perlu bersosialisasi karena dipersiapkan untuk menjalin interaksi dengan orang lain. Akan tetapi, bersosialisasi dengan orang lain tidak datang secara alami sehingga siswa perlu berlatih pada pengembangan keterampilan ini yaitu keterampilan sosial (*social skills*) yang akan membuatnya menjadi orang dewasa yang kompeten secara sosial. *Social skills* melibatkan kumpulan teknik komunikasi verbal dan tindakan atau aktivitas non-verbal seperti mendengarkan, menyapa orang lain, bercakap-cakap yang digunakan untuk berinteraksi dan terhubung dengan orang lain (Dereli, 2009; Samanci, 2010). Kurangnya *social skills* yang baik dapat membuat individu hidup sendiri, menyebabkan kecemasan, dan depresi (Sampathirao, 2016).

Siswa yang berusia 13 sampai 15 tahun termasuk siswa generasi Z. Menurut Kupperschmidt (2000) (dalam Putra, 2016) berpendapat bahwa generasi Z biasa disebut dengan generasi internet atau *Igeneration*. Generasi Z lebih banyak berhubungan sosial lewat dunia maya. Sejak kecil, generasi ini sudah banyak dikenalkan oleh teknologi dan sangat akrab dengan *smartphone* dan dikategorikan sebagai generasi yang aktif. Adapun karakteristik generasi Z lebih menyukai kegiatan sosial dibandingkan generasi sebelumnya, *multi-tasking*, sangat menyukai teknologi dan ahli dalam mengoperasikan teknologi tersebut, peduli terhadap lingkungan, mudah terpengaruh terhadap lingkungan mengenai produk ataupun merek-merek, pintar dan mudah untuk menangkap informasi secara cepat.

Siswa usia 13 sampai 15 tahun di SMP “X” Cikarang memiliki fenomena yang sama. SMP “X” Cikarang merupakan salah satu sekolah menengah pertama dari 34 sekolah swasta yang tersebar di seluruh Indonesia yang bernaung di bawah pengawasan yayasan pusat di Jakarta. Adapun visi SMP “X” Cikarang yaitu mewujudkan cendekiawan muslim yang bertaqwa dan berakhlak mulia, sehat jasmani dan rohani, cerdas, cakap dan terampil, percaya pada diri sendiri. Kedua, memiliki kepribadian yang kuat, berwatak pejuang dan memiliki pula kemampuan untuk mengembangkan diri dan keluarganya serta bertanggungjawab atas pembangunan umat dan bangsa. Sedangkan misi SMP “X” Cikarang ialah mewujudkan sistem pendidikan yang bertumpu kepada imtaq dan iptek, menjadi sumber lulusan berkualitas tinggi yang menguasai ilmu agama maupun ilmu umum. Kedua, menjadi sumber sekolah

unggulan yang menjadi rujukan dari sekolah-sekolah lain, dalam kualitas lulusan, kualitas metodologi dan kualitas gurunya. Ketiga, menjadi penyebarluasan pendidikan berkualitas yang dijiwai Islam melalui penyebaran teknologi pendidikan serta guru yang berkualitas. Keempat, membantu pendidikan anak di luar “jam sekolah tradisional” dengan melaksanakan pendidikan dari pagi sampai sore (Sobirin, 1952).

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK dan salah satu guru kelas di SMP “X” Cikarang, bahwa siswa/i di SMP “X” Cikarang seringkali interaksi secara tatap muka jarang terjadi meskipun berada dalam lingkungan sekolah. Siswa lebih sering mengakses media sosial berada di lingkungan sekolah. Siswa mengakses media sosial di *handphone* masing-masing dalam waktu yang lama. Guru menjelaskan, bahwa beberapa tahun terakhir terjadi perubahan dan kebiasaan siswa di SMP “X” Cikarang. Jika dulu siswa seringkali bermain dan berkumpul membicarakan banyak hal dengan teman, dan guru di lingkungan sekolah, namun saat ini siswa tampak lebih sering menggunakan media sosial dalam waktu yang lama sehingga mereka kurang berinteraksi dengan sesama. Bahkan siswa saat ini memiliki grup kelas yang di dalamnya terdapat akun wali kelasnya juga, di satu sisi hal tersebut menjadi alternatif interaksi antara siswa dan wali kelas, namun hal tersebut membuat siswa/i menjadi lebih sering menggunakan media sosial dalam kurun waktu yang lama dan tidak berinteraksi nyata secara tatap muka dengan orang lain.

Dewasa ini teknologi turut berperan dalam mengubah struktur sosial pada manusia modern. Jika dulu individu hanya dapat membangun interaksi sosial

dengan orang-orang di sekitarnya, sekarang individu bahkan bisa berinteraksi dengan orang lain tanpa terbatas dengan jaraknya. Melalui media, individu akan mudah mengetahui informasi mengenai individu yang dikenal atau bahkan tidak dikenal sebelumnya sehingga adanya media ini maka, interaksi sosial manusia menjadi suatu hal yang tidak terbatas lagi.

