

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja atau *adolescent* merupakan masa transisi antara anak-anak dan dewasa. Remaja mengalami perubahan secara fisik, kognitif, dan sosial-emosional. Secara fisik, remaja mulai mengalami pertumbuhan pada bagian-bagian tubuhnya sehingga remaja lebih memperhatikan penampilannya. Pada perubahan secara kognitif yaitu remaja mengalami kematangan dalam berpikir, menalar, dan belajar. Kemudian pada perubahan secara sosial yaitu remaja mulai mengalami perubahan dalam berhubungan atau bersosialisasi dengan orang lain, sedangkan secara emosional yaitu pada remaja mulai mengalami gejolak emosi (Santrock dalam Khoirunisa, 2015).

Selama remaja mengalami proses perubahan-perubahan tersebut, remaja mulai mengevaluasi dirinya yaitu seberapa besar remaja mampu untuk menghadapi setiap perubahan yang dialami. Apabila di setiap perubahan yang dialami dianggap tidak sesuai dengan diri remaja kemudian tidak mampu mengevaluasi dirinya, sehingga ini pun dapat berdampak pada harga diri remaja (Potter & Perry, 2010).

Harga diri merupakan bentuk evaluasi diri yang mencakup harga diri positif maupun negatif. Pada remaja yang memiliki harga diri positif cenderung akan menciptakan pribadi yang sehat, harmonis, termotivasi, dan berperilaku maupun berpikir secara positif. Lain halnya remaja yang memiliki harga diri negatif akan mudah merasa tidak puas, tidak memiliki harapan hidup, dan

cenderung merasa minder. Harga diri remaja tidak luput dipengaruhi oleh peran lingkungan (Gilovich, Keltner, Nisbett, 2011).

Lingkungan yang paling banyak berpengaruh pada usia remaja adalah teman sebaya. Melalui teman sebaya, remaja mampu mengungkapkan segala kondisinya dan dapat saling berbagi serta menghargai satu sama lain, dan mayoritas remaja membentuk kelompok - kelompok yang memiliki norma dan nilai yang sama di mana secara tidak langsung dalam kelompok tersebut terdapat penekanan-penekanan yang cukup berdampak pada diri remaja. Melalui penekanan tersebut, remaja akan selalu mengikuti setiap perkembangan yang dilakukan didalam kelompok tersebut.

Jaman globalisasi membuat teknologi telekomunikasi menjadi banyak dikenal kalangan masyarakat, salah satunya adalah penggunaan *smartphone*. Bagi masyarakat, *smartphone* memiliki fungsi seperti *mobile phone* yaitu menerima dan mengirim pesan atau menelepon serta memiliki fungsi tambahan seperti fasilitas pengambilan gambar (kamera), *searching*, media sosial, aplikasi *note* (catatan), sementara pengaruh negatif adanya *smartphone* bagi penggunanya yaitu komunikasi yang sebelumnya dapat dilakukan secara langsung tatap muka atau *face-to-face* menjadi komunikasi melalui perantara. Hal ini mengakibatkan kualitas manusia dalam berkomunikasi antar sesama menurun (Khoirunisa, 2015)

Secara umum, jumlah pengguna *smartphone* dapat ditunjukkan oleh sebuah statistik yang dilakukan pada tahun 2013 di beberapa negara maju mengenai pengguna *smartphone*. Statistik tersebut menunjukkan bahwa pengguna *smartphone* terbanyak adalah usia 18-24 tahun yaitu sebesar 80 % dari semua usia pengguna *smartphone* (Deloitte dalam Khoirunisa, 2015).

Hasil survei yang dilakukan oleh *Taylor Nelson Sofrens* (TNS) di Indonesia, terdapat 39% pengguna *smartphone*, mayoritas pada kalangan remaja berusia 16 hingga 21 tahun. Seiring dengan survei tersebut menggambarkan bahwa pelaku yang paling pesat dalam beradaptasi pada hal teknologi berkomunikasi adalah remaja (Perdana, 2013).

