

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Self control atau kontrol diri merupakan salah satu faktor penting dalam kemampuan mengontrol yang berasal dari keinginan diri sendiri. *Self control* berperan penting dalam menentukan seberapa baik seseorang bisa mengelola sifat disiplin dan mengatur waktu untuk menghadapi berbagai tantangan. Kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan tindakan yang dapat menimbulkan hasil positif, merupakan potensi yang dikembangkan dan dimanfaatkan oleh individu selama proses kehidupan (Marsela, 2019). Sedangkan menurut Chaplin (Komalasari, 2019), *self control* merupakan kemampuan mengarahkan tindakan sendiri, kemampuan mengendalikan atau menahan perilaku impulsif.

Kemampuan kontrol diri atau *self control* sangat berperan penting dalam keberhasilan belajar siswa. Ini melibatkan kemampuan untuk mengontrol diri saat dihadapkan pada dorongan dalam bertindak. Dalam konteks belajar, *self control* merujuk pada kemampuan siswa untuk menahan diri dari gangguan yang tidak ada hubungannya dengan proses belajar, seperti penggunaan *smartphone* untuk bermain game, mengakses media sosial atau mengecek pesan pribadi. Dengan hal ini, penggunaan *smartphone* yang tidak terkendali dapat merusak *self control* siswa dan mengganggu konsentrasi mereka dalam memahami materi pelajaran.

Konsentrasi adalah kemampuan dalam memfokuskan perhatian terhadap sesuatu yang dihadapi pada saat itu. Setiani (2014), menyatakan bahwa konsentrasi itu sendiri merupakan pemusatan pikiran terhadap sesuatu hal dengan menyampingkan semua hal yang tidak ada hubungannya. Dalam pembelajaran membutuhkan konsentrasi untuk memahami pembelajaran yang sedang berlangsung. Konsentrasi sangatlah penting dalam memahami pelajaran apapun. Berkonsentrasi adalah siswa yang sudah memiliki kesiapan dan perhatian.

Dalam proses belajar yang baik akan membuat siswa mudah untuk menyerap dan memahami materi yang disampaikan (Astuti, 2018).

Konsentrasi belajar merupakan aspek yang sangat penting dalam proses belajar. Ketika siswa mengalami gangguan dalam konsentrasi, contohnya teralihkan oleh *smartphone*, waktu belajar dapat terbuang sia-sia. *Smartphone* dianggap salah satu penyebab menurunnya daya konsentrasi dan meningkatnya ketergantungan (Gabriela, 2021). Penurunan konsentrasi bisa berpengaruh langsung pada pemahaman siswa terhadap materi dan juga mempengaruhi hasil belajar.

Perkembangan teknologi pada saat ini sangat pesat. Kemajuan teknologi berkembang sesuai zaman dengan ilmu pengetahuan karena kemajuan teknologi ini tidak bisa kita hindari. Teknologi memberikan manfaat bagi kehidupan manusia seperti memudahkan kita dalam mendapatkan informasi dan komunikasi. Perkembangan teknologi terutama dibidang komunikasi dan informasi, telah berdampak signifikan pada kehidupan sehari-hari termasuk dalam bidang pendidikan. Salah satu perangkat yang memiliki dampak besar adalah *smartphone*. Badan Pusat Statistik (BPS) menyatakan bahwa pada tahun 2022, terdapat 67.88% penduduk Indonesia berusia ≥ 5 tahun telah memiliki *smartphone*. Data tersebut menunjukkan bahwa kehadiran benda ini telah digunakan oleh hampir seluruh kalangan usia, sedangkan penggunaan terbanyak di rentang usia 15-24 tahun yang memiliki persentase 91.82% (Utami, 2024)

Smartphone dapat digunakan kapanpun dan dimanapun, yang menggunakannya pun dari anak-anak hingga dewasa sekalipun. Susanto (2018), menyatakan bahwa *smartphone* memiliki banyak fungsi yang berbagai macam seperti alat komunikasi, sumber informasi, hiburan, manajemen dan lain-lain. Banyak orang berbagai wilayah dunia menggunakan *smartphone* salah satunya adalah Indonesia. Penggunaan *smartphone* dalam kehidupan sehari-hari sudah menjadi bagian yang tidak terpisahkan, terutama di kalangan pelajar. Penggunaan *smartphone* menjadi negatif terjadi ketika seseorang tidak mampu membatasi dan mengontrol diri untuk menggunakan *smartphone* dengan bijak.

