

## GAMBARAN ADIKSI MEDIA SOSIAL SISWA DI MASA PANDEMI COVID-19

Ismi Nursina Putri<sup>1</sup>, <sup>2</sup>Euis Eti Rohaeti<sup>2</sup>, Devy Sekar Ayu Ningrum<sup>3</sup>

<sup>1</sup>isminursinaputri17@gmail.com, <sup>2</sup>e2rht@ikipsiliwangi.ac.id, <sup>3</sup>devysekar@ikipsiliwangi.ac.id

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
IKIP Siliwangi

### Abstract

*This study was conducted with the aim of knowing the description of students who have social media addiction during the Covid-19 period at SMKN 1 Pacet, Cianjur Regency. This research was taken based on phenomena that occur in schools. According to Young, internet/social media addiction is defined as a person's inability to control himself in using the internet, resulting in a few problems that interfere with the performance of his brain. Students who have a fairly high social media addiction during the covid-19 pandemic. The method used in this study is a qualitative descriptive method. The data collection technique used in this research is to use interviews and observations that will produce data for this research. The sampling technique in this study used the purposive sampling technique. The sample used was 10 students who had social media addiction during the Covid-19 pandemic. The results of this study are from the sample taken there are 5 students who have a high addiction to social media. This can be seen from the attitude of students who feel they cannot control themselves in accessing social media in online learning during the Covid-19 pandemic, this is due to the factors that influence students so that excessive social media addiction occurs. These factors are influenced by both internal and external factors.*

**Keywords:** *Addiction, Social Media, Covid-19.*

### Abstrak

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui gambaran siswa yang memiliki adiksi media sosial di pada masa Covid-19 di SMKN 1 Pacet Kabupaten Cianjur. Penelitian ini di ambil berdasarkan fenomena yang terjadi di sekolah. Menurut Young adiksi internet/media sosial didefinisikan sebagai ketidakmampuan seseorang untuk mengendalikan diri dalam penggunaan internet, sehingga menghasilkan sedikit masalah sehingga mengganggu kinerja otaknya. Siswa yang memiliki adiksi media sosial yang cukup tinggi pada masa pandemic covid-19. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan wawancara dan observasi yang akan menghasilkan data terhadap penelitian ini. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purpouse sampling* sample yang di gunakan adalah 10 siswa yang memiliki adiksi media sosial di masa pandemi Covid-19. Hasil dari penelitian ini adalah dari sampel yang di ambil terdapat 5 siswa yang memiliki adiksi terhadap media sosial yang tinggi. Hal ini dapat terlihat dari sikap siswa yang merasa belum bisa mengendalikan diri dalam mengakses media sosial dalam pembelajaran *online* selama pandemi Covid-19, hal ini disebabkan dengan adanya faktor-faktor yang mempengaruhi siswa sehingga adiksi media sosial yang berlebih terjadi. Adapun faktor tersebut di pengaruhi baik oleh faktor internal maupun faktor eksternal.

**Kata Kunci:** Adiksi, Media Sosial, Covid-19

---

## PENDAHULUAN

Di tahun 2020 dunia dihebohkan oleh kemunculan satu virus baru yang muncul dari luar negeri. Virus ini dinamakan *Corona* atau bisa disebut dengan *Covid-19*. *Corona* adalah virus yang sangat memtakutkan yang pertama kali muncul di negara China yakni terletak di kota Wuhan. Perkembangan virus ini sangat cepat menular sehingga setiap orang yang ada di dunia khususnya di negara kita yakni Indonesia kondisinya cukup mengkhawatirkan. Pandemi *Covid-19* ini menjadi pengaruh besar di bidang ekonomi, perdagangan bahkan di bidang pendidikan. Dalam hal ini kita menyoroti satu bidang yakni bidang pendidikan, dalam masa pandemi ini proses pembelajaran jelas terganggu dikarenakan proses pembelajaran dilakukan secara *online* atau dilaksanakan melalui jarak jauh. Surat Edaran menteri pendidikan dan kebudayaan No 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran Coronavirus Disease (*Covid-19*). Hal ini di karenakan metigasi resiko atau pencegahan agar tidak meningkatnya penyebaran *Covid-19* di Indonesia. Himbauan pemerintah kepada masyarakat untuk tetap diam di dalam rumah, membatasi jarak berinteraksi, menggunakan masker, menggunakan handsanitaizer dan menerapkan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar).

