

Internet Addiction Ditinjau dari Keterampilan Sosial pada Siswa SMA PAB 6 Medan

**Ayuni Syah Fitri¹, Ika Shabrina², Indah Fitriani³, Juraidah⁴,
Rina Mirza⁵**

Program studi Psikologi Universitas Prima Indonesia (UNPRI) Medan.

Abstract : *This study aims to determine the relationship between social skills and internet addiction. The hypothesis of this study states that there is a negative correlation between social skills and internet addiction, with the assumption that the higher social skills, the lower the internet addiction and conversely the lower social skills, the higher internet addiction. The subjects of the study are 127 student at SMA Persatuan Amal Bakti (PAB) 6 Helvetia Medan Sumatera Utara Branch chosen by total disproportionate stratified random sampling method. Data were obtained from a scale for measuring social skills and internet addiction. The results of data analysis showed that the correlation coefficient was -0.535 with $p < 0.000$ ($p < 0.05$). It showed that there is a negative correlation between social skills and internet addiction. From these results, it is concluded that the hypothesis stating that there is a negative relationship between social skills with internet addiction, is acceptable.*

Keywords : *Internet addiction, Social skills*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hal yang paling penting bagi generasi penerus bangsa, khususnya di Indonesia. Pendidikan menuntun masa depan dan arah hidup seseorang. Bakat dan keahlian seseorang akan terbentuk dan terasah melalui pendidikan. Pendidikan sering terjadi di bawah bimbingan orang lain, tetapi memungkinkan terjadi secara otodidak. Selain di sekolah pendidikan juga dapat diperoleh dari mana saja. Salah satu pembelajaran yang kita dapatkan melalui pendidikan yaitu sikap. Sikap adalah bagaimana cara kita berinteraksi dengan orang lain.

Sunaryo (2002) berpendapat suatu tindakan disebut interaksi sosial apabila individu melakukan tindakan sehingga menimbulkan reaksi dari individu lain. Interaksi sosial dimulai apabila dua orang bertemu, misalnya saling menyapa, saling berjabat tangan, saling berbincang, atau mungkin saling berkelahi. Interaksi sosial dilakukan oleh semua orang termasuk remaja dalam masyarakat atau hubungan pertemanan apabila terdapat kontak sosial dan komunikasi yang dapat terjadi tanpa harus menyentuh seseorang, contohnya melalui situs jejaring sosial. Papalia dan Olds (dalam Jahja, 2011) berpendapat bahwa masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluhan tahun. Senada dengan itu, Freud (dalam Jahja, 2011) menambahkan bahwa masa remaja terjadi proses perubahan, meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan dan psikoseksual dan juga terjadi perubahan dalam hubungan dengan orang tua dan cita-cita mereka, dimana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan.

WHO (*World Health Organization*) suatu organisasi dunia (dalam Malahayati, 2010) remaja adalah mereka dengan rentang usia 18-24 tahun dan mereka yang sudah mengalami perkembangan, dari saat pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekunder sampai ia mencapai kematangan seksual, perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menuju dewasa. Terjadinya peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi yang penuh kepada keadaan ekonomi yang relatif lebih mandiri. Internet merupakan salah satu bentuk evolusi perkembangan komunikasi dan teknologi yang berpengaruh pada umat manusia. Media internet tidak hanya menjadi media berkomunikasi semata, meningkatkan kemampuan, sebagai sumber pustaka tanpa batas, dan bahkan menjadikan internet sebagai lahan bisnis yang menggiurkan.