Media sosial adalah suatu media untuk bersosialisasi satu sama lain dan dilakukan secara *online* yang memungkinkan manusia untuk saling berinteraksi tanpa dibatasi ruang dan waktu. Media sosial menghapus batasan-batasan manusia untuk bersosialisasi, batasan ruang maupun waktu. Dengan media sosial ini manusia dimungkinkan untuk berkomunikasi satu sama lain dimanapun berada dan kapanpun, tidak peduli seberapa jauh jaraknya, dan bahkan saat siang atau pun malam. Individu dapat memanfaatkan media sosial ini untuk mempermudah hidupnya, memudahkan individu belajar, mencari kerja, mengirim tugas, mencari informasi, berbelanja, dan lain-lain (Rustian, 2011).

Ilmu pengetahuan dan teknologi penggunaan internet terus berkembang demikian pula yang terjadi di Indonesia. Berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pengguna internet di Indonesia telah mencapai 143,26 juta orang pada akhir tahun 2017 dan 87,13% dari pengguna internet tersebut menggunakan internet untuk mengakses media sosial. Hasil survei tersebut juga menemukan bahwa mayoritas pengguna internet di Indonesia adalah individu yang berada di pulau Jawa (58,08%). Selain itu, ditemukan juga bahwa mayoritas pengguna internet di Indonesia berusia 13-18 tahun sebesar 75,50% (Kasyfi, 2018).

Penelitian yang dilakukan lembaga PBB, UNICEF, Kementerian Komunikasi dan Informatika, dan Universitas Harvard yang melakukan survei nasional mengenai penggunaan internet para siswa, menunjukkan bahwa setidaknya ada 98% dari anak dan siswa mengetahui tentang internet dan 79,5% di antaranya adalah pengguna internet. Selain itu, terdapat sekitar 20% siswa yang tidak menggunakan internet dengan alasan mereka tidak memiliki perangkat atau infrastruktur untuk mengakses internet atau mereka dilarang oleh orang tua untuk mengakses internet (Panji, 2014)

Media sosial sebagai alat komunikasi siswa dengan menggunakan beberapa nama yang khas seperti *wall posts*, *status updates*, *activity feeds*, *thumbs ups*, dan *profiles* (Ahn, 2011). Selain sebagai alat komunikasi pada siswa, media sosial juga menyediakan fasilitas lainnya yang dapat dimanfaatkan untuk keperluan seperti *gaming*, *downloading music*, *e-mailing*, *chatting*, *instant messaging*, *seeking information*. Berbagai fasilitas yang disediakan media sosial mempengaruhi jumlah peminat untuk ikut merasakan manfaat dari menggunakan media sosial (Van den Eijnden, et, al, 2008).

Berdasarkan hasil riset *We Are Social Hootsuite* pada tahun 2019 pengguna media sosial di Indonesia mencapai 150 juta atau sebesar 56% dari total populasi. Hasil riset yang diterbitkan pada 31 januari 2019 terjadi peningkatan 20 juta pengguna media sosial di Indonesia dibanding tahun 2018. Durasi yang digunakan pengguna media sosial di Indonesia rata-rata selama 3 jam 26 menit per hari. Hasil penelitian yang dilakukan UNICEF, Kementerian Komunikasi dan Informatika didapatkan tiga motivasi bagi siswa untuk mengakses internet, yaitu

untuk mencari informasi, untuk terhubung dengan teman (lama dan baru), dan untuk hiburan. Pencarian informasi yang dilakukan sering didorong oleh tugas-tugas sekolah, sedangkan penggunaan media sosial dan konten hiburan didorong oleh kebutuhan pribadi (Panji, 2018). Media sosial biasanya mencakup *social skills* seperti konektivitas interpersonal, interaksi sosial, dan berbagai jenis kegiatan berbagi informasi (Boyd & Ellison, 2007; Brown, 2006; Turkle, 2011).

Fenomena di atas diperkuat oleh peneliti dengan hasil survei yang dilakukan peneliti kepada siswa usia 13 sampai 15 tahun di Cikarang. Dari 36 responden terdapat 11,1% (4 responden) mengaku menggunakan media sosial selama kurang dari 10 jam per bulan, kemudian 25% (9 responden) mengaku menggunakan media sosial selama 10-40 jam per bulan, sebesar 36,1% (13 responden) mengaku menggunakan media sosial selama lebih dari 40 jam per bulan. Kemudian pada media sosial seperti *facebook*, *instagram*, *line* terdapat *friends* dan *followers* yang dimiliki responden. Sebesar 100% (36 responden) memiliki *friends* lebih dari 100 orang. Dari keseluruhan 36 responden (100%), terdapat 88,8% (32 responden) merasa kehilangan waktu untuk interaksi tatap muka dengan orang lain, dan sisanya 11,1% (4 responden) tidak merasa kehilangan waktu untuk interaksi tatap muka dengan orang lain.