Melalui penekanan tersebut, remaja akan selalu mengikuti setiap perkembangan yang dilakukan di dalam kelompok tersebut. Jika remaja mampu mengikuti perkembangan tersebut, maka remaja akan mendapatkan penerimaan dan dihargai oleh temannya. Sebaliknya jika remaja tidak mampu mengikuti seperti apa yang dilakukan oleh temannya cenderung akan dijauhi dan menerima penolakan (Santrock dalam Khoirunisa, 2015). Hal tersebut didukung oleh sebuah penelitian mengungkapkan bahwa harga diri remaja akan sensitif akibat pengaruh teman. Hal ini sangat erat kaitannya bahwa remaja sangat mudah terpengaruh untuk mengikuti segala sikap, minat, penampilan dan perilaku dari temannya, sehingga remaja cenderung mengikuti apa yang menjadi kesukaan temannya (Cipto & Kuncoro, 2010). Hasil penelitian lain juga mengungkapkan harga diri remaja menurun akibat kurangnya dukungan sosial yang diberikan dari teman sebaya. Dukungan ini berupa penerimaan dan penghargaan. Semakin tinggi penerimaan teman, akan berkontribusi pada peningkatan harga diri remaja (Birkeland, Breivik, & Wold, 2014).

Sehubungan dengan berkomunikasi, terdapat kaitannya pengaruh hubungan teman sebaya terhadap harga diri pada remaja pengguna *smartphone*. Teman sebaya memiliki peran terbesar dalam mempengaruhi harga diri, sehingga menggambarkan bahwa remaja yang tidak memiliki *smartphone* cenderung memiliki harga diri rendah (Isiklar, Sar, & Durmuscelebi, 2013).

Hasil penelitian yang diadakan oleh Kementerian Informasi dan Informatika (Kominfo), UNICEF, dan *Harvard University* pada tahun 2014 dengan mengambil sampel 400 remaja berusia 10-19 tahun yang tersebar di 11 provinsi Indonesia setidaknya 30 juta remaja, sehingga menjadi pilihan utama komunikasi dengan *smartphone* yang digunakan dalam kehidupan menunjukkan hampir 80% remaja di Indonesia kecanduan internet (Siaran pers, 2014). Frekuensi pengguna *smartphone* yang adiksi (kecanduan) adalah 2-10 jam per minggu (Kusumadewi, 2009).

Data dari Statista (2014) salah satu lembaga survei statistik dunia di bidang industri pasar pemerintahan, dan internet per bulan Juni menunjukkan bahwa pengguna internet terbesar adalah remaja dengan rentang usia 15-24 tahun yang memiliki presentase 26,7% .

Smartphone merupakan media komunikasi yang sangat akrab dengan masyarakat dan memiliki banyak keuntungan dibandingkan telepon seluler. Keunggulan *smartphone* yang menggunakan teknologi *android*, teknologi yang cukup canggih karena di lengkapi fitur yang menarik dan beraneka macam (Salisiya, 2013).

Hadirnya *smartphone* memberikan banyak pengaruh baik positif maupun negatif. Pengguna *smartphone* secara terus menerus dan dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan gangguan kesehatan diantaranya pusing, iritasi kulit, kanker telinga, kanker, tumor otak yang merupakan efek radiasi(Mulyanta, 2003).

Dampak *smartphone* yang lain adalah adanya kecanduan terhadap *smartphone*(Adiksi). Adiksi adalah suatu gangguan yang bersifat kronis ditandai dengan perbuatan kompulsif secara berulang-ulang untuk mendapatkan kepuasan pada aktivitas tersebut (Soejipto, 2007).

Penelitian yang dilakukan oleh Li dan Lepp (2015) telah mengidentifikasi adanya berbagai pengaruh negatif pada penggunaan *smartphone* yang tidak terkontrol. Pengaruh negatif tersebut antara lain penurunan performa akademik, kualitas tidur yang buruk, penurunan kesehatan mental, peningkatan perilaku malas bergerak, dan penurunan aktivitas latihan. Perilaku adiksi pada *smartphone* sangat berdampak pada kehidupan remaja dan menimbulkan berbagai masalah psikososial.

Peran orang tua dan guru dalam pengguna *smartphone* cukup tinggi bagi remaja terutama di Indonesia, hal ini mengkhawatirkan bagi remaja dan perlu mendapat perhatian dari berbagai pihak terutama orang tua dan guru agar dapat mengawasi dan menanggulangi pengguna *smartphone* berlebihan. Peran orang tua dalam mendidik remaja sangat menentukan pembentukan karakter dan perkembangan kepribadian remaja tersebut (Edy, 2015). Penanganan terkait pengguna *smartphone* oleh orang tua dan guru bagi remaja memerlukan proses yang menuntut usaha dari remaja tersebut dan memberikan batasan waktu menggunakan *smartphone* dan bersosialisasi dengan teman sebaya.

