

BAGIAN I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk sosial, artinya manusia tidak dapat hidup tanpa bantuan orang lain, di era globalisasi ini terdapat banyak sekali fenomena kehidupan yang terjadi. Mudahnya seseorang untuk mengakses internet membuat banyak sekali bermunculan aplikasi-aplikasi baru. Teknologi menjadi sesuatu yang sangat dibutuhkan dalam mempermudah setiap pekerjaan manusia. Salah satunya dalam hal komunikasi. Mudahnya seseorang dalam berkomunikasi saat ini dimanapun dan kapanpun membawa dampak besar dalam kehidupan. Salah satunya penggunaan media sosial yang semakin menjamur dikalangan masyarakat, khususnya kalangan yang saat ini akan kita bahas yakni kalangan remaja.

Selain dampak positif yang kita dapat dari kemajuan teknologi saat ini, terdapat juga dampak negatifnya yang tidak bisa diabaikan begitu saja. Salah satunya yang sangat berpengaruh adalah tersitanya waktu yang digunakan untuk bermain media sosial. Tidak banyak saat ini remaja lebih memilih bermain media sosial dari pada belajar. Hal ini juga tentunya akan mempengaruhi pola pikir dan prestasi serta dampak-dampak lain yang akan bermunculan.

Media sosial adalah sebuah media online yang para penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi dan menciptakan isi meliputi jejaring sosial, *blog*, forum, komunitas konten, dunia virtual, *wikis*, merupakan bentuk media sosial yang paling umum digunakan oleh masyarakat di seluruh dunia. Pendapat lain mengatakan bahwa media sosial adalah media online yang mendukung interaksi sosial dan media sosial menggunakan teknologi berbasis *web* yang mengubah komunikasi menjadi dialog interaktif.

Pesatnya perkembangan media sosial kini dikarenakan semua orang seperti bisa memiliki media sendiri. Jika untuk memiliki media tradisional seperti televisi, radio atau koran dibutuhkan modal yang besar dan tenaga kerja yang banyak, maka lain halnya dengan media sosial. Seorang pengguna

media sosial bisa mengakses menggunakan *smartphone* dimanapun dan kapanpun dia ingin mendapatkan informasi dengan menggunakan jaringan internet bahkan yang aksesnya lambat sekalipun, tanpa biaya besar, tanpa alat mahal dan dilakukan sendiri. Sebagai pengguna sosial media kita bebas mengedit, menambahkan, memodifikasi baik tulisan, gambar, video, grafis, dan berbagai model konten lainnya.

Penelitian Standford University dalam Rury (2015: 2) menunjukkan bahwa orang yang tidak menggunakan internet dalam waktu enam jam secara acak di hari apapun lebih mungkin untuk menghabiskan waktu, dengan rata-rata, hampir dua kali lebih banyak dengan keluarga pada jam-jam tersebut dibandingkan dengan mereka yang menghabiskan waktu satu jam atau lebih untuk online.

Banyak dijumpai di Indonesia saat ini bahwa orang-orang lebih menyukai berhubungan dengan seseorang melalui *smartphone*-nya. Mereka lebih suka sibuk dengan bermain *smartphone* atau *handphone* nya dibandingkan berbicara dengan orang yang ada didekatnya. Fenomena yang sangat sering dijumpai lainnya yakni melihat beberapa orang sedang bersama untuk *hangout* atau untuk nongkrong akan tetapi mereka tidak saling berbicara melainkan mereka hanya berkumpul dan sibuk dengan *smartphone* atau *handphone*-nya masing-masing. Hal inilah yang memunculkan semboyan bahwa saat ini *smartphone* itu “menjauhkan yang dekat dan mendekatkan yang jauh”.

Ketika proses belajar mengajar dimulai, tidak sedikit pula siswa yang mencuri-curi keadaan untuk membuka *handphone*. Selain membalas pesan, mereka juga membuka media sosial. Namun ketika berada di kelas hanya beberapa siswa saja yang berani. Berbeda ketika mereka sedang berada di luar kelas atau pada saat jam istirahat berlangsung. Ketika istirahat hampir mayoritas siswa memegang *handphone*, Bahkan tidak sedikit siswa yang lebih asik bermain *handphone* dari pada pergi untuk makan atau bahkan ngobrol dengan temannya. Siswa kebanyakan membuka *Instagram*, *Tiktok* dan *Facebook*. Terlalu seringnya guru mata pelajaran lain menemukan siswa yang

mengeksek media sosial di kelas, guru mata pelajaran melaporkannya ke guru BK agar siswa tersebut diberikan layanan atau bila perlu diberikan bimbingan.