Pada tahun 2017, jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 143.26 juta jiwa. Angka tersebut meningkat dibandingkan pada tahun sebelumnya, yakni tahun 2016 yang tercatat mencapai 132.7 juta jiwa. Data tersebut merupakan hasil survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). Sekretaris Jenderal APJII Henri Kasyfi

Soemartono menjelaskan, jumlah pengguna internet pada tahun 2017 tersebut mencakup 54.68 persen dari total populasi Indonesia yang mencapai 262 juta orang. Henry menyatakan bahwa setiap tahun angka pengguna internet selalu meningkat. Berdasarkan jenis kelamin, komposisi pengguna internet di Indonesia adalah 51.43 persen laki-laki dan 48.57 persen perempuan. Adapun berdasarkan usia, sebanyak 16.68 persen pengguna berusia 13-18 tahun dan 49.52 persen berusia 19-34 tahun. Sementara itu, persentase pengguna internet berusia 35-54 tahun mencapai 29.55 persen. Pengguna internet berusia 54 tahun ke atas mencapai 4.24 persen. Berdasarkan wilayah, lebih dari separuh atau 58.08 persen pengguna internet di Indonesia pada tahun 2017 berada di Pulau Jawa. Adapun sekitar 19 persen berada di Sumatera, 7.97 persen di Kalimantan, 5.63 persen berada di Bali dan Nusa Tenggara, 6.73 persen berada di Sulawesi, serta 2.49 persen di Maluku dan Papua. Bila dilihat dari karakter kota atau kabupaten, sebagian besar atau 72.41 persen pengguna internet berada di kawasan urban alias perkotaan. Sementara itu, sebanyak 49.49 persen berada di kawasan rural-urban dan 48.25 persen berada di kawasan rural. Berdasarkan tingkat pendidikan, sebanyak 88 persen pengguna internet di Indonesia merupakan lulusan S2 atau S3, kemudian 79.23 persen merupakan lulusan sarjana atau diploma. Pengguna internet yang merupakan lulusan SMA atau sederajat mencapai 70.54 persen. Adapun pengguna internet lulusan SMP atau sederajat mencapai 48.53 persen dan lulusan SD atau sederajat mencapai 25.10 persen. Sementara itu, pengguna internet yang tidak mengenyam pendidikan sama sekali mencapai 5.45 persen (www.kompas.com).

Hasil penelitian terbaru mencatat pengguna internet di Indonesia yang berasal dari kalangan anak-anak dan remaja diprediksi mencapai 30 juta. Penelitian juga mencatat ada kesenjangan digital yang kuat antara anak dan remaja yang tinggal di perkotaan dengan yang tinggal di pedesaan. Data tersebut merupakan hasil penelitian berjudul "Keamanan Penggunaan Media Digital pada Anak dan Remaja di Indonesia" yang dilakukan lembaga PBB untuk anak-anak, UNICEF, bersama para mitra, termasuk Kementerian Komunikasi dan Informatika dan Universitas Harvard, AS. Studi ini menelusuri aktivitas *online* dari sampel anak dan remaja yang melibatkan 400 responden

berusia 10 sampai 19 tahun di seluruh Indonesia dan mewakili wilayah perkotaan dan pedesaan. Sebanyak 98 persen dari anak dan remaja mengaku tahu tentang internet dan 79.5 persen di antaranya adalah pengguna internet. Penelitian ini terlihat ada sekitar 20 persen responden yang tidak menggunakan internet. Alasan utamanya, mereka tidak memiliki perangkat atau infrastruktur untuk mengakses internet atau mereka dilarang oleh orang tua untuk mengakses internet. Padahal, ada tiga motivasi bagi anak dan remaja 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. Hampir semua dari mereka tidak setuju terhadap konten pornografi di internet. Namun, sejumlah besar anak dan remaja telah terekspos dengan konten pornografi, terutama ketika muncul secara tidak sengaja atau dalam bentuk iklan yang menampilkan konten vulgar (www.kompas.com).

Terkait akses internet ini beberapa siswa di SMA PAB (Persatuan Amal Bakti) 6 Helvetia juga mengalami hal tentang penggunaan internet. Hasil wawancara yang dilakukan kepada guru diperoleh hasil bahwa pernah terjadi perkelahian antar sekolah yang dipicu oleh internet, lebih tepatnya melalui status di media sosial. Wawancara terhadap 2 orang siswa juga diperoleh hasil, mereka mengatakan bahwa masih ada teman mereka yang menggunakan internet untuk mengakses video porno di sekolah. Mereka juga mengatakan bahwa hal ini kerap terjadi di sekolah mereka, dan sempat diketahui oleh guru.