Selain membagikan kuesioner, peneliti juga melakukan wawancara kepada 30 responden yang terdiri dari 17 perempuan dan 13 laki-laki. Dari keseluruhan responden wawancara tersebut sebesar 100% (30 responden) menggunakan media sosial seperti *youtube*, *instagram*, *line*, *whatsapp*. Terdapat 43,33% (13 responden) menyatakan alasan mengakses media sosial untuk mengobrol bersama

teman, dan orang tua. Terdapat 16,67% (5 responden) menyatakan alasan mengakses media sosial untuk membahas pekerjaan rumah (PR) dari sekolah bersama teman. Terdapat 40% (12 responden) menyatakan alasan mengakses media sosial untuk hiburan seperti melihat tayangan atau video idola mereka.

Sebesar 53,33% (16 responden) mengatakan bahwa interaksi melalui media sosial lebih memuaskan dibandingkan dengan interaksi langsung secara tatap muka dengan alasan mereka merasa lebih cepat dan waktu yang digunakan lebih singkat jika berkomunikasi melalui media sosial. Sisanya sebesar 46,67% (14 responden) mengatakan bahwa mereka lebih suka berinteraksi langsung tatap muka dengan alasan bisa bermain bersama. Kemudian, seluruhnya (30 responden) mengaku menggunakan media sosial setiap hari bahkan sambil melakukan aktivitas lain seperti saat makan, maupun saat pergi dengan keluarga dan teman. Mereka merasa sudah terikat dengan media sosial sehingga merasa ada yang kurang apabila tidak menggunakannya. Sebesar 56,67% (17 responden) merasa lebih menjauh dari orang-orang terdekat apabila sedang menggunakan media sosial. Bahkan kebanyakan dari mereka mengatakan bahwa saat berkumpul dengan keluarga dan teman-teman, masing-masing asyik dengan media sosial yang diaksesnya.

Kuss dan Griffiths (2005) menjelaskan bahwa terdapat lima aspek adiksi penggunaan media sosial diantaranya, *salience* terjadi ketika aktivitas membuka media sosial menjadi kegiatan paling penting dalam hidup siswa dan mendominasi pikiran, perasaan (keinginan), dan perilaku. Sebesar 80% (24

responden) mengatakan bahwa mereka menganggap penting (*salience*) penggunaan media sosial setiap hari sehingga menginginkan *log in* ke situs favoritnya, dan mengorbankan waktu untuk interaksi sosial dengan keluarga dan teman demi membuka media sosial mereka. Sisanya 20% (6 responden) mengatakan menggunakan media sosial hanya ketika terdapat kuota internet, jika tidak ada mereka melakukan kegiatan lain.

Mood modification terjadi ketika siswa menggunakan media sosial untuk meningkatkan suasana hati mereka dan melarikan diri dari kehidupan nyata. Sebesar 60% (18 responden) mengatakan bahwa mereka menggunakan media sosial untuk meningkatkan *mood* dan agar tidak bosan di rumah atau situasi lainnya (*mood modification*). Sisanya 40% (12 responden) mengatakan bahwa mereka adakalanya merasa bosan ketika menggunakan media sosial secara terus-menerus.

Tolerance menunjukkan kebutuhan siswa untuk meningkatkan kegiatan penggunaan media sosial secara progresif selama rentang periode yang lama untuk mendapatkan efek kepuasan. Sebesar 76,67% (23 responden) mengatakan bahwa terjadi peningkatan durasi penggunaan media sosial mereka setiap harinya, dengan alasan semakin hari semakin banyak fitur yang menarik di media sosial sehingga mereka merasa perlu untuk berlama-lama menggunakan media sosial untuk memuaskan dirinya (*tolerance*). Sisanya 23,33% (7 responden) mengatakan bahwa mereka menggunakan media sosial dengan durasi yang kurang lebih sama setiap harinya.

Withdrawal symptoms terjadi ketika muncul perasaan tidak menyenangkan pada saat siswa tidak mengakses media sosial atau ketika siswa menarik diri dari kegiatan di media sosial sehingga menyebabkan kemurungan dan muncul sikap mudah marah/agresifitas. Sebesar 53,33% (16 responden) mengatakan bahwa mereka merasa lebih murung dan hampa ketika tidak menggunakan media sosial, dan beberapa diantaranya mereka merasa mudah marah ketika tidak dapat menggunakan media sosial ketika kuota internet mereka habis atau dilarang oleh orang tua (*withdrawal symptoms*). Sisanya 46,67% (14 responden) mengatakan biasa saja ketika tidak menggunakan media sosial.

Conflict menunjukkan adanya masalah interpersonal dan intrapsikis yang muncul sebagai konsekuensi dari perilaku siswa yang sering menggunakan media sosial yang berpotensi adiktif sehingga membahayakan hubungan mereka dengan orang lain dan dapat kehilangan kendali atas penggunaan media sosial mereka yang dapat menyebabkan konflik internal. Sebesar 90% (27 responden) mengatakan bahwa mereka menjadi sangat terpaku pada media sosial, namun mereka merasa bingung untuk melakukan hal lain selain menggunakan media sosial dengan alasan lebih seru mengakses media sosial mereka. Bahkan beberapa dari mereka ada yang kerap kali dimarahi oleh orang tua karena tidak memperhatikan orang tuanya yang sedang berbicara dengan mereka (*conflict*). Sisanya 10% (3 responden) mengatakan bahwa mereka masih dapat berinteraksi dengan keluarga dan teman sambil menggunakan media sosial.