Menurut data guru BK, paling sering guru mata pelajaran Matematika dan mata pelajaran yang membutuhkan internet untuk mendapatkan bahan tambahan atau referensi pelajaran yang tidak ada di buku paket. Misalnya Sejarah, Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Biasanya terdapat 3 hingga 5 siswa yang ketahuan mengakses media sosial di kelas. Guru mata pelajaran lain menyimpulkan bahwa siswa tersebut terkena gejala dampak negatif berdasarkan kebiasaan anak tersebut yang sudah berkali-kali ketahuan mengakses media sosial ketika jam pelajaran berlangsung.

Dampak negatif dari media sosial yakni berkurangnya interaksi secara langsung atau tatap muka, munculnya gejala-gejala dampak negatif penggunaan media sosial yang melebihi dosis, serta persoalan etika dan hukum karena kontennya yang melanggar moral, privasi serta peraturan. Tanpa disadari media sosial ini menimbulkan berbagai perilaku siswa baik kecanduan ataupun tidak, dari hal baik hingga hal buruk. Baiknya bermanfaat bagi siswa sebagai penunjang untuk menumbuhkan minat belajar akan tetapi apa saja bisa terjadi di media sosial jika tidak diawasi dan diberi panduan atau penjelasan yang tepat seperti menemukan hal-hal berbau pornografi dari foto/gambar, video dan iklan-iklan yang tidak baik bahkan tidak wajar bermunculan tanpa harus menjadi teman atau bergabung di grup. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Tjahjono dkk (2004:51) yaitu “Penampilan gambar, foto, ilustrasi, atau penggunaan kata-kata (diksi) tertentu di dalam media, disadari atau tidak, dapat mengandung unsur pornografi disebabkan rendahnya standard atau selera medianya”.

Bahkan dengan kegunaan dari media sosial tersebut masih ada beberapa siswa yang menyalahgunakannya, hal inilah yang menjadi perhatian dari banyak guru dan peneliti karena dampak dari penyalahgunaan tersebut bukan hanya terdapat dampak positif bahkan dampak negatif pun sangat banyak terutama di media sosial karena akan berpengaruh terhadap proses belajar siswa karena pada dasarnya media sosial diyakini dapat mempengaruhi

kehidupan manusia khususnya dalam kalangan kaum muda yang mana proses penerimaan pada tahap awal dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat mempengaruhi kehidupan yang ada disekitarnya serta proses komunikasi menjadi tidak efektif (Mustafa, S. E & Hamzah, A,2011:95).

Dalam menangani masalah dampak negatif penggunaan media sosial tersebut, guru BK dapat memberikan *treatment* dalam upaya menemukan pribadi dan merencanakan masa depan termasuk mengubah perilaku yang kurang baik seperti terlalu sering menggunakan media sosial yang berdampak buruk bagi siswa khususnya kelas VIII SMP Koperasi Pontianak menjadi perilaku yang terpuji seperti mengurangi menggunakan *handphone* pada saat jam berlangsung ataupun pada saat jam istirahat tidak terlalu fokus pada *handphone* dan lebih banyak berinteraksi dengan para siswa lainnya, dalam pengurangan dampak negatif penggunaan media sosial dengan diberikannya layanan informasi sebagai teknik perubahan perilaku atau kebiasaan yang salah, maka siswa dapat mengubahnya dengan perilaku yang benar guna meningkatkan disiplin belajar. Sehingga memberi dampak yang positif bagi hasil belajarnya.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik melakukan Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) tentang mengurangi dampak negatif penggunaan media sosial melalui layanan informasi dengan teknik audio visual pada siswa kelas VIII SMP Koperasi Pontianak.

B. Rumusan Masalah

1. Masalah Umum

Berdasarkan judul dan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka masalah umum penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Bagaimanakah mengurangi dampak negatif penggunaan media sosial melalui layanan informasi dengan teknik audio visual pada siswa kelas VIII SMP Koperasi Pontianak’

2. Masalah Khusus

- a. Bagaimanakah gambaran dampak negatif penggunaan media sosial pada siswa kelas VIII SMP Koperasi Pontianak
- b. Bagaimanakah proses pelaksanaan layanan informasi dengan teknik audio visual untuk mengurangi dampak negatif penggunaan media sosial pada siswa kelas VIII SMP Koperasi Pontianak
- c. Bagaimanakah gambaran dampak negatif penggunaan media sosial setelah diberikan layanan informasi dengan teknik audio visual pada siswa kelas VIII SMP Koperasi Pontianak

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Pengurangan dampak negatif penggunaan media sosial melalui layanan informasi dengan teknik audio visual pada siswa kelas VIII SMP Koperasi Pontianak”.

