

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Di antara berbagai negara di dunia, Indonesia termasuk dalam kelompok dengan tingkat penggunaan perangkat gawai yang sangat tinggi di kalangan masyarakat nya. Laporan dari data reportal (kolaborasi *We Are Social dan Kepios*) menunjukkan bahwa Jumlah pengguna internet di Indonesia > 210 juta ( $\pm 77\%$  populasi). Rata-rata waktu penggunaan internet mencapai sekitar 7–8 jam per hari. Penggunaan melalui perangkat mobile (gawai) mendominasi secara signifikan dibanding desktop.<sup>2</sup>

Keberadaan gawai telah terintegrasi secara erat dalam kehidupan sehari-hari remaja, termasuk peserta didik di lingkungan sekolah. Gawai memfasilitasi akses informasi, komunikasi, dan hiburan secara cepat dan instan, sehingga menjadi bagian yang sulit dipisahkan dari aktivitas siswa. Namun demikian, intensitas penggunaan yang tinggi tidak hanya membawa dampak positif, melainkan juga berpotensi memengaruhi kualitas interaksi sosial. Perkembangan teknologi digital telah menggeser pola komunikasi yang semula bersifat langsung menjadi lebih banyak dimediasi oleh layar, sehingga berisiko mengurangi kedalaman interaksi sosial serta sensitivitas terhadap lingkungan sekitar.

Fenomena dalam konteks tersebut mengindikasikan penguatan karakter dan penanaman nilai-nilai sosial seperti kejujuran, tanggung jawab,

---

<sup>2</sup>Data Reportal. (2024). *Digital 2024: Indonesia*. We Are Social & Kepios. <https://datareportal.com/reports/digital-2024-indonesia>

dan empati yang tercermin dalam perilaku prososial menjadi semakin krusial. Sekolah tidak hanya berorientasi pada capaian akademik, tetapi juga memiliki tanggung jawab dalam membentuk dan memperkuat karakter sosial siswa. Idealnya, siswa mampu menunjukkan perilaku prososial seperti kepedulian, disiplin, dan tanggung jawab dalam interaksi sehari-hari.

Fenomena di lapangan menunjukkan bahwa perilaku prososial belum berkembang secara optimal, yang ditandai dengan menurunnya empati, kejujuran, dan tanggung jawab. Kondisi ini mengindikasikan adanya kemungkinan keterkaitan antara tingginya intensitas penggunaan gawai dengan perubahan perilaku sosial siswa, sehingga perlu dikaji lebih lanjut secara empiris.

Berdasarkan hasil diskusi secara terbuka dengan salah satu guru kelas X di SMA Negeri 1 Gondang Tulungagung bahwa adanya pengaruh signifikan antara tingkat kontrol diri siswa dan intensitas pemanfaatan gawai di lingkungan sekolah dengan tindakan prososial mereka, khususnya dalam manifestasi kejujuran dan tanggung jawab selama proses pembelajaran. Masalah utama yang sering kali terjadi yaitu disaat siswa merasa jenuh terhadap materi pelajaran yang disampaikan guru, yang sering kali memicu distraksi tidak sadar mereka menggunakan gawai pribadi untuk mengakses media sosial baik untuk *chatting* dengan teman dan media sosial lainnya bahkan bermain game online di tengah jam pelajaran.

Individu yang memiliki tingkat kontrol diri yang baik umumnya bisa mengendalikan dorongan negatif serta mengarahkan perilakunya agar

selaras dengan norma sosial dan moral, termasuk dalam wujud perilaku prososial. Kontrol diri dapat dipandang sebagai variabel kunci yang berkontribusi terhadap terbentuknya perilaku prososial. Pesatnya perkembangan teknologi serta kemudahan akses terhadap gawai menghadirkan tantangan tersendiri dalam menjaga konsistensi kontrol diri. Sejumlah penelitian juga mengindikasikan bahwa kontrol diri berperan dalam mengendalikan tingkat intensitas penggunaan gawai.

