

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Saat ini banyak sekali bermunculan berbagai teknologi terbaru dan canggih. Semua perusahaan yang bergerak dalam bidang usaha yang berhubungan dengan teknologi berlomba-lomba mengeluarkan alat-alat elektronik terbaru dan canggih yang dibutuhkan oleh masyarakat saat ini, sehingga masyarakat merasa dimanjakan dengan adanya teknologi yang dapat membantu kegiatannya sehari-hari dan membuat semua urusan mereka menjadi lebih mudah dan praktis. Seperti halnya *smartphone* yang mengeluarkan produk canggih yang dapat menunjang kebutuhan masyarakat, lalu komputer yang semakin berkembang aplikasinya, *i-pad*, tablet, *in-focus* dan masih banyak lagi teknologi yang dipasarkan saat ini.

Penerapan teknologi di kalangan masyarakat masih terbatas di kalangan berpendidikan dan mereka yang tinggal di kota besar, dari 239 juta penduduk di Indonesia hanya 10 persennya atau sebanyak 23,9 juta orang yang mengerti teknologi. Kendati demikian saat ini diperkirakan terdapat sekitar 80 juta orang yang mengakses internet, namun angka itu tidak merujuk pada mereka yang benar-benar memahami teknologi informasi. Dari jumlah tersebut, 72 juta orang

di antaranya hanya menggunakan internet untuk berjejaring sosial, seperti *facebook* dan *twitter* (Rini Kustiani, 2012).

Masyarakat saat ini sudah banyak yang memanfaatkan kemajuan teknologi, salah satunya internet. Dilihat dari klasifikasi umur pengguna terbanyak internet masih berusia 12-34 tahun yang mencapai 64 persen dari total pengguna. Remaja adalah masa perkembangan transisi atau peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosialemosional. Masa peralihan ini rentang usianya berkisar antara 12 sampai 22 tahun, dimana pada proses tersebut terjadi pematangan fisik maupun psikologis (Santrock, 2003).

Sebuah penelitian nasional mempelajari lebih dalam kebiasaan anak-anak dan remaja terhadap media (Rideout, Roberts, & Foehr, 2005). Dengan mensurvei lebih dari 2.200 anak dan remaja dari usia 8 hingga 18 tahun, penelitian ini menegaskan bahwa remaja zaman sekarang dikelilingi oleh media. Rata-rata, remaja menghabiskan 6,5 jam sehari (44,5 jam seminggu) bersama media, hanya 2,25 jam sehari bersama orang tua, serta hanya 50 menit sehari untuk mengerjakan pekerjaan rumah. Tren utama dalam penggunaan teknologi adalah peningkatan dramatis pada media multitugas (Roberts, Henriksen, & Foehr, 2009). Perkiraan terbaru mengindikasikan bahwa ketika media multitugas diperhitungkan, anak usia 8 hingga 18 tahun menggunakan media rata-rata 8 jam perhari (Roberts, Henriksen, & Foehr, 2009).

Menggunakan teknologi dengan bijak akan memberikan keuntungan bagi individu untuk memudahkannya dalam melakukan dan menyelesaikan tugasnya,

sementara itu apabila tidak bijak dalam menggunakan teknologi individu secara tidak sadar melupakan bakat dan keterampilan yang sebenarnya telah dimilikinya. Dengan semakin majunya teknologi saat ini, rasanya sulit untuk melepaskan diri dari perangkat teknologi. Apalagi bagi remaja, teknologi seakan-akan membuat para remaja tersebut kecanduan.

Terdapat efek samping yang tidak baik apabila remaja lebih banyak berkomunikasi melalui alat teknologinya ketimbang tatap muka secara langsung, diantaranya remaja lebih mementingkan diri sendiri, menjadi tidak sadar akan lingkungan di sekitar mereka. Berkomunikasi melalui jejaring sosial misalnya, tidak ada aturan ejaan dan tata bahasa yang benar sehingga membuat remaja sulit membedakan antara berkomunikasi di situs jejaring sosial dan dunia nyata (Jonathan, 2012).

Pengaruh dari teknologi yang telah disebutkan sebelumnya dapat dikategorikan ke dalam *technostress*. *Technostress* adalah dampak negatif pada sikap, pikiran, tingkah laku atau fisiologis tubuh yang disebabkan baik secara langsung maupun tidak langsung oleh teknologi (Weil & Rosen, 1997). *Technostress* terdiri dari 6 tipe yaitu *Learning Technostress*, *Boundary Technostress*, *Communication Technostress*, *Time Technostress*, *Family Technostress* dan *Societal Technostress*.