Relapse terjadi ketika ada kecenderungan perilaku siswa menunjukkan kekambuhan yang dilakukan pada awal mengenal situs media sosial meskipun

telah mencoba melakukan kontrol atas dirinya. Sebesar 80% (24 responden) mengatakan bahwa mereka sadar telah menghabiskan banyak waktu menggunakan media sosial, namun mereka cenderung sulit untuk mengurangi intensitas penggunaannya dikarenakan kepuasan yang didapat dari penggunaan media sosial tersebut (*relapse*). Sisanya 20% (6 responden) mengatakan bahwa mereka merasa mampu mengurangi durasi waktu penggunaan media sosial dengan alasan mereka memilih untuk bermain dengan teman.

Menurut hasil observasi peneliti bahwa banyak siswa yang kurang memiliki kesempatan untuk bertatap muka dengan orang lain, kemudian tidak diterima oleh lingkungan sehingga mencari perhatian sosial dan penerimaan dengan menggunakan media sosial. Mereka aktif secara media sosial, memiliki pengikut yang sangat banyak dibanding teman lainnya, kemudian lebih dikenal oleh banyak orang, tetapi ketika dihadapkan pada lingkungan sosial sesungguhnya kebanyakan mereka adalah orang yang pendiam, sulit bergaul, sulit beradaptasi dengan teman sebaya dan memiliki teman yang lebih sedikit dibanding pengikutnya di media sosial.

Menurut hasil penelitian, peningkatan penggunaan media sosial menunjukkan penurunan interaksi sosial dan harga diri, terutama yang berkaitan dengan gangguan keterampilan sosial (Dworetzky, 1996; Kraut et al., 2002). Media sosial sebagai mediator komunikasi utama yang memiliki potensi untuk meningkatkan kesejahteraan individu dengan meningkatkan dukungan sosial, meningkatkan kemungkinan memenuhi hubungan dengan orang lain, memperkuat

komitmen terhadap norma-norma sosial, dan menghasilkan peningkatan rasa makna dan keterhubungan dalam hidup (Seepersad, 2004)

Turkle (2011) menunjukkan bahwa perubahan cepat dalam media sosial telah menciptakan lingkungan sosial *online* yang menyediakan alternatif menarik untuk hidup, seperti interaksi antar individu, menawarkan kemudahan hubungan jarak jauh, dan kesempatan untuk presentasi anonim yang dapat menyebabkan tekanan mental dan/atau masalah sosial. Pengguna baru media sosial yang terlibat terutama secara *online* menunjukkan peningkatan isolasi dan depresi, terutama dalam beberapa bulan pertama penggunaan (Kraut et al., 1998).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Sampathirao (2016) diperoleh bahwa keterlibatan secara terus-menerus siswa dengan media sosial membuatnya tidak dapat saling tatap muka sehingga peluang untuk mempraktikkan keterampilan sosial (*social skills*) dalam situasi waktu nyata menjadi berkurang. Selain itu, siswa yang memahami tanda kepekaan dalam lingkungan sosial dapat mengembangkan *social skills* yang unggul dan hubungan teman sebaya yang lebih positif (Blakemore, 2003). Isyarat non-verbal dan afektif ini jauh lebih kuat ketika berkomunikasi secara tatap muka dibandingkan melalui digital (Sherman, Michikyan, & Greenfeld, 2013). Jadi ketika siswa menggunakan komunikasi digital melalui media sosial secara luas, hal itu dapat membatasi pengalaman tatap muka yang diperlukan bagi mereka untuk mengembangkan dan menguasai *social skills* yang penting (Giedd, 2012).

Berdasarkan hasil kuesioner, wawancara, dan observasi peneliti diperoleh bahwa hal ini menyebabkan kesempatan untuk interaksi tatap muka menjadi

terlewatkan dan dapat mempengaruhi *social skill* siswa menjadi kurang terbentuk secara optimal. Meskipun begitu, beberapa siswa merasa bahwa media sosial dapat membantu mereka untuk menjaga keutuhan relasi, menambah relasi baru, dan memudahkan mereka untuk mengekspresikan diri melalui media sosial. Hal ini juga dirasakan oleh siswa di SMP “X” Cikarang yang juga menggunakan media sosial dan diharapkan dapat menjadi sampel dalam penelitian ini. Pada penelitian ini dihubungkan dengan *social skills* sebagai salah satu pendekatan siswa untuk berinteraksi dengan orang lain. Berdasarkan penjabaran di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara Adiksi penggunaan media sosial dan *social skills* pada siswa di SMP “X” Cikarang