Sebuah penelitian yang melibatkan remaja berusia 15–18 tahun di Yogyakarta, ditemukan bahwa tingkat penggunaan gawai dipengaruhi secara signifikan dan berarah negatif oleh kontrol diri. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin baik keterampilan individu dalam mengendalikan diri, maka kecenderungan dalam menggunakan gawai menjadi semakin rendah.<sup>3</sup>

Temuan tersebut menyiratkan bahwa kurangnya kontrol diri bisa mendorong penggunaan gawai yang berlebihan. Dalam konteks siswa di lingkungan sekolah, hal ini dapat berdampak pada kualitas interaksi sosial, konsentrasi belajar, dan kemampuan menjaga hubungan antarsiswa. Jika intensitas penggunaan gawai sangat tinggi, ada potensi bahwa siswa menjadi lebih asyik pada dunia digital mengabaikan interaksi tatap muka, mengurangi empati, dan melemahkan kemampuan prososial. Sebuah studi terbaru menunjukkan bahwa penggunaan gawai yang bermasalah

---

<sup>3</sup> Nurningtyas, F., & Ayriza, Y., "Pengaruh Kontrol Diri terhadap Intensitas Penggunaan Smartphone pada Remaja," *Acta Psychologia* 3, No. 1 (2022): 18. <https://doi.org/10.21831/ap.v3i1.40040>

berkorelasi dengan penurunan kualitas hidup anak-anak dan remaja dalam waktu beberapa tahun terakhir.<sup>4</sup>

Penggunaan gawai bisa memiliki kaitan dengan aspek sosial yang positif tergantung pada bagaimana gawai tersebut digunakan. Sebuah studi yang dilakukan pada mahasiswa di Indonesia, meskipun melibatkan populasi yang berbeda, menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara tingkat penggunaan gawai dan perilaku prososial.<sup>5</sup> Temuan ini membuka kemungkinan bahwa gawai tidak selalu merusak perilaku sosial dengan kontrol dan pola penggunaan yang tepat, gawai bisa mendukung interaksi sosial, komunikasi, dan empati.

Sekolah sering menghadapi dilema bagaimana mengakomodasi kebutuhan siswa akan teknologi dan gawai baik untuk belajar maupun komunikasi tanpa mengorbankan aspek sosial dan karakter. Pada kenyataannya, kontrol penggunaan gawai di banyak sekolah sering rendah atau aturannya longgar misalnya boleh membawa gawai ke sekolah, bebas menggunakannya di waktu luang, atau tidak ada monitoring terhadap konten dan durasi. Ini berpotensi menyebabkan penggunaan gawai yang intensitasnya melebihi batas sehat, lalu menghasilkan dampak negatif terhadap interaksi sosial, empati, dan solidaritas di antara siswa.

---

<sup>4</sup> Tanja Poulain dkk., "Smartphone Use, Wellbeing, and Their Association in Children," *Pediatric Research*, advance online publication, 12 Mei 2025.

<sup>5</sup> Universitas Sriwijaya dan Putri Aulia Hasanah, "Pengaruh Intensitas Penggunaan Smartphone Terhadap Perilaku Prososial Pada Mahasiswa/i Universitas Sriwijaya," *Jurnal Empirika* 7, no. 2 (2022): 130–43.

Siswa tetap bisa menunjukkan perilaku prososial dan menjaga karakter baik, dengan kenyataan bahwa penggunaan gawai bisa tergantung intensitas dan kontrol mempengaruhi perilaku mereka secara negatif. Adanya kesenjangan tersebut mendorong pentingnya dilakukannya penelitian yang secara khusus mengkaji keterkaitan antara kontrol diri, intensitas penggunaan gawai, dan perilaku prososial pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Gondang, Tulungagung. Pemilihan siswa kelas X sebagai subjek penelitian didasarkan pada pertimbangan tahap perkembangan psikologis dan sosial remaja. Siswa kelas X berada pada fase awal remaja di jenjang sekolah menengah atas, yang ditandai dengan proses adaptasi terhadap lingkungan baru, baik dalam aspek akademik maupun sosial.

## **B. Identifikasi dan Batasan Masalah**

Permasalahan utama yang mendasari penelitian ini adalah munculnya fenomena perilaku prososial yang kurang optimal di kalangan siswa SMA khususnya kelas X, meskipun pendidikan karakter menjadi fokus penting dalam pembelajaran. Penggunaan gawai oleh siswa di lingkungan sekolah semakin meningkat, baik untuk kebutuhan belajar, komunikasi, maupun hiburan. Intensitas tersebut kerap tidak terkontrol, sehingga menimbulkan keprihatinan terkait dampaknya terhadap frekuensi interaksi sosial tatap muka dan kualitas hubungan antar siswa.