Petugas kesehatan memiliki peran dalam memberikan pendidikan kesehatan dan upaya kesehatan dasar dalam pelaksanaan program UKS, pada kegiatan promotif dan preventif terhadap masalah kesehatan mental.

Depkes (2007) mencanangkan tiga program pokok UKS yang meliputi pendidikan kesehatan (pendidikan ketrampilan hidup sehat), pelayanan kesehatan (kegiatan peningkatan promotif) dan kegiatan alternatif sekolah diantaranya penyelenggaraan aktivitas fotografi/videografi dan turnamen olahraga rutin, dan pembinaan lingkungan kehidupan sekolah sehat (pemantapan sekolah) kegiatan keagamaan, serta kegiatan ekstrakurikuler sekolah seperti pramuka, PMR,

OSIS, dan kegiatan positif lainnya, kegiatan alternatif ini bermanfaat bagi remaja dalam penggunaan media elektronik dan berguna bagi perkembangan remaja. Bentuk layanan kesehatan mental di UKS adalah pemeriksaan perkembangan kecerdasan, program pendidikan jasmani, dan HPS (Health Promoting School), dan kecakapan personal (Notoatmojo, 2007).

SMA St. Alexius terletak di daerah Duren Sawit Jakarta Timur terdiri dari 80 siswa. Kelas X terdiri dari 30 siswa, kelas XI terdiri 30 siswa, dan kelas XII 20 siswa, dengan proporsi laki-laki 49 siswa dan perempuan 31 siswa. Sementara SMA Budi Mulia terletak di daerah Mangga Besar Jakarta Pusat terdapat 80 siswa. Terdiri laki-laki 40 siswa dan perempuan 40 siswa. Peneliti mengambil sampel hanya 20 siswa yang menjadi responden dengan proporsi laki-laki 10 siswa dan perempuan 10 siswa.

Berdasarkan fenomena banyaknya remaja pengguna *smartphone* dan beberapa diantaranya mengalami masalah gangguan harga diri dan kesehatan mental, maka peneliti berminat melakukan penelitian terkait di kota besar yaitu kota Jakarta.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang banyaknya remaja pengguna *smartphone* yang dalam penggunaannya dapat dilakukan secara berlebihan terutama di kota besar DKI Jakarta yang merupakan *trend center* bagi remaja maka masalah penelitian ini adalah bagaimana gambaran harga diri dan kesehatan mental remaja pengguna *smartphone* di SMA St Alexius dan SMA Budi Mulia Jakarta“.

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Diketahui gambaran harga diri dan kesehatan mental remaja pengguna *smartphone* di SMA St. Alexius dan SMA Budi Mulia Jakarta.

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui gambaran karakteristik (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan) remaja pengguna *smartphone* di SMA St. Alexius dan SMA Budi Mulia Jakarta.
- b. Diketahui gambaran harga diri remaja pengguna *smartphone* di SMA St. Alexius dan SMA Budi Mulia Jakarta.
- c. Diketahui gambaran kesehatan mental remaja pengguna *smartphone* di SMA St. Alexius dan SMA Budi Mulia Jakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi pendidikan STIK Sint Carolus Jakarta

Sebagai alternatif masukan dalam membuat perencanaan kebijakan penanggulangan kesehatan serta evaluasi program kesehatan khususnya Mata kuliah keperawatan Jiwa, Komunitas, Anak, dan Keluarga.

2. Bagi Penelitian

Sebagai landasan bagi peneliti untuk mengeksplorasi lebih luas untuk mendapatkan pengalaman peneliti dan menambah wawasan tentang gambaran harga diri dan kesehatan mental remaja pengguna *smartphone*.

3. Bagi Unit Kesehatan Sekolah (UKS)

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberi masukan terhadap sekolah untuk melibatkan remaja dalam rangka mendukung kegiatan yang dapat meningkatkan kualitas program pendidikan kepada siswa siswi dimasa yang akan datang seperti program UKS dan bimbingan konseling.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini berkaitan tentang gambaran harga diri dan kesehatan mental remaja pengguna *smartphone* di SMA St. Alexius dan SMA Budi Mulia Jakarta. Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Oktober 2016 dan Januari 2017. Jenis penelitian ini adalah penelitian *non – eksperimen* dengan metode penelitian deskriptif dan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling* dengan cara memberikan pertanyaan melalui kuesioner.