1.2 Identifikasi Masalah

Ingin mengetahui hubungan antara Adiksi penggunaan media sosial dan *social skills* pada siswa di SMP “X” Cikarang

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Mengetahui gambaran mengenai Adiksi penggunaan media sosial pada siswa di SMP “X” Cikarang dan derajat *social skills* pada siswa di SMP “X” Cikarang.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran hubungan antara Adiksi penggunaan media sosial dan derajat *social skills* dilihat dari aspek-aspek Adiksi penggunaan media sosial dan *social skills* pada siswa di SMP “X” Cikarang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

1. Memberikan informasi tambahan mengenai Adiksi penggunaan media sosial dan *social skills* bagi bidang psikologi, terutama dalam bidang psikologi klinis dan sosial.
2. Memberikan informasi tambahan bagi peneliti lain yang tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai Adiksi penggunaan media sosial dan *social skills* pada siswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Memberikan informasi pada siswa mengenai Adiksi penggunaan media sosial dan kaitannya dengan derajat *social skills* sehingga siswa dapat meningkatkan *social skills* dengan memperhatikan Adiksi penggunaan media sosial.
2. Memberikan informasi kepada orang tua siswa mengenai Adiksi penggunaan media sosial dan kaitannya dengan derajat *social skills* sehingga orang tua dapat

melakukan upaya-upaya untuk meningkatkan *social skillssiswa* dengan memperhatikan adiksi penggunaan media sosialnya.

3. Memberikan informasi kepada pihak sekolah SMP “X” Cikarang mengenai Adiksi penggunaan media sosial dan kaitannya dengan derajat *social skills* sehingga sekolah dapat melakukan upaya-upaya untuk meningkatkan *social skills* siswa dengan memperhatikan adiksi penggunaan media sosialnya.

4. Memberikan informasi kepada LSM yang bergerak pada bidang pendidikan mengenai adiksi penggunaan media sosial dan kaitannya dengan derajat *social skills* yang dialami siswa sebagai bahan untuk memberikan psikoedukasi terkait topik mengenai adiksi penggunaan media sosial dan derajat *social skills*.

1.5 Kerangka Pemikiran

Siswa usia 13 sampai 15 tahun merupakan fase siswa dimana terjadi fase peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa. Hal ini dapat dicapai siswa dengan cara bersosialisasi dengan teman sebayanya. Dalam menyelesaikan masa ini dibutuhkan penerimaan yang baik oleh teman sebayanya. Untuk dapat diterima dan disukai oleh teman sebaya, serta mampu menyesuaikan diri di lingkup sosial baru yang lebih luas, siswa perlu memiliki kemampuan penyesuaian sosial yang baik (Santrock, 2007; Durkin, 1995). Penyesuaian sosial ini ditunjang dari keterampilan sosial (*social skills*) yang dimiliki oleh siswa.

Menurut Gresham & Elliot (1990) *social skills* merupakan perilaku interaksi sosial individu yang memungkinkan seseorang berinteraksi secara efektif

dengan orang lain, dan menghindari perilaku sosial yang tidak dapat diterima, agar dapat beradaptasi sehingga berhasil menjalankan fungsi sosialnya. Fungsi sosial ini mencakup keterampilan untuk berhubungan baik dengan orang lain sekaligus tetap dapat mencapai tujuan pribadi yang ingin dicapai. *Social skills* terdiri atas lima aspek, yaitu *cooperation*, *assertion*, *responsibility*, *empathy*, dan *self-control* (Gresham & Elliot, 1990).

Cooperation adalah perilaku untuk membantu orang lain, berbagi materi dengan rekan, dan mematuhi aturan. Siswa yang memiliki *cooperation*, sebagai contoh mampu menunjukkan perilaku terlibat dalam berinteraksi dengan orang lain, dan mematuhi perintah dari orang tua dan guru. *Assertion* adalah perilaku inisiatif dan memberikan reaksi yang tepat atau sesuai terhadap tindakan orang lain, serta melakukan inisiatif untuk mengekspresikan pendapat. Siswa yang memiliki *assertion*, sebagai contoh mampu memperkenalkan diri, dan menanyakan peraturan yang dirasa tidak adil.

Responsibility adalah perilaku yang menunjukkan kemampuan untuk berkomunikasi secara bertanggung jawab dengan orang dewasa secara efektif. Perilaku yang berkaitan dengan mematuhi perintah yang ada di rumah maupun komunitas sekitarnya. Siswa yang memiliki *responsibility* sebagai contoh mampu meminta bantuan orang lain, mengakui kesalahan, dan menolak permintaan yang tidak masuk akal. *Empathy* adalah perilaku yang menunjukkan kepedulian terhadap perasaan teman sebaya atau orang dewasa yang signifikan. Siswa yang memiliki *empathy*, sebagai contoh mampu mendengarkan

orang lain, dan turut berduka cita ketika hal buruk terjadi pada orang lain.