2. Tujuan Khusus

Secara Khusus penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

- a. Gambaran dampak negatif penggunaan media sosial pada siswa kelas VIII SMP Koperasi Pontianak
- b. Proses pelaksanaan layanan informasi dengan teknik audio visual untuk mengurangi dampak negatif penggunaan media sosial pada siswa kelas VIII SMP Koperasi Pontianak
- c. Gambaran dampak negatif penggunaan media sosial setelah diberikan layanan informasi dengan teknik audio visual pada siswa kelas VIII SMP Koperasi Pontianak.

D. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, adapun manfaat yang diharapkan adalah:

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan program studi Bimbingan dan Konseling untuk mengurangi dampak negatif penggunaan media sosial.

2. Manfaat Praktis

a. Siswa

Hasil penelitian ini agar siswa dapat meningkatkan pengetahuan tentang penggunaan media sosial dalam pemecahan masalah yang di hadapinya dan mendorong agar peserta didik bisa bersosialisasi dengan baik di lingkungan dan sekolah.

b. Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi salah satu acuan bagi guru bimbingan dan konseling melalui pemberian layanan informasi dalam mengurangi dampak negatif penggunaan media sosial pada siswa.

c. Kepala Sekolah

Kepala sekolah dapat mendukung serta memberikan fasilitas yang baik bagi guru Bimbingan dan Konseling sebagai sarana siswa mendapatkan layanan dalam mengurangi dampak negatif media sosial.

d. Peneliti

Peneliti diharapkan untuk bisa mengetahui dampak negatif penggunaan media sosial peserta didik dengan memperluas subjek penelitian, tidak hanya di SMP Koperasi Pontianak.

e. Orang tua

Kegunaan dari penelitian ini untuk orang tua yaitu, agar orang tua mengetahui bahwa pentingnya dalam mengontrol waktu belajar dan bermain media sosial pada anak baik di rumah maupun di sekolah.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian dapat diartikan sebagai objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Sutrisno Hadi (2004:224) mengatakan bahwa: “ Variabel adalah semua objek yang menjadi sasaran penyelidikan, disebut juga gejala yang menyebabkan variasi baik dalam jenis maupun dalam tingkatannya”. Kerlinger (dalam Suharsimi Arikunto, 2010:97) menggambarkan pengertian variabel sebagai berikut : Variabel sebagai sebuah konsep seperti halnya laki-laki dalam konsep jenis kelamin, insaf dalam konsep kesadaran:. Adapun Best (dalam Amirul Hadi dan Haryono, 2005:204) menyatakan bahwa : “Variabel penelitian adalah kondisi-kondisi atau serenteristik-serenteristik yang oleh peneliti dimanipulasikan, dikontrol atau diobservasi dalam suatu penelitian”.

Jelaslah bahwa variabel merupakan inti atau fokus utama dalam penelitian. Seirama dalam pendapat Suharsimi Arikunto (2010:99) mengatakan bahwa : “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian pengamatan dalam suatu penelitian”. Adapun Sugiyono (2002:2) menyatakan : “Variabel merupakan gejala yang menjadi fokus peneliti untuk diamati”.

Berdasarkan definisi di atas, dapatlah disimpulkan bahwa variabel adalah gejala-gejala yang bervariasi yang menjadi titik perhatian atau sasaran penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal, yaitu gejala yang diteliti tidak disebabkan oleh gejala yang lain dan tidak bermaksud menimbulkan gejala yang baru, atau dengan kata lain gejala yang diselidiki bersifat netral.

a. Variabel Masalah

Variabel masalah adalah variabel yang mempengaruhi variabel tindakan. Menurut pendapat Sugiyono (2015: 61) “Variabel masalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel tindakan”. Selanjutnya menurut Zulfadrial (2012: 14) ”Variabel masalah adalah variabel yang

mengandung gejala atau faktor-faktor yang menentukan atau mempengaruhi ada atau munculnya variabel lain”. Carrol & Kirkpatrick (2011) menjelaskan, adanya media sosial memberikan dampak bagi penggunanya, baik dalam dampak negatif maupun dampak positif. Dampak negatif media sosial dibagi menjadi beberapa bagian yaitu :