Tipe pertama adalah *Learning Technostress* merupakan stress yang dialami seseorang terkait dengan kemampuannya saat mempelajari teknologi yang dimiliki. Tipe kedua adalah *Boundary Technostress* yang merupakan stress yang dialami oleh seseorang karena dirinya tidak lagi memiliki batasan dengan

teknologi yang dimiliki. Tipe ketiga adalah *Communication Technostress* merupakan stress yang muncul pada seseorang karena komunikasi impersonal yang dialami dan diakibatkan oleh teknologi. *Time Technostress* merupakan stress yang dialami oleh seseorang karena merasa kekurangan waktu dan tidak sabar pada orang lain, diri serta teknologi yang dimiliki. Sedangkan *Family Technostress* adalah stress yang dialami oleh seseorang karena kurangnya kualitas interaksi dalam keluarga yang diakibatkan oleh teknologi. Tipe yang terakhir adalah *Society Technostress* merupakan stress yang dirasakan seseorang karena teknologi memberikan dampak pada informasi yang berlebihan.

Kemajuan teknologi saat ini juga dimanfaatkan oleh para remaja khususnya remaja yang berada di SMPN “X”. Berdasarkan hasil survei awal yang telah dilakukan pada 30 siswa-siswi SMPN “X” Bandung, sebanyak 73,33% dari siswa yang diwawancara memiliki *smartphone* dan fasilitas laptop sendiri yang dilengkapi dengan koneksi internet di rumah. Adanya fasilitas internet yang siswa miliki di rumah, membuat salah seorang siswa pernah mengalami kaku di bagian jari jempol tangan kanannya saat terlalu lama menggunakan *mouse* karena terlalu asyik *searching* dan bermain *games online* di komputer sampai lupa waktu. Terkadang siswa pun merasa dengan adanya koneksi internet di rumah membuat waktu belajar siswa menjadi berkurang. Lalu sebanyak 26,67% siswa tidak menggunakan *smartphone* dan rata-rata mereka menggunakan PC Desktop di rumah secara bersama-sama dengan anggota keluarga yang lain, dan tidak disertai dengan koneksi internet di rumah karena menurut mereka apabila ada koneksi internet di rumah akan mengganggu kegiatan mereka dalam belajar.

Sebanyak 33,33% siswa merasa dengan adanya teknologi, lebih memudahkan mereka untuk mengerjakan tugas, memudahkan dalam berkomunikasi dengan teman, lebih cepat mendapat informasi terbaru dan lainnya. Beberapa tugas yang diberikan oleh guru dari mata pelajaran tertentu seperti IPA, Bahasa Inggris, dan TIK (Teknologi Informatika dan Komunikasi) sudah meminta siswa untuk setiap tugasnya menggunakan laptop atau PC Desktop untuk persentasi dan juga mencari referensi lain selain dari buku yang biasa digunakan.

Apabila siswa diminta untuk mencari referensi lain, siswa mencari dari internet terlebih dahulu ketimbang mencari dari buku karena menurut mereka dengan mencari dari internet lebih cepat dan semua yang ingin diketahui tersedia, walaupun ada pula kendala yang dialami misalnya koneksi internet yang tiba-tiba hilang dan siswa yang harus lebih teliti memilih sumber mana yang dapat dipercayai untuk digunakan dalam tugasnya. Kendala ini yang harus siswa antisipasi sebelumnya karena apabila tidak diantisipasi tugas yang dikerjakan tidak dapat selesai tepat waktu, biasanya siswa mengerjakan tugasnya tersebut tidak secara mendadak agar waktu pengerjaan dapat lebih lama. Baru setelah siswa merasa ada yang kurang dari pencariannya di internet, siswa akan mencari dari buku untuk melengkapi tugasnya tersebut. Sisanya, yaitu sebanyak 66,67% siswa mengatakan bahwa tidak ada bedanya mengerjakan tugas menggunakan teknologi maupun tidak menggunakan teknologi, bagi mereka yang terpenting adalah tugas yang dimiliki selesai tepat pada waktunya.

Adanya fasilitas *chatting* membuat 60% siswa lebih senang menggunakan fasilitas tersebut untuk berkomunikasi dengan temannya, ketimbang harus bertemu tatap muka langsung. Misalnya saja ketika siswa ingin mengobrol dengan temannya yang berbeda kelas siswa merasa malas untuk menghampiri temannya tersebut dan lebih memilih untuk *chatting* saja dengan temannya tersebut, walaupun terkadang siswa sering merasa kesal ketika temannya tersebut membalas pesannya sangat lama. Terkadang siswa pun tergoda untuk membuka *handphone* saat pelajaran sedang dimulai, ini siswa lakukan untuk sekedar mengecek pesan yang masuk atau ketika siswa merasa sudah tidak fokus memperhatikan guru yang sedang mengajar. Sebanyak 40% siswa lainnya lebih memilih untuk berkomunikasi secara langsung, walaupun berbeda kelas tetapi mereka bisa saling bertemu saat waktu istirahat.

