

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Interconnection-networking (internet) adalah sebuah sistem global jaringan computer yang saling menghubungkan antara satu dengan yang lain diseluruh penjuru dunia dengan menggunakan *standart internet protocol suite*. Sejarah *internet* di Indonesia pertama kali dikenal pada tahun 1990an. Adanya teknologi informasi seperti *internet* telah membuka mata dunia akan sebuah dunia, interaksi dan *market palce* baru serta sebuah jaringan bisnis dunia yang tanpa batas. Dunia didalam *internet* disebut juga dengan dunia maya (*cyberspace*). Hadirnya *internet* sebagai insfrakstruktur dan jaringan yang telah menunjang efektifitas dan efisiensi operasional sebuah perusahaan, terutama perannya sebagai sarana publikasi, komunikasi, serta sarana untuk mendapatkan berbagai informasi yang dibutuhkan.¹

Perkembangan *internet* yang sangat cepat dan penyebarannya yang sangat luas membuat pengguna internet semakin meningkat. Pengguna *internet* saat ini sudah mencakup seluruh kalangan

¹Gani and Alcianno Ghobadi, "Sejarah Dan Perkembangan Internet Di Indonesia," *Jurnal Mitra Manajemen* 5, no. 2 (2020). 68.

masyarakat, dari pedesaan hingga perkotaan, dari anak kecil hingga orang tua dengan kebutuhan yang berbeda.²Dengan berkembangnya jaringan internet memberikan akses yang cepat dan mudah terhadap berbagai informasi, mulai dari berita terkini, pendidikan, kesehatan, hiburan, memungkinkan komunikasi jarak jauh dengan mudah, memudahkan pengguna internet untuk bermedia sosial maupun jaringan sosial lainnya.

Penggunaan *gadget* sangat berpengaruh pada kehidupan masyarakat saat ini khususnya pada anak-anak.Penggunaan internet mempunyai pengaruh yang positif dan juga pengaruh negatif.Pengaruh positifnya jika di gunakan dengan benar dan di gunakan secara baik seperti untuk sarana kreatif, pembelajaran maupun mencari informasi yang bermanfaat, juga tidak sedikit remaja menggunakan internet untuk lebih produktif seperti konten creator, seniman dan lainnya. Pengaruh negatif, dapat mengakibatkan dampak negatif antara lain penggunaan internet negatif seperti pornografi, dan *game* online yang terus menerus hingga menyebabkan masalah kesehatan akibat terlalu lama bermain internet, jika pemakaian *gadget* yang berlebihan bisa juga membuat adanya

²Sudibyo dan Novi Herawadi, "Analisis Kualitas Layanan Jaringan Internet Pada Institut Informatika Dan Bisnis Darmajaya," *Prosiding seminar Nasional Darmajaya* Vol.1, no.No.1 (2017). 411.

gangguan mental seperti anti sosial, kecemasan, insomnia dan stress pada penggunaannya membuat kesehatannya terganggu.³

Kesehatan mental merupakan salah satu kajian dalam ilmu kejiwaan yang sudah di kenal sejak abad-19, seperti di Jerman tahun 1875 M. Kesehatan mental suatu kajian ilmu jiwa walaupun dalam bentuk sederhana. Menurut WHO (*The World Health Organization*), sehat adalah suatu kondisi yang lengkap secara fisik, mental dan kesejahteraan sosial, di samping itu tidak ada penyakit atau kelemahan yang dimiliki.⁴

Kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik. Kesehatan mental merupakan dasar dari berhasilnya membangunnya relasi sosial, hidup lebih produktif, kemampuan dalam mengembangkan potensi diri dan menjadi individu yang lebih bertanggung jawab bagi lingkungan hidupnya atau dalam komunitas. Namun sebaliknya jika seseorang mengalami masalah kesehatan mental akan menjadi pemicu dalam gagalnya membangun hubungan sosial, menjadi tidak produktif, lebih cenderung tidak bertanggung jawab dan ketidakmampuan dalam mengembangkan potensi diri.

³Wulandari dan Dewi, "Dampak Positif Dan Negatif Penggunaan Internet Bagi Peserta Didik," *The Indonesian Journal Of Islamic Studies*10, No.2 (2022). 149–156.

⁴Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental*, (Pamekasan: Duta Media Publishing, 2019), 1-11.