Hal ini didukung oleh hasil penelitian Marhaeni (2020), mengemukakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan *smartphone* dengan konsentrasi belajar dan minat belajar biologi siswa SMA Negeri 4 Singaraja. Selanjutnya Chita (2015), menyatakan bahwa seseorang dengan *self control* rendah akan sering mengalami kesulitan dalam menentukan sikap individu tersebut. sementara bagi seseorang dengan *self control* tinggi, perilaku dan tindakan menjadi prioritas utama untuk diperhatikan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru biologi kelas X SMAN 4 Tasikmalaya pada tanggal 10 Desember 2023. Siswa diizinkan membawa *smartphone* ke sekolah, tetapi hanya boleh digunakan saat pelajaran dan guru memperbolehkan untuk mengakses informasi dari internet. Saat pembelajaran biologi berlangsung ada beberapa siswa yang membuka sosial media, bermain games, atau mengakses pesan pribadi, dalam hal ini maka dibutuhkan *self control*. Dengan ini *self control* berperan penting dalam kemampuan seseorang untuk mengendalikan diri dalam penggunaan *smartphone*. Ada juga siswa yang kurang fokus saat guru sedang menjelaskan materi, mengobrol dengan teman sebangkunya ini menunjukkan kurangnya konsentrasi siswa dalam pembelajaran. Penulis menduga biasanya semakin baik *self control* maka siswa lebih bijak dalam menggunakan *smartphone*. Karena siswa yang memiliki *self control* yang baik maka siswa bisa memilah kapan dia menggunakan *smartphone* kapan dia tidak menggunakan *smartphone*, begitu pula dengan konsentrasi belajar ketika dia fokus terhadap belajar maka dia akan meninggalkan *smartphonenya*. Bila seseorang siswa lebih bijak dalam menggunakan *smartphone* saat berada di sekolah maupun di rumah dan menggunakannya sesuai dengan kebutuhan, siswa dapat mengikuti pembelajaran dengan fokus agar memahami materi.

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, peneliti mengidentifikasi permasalahan-permasalahan yang timbul sebagai berikut :

1. Bagaimana penggunaan *Smartphone* siswa SMAN 4 Tasikmalaya?
2. Mengapa *self control* penting dimiliki seorang siswa?
3. Bagaimana konsentrasi siswa SMAN 4 Tasikmalaya?

4. Bagaimana hubungan penggunaan *smartphone* terhadap *self control* pada mata pelajaran biologi?
5. Bagaimana hubungan penggunaan *smartphone* terhadap konsentrasi belajar siswa pada mata pelajaran biologi?

Agar permasalahan tersebut dapat mencapai tujuan yang diinginkan, penulis membatasi permasalahan pada penelitian ini. Pembatasan tersebut adalah sebagai berikut :

1. Pengukuran penggunaan *smartphone*, *self control*, dan konsentrasi belajar adalah menggunakan kuisioner.

Berdasarkan pada penjabaran di atas, peneliti mencoba melakukan penelitian tentang, “Hubungan Penggunaan *Smartphone* terhadap *Self Control* dan Konsentrasi Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Biologi (Studi Korelation di Kelas X SMAN 4 Tasikmalaya Tahun Ajaran 2024/2025)”. Peneliti berharap dengan adanya penelitian ini dapat memberikan informasi dan gambaran dari hubungan penggunaan *smartphone* terhadap *self control* dan konsentrasi belajar.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan, maka rumusan masalah yang diajukan pada penelitian ini yaitu “Adakah Hubungan Penggunaan *Smartphone* terhadap *Self Control* dan Konsentrasi Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Biologi”.

1.3 Definisi Operasional

Beberapa hal dalam penelitian ini perlu diperhatikan agar tidak menimbulkan kesalah pahaman, maka penulis mendefinisikan beberapa istilah:

1. *Self Control*

Self Control adalah kemampuan menahan dan mengontrol diri dalam melakukan tindakan sesuai dengan perannya untuk mencapai tujuan tanpa mengalami hambatan yang di sebabkan oleh hal-hal yang timbul dalam diri. Menurut Averill (Azhari, 2019) terdapat tiga aspek *Self control* yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decisional control*). *Self control* diukur dengan menggunakan kuisioner yang diadaptasi dari *Self Control Scale* yang dirancang oleh Tangney

et al (2004), dengan indikator *self discipline*, *deliberate/non-impulsive action*, *healthy habits*, *work ethic*, dan *reliability*. Jumlah instrumen yang digunakan berjumlah 38 butir dengan menggunakan skala likert empat point, yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), Sangat Setuju (SS).