Berdasarkan wawancara didapat sebanyak 40% siswa mengatakan, tidak jarang mereka mengerjakan lebih dari 1 tugas untuk mata pelajaran yang berbeda dalam satu waktu. Siswa merasa dengan adanya teknologi bisa membantu untuk menyelesaikan tugas dengan cepat walaupun tugas yang dimiliki sangat banyak tetapi mereka sering sulit berkonsentrasi pada satu tugas karena pikirannya terbagi pada tugas lain, belum lagi di saat siswa merasa suntuk dalam mengerjakan tugas tidak jarang siswa membuka situs lain seperti *twitter*, *facebook* atau lainnya untuk menghilangkan kesuntukan. Tidak jarang tugas yang dihasilkan tidak maksimal dan tidak selesai pada waktunya, sehingga terkadang siswa menyalahkan waktu yang berjalan begitu cepat. Sisanya sebanyak 60% siswa lebih memilih untuk mengerjakan tugas sesuai dengan mata pelajaran, walaupun mereka memiliki

banyak tugas dari mata pelajaran lain tetapi mereka sudah mengatur waktu untuk mengerjakan tugas sehingga tugas mereka pun akan selesai tepat pada waktunya.

Tidak jarang siswa membawa tugas yang mereka miliki ke rumah untuk diselesaikan. Sebanyak 33,33% siswa mengatakan bahwa saat di rumah siswa pun tidak bisa terlepas dari teknologi yang mereka miliki, karena menurut mereka anggota keluarganya pun demikian. Seperti ayah, ibu, adik atau kakak mereka pun sibuk dengan teknologi yang dimiliki masing-masing. Tidak jarang orangtua mereka membawa pekerjaan dari kantor ke rumah untuk menyelesaikannya di rumah, ini menyebabkan tidak adanya interaksi antar anggota keluarga. Siswa pun melakukan hal yang sama disamping mengerjakan tugas siswa pun dapat melakukan aktivitas lain dengan teknologinya seperti *chatting* atau sekedar *searching* di internet. Sebanyak 66,67% siswa lainnya mengatakan bahwa orangtua mereka memberi peraturan bahwa apabila sudah berada di dalam rumah harus meninggalkan alat teknologi mereka agar bisa mengerjakan tugas, belajar atau berkumpul dengan keluarga.

Selain fakta diatas, ada beberapa fakta lainnya dari penggunaan teknologi oleh siswa-siswi SMPN “X”. Para guru mengeluhkan banyaknya siswa yang menggunakan alat komunikasinya di kelas saat kegiatan belajar-mengajar sedang berlangsung, sehingga tidak jarang guru tersebut menegurnya dan apabila sudah melakukan hal yang sama sebanyak tiga kali alat komunikasi siswa tersebut akan disita oleh guru BK dan baru diperbolehkan diambil oleh orangtua siswa yang bersangkutan. Ada pula orangtua siswa yang mengeluh pada guru BK karena membaca status BBM anaknya yang sering berubah saat proses belajar-mengajar

masih berlangsung di kelas. Orangtua siswa pun sering berkonsultasi pada guru karena melihat nilai akademik anaknya yang turun karena seringnya menggunakan teknologi khususnya *smartphone*, setiap melihat kegiatan yang dilakukan anaknya mereka tidak belajar melainkan terus berkutat dengan *smartphone* yang dimiliki.

Berdasarkan pemaparan tersebut diatas menggugah ketertarikan peneliti untuk melihat tipe *technostress* yang dominan pada diri siswa dan siswi SMPN “X”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, permasalahan yang ingin diteliti dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran tipe *technostress* pada siswa dan siswi SMPN “X” di Bandung.

1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1. Maksud Penelitian

Berdasarkan ulasan pada latar belakang masalah di atas, maksud dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai tipe *technostress* pada Siswa dan Siswi SMPN “X” Bandung.

1.3.2. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah memperoleh gambaran lebih rinci mengenai masing-masing tipe *technostress*, dan berada pada kategori mana untuk keseluruhan tipe *technostress* pada Siswa dan Siswi SMPN “X” Bandung.

1.4. Kegunaan Penelitian

1.4.1. Kegunaan Teoretis

1. Penelitian ini dapat menambah wawasan pada bidang Psikologi khususnya Psikologi perkembangan.
2. Memberikan informasi tambahan bagi peneliti lain yang tertarik untuk meneliti *Technostress* dan dapat mendorong dikembangkannya penelitian yang berkaitan dengan tipe *Technostress*.

1.4.2. Kegunaan Praktis

1. Memberikan informasi bagi guru di SMPN “X” Bandung mengenai tipe *technostress* pada siswa dan siswinya, sehingga pihak sekolah SMPN “X” Bandung dapat lebih memilih kegiatan mana yang harus menggunakan teknologi dan yang masih bisa dilakukan tanpa teknologi dalam kegiatan belajar-mengajar atau kegiatan lainnya di dalam sekolah.
2. Informasi yang diperoleh diharapkan dapat bermanfaat untuk mencegah atau meminimalisir *technostress* di kalangan siswa dan

siswi SMPN “X” Bandung, agar siswa pun dapat lebih bijak dalam menggunakan teknologi yang dimilikinya.