1) *Cyberbullying*

Penggunaan media sosial menciptakan kesempatan untuk mendapat tekanan emosional dan menerima komunikasi yang mengancam, melecehkan atau memalukan dari remaja lain. *Cyberbullying* didasarkan dari tiga hal yakni pengulangan, niat yang disengaja untuk melukai, dan ketidakseimbangan kekuatan. Definisi *cyberbullying* sendiri cukup banyak namun pada dasarnya perilaku agresif yang ditunjukkan pada seseorang di media elektronik yang menyebabkan korban sulit untuk membela diri dan menyebabkan dampak buruk bagi korban. *Cyberbullying* telah terbukti menyebabkan tingkat depresi dan kecemasan yang lebih tinggi (Gámez-Guadix et al. 2013; Dredge et al. 2014; Matook et al. 2015; Carroll, J.A. & Kirkpatrick 2011).

2) Harga diri rendah

Penggunaan media sosial digunakan remaja sebagai ajang untuk menjadi yang terbaik, sebagai contoh remaja berusaha menunjukkan penampilan mereka yang terbaik, dalam segi gaya hidup maupun kemampuan. Hal ini membuat remaja yang tidak bisa melakukan hal yang sama akan merasa pesimis dan menimbulkan harga diri rendah (Brusilovskiy et al. 2016).

3) Penurunan prestasi akademik

Hal ini terjadi disebabkan tidak efisiennya saat belajar akibat multitasking dengan media sosial dan berkurangnya waktu belajar akibat bermain media sosial. Namun, tidak semua remaja merasakan hal ini. (Spies & Gayla 2014; Ahn 2011).

4) Kecemasan sosial

Ketergantungan media sosial membuat individu kurang berinteraksi, hal ini membuat seseorang merasa takut jika bertemu dengan orang baru ataupun situasi baru sehingga berdampak memiliki teman yang sedikit serta sering berpikiran negatif terhadap orang lain, remaja dengan seperti ini dikatakan mengalami kecemasan sosial.

5) Kestabilan emosi

Konten dari media sosial yang sangat luas membuat penggunaannya dengan sangat bebas mengakses dan melihat apapun, termasuk yang mengandung unsur yang memicu perubahan suasana perasaan atau emosi. Ketika stimulus yang didapatkan oleh individu dengan intensitas yang tinggi akan mengakibatkan perubahan suasana perasaan sehingga berdampak pada perubahan kestabilan emosi (Locke 2001 dalam Setyawan 2016).

b. Variabel Tindakan

Variabel Tindakan adalah variabel yang muncul karena dipengaruhi oleh variabel masalah. Menurut Sugiyono (2015: 61) “Variabel tindakan merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel masalah”.

Prayitno menjelaskan operasionalisasi layanan informasi, layanan informasi perlu direncanakan oleh konselor dengan cermat, baik mengenai informasi yang menjadi isi layanan, metode maupun media yang digunakan. Kegiatan peserta, selain mendengar dan menyimak, perlu mendapat pengarahan secukupnya

- 1) Perencanaan
- 2) Pelaksanaan
- 3) Evaluasi
- 4) Analisis hasil evaluasi
- 5) Tindak lanjut
- 6) Pelaporan

2. Definisi Operasional

1. Layanan Informasi Dengan Teknik Audio Visual

Layanan informasi merupakan layanan yang memungkinkan individu untuk memperoleh pemahaman dari suatu informasi dan pengetahuan yang diperlukan sehingga dapat dipergunakan untuk mengenali diri sendiri dan lingkungan. Adapun teknik yang digunakan yaitu teknik audio visual yang digunakan dalam penelitian bimbingan dan konseling yang memanfaatkan suatu media mempunyai unsur gambar dan suara yang berdurasi pendek untuk mempermudah peserta didik dalam memahami suatu layanan yang diberikan.

2. Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial

Dampak negatif penggunaan media sosial adalah keadaan dimana seseorang ketergantungan terhadap teknologi terkini (media sosial). Perkembangan teknologi media sosial ini sudah menyebar di kehidupan sehari-hari serta telah mengubah gaya hidup bahkan pola pikir. Adapun aspek-aspek dampak negatif penggunaan media sosial yakni, 1) *cyberbullying*, 2) harga diri rendah, 3) penurunan prestasi akademik, 4) kecemasan sosial, 5) kestabilan emosi.