Sehingga isu kesehatan mental faktor dalam tidak tercapainya pembangunan kehidupan yang produktif, sejahtera dan mengurangi sumber daya manusia.⁵

Kesehatan mental anak dipengaruhi oleh banyak hal termasuk penggunaan internet, khususnya bagi anak-anak. Seperti yang telah dijelaskan di atas bahwa penggunaan internet atau dalam menggunakan *gadget* mempunyai dua dampak yaitu dampak positif dan juga negatif. Pengaruh positifnya jika digunakan dengan benar dan di gunakan secara baik seperti untuk sarana kreatif, pembelajaran maupun mencari informasi yang bermanfaat. Pengaruh negatif dari teknologi dapat mengakibatkan dampak yang buruk antara lain penggunaan video-video yang berasusila, pornografi, membuat perubahan gaya hidup anak menjadi buruk. Dampak negatif lainnya dalam penggunaan internet secara berlebihan juga mempengaruhi daya pikir anak sehingga anak dapat mengalami kesehatan mental seperti perubahan emosi, gangguan perilaku, gangguan tidur (begadang bermain *gadget*), mengalami kecemasan dan ketakutan.⁶

⁵Novianti dan Delpi, "Isu Mental (Mental Health) Dan Peranan Pelayanan Konseling Pastoral Kristen," *Jurnal Kadesi* 5, no. 1 (2023).137–162.

⁶Wulandari dan Dewi, "Dampak Positif Dan Negatif Penggunaan Internet Bagi Peserta Didik", *The Indonesian journal of Islamic Studies* 10, No.2 (2022). 149-156

Pendekatan *behavioral* didasarkan pada tingkah laku oleh karena itu pendekatan ini memusatkan diri pada tingkah laku yang tampak. Pendekatan ini merinci rencana tindakan sejelas mungkin. Pendekatan *behavioral* membuat ukuran-ukuran keberhasilan dari konseling serinci mungkin sebagai bahan evaluasi nantinya. Terapi ini merupakan proses pendidikan, pembelajaran dan pelatihan.⁷

Perkembangan teknologi di Kecamatan Mappak sangat bermanfaat kepada masyarakat setempat karena memberikan akses internet yang mudah untuk berbagai informasi dan berkomunikasi serta dapat dijadikan sebagai sarana pembelajaran. Tetapi fakta yang terjadi dengan adanya jaringan internet tersebut memberikan pengaruh buruk pada kesehatan mental anak di Kecamatan Mappak. Banyak anak yang kemudian ketergantungan dalam menggunakan *internet* termasuk dalam bermain *gadget* dan bersosial media serta menggunakan internet secara berlebihan sehingga mempengaruhi daya pikir anak yang membuat anak mengalami kesehatan mental seperti perubahan emosi, gangguan perilaku, mengalami kecemasan dan ketakutan. Banyak anak-anak yang kemudian berbicara kasar dan suka melawan kepada orang tua mereka.

⁷Totok S. Wiryasaputra, *Konseling Pastoral Di Era Milenial* (Saven Books dan Asosiasi Konselor Pastoral Indonesia, Yogyakarta, 2019). 219-220 .

Hasil observasi awal dan wawancara dengan salah satu orang tua dari anak yang mengalami kesehatan mental akibat teknologi menunjukkan bahwa dengan adanya teknologi yang semakin berkembang membuat anak-anak di Kecamatan Mappak mengalami perubahan hidup dan perubahan perilaku seperti ketergantungan dalam menggunakan internet termasuk dalam bermain *gadget*, bersosial media, mulai mengikuti trend yang mereka lihat di sosial media, kurang fokus dalam belajar, malas ke sekolah, mengurung diri di rumah, bahkan saat bersama keluarga anak lebih fokus pada *gadget* mereka, dan kurang berinteraksi dengan masyarakat sehingga menimbulkan ketidakpercayaan diri dalam diri mereka.⁸ Berdasarkan permasalahan yang terjadi, penulis tertarik untuk meneliti hal tersebut dengan menggunakan pendekatan *behavioral*. Dengan menggunakan pendekatan tersebut dapat membantu dan memberikan pemahaman bagaimana menggunakan *gadget* yang baik. Pendekatan ini juga dapat membantu dalam menyelesaikan masalah kesehatan mental anak yang terjadi akibat dari penggunaan *gadget* agar mereka dapat merubah perilaku yang menyimpang dan mengubah tingkah laku mereka yang kecanduan bermain *gadget*. Hal ini sejalan dengan

⁸Naomi, Orang Tua Anak, wawancara, Mappak, Tana Toraja, 5 April 2025.