Oleh sebab itu, pemerintah memberikan suatu kebijakan terhadap lembaga pendidikan agar siswa dapat terus mengikuti proses pembelajaran dengan cukup baik meskipun pandemi *Covid-19* berlangsung. Dimana pemerintah mewajibkan lembaga Pendidikan untuk terus melakukan proses pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran jarak jauh. Pembelajaran *online* merupakan suatu proses pembelajaran jarak jauh yang menggabungkan media internet seperti menggunakan aplikasi *online* untuk media penghubung dalam pembelajaran *online* contohnya yakni *zoom meeting*, *wahtsapp*, *kaizala*, *google classroom* dan media internet lainnya. Dalam proses pembelajaran *online* ini menjadi salah satu tantangan tersendiri bagi siswa dan guru, namun pembelajran *online* ini mampu membuat siswa beradaptasi dan penyesuaian diri dengan kondisi pembelajaran yang baru sehingga siswa harus fokus memahami materi yang disampaikan oleh guru melalui media *online*. Dengan adanya hal tersebut siswa mampu menyesuaikan diri dengan belajar cukup baik pada saat proses pembelajaran berlangsung. Adapun kemampuan siswa yaitu mengendalikan diri agar tidak adiksi media

sosial dan menjadikan alasan pembelajaran *online* membosankan. Adiksi media sosial dapat diartikan sebagai ketidakmampuan seseorang untuk mengontrol dirinya sendiri sehingga menimbulkan suatu permasalahan yang mengakibatkan seseorang ketergantungan dalam suatu hal tersebut. Sehingga dapat disimpulkan bahwa adiksi internet atau media sosial merupakan penggunaan internet atau pengaksesan media sosial yang dilakukan seseorang secara berlebihan sehingga seseorang tersebut mengalami kecanduan untuk menggunakan media sosial secara terus-menerus tanpa memperhitungkan waktu yang sudah di akses oleh dirinya. Young (2017), menyebutkan bahwa adiksi internet/media sosial didefinisikan sebagai ketidakmampuan seseorang untuk mengendalikan diri dalam penggunaan internet, sehingga menghasilkan sedikit masalah sehingga mengganggu kinerja otaknya. Kecanduan internet ini merupakan sebuah sindrom yang ditandai dengan menghabiskan sejumlah waktu yang sangat banyak dalam menggunakan internet dan tidak mampu mengontrol penggunaannya saat online. Menurut Orzack kecanduan media sosial adalah satu kondisi dimana seseorang merasa bahwa dunia internet lebih menarik dari pada kehidupan sehari-hari yang dijalaninya. Berdasarkan pengertian yang telah dikemukakan para ahli, maka bias disimpulkan bahwa adiksi internet atau media sosial merupakan penggunaan internet atau pengaksesan media sosial yang dilakukan seseorang secara berlebihan.

Dalam kondisi pandemi *Covid-19* ini Adiksi media sosial pada siswa akan marak terjadi, hal ini dikarenakan pengaruh proses pembelajaran siswa melalui *online*. Sehingga banyak kesempatan yang digunakan siswa untuk lebih banyak menggunakan *gadget* karena kondisi pembelajaran yang membuat siswa belajar untuk mandiri mengenai mencari materi tambahan dan mengerjakan tugas secara mandiri melalui internet. Selama proses pembelajaran online saat ini tentunya siswa pun harus mampu untuk menggunakan atau mengakses media sosial dengan baik, sehingga dalam proses pembelajaran *online* siswa tidak tergiur untuk mengakses media sosial di jam pelajaran *online* berlangsung.

Dalam peproses pembelajaran melalui media *online* ini juga memberikan beberapa pengalaman tersendiri bagi siswa untuk membantu dalam pembentukan kemandirian dan inisiatif dirinya dalam proses belajar seperti aktif dalam menemukan informasi mengenai materi pembelajaran yang akan disampaikan ataupun tugas yang sudah di berikan oleh guru (Firman & Rahman dalam Harapah 2020). Akan tetapi, pada saat proses pembelajaran *online* juga ada beberapa kendala yakni contohnya seperti siswa

yang adiksi (kecanduan) terhadap media sosial, bosan, dan jenuh pada saat jam pelajaran maupun saat mengerjakan pekerjaan tugas sekolah.

Berdasarkan observasi dan wawancara beberapa siswa SMKN 1 PACET Kabupaten Cianjur, memperlihatkan bahwa pada kondisi di masa pandemi *Covid-19* ini dalam proses pembelajaran berjalan seperti biasanya. Meskipun saat proses pembelajaran *online* ada beberapa kendala yang dihadapi oleh siswa baik itu sinyal, kuota, tidak memiliki *handphone* sehingga siswa merasakan pembelajaran sedikit kurang efektif dalam mengikuti proses pembelajaran. Karena siswa mengalami kesulitan untuk memahami materi yang disampaikan oleh guru, kesulitan mengatur waktu mengerjakan tugas dan bermain, sehingga beberapa siswa memilih mengakses media sosial lain dan tidak mengikuti pembelajaran dikarenakan siswa bosan, jenuh dan lain-lain sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh siswa tersebut. Maka dari itu, beberapa kendala yang siswa hadapi tersebut dapat mempengaruhi proses pembelajaran *online* yang akan dilakukan selama masa pandemi *Covid-19*.