1.5. Kerangka Pemikiran

Semakin banyaknya teknologi bermunculan dan semakin pesat perkembangannya dari berbagai sisi misalnya fasilitas dan kemampuan suatu teknologi membuat semua kalangan masyarakat bisa dengan mudah mendapatkan apa yang dibutuhkan dan digunakannya untuk membantu segala aktivitas yang dijalani. Tidak semua individu siap menghadapi teknologi yang semakin berkembang pesat saat ini. Ketidaksiapan ini dapat membuat individu merasa terbebani saat berhadapan dengan teknologi terbaru, karena mereka berpikir kemajuan teknologi ini akan melebihi dari kemampuan yang dimiliki. Keadaan seperti ini dapat dikatakan stress yang merupakan hubungan antara individu dengan lingkungannya yang dirasa individu membebani atau melebihi kekuatannya dan mengancam kesehatannya (Lazarus & Folkman, 1984).

Hal yang menjadi *stressor* bagi siswa-siswi ini adalah secara langsung maupun tidak langsung siswa dan siswi harus menggunakan teknologi mengikuti perkembangan zaman. Secara langsung misalnya banyaknya tugas sekolah yang harus siswa dan siswi kerjakan sekarang harus menggunakan teknologi, mereka diminta mengumpulkan tugas dalam bentuk ketikan menggunakan komputer, juga diminta melihat referensi dari sumber lain. Akan menjadi *stressor* apabila siswa dan siswi merasa terbebani mengerjakan tugas menggunakan komputer karena

siswa ataupun siswi tidak memiliki teknologi tersebut di rumah sehingga harus merental ke tempat lain.

Secara tidak langsung misalnya lingkungan siswa-siswi ini sudah banyak yang menggunakan berbagai macam teknologi canggih, contoh saja *smartphone* yang ada saat ini siswa dan siswi dapat melakukan hal apapun seperti *chatting*, *searching* dan lain sebagainya menggunakan *smartphone*. Komunikasi antar teman sekarang tidak cukup menggunakan sms atau telepon, dengan alasan apabila menggunakan sms dan telepon lebih banyak mengeluarkan pulsa dan jika menggunakan *chatting* melalui BBM, *line* atau *Whatsapp* misalnya tidak perlu mengeluarkan pulsa hanya mengandalkan koneksi internet yang ada. Dengan adanya hal tersebut siswa ataupun siswi yang belum memiliki *smartphone* pun secara terpaksa harus memiliki teknologi yang sama dengan temannya agar komunikasi mereka berjalan lancar.

Akan berakibat tidak baik jika remaja sudah semakin bergantung pada teknologi yang tersedia, misalnya internet. Ada perbedaan yang substansial dalam penggunaannya untuk remaja di setiap negara sesuai kelompok sosial-ekonominya (Shek, Tang, & Lo, 2008; Subrahmanyam & Greenfield, 2008).

Keadaan yang dialami oleh individu seperti yang telah disebutkan diatas, dapat dikategorikan *technostress*. *Technostress* adalah dampak negatif pada sikap, pikiran, tingkah laku atau fisiologis tubuh yang disebabkan baik secara langsung maupun tidak langsung oleh teknologi. Menurut Weil dan Rosen (1977), *technostress* memiliki 7 tipe. Akan tetapi sejalan dengan kerelevanan teori dalam penelitian ini hanya digunakan 6 tipe dari 7 tipe yang tersedia, dikarenakan satu

tipe lainnya lebih sesuai bila diterapkan di dalam penelitian yang dilakukan di lingkungan perkantoran. Berikut 6 tipe *technostress* yang digunakan dalam penelitian ini yakni, *Learning technostress*, *Boundary technostress*, *Communication technostress*, *Time technostress*, *Family technostress*, dan *Societal technostress*.

Learning Technostress merupakan stress yang dialami oleh siswa-siswi pada teknologi yang baru bermunculan saat ini terkait dengan kemampuannya saat mempelajari teknologi yang siswa-siswi miliki. Tipe ini terbagi atas 3 jenis yaitu *eager adopters*, *hesitant 'prove its'* dan *resisters*. *Eager adopters* adalah tipe siswa-siswi pengguna teknologi terbaru pertama kali karena memandang teknologi tersebut sebagai hal yang menyenangkan dan menantang. Pada siswa-siswi tipe ini, cenderung merasa antusias pada kemunculan teknologi terbaru karena dapat mencoba kelebihan yang disajikan oleh teknologi tersebut.