Self-control adalah perilaku mengendalikan diri yang muncul dalam situasi konflik seperti merespon dengan tepat untuk memberikan umpan balik korektif dari orang dewasa. Ketika siswa mampu secara tenang menanggapi umpan balik dari orangtua, dan guru.

Dalam upaya meningkatkan *social skills*, terdapat faktor yang mempengaruhi *social skills* pada siswa. Gresham dan Elliot (dalam Bakhtyary, 2009: 6-7) menjabarkan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *social skills* pada siswa, diantaranya *lack of knowledge* adalah siswa kurang memahami tujuan dalam berinteraksi dengan teman sebayanya, selain itu, anak cenderung kurang mengetahui strategi perilaku untuk mencapai tujuan perilaku sosial yang sesuai, dan ia mungkin tidak tahu caranya dalam berperilaku secara tepat.

Lack of cues or opportunities adalah siswa yang memiliki hambatan di dalam *social skills* disebabkan oleh tidak adanya petunjuk sosial (*social cues*) yang menjadi petunjuk (*prompt*) bagi siswa untuk melakukan perilaku yang sesuai. Selain itu, kurangnya kesempatan siswa untuk menampilkan *social skills* pada beberapa kondisi dan situasi juga menyebabkan siswa memiliki defisit dalam keterampilan sosial. *Lack of practice or feedback* adalah banyak siswa yang mengalami defisit di dalam *social skills* disebabkan oleh kurangnya kesempatan untuk melatih keterampilan baru dan jarang menampilkan perilaku tersebut membuat ia kurang mendapatkan umpan balik dari perilaku yang ditampilkan.

Lack of reinforcement adalah kurangnya faktor penguat (*reinforcement*) dari lingkungan untuk menampilkan perilaku yang diharapkan juga salah satu faktor yang dapat berkontribusi dalam kurangnya *social skills* siswa. Oleh karena itu, penguat sosial seperti pujian dan juga acungan jempol sangat penting dilakukan bila anak menampilkan perilaku yang diharapkan. *Interfering problem behavior* adalah faktor terakhir yang dapat berkontribusi terhadap defisit di dalam keterampilan sosial siswa adalah adanya masalah perilaku yang dimiliki oleh siswa diantaranya: faktor eksternal (bertengkar, temper tantrum), faktor internal (kecemasan, depresi, dan *self-esteem* rendah), dan masalah hiperaktifitas (Gresham & Elliot, 1990).

Dalam penelitian ini yang akan ditinjau dari faktor yang mempengaruhi *social skills* pada siswa yaitu *lack of cues or opportunities*. Kurangnya petunjuk dan kesempatan untuk menampilkan *social skills* pada situasi dan kondisi tertentu dapat disebabkan oleh Adiksi penggunaan media sosial yang tinggi pada siswa. Bagi siswa untuk melakukan komunikasi *face to face* dengan orang lain merupakan hal penting. Cara lainnya adalah dengan menggunakan media sosial untuk membangun relasi dengan orang lain secara *non face to face*. Jika menggunakan media sosial, banyak waktu siswa yang digunakan untuk mengakses media sosial, sehingga menyebabkan kesempatan untuk interaksi tatap muka menjadi terlewatkan dan dapat mempengaruhi *social skills* mereka menjadi kurang terbentuk secara optimal. Meskipun begitu, beberapa siswa merasa bahwa media sosial dapat membantunya untuk menjaga keutuhan relasi, menambah relasi baru, dan memudahkan mereka untuk mengekspresikan diri melalui media

sosial. Ini juga dirasakan oleh siswa di SMP “X” Cikarang yang juga menggunakan media sosial dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Horrigan (dalam Griffiths, 2005) terdapat hal mendasar yang perlu diamati untuk mengetahui Adiksi penggunaan media sosial, yaitu durasi yang artinya seberapa lama individu mengakses media sosial. Siswa yang menggunakan media sosial dengan intensitas yang tinggi ketika skor tinggi menunjukkan aspek yang dinyatakan oleh Griffiths (2005). Adiksi penggunaan media sosial terdiri dari enam aspek, yaitu *salience*, *mood modification*, *tolerance*, *conflict*, *withdrawal symptoms*, dan *relapse* (Griffiths, 2005).

Salience terjadi ketika aktivitas membuka media sosial menjadi kegiatan paling penting dalam hidup siswa dan mendominasi pikiran, perasaan (keinginan), dan perilaku. *Mood modification* terjadi ketika siswa menggunakan media sosial untuk meningkatkan suasana hati mereka dan melarikan diri dari kehidupan nyata. *Tolerance* menunjukkan kebutuhan siswa untuk meningkatkan kegiatan penggunaan media sosial secara progresif selama rentang periode yang lama untuk mendapatkan efek kepuasan. *Withdrawal symptoms* terjadi ketika muncul perasaan tidak menyenangkan pada saat siswa tidak mengakses media sosial atau ketika siswa menarik diri dari kegiatan di media sosial sehingga menyebabkan kemurungan dan muncul sikap mudah marah/agresifitas. *Conflict* menunjukkan adanya masalah interpersonal dan intrapsikis yang muncul sebagai konsekuensi dari perilaku siswa yang sering menggunakan media sosial yang berpotensi adiktif sehingga membahayakan hubungan mereka dengan orang lain dan dapat kehilangan kendali atas penggunaan media sosial mereka yang dapat

menyebabkan konflik internal. *Relapse* terjadi ketika ada kecenderungan perilaku siswa untuk mengulangi perilaku yang dilakukan pada awal mengenal situs media sosial meskipun telah mencoba melakukan kontrol atas dirinya.