Kecanduan internet (*Internet addiction*) adalah kegagalan untuk menghentikan keinginan menggunakan internet secara berlebihan, perasaan gugup yang mengarah pada kesedihan ketika tidak menggunakan internet dan gangguan fungsional dalam kehidupan seperti gangguan psikologis, sosial, akademik, dan sulit bekerja, Gannue dan Dogan (dalam Bishop, 2015). Griffiths (dalam Bishop, 2015) mendeskripsikan bahwa kecanduan situs jejaring sosial adalah macam-macam dari gangguan teknologi dan gangguan perilaku yang sifatnya mirip dengan kebiasaan berjudi, jadi akan timbul keinginan untuk mengulanginya lagi. Menurut Young (2017) seseorang yang professional di

bidang patologi memberikan definisi yang lebih restriktif untuk klasifikasi penggunaan internet, menurut konsep patologis seorang individu yang menggunakan internet selama 2 hingga 3 jam per minggu dianggap sebagai pengguna internet yang normal, sedangkan seseorang yang menggunakan internet mencapai 8.5 jam per minggu di klasifikasikan kedalam pengguna internet patologis.

Terkait *internet addiction* ini ada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Marjosy, dkk., (2013) terhadap 200 orang subjek menunjukkan bahwa ada hubungan antara keterampilan sosial dan *internet addiction* pada masa dewasa awal dengan arah hubungan negatif. Artinya semakin tinggi keterampilan sosial yang dimiliki seseorang maka *internet addiction* nya akan rendah, demikian pula sebaliknya apabila semakin rendah keterampilan sosial yang dimiliki seseorang maka semakin tinggi tingkat *internet addiction* nya. Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Nurmandia, dkk, (2013) terhadap 65 siswa-siswi MAN Jombang. Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, berusia 16-18 tahun. Dari penelitian ini diperoleh hasil bahwa ada korelasi negatif yang sangat signifikan antara kemampuan sosialisasi dengan kecanduan jejaring sosial. Arah negatif artinya semakin tinggi kemampuan sosialisasi maka semakin rendah kecanduan jejaring sosial dan hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa remaja yang mempunyai tingkat kemampuan sosialisasi tinggi maka semakin rendah kecanduan jejaring sosial. Sehingga mudah baginya untuk mengalihkan kegiatan bermain internet dengan berinteraksi sosial pada orang lain. Sebaliknya jika remaja mempunyai kemampuan sosialisasi rendah, maka semakin sering remaja menggunakan jejaring sosial, karna baginya banyak waktu kosong dan tidak adanya kegiatan membuat remaja itu mengisi waktunya yang kosong dengan bermain jejaring sosial sehingga kemampuan sosialisasi terhadap masyarakat, keluarga, teman, dan lingkungan sekitar berkurang.

Sacks dan Wolffe (2006) mengatakan bahwa keterampilan sosial adalah serangkaian perilaku atau serangkaian tindakan yang digunakan semua manusia untuk berinteraksi atau berkomunikasi satu sama lain. Keterampilan sosial terikat oleh aturan masyarakat yang dibuat oleh komunitas atau budaya. Keterampilan sosial dapat menjadi dasar seperti membangun kontak mata dengan orang lain

atau serumit menafsirkan kapan harus bergabung dengan grup. Greesham (dalam Matson, 2017) mendefinisikan keterampilan sosial sebagai keterampilan kedalam tiga bidang definisi yaitu teman sebaya atau interaksi seseorang dengan keabsahannya, perilaku, dan validitas sosial.

METODE

Pendekatan yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif lebih menekankan pada analisis data numerik yang diolah dengan menggunakan metode statistika (Azwar, 2016).