Kontrol diri merefleksikan kemampuan individu dalam mengelola dorongan internal sekaligus mengarahkan perilaku agar selaras dengan norma serta tujuan sosial yang berlaku, yang pada gilirannya berkontribusi

dalam berbagai ranah perilaku, termasuk dalam pemanfaatan teknologi.<sup>6</sup> Terdapat kesenjangan antara gambaran teoritik kontrol diri dan penerapannya dalam konteks SMA, khususnya mengenai bagaimana kontrol diri berhubungan dengan intensitas penggunaan gawai yang terus meningkat akibat tuntutan digital. Banyak penelitian saat ini terfokus pada populasi umum remaja atau mahasiswa, sehingga tidak sepenuhnya mencerminkan dinamika yang terjadi secara khusus pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Gondang Tulungagung.

Sejumlah studi mengenai hubungan penggunaan gawai dan perilaku sosial telah dilakukan, sebagian besar fokusnya pada dampak psikologis seperti kecanduan atau kesejahteraan digital, bukan secara langsung pada perilaku prososial dalam lingkungan sekolah. Temuan dalam kajian internasional menunjukkan bahwa aspek prososial dan *self regulation* berperan dalam pola penggunaan gawai yang bermasalah di mana keterampilan kontrol tinggi yang tinggi dapat mengurangi kecenderungan perilaku bermasalah dan mendukung penyesuaian sosial.<sup>7</sup> Intensitas penggunaan gawai yang tinggi di lingkungan sekolah seringkali tidak diimbangi dengan strategi pengendalian atau manajemen diri yang efektif.

Kesempatan untuk mengembangkan sikap prososial pada siswa kelas X semakin menurun ketika penggunaan gawai berlangsung di luar

---

<sup>6</sup> Rizki Noviananda dan Eko Hardi Ansyah, "Pengaruh Kontrol Diri Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kepatuhan Tata Tertib Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK)," *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 8, no. 2 (2024): 946–58.

<sup>7</sup> Clara López-Mora dkk., "Perceived Attachment and Problematic Smartphone Use in Young People: Mediating Effects of Self-Regulation and Prosociality," *Psicothema* 4, no. 33 (2021): 564–70.

konteks pembelajaran, terutama ketika konten yang dikonsumsi lebih bersifat hiburan atau pribadi. Kondisi ini menimbulkan masalah baru, dimana siswa yang harusnya dapat mengekspresikan keterampilan sosial dengan baik saat ini mereka sering terfokus pada interaksi digital yang kurang memadai dalam mendorong empati dan tolong menolong.

Permasalahan ini menuntut adanya batasan yang jelas dalam penelitian, yakni fokus pada siswa kelas X di lingkungan sekolah (bukan siswa di luar sekolah atau rentang usia yang lebih luas) serta pengukuran intensitas penggunaan gawai saat berada di lingkungan sekolah. Batasan tersebut ditetapkan guna menjamin bahwa data yang dikumpulkan secara akurat merepresentasikan keterkaitan variabel pada konteks penelitian yang sedang dikaji. Penelitian ini dibatasi 2 variabel utama yaitu kontrol diri dan intensitas penggunaan gawai, sehingga variabel lain yang mungkin ikut mempengaruhi perilaku prososial (seperti pola asuh orang tua atau faktor lingkungan lain) tidak menjadi fokus utama dalam penelitian ini. Fokus utama adalah tindakan prososial yang hanya dibatasi pada manifestasi kejujuran, tanggung jawab, dan empati.

Penerapan batasan tersebut diharapkan mampu menghasilkan deskripsi yang akurat terkait pengaruh secara simultan antara kontrol diri dan intensitas penggunaan gawai terhadap perilaku prososial pada siswa kelas X. Pengetahuan ini kemudian dapat digunakan sebagai dasar rekomendasi praktis bagi sekolah dan orang tua dalam mengelola

penggunaan teknologi secara sehat serta memperkuat karakter sosial siswa di era digital.

### **C. Rumusan Masalah**

1. Apakah terdapat pengaruh kontrol diri terhadap perilaku prososial pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Gondang Tulungagung?
2. Apakah terdapat pengaruh intensitas penggunaan gawai di lingkungan sekolah terhadap perilaku prososial pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Gondang Tulungagung?
3. Seberapa besar pengaruh kontrol diri dan intensitas penggunaan gawai di lingkungan sekolah secara simultan terhadap perilaku prososial pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Gondang Tulungagung?

### **D. Tujuan Penelitian**

1. Untuk menganalisis pengaruh kontrol diri terhadap perilaku prososial pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Gondang Tulungagung.
2. Untuk menganalisis pengaruh intensitas penggunaan gawai di lingkungan sekolah terhadap perilaku prososial pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Gondang Tulungagung.
3. Untuk menganalisis besarnya pengaruh kontrol diri dan intensitas penggunaan gawai di lingkungan sekolah secara simultan terhadap perilaku prososial pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Gondang Tulungagung.