Teknologi yang ada pastinya tidak selalu lancar dalam pengoperasiannya, pasti ada masalah seperti tiba-tiba teknologi tersebut terkena *virus* atau *loading* yang lama saat digunakan namun bagi mereka yang *eager adopters*, akan berusaha menyelesaikan permasalahan seperti ini dengan meng-*install* ulang laptopnya, menghilangkan *virus* atau menghapus sebagian aplikasi yang tidak terlalu penting di laptop atau *smartphone* yang dimiliki. Masalah tersebut akan menjadi tantangan tersendiri bagi *eager adopters*, apabila teknologi yang dimiliki berfungsi normal kembali siswa-siswi *eager adopters* akan merasa puas karena usahanya dalam menangani permasalahan pada teknologi yang dimiliki dapat membuahkan hasil.

Dapat dilihat siswa-siswi yang *eager adopters*, *learning technostress*-nya lebih rendah saat mempelajari teknologi baru karena mereka sangat tertarik mempelajari teknologi baru bahkan ingin memiliki teknologi tersebut pertama kali. Belum lagi ada rasa kepuasan tersendiri saat mencoba untuk memperbaiki teknologi yang dimiliki apalagi jika usahanya tersebut membuahkan hasil.

Jenis *Learning Technostress* yang kedua adalah *hesitant 'prove its'*. Siswa-siswi yang termasuk ke dalam kategori ini menganggap teknologi bukan sebagai benda yang menyenangkan. Jika mereka yang *eager adopters* akan berusaha mencari dan segera mencoba teknologi terbaru yang ada, lain halnya dengan yang *hesitant 'prove its'* yang cenderung menunggu teknologi tersebut terbukti memiliki manfaat bagi dirinya. Siswa-siswi *hesitant 'prove its'* tidak menutup diri untuk tidak mencoba atau menggunakan teknologi terbaru seperti *smartphone* misalnya, tetapi mereka hanya menunggu bahwa teknologi tersebut membawa manfaat bagi dirinya. Misalnya siswa akan mulai menggunakan *smartphone* jika memang teknologi tersebut bermanfaat untuk mendukung proses belajar-mengajar mereka dan aplikasi *chatting* di dalamnya dapat membantu untuk berkomunikasi dengan teman-temannya secara lebih mudah.

Siswa-siswi *hesitant 'prove its'* takut untuk bereksperimen dengan teknologi yang dimilikinya. Siswa-siswi akan sangat berhati-hati apabila ingin menambah aplikasi ke dalam teknologinya, mereka akan lebih memilih untuk bertanya terlebih dahulu pada orang yang lebih ahli begitupun jika teknologinya tersebut mengalami masalah mereka tidak akan mencoba memperbaikinya sendiri dan meminta pada orang yang lebih ahli untuk memperbaikinya.

Mereka dengan tipe *hesitant 'prove its'* ini *learning technostress*-nya lebih netral karena tidak akan langsung membeli atau memutuskan menggunakan teknologi terbaru yang baru muncul tetapi juga tidak akan menghindari dan tidak mau menggunakan alat teknologi tersebut. Siswa-siswi tipe ini lebih memilih menunggu apakah alat teknologi tersebut memang mereka butuhkan saat itu atau tidak.

Jenis terakhir dari *Learning Technostress* adalah *resisters*. Siswa-siswi dengan tipe ini cenderung menghindari teknologi, mereka tidak tahu apa yang harus dilakukan dengan teknologinya. Ketidakpeduliannya dengan yang orang lain katakan atau buktikan bahwa teknologi bermanfaat bagi kegiatan sehari-harinya. Teknologi sama sekali tidak menyenangkan untuk individu ini, hal ini dikarenakan mereka merasa takut akan merusak teknologi yang dimilikinya karena berpikir pengoperasian teknologi baru akan lebih rumit, jika terjadi masalah untuk memperbaiki sendiri mereka tidak mampu dan untuk bertanya pada orang lain pun merasa malu. Ketika permasalahan pada teknologi muncul, siswa-siswi yang *resisters* merasa bahwa hal tersebut adalah kesalahannya dan perasaan ini seringkali menjatuhkan rasa percaya diri mereka. Jenis terakhir dari *Learning Technostress* ini lebih menunjukkan *learning technostress* yang lebih tinggi karena cenderung menghindari teknologi karena perasaannya yang takut merusak teknologi terbaru yang dimiliki sehingga mereka pun merasa frustrasi dan malu apabila berhadapan dengan teknologi.

Boundary Technostress merupakan stress yang dialami siswa-siswi dimana mereka tidak memiliki batas lagi dengan teknologi yang dimiliki.