firman Tuhan dalam Roma 12:2 yang menyatakan bahwa janganlah kamu menjadi serupa dengan dunia ini, tetapi berubahlah oleh pembaruan budimu, sehingga kamu dapat membedakan manakah kehendak Allah: apa yang baik, yang berkenan kepada Allah dan yang sempurna.⁹

Adapun penelitian terdahulu yang di lakukan oleh Ester Widiyaningtyas, Clive Johday Welan dan Dony Wijaya yang berjudul Peranan Konseling Behavior Dalam Menangani Dampak Adiksi Dari Game Online. Kesimpulan dari penelitian tersebut mengatakan bahwa konseling behavior dengan teknik covert sensitization dapat menjadi salah satu alternative yang sangat baik untuk mengurangi adiksi game online pada anak-anak usia sekolah. Sedangkan peneliti saat ini akan melihat bagaimana pendekatan behavioral terhadap kesehatan mental anak akibat dari teknologi.

Penelitian sebelumnya juga yang ditulis oleh Surya Ningsih Manguma, Bernadetha Nadaek, Bintang R. Simbolon, yang berjudul "Pengaruh Penggunaan *Gadget* terhadap Perkembangan Sosial Anak pada Siswa Kelas III SDN No. 101 Makale 4 Kecamatan Makale Kabupaten Tana Toraja". Kesimpulan dari penelitian tersebut adalah

⁹ALKITAB, LAI, TB, 2009.

Bagaimana pengaruh gadget terhadap perkembangan sosial pada anak. Sedangkan peneliti saat ini ingin meneliti kesehatan mental anak akibat dari penggunaan gadget.¹⁰

Penelitian sebelumnya juga yang di tulis oleh Tika Sari Dewy, Herdy Juniawan dan Fika Fitriani yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Terhadap Kecanduan Gadget Pada Remaja Usia 12-16 Tahun Di SMPN 8 Satap Mantawe Kabupaten Tanah Bambu Tahun 2022”. Dalam penelitian tersebut peneliti menggunakan metode kuantitatif sedangkan peneliti saat ini akan menggunakan metode kualitatif dan juga lokasi tempat penelitian yang berbeda.

B. Fokus Masalah

Adapun fokus masalah pada penelitian ini adalah, menjelaskan kesehatan mental anak akibat penggunaan *gadget* di Kecamatan Mappak.

¹⁰Manguma et al, “Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Anak Pada Siswa Kelas III SDN No.101 Makale 4 Kecamatan Makale Kabupaten Tana Toraja,” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 6, no. 2 (2022): 129–138.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan deskripsi masalah di atas maka rumusan masalah yang akan diteliti yaitu bagaimana pendekatan *behavioral* terhadap kesehatan mental anak akibat penggunaan *gadget* di Kecamatan Mappak?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan deskripsi rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis kesehatan mental anak akibat di Kecamatan Mappak akibat penggunaan *gadget* dengan pendekatan *behavioral*.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat di peroleh dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini berpotensi untuk mengembangkan teori atau pendekatan *behavioral* dalam memberikan pemahaman mengenai pentingnya meningkatkan kesadaran masyarakat termasuk orang tua dan guru dalam mengatasi masalah kesehatan mental anak. Selain itu, diharapkan juga untuk memberikan pengaruh pada

komunitas akademik Institut Agama Kristen Negeri Toraja (IAKNT), khususnya Program Studi Pastoral Konseling terhadap mata kuliah yang mempelajari tentang pendekatan behavioral dalam mempelajari kesehatan mental anak.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Masyarakat: Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat di Kecamatan Mappak, tentang dampak negative dari teknologi yang berpengaruh pada kesehatan mental anak.
- b. Bagi Orang Tua : Penelitian ini memberikan panduan praktis bagiorang tua dalam memahami dan mengatasi masalah kesehatan mental anak akibat dari teknologi. Orang tua dapat memberika dukungan yang lebih baik bagi anak-anak untuk menggunakan teknologi yang baik dan benar.

F. Sistematika Penulisan

Struktur Penulisan dalam proposal penelitian ini adalah sebagai berikut:

BAB I : Membahas tentang latar belakang masalah, fokus masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulis.

BAB II : Landasan teori, dimana pada Bab II ini akan membahas tentang teori-teori yang akan digunakan dalam penelitian ini.

BAB III : Berisi tentang metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini.

BAB IV : Menyajikan hasil penelitian yang diperoleh dari hasil penelitian.

BAB V : Berisi tentang kesimpulan dari penelitian dan juga saran yang didasarkan dari hasil penelitian.