Internet addiction merupakan keadaan dimana seseorang menghabiskan waktunya untuk mengakses internet, ada perasaan yang tidak nyaman saat *offline*, dan mengabaikan orang-orang yang ada di lingkungan sosialnya. Keterampilan sosial adalah bagaimana cara seseorang berkomunikasi dan bersikap baik terhadap orang-orang yang ada disekitarnya.

Menurut Ismiyanto (dalam Siyoto & Sodik, 2015) populasi adalah keseluruhan subjek atau totalitas subjek penelitian yang dapat berupa orang, benda, suatu hal yang di dalamnya dapat diperoleh atau dapat memberikan informasi (data) penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMA PAB 6 Helvetia Medan Sumatera Utara yang berjumlah 202 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMA PAB 6 Helvetia Medan yang berjumlah 202 orang. Jumlah sampel diambil berdasarkan ketentuan yang diungkap oleh Isaac dan Michael dengan hasil perhitungan sampel minimal sebanyak 127 orang dengan persentasi kesalahan 5% (Sugiyono, 2016). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *disproportionate stratified random sampling*. Menurut Siyoto dan Sodik (2015) *disproportionate stratified random sampling* yaitu suatu teknik yang digunakan untuk menentukan jumlah sampel, jika populasi berstrata tetapi kurang proporsional. Teknik analisis yang digunakan untuk menganalisis data hasil penelitian ini adalah teknik korelasi *Product Moment* Pearson dengan menggunakan program SPSS 17 *for windows*.

Alat pengumpulan data yang digunakan adalah metode skala. Skala yang digunakan terdiri dari beberapa aitem pernyataan yang meliputi semua aspek dari variable internet addiction dan keterampilan sosial. Teknik analisis data yang

digunakan oleh peneliti adalah teknik uji korelasi *Product Moment* dengan bantuan program IBM SPSS 17 for windows.

Uji normalitas menggunakan teknik analisis *Kolmogorov Smirnov Z* untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variable telah terdistribusi secara normal atau tidak. Adapun kriteria yang digunakan adalah apabila $p > 0.05$ maka data terdistribusi normal dan sebaliknya jika $p < 0.05$ maka tidak terdistribusi normal (Priyatno, 2011). Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel yang akan dikenai prosedur analisis statistis korelasional menunjukkan hubungan yang linear atau tidak. Jika $p < 0.05$ maka hubungan antara kedua variabel yaitu *internet addiction* dan keterampilan sosial dikatakan linear, dan sebaliknya jika $p > 0.05$ maka hubungan kedua variabel dikatakan tidak linear (Priyatno, 2011).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *Product Moment Pearson*. Metode ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara keterampilan sosial dengan *internet addiction*.

Adapun kategorisasi data *internet addiction* yang di peroleh dari penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 1: Kategorisasi Data *Internet Addiction*

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Jumlah (n)	Persentase
<i>Internet Addiction</i>	$x < 56$	Rendah	25	19.7 %
	$56 \leq x < 84$	Sedang	80	63 %
	$x \geq 84$	Tinggi	22	17.3%
Jumlah			127	100%

Berdasarkan kategori pada tabel 1 maka dapat dilihat bahwa terdapat 25 subjek dengan persentase sebesar 19.7 persen yang memiliki tingkat *internet addiction* rendah, terdapat 80 subjek dengan persentase sebesar 63 persen yang memiliki tingkat *internet addiction* sedang, dan terdapat 22 subjek dengan persentase sebesar 17.3 persen yang memiliki tingkat *internet addiction* tinggi. Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek penelitian memiliki tingkat *internet addiction* sedang.