Menurut Kuss dan Griffiths (2011), setiap aspek yang dipaparkan di atas dapat saling mempengaruhi satu sama lain. Semakin tinggi skor dari aspek yang ditemukan pada diri siswa maka semakin tinggi Adiksi penggunaan media sosial siswa tersebut, begitu juga sebaliknya semakin rendah skor dari aspek yang ditemukan pada diri siswa maka semakin rendah Adiksi penggunaan media sosial siswa tersebut.

Siswa yang menghayati bahwa media sosial adalah kegiatan yang penting, maka menggunakan media sosial dapat mendominasi pikiran, perasaan, dan perilaku (*salience*). Mereka lebih banyak menggunakan waktu untuk menggunakan media sosial, dibandingkan menjalin relasi dengan orang lain. Kesempatan untuk melatih *social skills* mereka seperti membantu orang lain, berbagi materi pelajaran dengan rekan, dan mematuhi aturan (*cooperation*) menjadi berkurang.

Siswa yang menghayati bahwa media sosial dapat meningkatkan suasana hati, maka menggunakan media sosial dapat membuat mereka melarikan diri dari kehidupan nyata (*mood modification*). Mereka lebih banyak menggunakan waktu untuk menggunakan media sosial, dibandingkan menjalin relasi dengan orang lain. Kesempatan untuk melatih *social skills* mereka seperti inisiatif dan bereaksi yang sesuai terhadap tindakan orang lain (*assertion*) menjadi berkurang

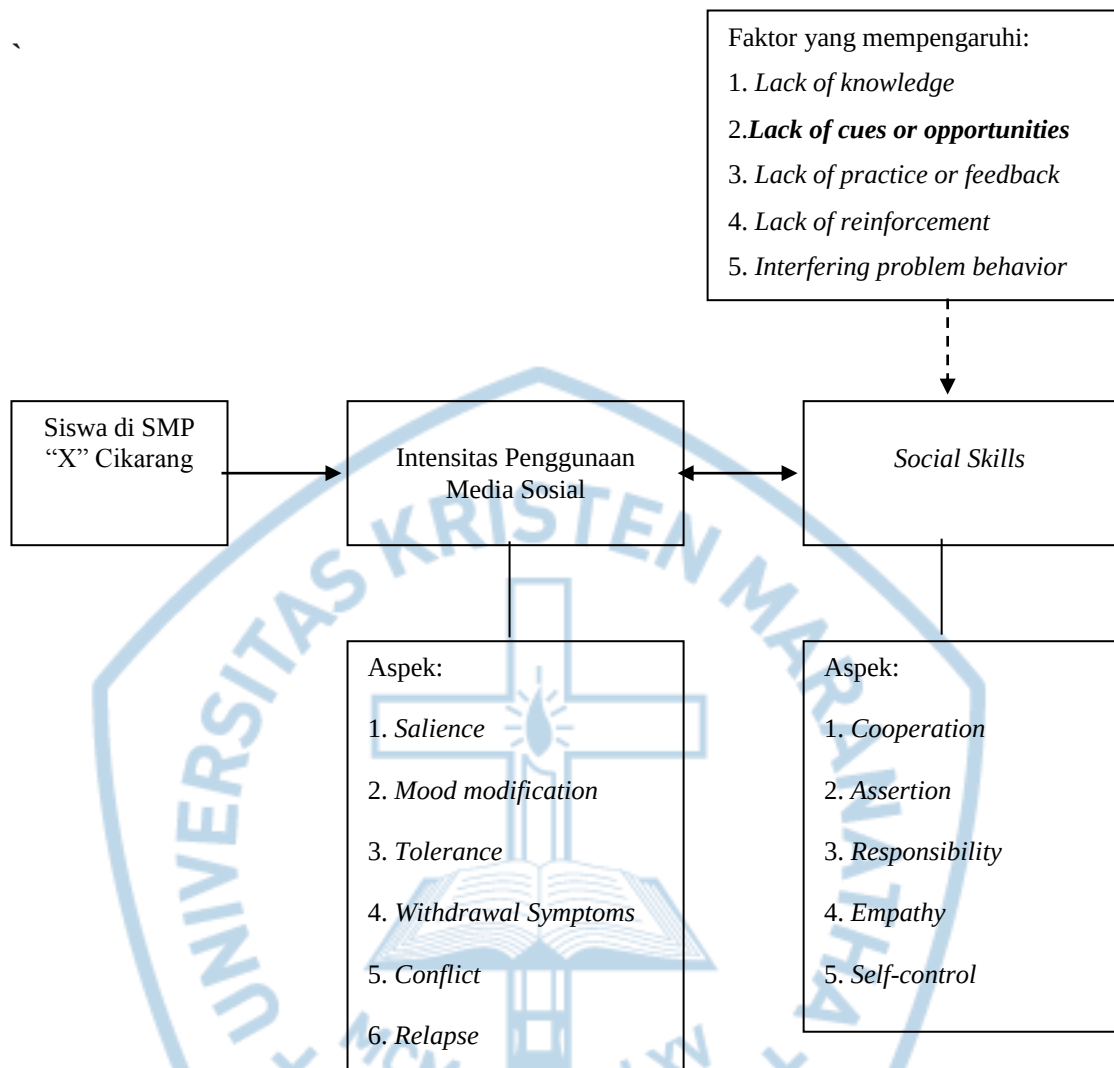
Siswa yang meningkatkan kegiatan penggunaan media sosial secara progresif selama rentang periode yang lama, maka menggunakan media sosial dapat mendapatkan efek kepuasan (*tolerance*). Mereka lebih banyak menggunakan waktu untuk menggunakan media sosial, dibandingkan menjalin relasi dengan orang lain. Kesempatan untuk melatih *social skills* mereka seperti berkomunikasi secara bertanggung jawab dengan orang dewasa secara efektif (*responsibility*) menjadi berkurang.