Hal tersebut sama dengan pendapat dari guru wali kelas yang menyatakan bahwa masih ada beberapa siswa yang belum bisa mengatur waktu dengan baik antara pembelajaran, bermain, mengatur pengerjaan tugas sekolah, serta ada siswa yang memanfaatkan fasilitas gadget untuk mengakses media sosial lain di jam pelajaran maupun diluar jam pelajaran *online* berlangsung.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Menurut Handari Nawawi (2007) metode deskriptif dapat diartikan sebagai satu prosedur untuk pencegahan suatu masalah yang diselidiki dengan cara menggambarkan atau melukis suatu keadaan subjek atau objek dalam penelitian seperti (Seseorang, lembaga, masyarakat, dan lain-lain). sedangkan menurut Erickson (dalam Anggito 2018) penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk menemukan dan mendeskripsikan secara naratif kegiatan yang dilakukan dan akibatnya terhadap kehidupan mereka.

Populasi sampel dalam proses penelitian ini adalah 36 siswa, kemudian sampel diambil menjadi 10 orang siswa untuk dijadikan subjek penelitian. Adapun prosedur pengambilan sampel yaitu dengan menggunakan teknik *purpouse sampling* yang didasarkan pada siswa dengan adiksi media sosial tinggi. Teknik pengumpulan data yang

digunakan dalam proses penelitian ini adalah melalui observasi sekaligus wawancara, hal ini dilakukan dengan bertujuan agar penulis memperoleh data dan mendapatkan gambaran terhadap siswa adiksi media sosial tinggi pada proses pembelajaran *online* dimasa pandemi *Covid-19*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

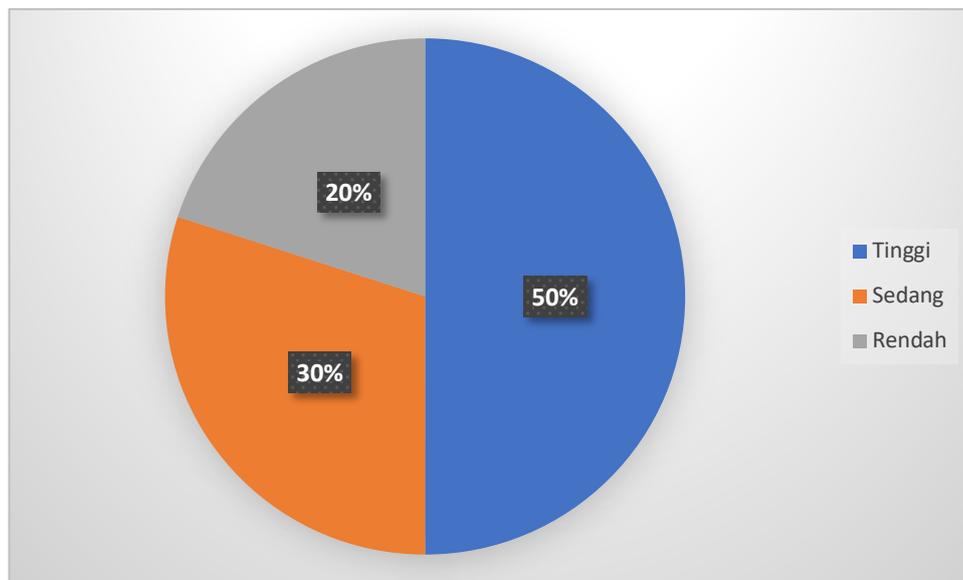
### Hasil

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ada 10 orang siswa yang menjadi subjek penelitian ini memiliki masalah mengenai adiksi media sosial terhadap pembelajaran *online* di masa pandemi *Covid-19*. Hal ini juga dapat dilihat selama proses pembelajaran *online* ke-5 siswa tersebut kesulitan dalam menghadapi situasi pembelajaran *online*, gampang *stress*, bosan dan malas ketika menghadapi tugas yang diberikan oleh guru dan lebih memilih untuk mengakses media sosial lain untuk mencegah jenuh dan bosan saat proses pembelajaran *online* di masa pandemi *Covid-19*.