Teknologi yang ada memberikan segala fasilitas yang dapat memudahkan, baik itu untuk membantunya dalam proses belajar-mengajar atau kegiatan lainnya. Mereka tidak memiliki batas lagi dengan teknologi, setiap saat merasa teknologi yang dimiliki harus selalu didekatnya, misalnya saja *smartphone* atau *ipod* yang dimiliki karena apabila teknologi tersebut tidak ada di dekatnya mereka akan merasa kehilangan dan merasa tidak lengkap dengan tidak adanya teknologi tersebut. Kebiasaannya yang selalu mengecek notifikasi yang muncul di *smartphone*-nya dan mendengarkan musik disaat memiliki waktu luang membuatnya semakin melekatkan diri pada teknologi, dan keadaan ini disebut *technosis*.

Siswa tidak mampu lagi memisahkan diri dari teknologi yang dimiliki maka kondisi ini disebut *technosis*. *Boundary Technostress* yang dialami akan tinggi apabila siswa kehilangan batas antara diri dan teknologi yang dimiliki dan keadaan ini akan menyebabkan siswa maupun siswi menjadi tidak mampu untuk berfungsi dan mengembangkan diri mereka dengan baik karena selalu mengandalkan perangkat yang berasal dari luar dirinya.

Boundary Technostress lebih rendah dirasakan apabila siswa dan siswi mengetahui batasan antara teknologi dan dirinya sendiri. Mereka memiliki kontrol pada diri sendiri kapan harus menggunakan teknologinya dan kapan harus meninggalkan teknologi untuk mengerjakan kegiatan lain yang dimiliki. Misalnya saja ketika sedang berada di kelas dan mengerjakan tugas, mereka akan meninggalkan *smartphone* yang dimiliki misalnya agar dapat fokus dan berkonsentrasi pada kegiatan belajar-mengajarnya.

Communication Technostress adalah stress yang muncul pada siswa dan siswi karena komunikasi impersonal yang dialami. Hal ini disebabkan karena terbiasa menghubungi satu sama lain melalui komunikasi elektronik seperti *BBM*, *YM*, *email* dan *Whatsapp* yang menyebabkan mereka kehilangan kontak secara langsung.

Komunikasi elektronik memberikan kemudahan bagi penggunanya karena kecepatan dari penyampaian pesan. Akan tetapi, komunikasi bentuk ini tidak memberikan pesan secara utuh seperti komunikasi bertatap muka secara langsung, karena hanya menyediakan komunikasi secara tertulis. Siswa maupun siswi yang menggunakan komunikasi via *online* akan kehilangan pesan non verbal dari pengirim pesan seperti *gesture*, tubuh, intonasi, dan ekspresi wajah. Hilangnya pesan *non verbal* pada komunikasi elektronik ini terkadang menimbulkan perbedaan persepsi atau kesalahpahaman dalam komunikasi diantara mereka yang mengirim dan menerima pesan.

Sebagai contoh, saat mengirimkan pesan melalui *chat* jejaring sosial siswa pengirim pesan mengirimkan beberapa pertanyaan pada siswa penerima pesan namun siswa yang menerima pesan tidak menjawab seluruh pertanyaan dan menjawab pesan tersebut hanya dengan beberapa kalimat. Hal ini seringkali menimbulkan asumsi negatif dari salah satu pihak serta menduga-duga secara subjektif mengapa pesan tidak dijawab secara keseluruhan.

Communication Technostress tinggi apabila siswa terlalu mengandalkan komunikasi dengan menggunakan komunikasi elektronik, siswa merasa malas apabila berkomunikasi bertatap muka secara langsung namun akibatnya siswa

tidak mendapatkan jawaban yang memuaskan dan sering terjadi kesalahpahaman dari berkomunikasi melalui komunikasi elektronik. Siswa yang tidak terlalu mengandalkan komunikasi elektronik walaupun siswa memiliki akses untuk melakukan komunikasi melalui komunikasi elektronik, akan mengalami *Communication Technostress* yang lebih rendah karena siswa beranggapan komunikasi bertatap muka langsung lebih baik dan penyampaian maupun penerimaan pesan akan lebih jelas dan tidak akan mengalami kesalahpahaman.

Time Technostress adalah stress yang dialami siswa-siswi karena kekurangan waktu dan tidak sabar pada orang lain, diri serta teknologi yang dimiliki. Teknologi yang dimiliki seperti *smartphone*, laptop atau *ipod* memberikan fasilitas yang memudahkan dan kecepatan akses baik untuk perangkat itu sendiri maupun dalam mengakses informasi. Tetapi terkadang elektronik tersebut pun mengalami masalah yang membuat penggunaannya yakni siswa dan siswi menjadi tidak sabar pada perangkat elektronik yang dimiliki serta gelisah karena terbiasa dengan kecepatan akses dari perangkat ini yang memudahkan. Terkadang laptop, mesin *print* atau *smartphone* yang dimiliki jika dipakai terus-menerus tanpa jeda *loading*-nya pun akan lama ketika sedang mengakses aplikasi atau mencari informasi dan ini menyebabkan siswa atau siswi menjadi tidak fokus lagi dalam mengerjakan tugas.