Tabel 2: Kategorisasi Data Keterampilan sosial

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Jumlah (n)	Persentase
Keterampilan sosial	$x < 50$	Rendah	-	0%
	$50 \leq x < 75$	Sedang	78	61.4%
	$x \geq 75$	Tinggi	49	38.6%
Jumlah			127	100%

Berdasarkan kategori pada tabel 2 maka dapat dilihat bahwa terdapat 0 subjek dengan persentase sebesar 0 persen yang memiliki keterampilan sosial rendah, terdapat 78 subjek dengan persentase sebesar 61.4 persen yang memiliki keterampilan sosial sedang, dan terdapat 49 subjek dengan persentase sebesar 38.6 persen yang memiliki keterampilan sosial tinggi. Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek penelitian memiliki keterampilan sosial sedang.

Uji normalitas dilakukan agar dapat mengetahui apakah setiap variabel penelitian telah menyebar secara normal atau tidak. Uji normalitas sebaran menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov Test*. Data dikatakan berdistribusi normal jika $p > 0.05$ (Priyatno, 2010). Uji normalitas yang dilakukan terhadap variabel *internet addiction* diperoleh koefisien KS-Z = 0.540 dengan Sig sebesar 0.933 untuk uji 2 (dua) arah dan Sig sebesar 0.466 untuk uji 1 (satu) arah ($p > 0.05$), yang berarti bahwa data pada variabel *internet addiction* memiliki sebaran atau berdistribusi normal. Uji normalitas pada variabel keterampilan sosial diperoleh koefisien KS-Z = 0.697 dengan Sig sebesar 0.717 untuk uji 2 (dua) arah dan Sig sebesar 0.358 untuk uji 1 (satu) arah ($p > 0.05$), yang berarti bahwa data pada variabel keterampilan sosial memiliki sebaran atau berdistribusi normal.

Tabel 3: Hasil Uji Normalitas

Variabel	SD	KS-Z	Sig.	P	Keterangan
<i>Internet Addiction</i>	14.30901	0.540	0.933	$p > 0.05$	Sebaran normal
Keterampilan sosial	8.21965	0.697	0.717	$p > 0.05$	Sebaran normal

Keterangan :

SD : Standar Deviasi

K-SZ : Kolmogorov Smirnov Z

Sig : Signifikansi

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian yaitu *internet addiction* dan keterampilan sosial memiliki hubungan linear Uji F

(Anova). Variabel *internet addiction* dan keterampilan sosial dikatakan memiliki hubungan linear jika $p < 0.05$.

Tabel 4: Hasil Uji Linearitas Hubungan

Variabel	F	Sig	Keterangan
<i>Internet Addiction</i> Keterampilan sosial	53.107	0.000	Linear

Keterangan :

F : Frekuensi
Sig : Signifikansi

Berdasarkan tabel 4 dapat dikatakan bahwa variabel *internet addiction* dan keterampilan sosial memiliki hubungan linear. Hal ini terlihat dari nilai sig yang diperoleh yaitu 0.000 maka $p < 0.05$, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan linear dan telah memenuhi syarat untuk dilakukan analisa korelasi *Product Moment*.

Analisis	Pearson Correlation	Signifikansi (p)
Korelasi	-.535	0.000

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara keterampilan sosial dengan *internet addiction*, diperoleh koefisien korelasi *product moment* sebesar -.535 dengan sig sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif antara keterampilan sosial dengan *internet addiction* sehingga dikategorikan hubungan yang cukup kuat (Priyatno, 2011). Dari hasil perhitungan tersebut, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini menunjukkan ada hubungan negatif antara keterampilan sosial dengan *internet addiction* diterima, dan dapat dinyatakan bahwa ada hubungan negatif antara keterampilan sosial dengan *internet addiction*.

Tabel 5: Model Summary Sumbangan Efektif

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std.Error of the Estimate
1	.535 ^a	.286	.280	12.40910

Berdasarkan tabel 5 Model *Summary Sumbangan Efektif* di atas, dapat disimpulkan dalam penelitian ini diperoleh koefisien determinasi *R Square* (R^2)

sebesar 0.286. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa sumbangan 28.6 persen keterampilan sosial mempengaruhi *internet addiction* dan selebihnya 71.4 persen dipengaruhi oleh faktor lain, seperti kontrol diri dan stres akademik. Dengan demikian, dapat diambil kesimpulan bahwa semakin tinggi keterampilan sosial yang dimiliki oleh seseorang maka *internet addiction* nya akan semakin rendah, demikian pula sebaliknya semakin rendah keterampilan sosial yang dimiliki oleh seseorang, maka tingkat *internet addiction*nya semakin tinggi.