2. Konsentrasi Belajar

Konsentrasi merupakan kemampuan individu dalam memusatkan perhatian pada suatu objek untuk mengingat sesuatu dengan baik. Konsentrasai dalam belajar melibatkan pemusatan pikiran dan perhatian pada suatu mata pelajaran dengan mengesampingkan segala hal yang tidak ada hubungannya dalam pelajaran. Konsentrasi belajar diukur dengan menggunakan kuisisioner yang dikemukakan oleh Super dan Crities (Purba, 2019) dengan indikator sebagai berikut : 1) Memperhatikan setiap materi pelajaran yang disampaikan pendidik, 2) dapat merespon dan memahami setiap materi pelajaran yang diberikan, 3) selalu bersikap aktif dengan bertanya dan memberikan argumentasi mengenai materi pelajaran yang disampaikan pendidik, 4) menjawab dengan baik dan benar setiap pertanyaan yang diberikan pendidik, dan 5) kondisi kelas tenang dan tidak gaduh saat menerima materi. Jumlah instrumen yang digunakan berjumlah 40 butir dengan menggunakan skala likert empat point, yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), Sangat Setuju (SS).

3. Penggunaan Smartphone

Penggunaan *smartphone* dalam penelitian ini adalah kebiasaan siswa yang menggunakan *smartphone* dalam berbagai aktivitas sehari-hari. Penggunaan *smartphone* meliputi berbagai fungsi untuk mendukung komunikasi, akses informasi, hiburan, menyimpan data dan media pembelajaran. Dengan kemampuannya yang luas, *smartphone* telah menjadi alat penting dalam kehidupan yang tidak hanya mempermudah interaksi sosial tetapi juga meningkatkan efisiensi dalam pekerjaan dan aktivitas sehari-hari. Penggunaan *smartphone* tidak dibatasi usia. Penggunaan *smartphone* diukur menggunakan kuisisioner yang diadaptasi dari (Risnawati, 2022) dengan indikator penggunaan *smartphone* sebagai berikut: Frekuensi penggunaan *smartphone*, Fungsi aplikasi

dalam *smartphone*, Durasi dalam menggunakan *smartphone* dan Dampak penggunaan *smartphone*. Jumlah instrumen yang digunakan berjumlah 33 butir dengan menggunakan skala likert empat point, yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), Sangat Setuju (SS).

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan dengan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui ada tidaknya hubungan penggunaan *smartphone* terhadap *self control* dan konsentrasi belajar siswa pada mata pelajaran biologi di kelas X SMAN 4 Tasikmalaya.

1.5 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi kegunaan secara teoritis dan praktis sebagai berikut :

1.5.1. Kegunaan Teoritis

Secara teoritis, penulis berharap dengan adanya penelitian ini dapat memberikan informasi dan gambaran dari hubungan penggunaan *smartphone* terhadap *self control* dan konsentrasi belajar.

1.5.2. Kegunaan Praktis

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberi kegunaan praktis sebagai berikut :

1) Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang penggunaan *smartphone*, *self control* dan konsentrasi belajar yang dapat digunakan sebagai bahan evaluasi pada proses pembelajaran di sekolah.

2) Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan manfaat dari penggunaan *smartphone*, *self control* dan konsentrasi belajar. Dari 3 variabel tersebut masing-masing memiliki kekurangan dan kelebihan, sekaligus dapat memperbaiki kualitas peserta didik pada saat melaksanakan kegiatan pembelajaran sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai sesuai yang telah diharapkan.

3) Bagi Peserta Didik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan pengetahuan mengenai penggunaan *smartphone*, *self control* dan konsentrasi belajar yang diharapkan setelah mengetahui hal tersebut peserta didik menjadi lebih baik pada proses pembelajaran.

4) Bagi Penulis

Penelitian ini bagi penulis dapat digunakan sebagai tambahan pengalaman dan pengetahuan mengenai penggunaan *smartphone*, *self control* dan konsentrasi belajar pada saat proses pembelajaran berlangsung.