**Tabel 1** Gambaran Adiksi Media Sosial

Kategori	Jumlah Siswa	Persentase (%)
Tinggi	5	50%
Sedang	3	30%
Rendah	2	20%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100%</b>

Gambaran dari subjek di atas yaitu siswa dan siswi kelas XI di SMKN 1 Pacet. Dimana siswa kelas XI ini merupakan subjek yang akan diminta informasinya oleh peneliti. Adapun berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan di SMKN 1 Pacet terhadap siswa kelas XI dinyatakan kedalam 3 kategori yaitu : untuk siswa siswi yang berada dalam kategori tinggi berjumlah 5 siswa (50%), untuk kategori sedang berjumlah 3 siswa (30%), sedangkan untuk kategori rendah berjumlah 2 siswa (20%). Hasil di ketahui berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang di lakukan terhadap siswa siswi. Dalam tabel di atas terdapat siswa siswi yang masuk dalam kategori adiksi media sosial yang tinggi.



**Diagram 1.** Persentase Adiksi Media Sosial

**Tabel 2** Gambaran Jenis Media Sosial yang Menjadi Adiksi

Media Sosial	Tinggi		Sedang		Rendah	
	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
Instagram	3	30%	2	20%		
Facebook					2	20%
Tiktok	3	30%				

Dari tabel di atas dapat dipahami bahwa jenis media sosial yang sering digunakan oleh siswa siswi adalah Instagram dan Tiktok dimana siswa siswi tersebut lebih banyak mengakses media sosial tersebut sehingga menjadi sebuah adiksi terhadap media sosial. Sehingga dapat disimpulkan bahwa adiksi media sosial berpengaruh terhadap pembelajaran online dimasa pandemi *Covid-19*. Sehingga dalam hal ini mengakibatkan ketidakmampuan siswa dalam mengatur waktu yang baik dan masih sulit menyesuaikan dengan kondisi dimasa pandemi *Covid-19*. Hal ini dapat kita lihat secara metakognitif bahwa proses pembelajaran masih berjalan baik namun terkendala beberapa kendala. Sehingga masih didapati beberapa siswa yang sulit untuk mengikuti proses pembelajaran dengan baik.

Adapun beberapa faktor yang mengakibatkan permasalahan yang terjadi dalam proses penelitian ini dipengaruhi oleh faktor internal maupun faktor eksternal. Dimana dalam hal ini faktor internal yang menjadi kendala siswa dalam mengikuti proses

pembelajaran *online* yaitu 1). Rendahnya motivasi belajar siswa saat proses pembelajaran berlangsung, hal ini dilihat dari tingkah dan perilaku siswa yang mengalami malas, bosan, jenuh sehingga siswa lebih banyak mengakses media sosial disaat jam pelajaran berlangsung dikarenakan alasan bosan dan lain-lain. Dalam faktor ini dukungan orangtua juga berperan aktif sebab dari kurangnya pengawasan orangtua siswa menjadi kurang bisa mengatur waktu untuk belajar dan bermain. Sedangkan untuk faktor eksternal yang mempengaruhi proses pembelajaran *online* yakni 1). Kurangnya beberapa fasilitas yang memadai, karena tidak semua siswa mempunyai fasilitas memadai seperti alat bantu untuk proses pembelajaran seperti handphone, laptop, kuota dan lain-lain.

### **Pembahasan**

Adiksi media sosial atau bisa di sebut dengan adiksi internet merupakan suatu ketergantungan seseorang dalam mengakses media sosial berlebih sehingga didapatkan bahwa seseorang yang adiksi terhadap media sosial kurang dapat mengatur waktunya dengan baik. Seperti halnya dalam mengakses internet atau media sosial yang tidak tau waktu atau mengakses dalam jangka waktu yang cukup lama. Dalam Young (2018) yang mengungkapkan bahwa adiksi media sosial atau adiksi internet merupakan suatu ketidakmampuan seseorang untuk mengontrol penggunaan media sosial sehingga menimbulkan masalah pada dirinya dan ketidak lengkapan kerja dan fungsi otak dalam kehidupan sehari hari. Adiksi media sosial bisa disebut sebuah sindrom yang di tandai dengan menggunakan waktu akses media sosial yang cukup lama dan berpengaruh pada kehidupan sehari hari maupun dalam proses pembelajaran.