Penelitian ini dilaksanakan pada 127 orang siswa-siswi SMA PAB 6 Helvetia yang menjadi subjek penelitian, diperoleh hasil bahwa ada hubungan antara keterampilan sosial dengan *internet addiction* dengan koefisien korelasi *Product Moment* sebesar $r = -.535$ dan nilai $p = 0.000$, artinya semakin tinggi keterampilan sosial maka semakin rendah *internet addiction*, dan sebaliknya semakin rendah keterampilan sosial maka semakin tinggi *internet addiction*.

Pada penelitian ini diperoleh koefisien determinasi *R Square* (R^2) sebesar 0.286. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa 28.6 persen keterampilan sosial mempengaruhi *internet addiction* dan selebihnya 71.4 persen dipengaruhi oleh faktor lain, seperti kontrol diri dan stres akademik.

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat 25 subjek dengan persentase sebesar 19.7 persen yang memiliki tingkat *internet addiction* rendah, terdapat 80 subjek dengan persentase sebesar 63 persen yang memiliki tingkat *internet addiction* sedang, dan terdapat 22 subjek dengan persentase sebesar 17.3 persen yang memiliki tingkat *internet addiction* tinggi. Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek penelitian memiliki tingkat *internet addiction* sedang.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa siswa-siswi SMA PAB 6 Helvetia, mereka mengatakan bahwa sangat sering mengakses internet dan kebanyakan dari mereka mengakses internet untuk kepentingan media sosial seperti *facebook*, *instagram*, *whatsapp*, *youtube* dan bahkan *game online*. Selain itu mereka juga mengatakan bahwa mengakses internet dengan waktu yang lama adalah hal yang sangat biasa untuk saat ini. Tidak ada larangan dari orang tua untuk mengakses internet, dengan alasan internet merupakan hal yang

sangat penting baik dalam segi apapun itu, bahkan untuk transportasi saja sebagian dari mereka menggunakan jasa kendaraan berbasis *online*. Berbeda halnya dengan dulu, menurut mereka dulu mereka bisa hidup tanpa internet, tetapi seiring berjalannya waktu, sekarang internet menjadi kebutuhan yang memang harus dipenuhi. Baik untuk kepentingan sosial media, informasi, belajar, maupun transportasi.

Dalam penelitian ini terdapat 25 subjek dengan presentase 19.7 persen yang memiliki tingkat *internet addiction* yang rendah. Hasil wawancara kepada beberapa siswa-siswi yang mengatakan bahwa internet itu sangat membosankan dan tidak terlalu penting bagi mereka. Mereka juga mengatakan meskipun dengan adanya internet segalanya menjadi mudah, namun internet membutuhkan biaya yang cukup besar sehingga hanya akan menghabiskan uang saku mereka dengan sia-sia.

Terdapat pula 80 subjek dengan persentase 63 persen yang memiliki tingkat *internet addiction* yang sedang. Hasil dari wawancara kepada beberapa siswa-siswi menunjukkan bahwa dalam keseharian memang mereka menggunakan internet. Salah satu siswa mengatakan bahwa internet merupakan hal yang sangat penting, menurutnya internet adalah hal yang sangat biasa digunakan oleh semua orang. Baik itu anak-anak, remaja hingga dewasa. Ada juga siswa yang mengatakan bahwa sebenarnya ia menggunakan internet itu hanya untuk menghilangkan rasa suntuknya saja, seperti bermain game online dan sosial media, namun penggunaannya masih dalam batas wajar.