Kebiasaan ingin serba cepat ini seringkali terbawa pada kehidupan siswa dan siswi, menginginkan segala hal di sekitarnya bergerak dengan cepat sehingga menjadi tidak sabar pada diri dan orang lain. Ketidaksabaran pada diri seringkali ditunjukkan dengan keinginan untuk menyelesaikan segala aktivitasnya dengan

cepat juga, sedangkan ketidaksabaran pada orang lain umumnya ditunjukkan dengan ketidaknyamanan siswa atau siswi ketika menunggu orang lain beraktivitas.

Time Technostress tinggi apabila siswa maupun siswi memaksakan tubuh yang dimiliki untuk bekerja secara cepat juga sama halnya dengan teknologi yang dimiliki. Tubuh mereka tidak bisa bertahan selama 24 jam penuh, harus ada waktu untuk mengistirahatkan tubuh. Ketika mereka berpikir dengan memiliki teknologi yang canggih akan membantunya mengerjakan pekerjaan dengan lebih cepat dan baik, siswa ataupun siswi akan terus memanfaatkan teknologi tersebut namun lupa bahwa tubuh membutuhkan waktu istirahat, walaupun dipaksakan tidak akan menghasilkan hasil yang baik. Dalam mengerjakan tugasnya menjadi tidak optimal, ide yang dihasilkan kurang baik dan tidak sesuai dengan harapan sedangkan waktu terus berjalan sehingga mereka pun menyalahkan waktu yang berjalan begitu cepat. Tanpa disadari siswa ataupun siswi telah membuang-buang waktu tanpa menghasilkan hasil yang baik dalam tugasnya.

Siswa-siswi yang menyadari bahwa dirinya dan sekelilingnya tidak bisa bekerja dengan cepat seperti hal-nya teknologi yang ada di alat elektroniknya, lebih bisa membagi waktu antara kapan harus mengerjakan tugasnya dan kapan harus mengistirahatkan tubuhnya agar tugas yang dikerjakan pun akan menghasilkan hasil yang baik, siswa atau siswi pun akan mengalami *time technostress* yang lebih rendah. Mereka tidak akan merasa seperti diburu oleh waktu untuk menyelesaikan tugasnya tetapi melupakan kondisi tubuhnya.

Family Technostress adalah stress yang dialami siswa dan siswi karena kurangnya kualitas interaksi dengan keluarga yang disebabkan oleh hadirnya teknologi di tengah-tengah keluarganya. Teknologi yang terdapat di dalam rumah membentuk *techno-cocoon*, *techno-cocoon* terjadi saat individu dalam keluarga sibuk dengan teknologi yang dimiliki, anggota keluarga terisolasi satu sama lain dan lupa bagaimana cara berkomunikasi.

Keunggulan teknologi yang ada saat ini dalam mengakses dunia maya misalnya terkadang menjadi perangkat tersendiri bagi siswa atau siswi, seringkali siswa menggunakan teknologi untuk mengakses dunia maya secara berlebihan atau terlalu asyik dengan *games online* yang dapat diakses dengan mudah.

Tanpa disadari hal ini terus berlangsung sampai ke dalam lingkup keluarga, di saat keluarga berkumpul untuk menghabiskan waktu bersama mereka tetap sibuk dengan teknologi yang dimiliki sehingga membatasi komunikasi antar anggota keluarga. Kualitas dari waktu bersama keluarga semakin berkurang karena kehadiran teknologi yang mengambil alih perhatian siswa atau siswi sehingga seringkali tidak menghiraukan anggota keluarga saat sedang berkumpul dan berbincang satu sama lain.

Family Technostress tinggi apabila siswa ataupun siswi sibuk dengan teknologi yang dimiliki, terisolasi satu sama lain dan tidak saling berkomunikasi di dalam keluarga yang disebut dengan *techno-cocoon*. Kurangnya perhatian dan tidak menghiraukan saat sedang berkumpul dan berbincang dengan anggota keluarga ini disebabkan karena mereka yang terlalu sibuk dengan teknologinya. *Family Technostress* rendah terjadi apabila siswa ataupun siswi dapat membatasi