Siswa yang menggunakan media sosial sehingga memiliki masalah interpersonal dan intrapsikis sebagai konsekuensi dari perilaku mereka yang sering menggunakan media sosial sehingga membahayakan hubungan mereka dengan orang lain maupun konflik internal (*conflict*). Maka mereka lebih banyak menggunakan waktu untuk menggunakan media sosial, dibandingkan menjalin relasi dengan orang lain. Kesempatan untuk melatih *social skills* mereka seperti menunjukkan kepedulian terhadap perasaan teman sebaya atau orang tua yang signifikan (*empathy*) menjadi berkurang.

Siswa yang menggunakan media sosial sehingga mengalami kemurungan ketika tidak mengakses media sosial (*withdrawal symptoms*). Mereka lebih banyak menggunakan waktu untuk menggunakan media sosial, dibandingkan menjalin relasi dengan orang lain. Kesempatan untuk melatih *social skills* mereka seperti mampu mengendalikan diri dalam situasi konflik seperti merespon dengan tepat untuk memberikan umpan balik korektif dari orang dewasa (*self-control*) menjadi berkurang.

Siswa yang menggunakan media sosial dapat menunjukkan kekambuhan yang dilakukan pada awal menggunakan media sosial meskipun telah mencoba melakukan kontrol atas dirinya (*relapse*). Mereka lebih banyak menggunakan waktu untuk menggunakan media sosial, dibandingkan menjalin relasi dengan orang lain. Kesempatan untuk melatih *social skills* mereka seperti mampu mengendalikan diri dalam situasi konflik seperti merespon dengan tepat untuk memberikan umpan balik korektif dari orang dewasa (*self-control*) menjadi berkurang. Ini menunjukkan semakin tinggi Adiksi penggunaan media sosial semakin rendah *social skills* pada siswa SMP “X” Cikarang.

Berdasarkan penjelasan di atas, telah diperoleh keterangan bahwa siswa memiliki tugas perkembangan untuk menjalin relasi dengan teman sebaya, dimana salah satu caranya adalah dengan menggunakan media sosial. Namun, penggunaan media sosial dengan intensitas tinggi dapat membuat siswa tidak memiliki kesempatan untuk bersosialisasi dengan orang lain sehingga *social skill* siswa kurang terbentuk dengan optimal. Sebaliknya, siswa yang memiliki *social skills* yang rendah cenderung menggunakan media sosial untuk membantu dirinya dalam merespon orang lain. Hal tersebut memberikan gambaran bahwa Adiksi penggunaan media sosial berhubungan dengan *social skills* pada siswa SMP “X” Cikarang. Untuk memperjelas uraian sebelumnya, maka digambarkan bagan di bawah ini



Gambar 1.1 Bagan Kerangka Pemikiran

1.6 Asumsi Penelitian

1. Semakin hari Adiksi penggunaan media sosial oleh siswa di SMP “X” semakin meningkat.
2. Adiksi penggunaan media sosial siswa di SMP “X” Cikarang memiliki tingkatan yang berbeda-beda.
3. *Social skills* siswa di SMP “X” Cikarang memiliki tingkatan yang berbeda-beda.
4. Setiap siswa di SMP “X” Cikarang yang mengakses media sosial memiliki derajat Adiksi penggunaan media sosial yang berbeda-beda.
5. Setiap siswa di SMP “X” Cikarang yang mengakses media sosial memiliki derajat *social skills* yang berbeda-beda.

1.7 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan asumsi di atas maka hipotesis penelitiannya adalah terdapat hubungan antara adiksi penggunaan media sosial dan derajat *social skills* pada siswa di SMP “X” Cikarang.