Dari penelitian ini juga diperoleh bahwa terdapat 22 subjek dengan presentase 17.3 persen yang memiliki tingkat *internet addiction* yang sangat tinggi. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh informasi bahwa mengakses internet merupakan hal yang paling menyenangkan. Seorang siswa mengatakan bahwa setiap hari ia mengakses internet. Mengakses internet merupakan sesuatu yang menyenangkan sehingga secara bertahap waktu yang dihabiskan untuk mengakses internet semakin bertambah setiap harinya. Ia juga mengatakan bahwa dengan mengakses internet dapat menghilangkan rasa suntuk yang dialaminya. Pernyataan tersebut sesuai dengan komponen *internet addiction* yaitu *salience* dan *tolerance*.

Penelitian ini juga meneliti tingkat keterampilan sosial siswa-siswi SMA PAB 6 Helvetia. Hasil menunjukkan tidak ada subjek dengan tingkat keterampilan sosial yang rendah, selain itu terdapat 78 subjek dengan persentase 61.4 persen yang masuk dalam kategori keterampilan sosial sedang serta sebanyak 49 subjek dengan persentase 38.6 persen yang masuk dalam kategori keterampilan yang tinggi. Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek penelitian memiliki tingkat keterampilan sosial yang sedang.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa siswa-siswi SMA PAB 6 Helvetia dengan tingkat keterampilan sosial sedang sebanyak 78 subjek dengan persentase 61.4 persen, diperoleh informasi bahwa mereka memiliki keterampilan sosial yang cukup baik, hal ini dibuktikan dengan tingkat empati terhadap teman serta perilaku tolong menolong diantara mereka. Namun, ada juga siswa yang mengatakan bahwa ia beberapa kali sering melanggar peraturan yang ada di sekolah dan terlambat mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Selain itu salah satu siswa mengatakan bahwa ia tidak berani mengemukakan pendapat didepan kelas serta memilih diam jika tidak mengerti pelajaran yang di ajarkan oleh guru.

Terdapat juga 49 subjek dengan persentase 38.6 persen yang masuk dalam kategori keterampilan sosial tinggi, mereka menyatakan bahwa perilaku tolong menolong sesama teman merupakan hal yang paling penting dan wajib diutamakan. Karena sebagai makhluk sosial kita juga tidak bisa hidup sendiri, kita saling membutuhkan satu sama lain. Salah satu siswa mengatakan bahwa prestasi disekolah wajib ditingkatkan, semua tugas yang diberikn oleh guru adalah tanggung jawab yang wajib diselesaikan. Pernyataan tersebut sesuai dengan dimensi keterampilan sosial *peer relationship*, *self management*, dan *academic*.

Pada penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara keterampilan sosial dengan *internet addiction*. Semakin tinggi keterampilan sosial yang dimiliki oleh seseorang maka semakin rendah pula tingkat *internet addiction*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada hubungan negatif antara keterampilan sosial dengan *internet addiction* pada siswa-siswi SMA PAB 6 Helvetia Medan dengan korelasi *Product Moment* (r) sebesar -0,535 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,05$), artinya semakin tinggi keterampilan sosial seseorang, maka *internet addiction* akan semakin rendah, dan sebaliknya jika semakin rendah keterampilan sosial seseorang, maka *internet addiction* akan semakin tinggi. Berdasarkan kategori, maka dapat dilihat bahwa terdapat 25 subjek dengan persentase sebesar 19.7 persen yang memiliki tingkat *internet addiction* rendah, terdapat 80 subjek dengan persentase sebesar 63 persen yang memiliki tingkat *internet addiction* sedang, dan terdapat 22 subjek dengan persentase sebesar 17.3 persen yang memiliki tingkat *internet addiction* tinggi. Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek penelitian memiliki tingkat *internet addiction* sedang. Berdasarkan kategori, maka dapat dilihat bahwa sebagian besar subjek 78 orang atau 61.4 persen subjek memiliki keterampilan sosial kategori sedang dan 49 orang atau 38.6 persen subjek yang memiliki keterampilan sosial kategori tinggi. Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek penelitian memiliki tingkat keterampilan sosial sedang.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka disarankan agar para siswa-siswi dapat lebih mengoptimalkan penggunaan internet hanya untuk kegiatan yang menunjang prestasi dan keterampilan yang dimiliki oleh siswa-siswi itu sendiri. Keterampilan sosial yang kita miliki dapat kita tingkatkan dengan beberapa cara, diantaranya yaitu: berteman dengan teman yang memiliki pengaruh positif, berusaha lebih terbuka dan jangan menarik diri dari lingkungan, mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah, mengikuti les tambahan diluar sekolah sehingga mendapatkan teman-teman baru, serta mengikuti kegiatan keagamaan. Bagi Sekolah hendaknya mengawasi dan membatasi penggunaan internet dan mencari tahu penyebab terjadinya *internet addiction* di sekolah sehingga bisa dilakukan pencegahan dan meminimalisir tingkat *internet addiction* yang ada agar siswa-siswi menjadi lebih fokus belajar dan meningkatkan prestasi yang mereka miliki. Selain itu pihak sekolah dapat mengikuti seminar dan parenting tentang *internet addiction*, pihak sekolah dapat mengadakan sosialisasi penggunaan teknologi dengan baik supaya orang tua