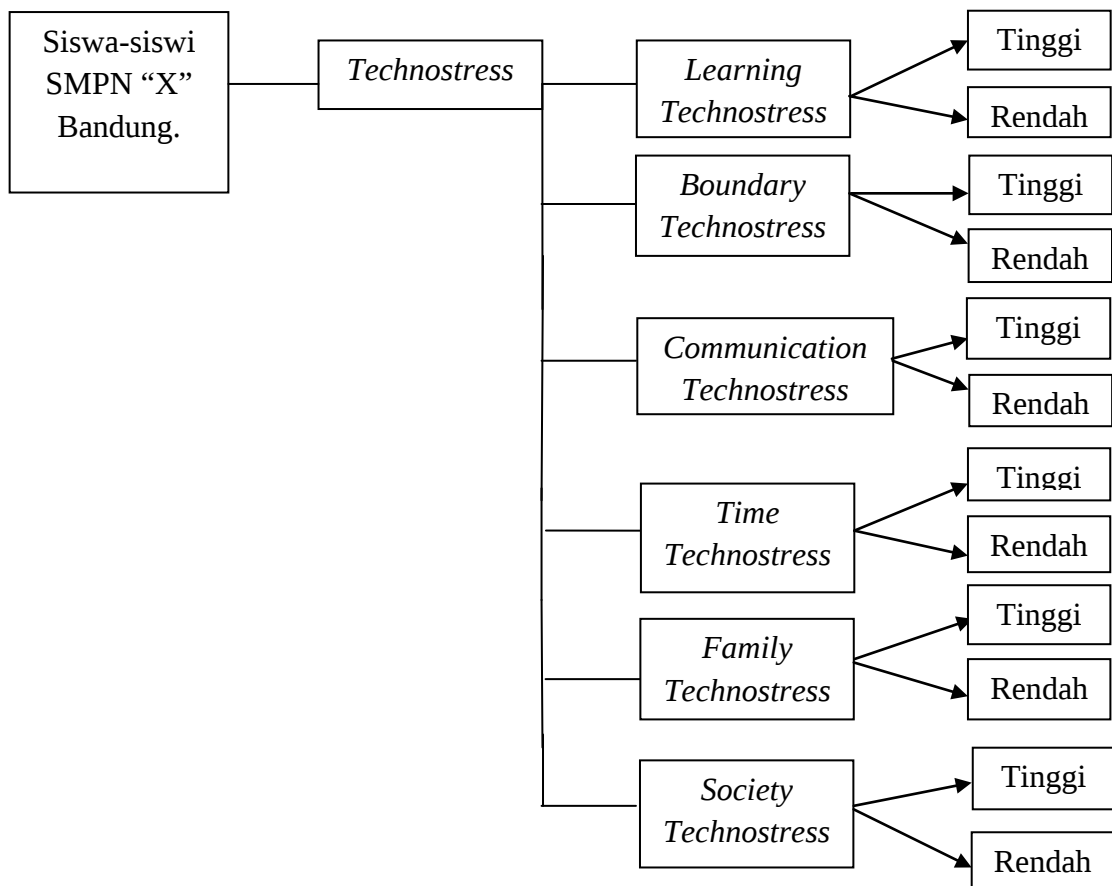
diri dalam menggunakan teknologi saat berada di rumah dan sadar bahwa di rumah adalah waktunya berkumpul dan berbincang dengan anggota keluarga lainnya.

Society Technostress adalah stress yang dirasakan siswa karena kecepatan evolusi teknologi komunikasi yang dimiliki justru membuat siswa terisolasi. Sebagai contoh dengan adanya *smartphone* siswa lebih cepat dan mudah dalam mendapatkan informasi yang siswa butuhkan melalui aplikasi yang tersedia di *smartphone* yang siswa miliki.

Siswa lupa bahwa informasi yang siswa dapatkan banyak dan seringkali berbeda-beda sehingga berdampak pada ketidakjelasan sumber dan keakuratan data. Siswa pun khawatir bahwa siswa lainnya yang mencari tugas melalui bantuan internet mendapatkan informasi yang akurat dari internet sehingga membuat buku tidak menjadi sumber utama yang akurat dalam menyelesaikan tugasnya.

Society Technostress tinggi akan dirasakan siswa yang terlalu bergantung dengan teknologi untuk menyelesaikan tugas yang dimiliki, sehingga saat terjadi masalah dengan alat teknologinya siswa akan merasa bingung, kesal dan tidak tahu harus mencari informasi darimana. Siswa yang tidak menjadikan teknologi yang ada menjadi alat utama untuk membantunya dalam mengerjakan tugas, tidak akan merasa bingung apabila alat teknologi yang dimiliki memiliki masalah, siswa akan mencari alternatif lain dengan mencari dari buku misalnya, *society technostress*-nya pun akan lebih rendah.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dilihat bagan kerangka pemikiran mengenai Tipe *Technostress* pada Siswa SMPN ‘X’ di Bandung adalah sebagai berikut :



Bagan 1.5 Kerangka Pemikiran

1.6. Asumsi Penelitian

1. Derajat *Technostress* pada Siswa dan Siswi SMPN “X” Bandung akan muncul pada beberapa atau salah satu tipe *technostress* yaitu *Learning technostress*, *Boundary Technostress*, *Time Technostress*, *Communication Technostress*, *Family Technostress* atau *Society Technostress*.
2. *Technostress* yang dialami oleh Siswa dan Siswi SMPN “X” akan tergantung pada seberapa tinggi derajat dari masing-masing tipe *technostress*.