Oleh sebab itu, pada masa pandemi *Covid-19* ini dimana kegiatan proses pembelajaran yang dilaksanakan secara *online*, adiksi media sosial berpengaruh terhadap proses pembelajaran *online*. Sehingga didalam proses pembelajaran ini kendala yang dihadapi siswa perlu dihindari dengan adanya usaha dari pihak internal maupun eksternal yakni internal adalah dukungan dari orang terdekat seperti orangtua, kakak, saudara dan lain lain membantu mengingatkan siswa untuk tetap semangat belajar dan mengurangi akses media sosial yang berlebihan sehingga tidak mengganggu proses pembelajaran. Eksternal yakni dukungan dari perlengkapan pembelajaran selama *online* seperti bantuan kuota dan fasilitas lain sehingga siswa yang memiliki kendala mengenai fasilitas tidak kebingungan untuk mengikuti proses pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan beberapa faktor yang terjadi, maka perilaku yang terlihat dari subjek dalam penelitian ini bisa di atasi dengan adanya bantuan internal maupun eksternal. Hal ini didukung oleh salah satu penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Younda Kurnia R (2020) yang mengungkapkan bahwa pengaruh adiksi media sosial dalam proses pembelajaran cukup berpengaruh dikarenakan kondisi *Covid-19* ini membuat beberapa kendala pada siswa untuk mengikuti proses pembelajaran dengan cukup baik, sehingga dalam hal ini permasalahan atau kendala dalam pembelajaran dapat dikurangi dengan beberapa faktor bantuan internal dan faktor bantuan eksternal yang berpengaruh penting untuk mengurangi adiksi media sosial siswa.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh 10 orang siswa kelas XI di SMKN 1 Pacet tentang gambaran adiksi media sosial siswa di masa pandemi *Covid-19* ada 5 siswa pada kategori cukup tinggi. Hal ini dikarenakan siswa belum aktif secara benar dalam proses pembelajaran *online* dikarenakan masih ada beberapa siswa yang lebih memilih untuk banyak mengakses media sosial di jam pelajaran maupun diluar jam pelajaran sehingga siswa tersebut kurang memahami dan kurang semangat untuk mengikuti proses pembelajaran. Hal ini juga disebabkan oleh beberapa kendala lain yakni kendala oleh faktor internal dan faktor eksternal yang membuat siswa kesulitan dan tidak efektif dalam proses pembelajaran *online* berlangsung, sehingga dalam penelitian ini faktor pendukung internal maupun eksternal bahkan dengan pengendalian diri sendiri itu sangat membantu siswa untuk lebih bisa efektif dalam belajar dan bisa mengatur waktu pengaksesan dengan waktu yang teratur. Sehingga adiksi media sosial pada siswa akan berkurang dan proses pembelajaran *online* dimasa pandemi *Covid-19* akan berjalan efektif dan proses belajar siswa melalui pembelajaran *online* akan lebih baik.

## **REFERENSI**

- Amalia, A., & Sa'adah, N. (2021). DAMPAK WABAH *COVID-19* TERHADAP BELAJAR MENGAJAR DI INDONESIA. *Jurnal Psikolog*, 13(2), 214-225.
- Annastasya, G. H. (2021). Adiksi Internet Sebagai Salah Satu Dampak Negatif Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi *Covid-19*. *Jurnal Biomedik*, 13(3), 251-258.

- Azizan, H. (2016). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap ketergantungan media Sosial pada Siswa di SMK Negeri 1 Bantul. *Jurnal UNY*, 1-10.
- Fitri, S. (2017). Dampak Positif dan Negatif Media Sosial Anak Terhadap Perubahan Sosial Anak. *Jurnal Naturalistic*, 1(2), 118-123.
- Gabriela, M. W. (2020). GAMBARAN ADIKSI MEDIA SOSIAL PADA REMAJA. *Jurnal Psikolog*, 4(6), 1-30
- Harahap, S. R. (2020). Konseling: Kebiasaan Belajar Siswa Dimasa Pandemi *Covid-19*. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 10(1)
- Komalasari., Wahyuni, E., & Karsih. (2016). Teori dan Teknik Konseling. Jakarta: PT Indeks.
- Livia, A. (2020). Kontribusi Media Sosial Terhadap Perilaku Keseharian Remaja. *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(2), 146-156.
- Machyudin, A. H., & Susri, A. (2020). TREN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL SELAMA PANDEMI DI INDONESIA. *Jurnal Professional FIS UNIVED*, 7(2), 13-23.
- Nur, A. I. (2021). Penerapan Teknik *Self Management* untuk Kecanduan Media Sosial pada Siswa di SMA Negeri 1 Sinjai. *Jurnal UNM*, 2-16.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Syiddatul, B. (2020). MEDIA SOSIAL DAN KESEHATAN JIWA MAHASISWA SELAMA PANDEMI *COVID-19*. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 8(4), 551-556.