juga bisa mengawasi perkembangan anak mereka masing-masing. Pihak sekolah juga dapat melakukan evaluasi hasil belajar terhadap siswa-siswi serta melakukan pemeriksaan kondisi kesehatan siswa-siswi mengenai *internet addiction* melalui tenaga professional. Bagi peneliti selanjutnya agar lebih menyempurnakan penelitian ini dengan mengkaji lebih dalam dan terperinci lagi mengenai materi dan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *internet addiction* pada remaja sehingga hasil penelitian yang diperoleh nantinya menjadi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. 2016. *Skala Penyusunan Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Bishop, J. 2015. *Psychological And Social Implications Surrounding Internet And Gaming Addiction*. Hershey PA : Igi Global. Diakses
- Jahja, Y. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Prenadamedia Group.
- Kompas.com. 2014. *Hasil Survei Pemakaian Internet Pada Remaja Di Indonesia*.
- Kompas.com. 2015. *Pengguna Internet Di Indonesia*. Di Akses Pada Tanggal 8 Mei 2018, dari <https://ekonomi.kompas.com/read/2018/02/19/161115126/tahun-2017-pengguna-internet-di-indonesia-mencapai-14326-juta-orang>
- Malahayati. 2010. *Super Teens Jadi Remaja Luar Biasa Dengan 1 Kebiasaan Efektif*. Yogyakarta : Jogja Bangkit Publisher.
- Marjosy, U., Kinarsih A. D., Andriani, I & Lisa, W. 2013. Hubungan Antara Keterampilan Sosial Dan Kecanduan Situs Jejaring Sosial Pada Masa Dewasa Awal. *Jurnal PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur, Dan Teknik Sipil) Volume 5*, Bandung : Unit Publikasi Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Matson, J. L. 2017. *Handbook Social Behavior and Skills In Children*. Baton Rouge : Springer Science.
- Nurmandia, H., Wigawati, D & Masluchah, L. 2013. Hubungan Antara Kemampuan Sosialisasi Dengan Kecanduan Jejaring Sosial. *Jurnal Penelitian Psikologi Volume 4* No. 02, 107-119, Jombang : Unit Publikasi Fakultas Psikologi Universitas Darul 'Ulum Jombang.
- Priyatno, D. 2011. *Buku Saku Analisis Data SPSS*. Yogyakarta : Media Kota
- Sacks, Z.S & Wolfe K.E. 2006. *Teaching Social Skills To Student With Visual Impairments*. New York : AFB Press.
- Siyoto, S & Sodik, M.A. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta : Literasi Media Publishing

Sunaryo. 2004. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta : EGC

Young, K. S. 2017. *Internet Addiction In Children In Adolescents*. New York : Springer Publishing Company.