## **E. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Riset ini memberikan kontribusi kepada tindakan sosial remaja serta diharapkan mampu berkontribusi terhadap pengayaan literatur serta menyediakan referensi yang relevan dan bermanfaat bagi riset di masa mendatang serta menjadi dasar teori bagi riset lanjutan yang mengkaji hubungan antar variabel

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Kepala Sekolah**

Hasil penelitian diharapkan dapat membantu kepala sekolah memahami bagaimana kontrol diri dan intensitas penggunaan gawai berpengaruh terhadap perilaku prososial siswa, sehingga dapat digunakan untuk menyusun program pembinaan karakter, penguatan disiplin, serta regulasi penggunaan gawai yang tidak hanya bersifat pembatasan, tetapi juga edukatif. Temuan ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam mengoptimalkan peran guru dan lingkungan sekolah dalam membentuk interaksi sosial yang positif di kalangan siswa.

#### **b. Bagi Guru**

Guru diharapkan berperan secara proaktif dalam membimbing siswa agar mampu meningkatkan kontrol diri serta menggunakan teknologi dengan cara yang tepat dan bertanggung jawab, menciptakan suasana pembelajaran yang lebih interaktif dan

menarik sehingga siswa tidak terlalu bergantung pada gawai sebagai bentuk distraksi selama proses pembelajaran.

c. Siswa

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi siswa dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya kontrol diri dalam menggunakan gawai, khususnya di lingkungan sekolah. Memahami dampak intensitas penggunaan gawai terhadap perilaku sosial, siswa dapat lebih bijak dalam mengatur waktu dan cara penggunaan teknologi agar tidak mengganggu interaksi dengan teman maupun lingkungan sekitar. Penelitian ini juga mendorong siswa untuk mengembangkan perilaku prososial, seperti saling membantu, bekerja sama, dan peduli terhadap orang lain, sehingga tercipta hubungan sosial yang lebih harmonis dan lingkungan belajar yang kondusif.

d. Orang Tua

Orang tua diharapkan dapat melakukan pengawasan sekaligus pendampingan terhadap penggunaan perangkat digital oleh anak di lingkungan rumah. Penanaman nilai-nilai sosial seperti kepedulian, empati, dan tanggung jawab sejak usia dini menjadi hal penting agar anak dapat mengembangkan perilaku prososial anak.

e. Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan kajian melalui penambahan variabel lain yang juga berpotensi

berkontribusi, seperti pola asuh orang tua dan pengaruh teman sebaya. Penambahan faktor-faktor tersebut diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika perilaku prososial remaja, khususnya dalam konteks perkembangan di era digital.

#### **F. Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup riset ini difokuskan pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Gondang Tulungagung sebagai subjek penelitian, dengan pertimbangan bahwa siswa pada jenjang ini merupakan siswa yang mengalami tahap transisi yaitu dari masa SMP, sehingga rentan menghadapi perubahan pola perilaku prososial dan penggunaan gawai. Variabel independen dalam penelitian ini mencakup kontrol diri dan intensitas penggunaan gawai di sekolah sedangkan variabel terikatnya adalah perilaku prososial yang diwujudkan dalam bentuk kejujuran, tanggung jawab, dan empati.

Ruang lingkup variabel intensitas penggunaan gawai di lingkungan sekolah dibatasi pada durasi, frekuensi, serta tujuan penggunaan gawai selama kegiatan pembelajaran maupun waktu senggang di area sekolah. Penelitian tidak menilai konten spesifik yang diakses siswa maupun aktivitas penggunaan gawai di luar sekolah. Batasan ini ditetapkan untuk menjaga keterfokusan penelitian pada konteks yang dapat dikontrol oleh institusi pendidikan dan yang secara langsung relevan dengan dinamika sosial di sekolah.

Perilaku prososial merujuk pada berbagai bentuk tindakan yang dilakukan tanpa paksaan dengan orientasi untuk memberikan dampak positif bagi orang lain. Bentuk perilaku ini dapat diwujudkan melalui kegiatan seperti membantu sesama, menjalin kerja sama, berbagi dengan orang lain, serta menunjukkan kepedulian dan empati.

Ruang lingkup penelitian ini mencakup subjek penelitian yaitu siswa kelas X SMA Negeri 1 Gondang. Secara konseptual, kajian ini secara spesifik menitikberatkan pada analisis perilaku prososial sebagai fokus utama penelitian. Ruang lingkup ini digunakan untuk memastikan bahwa temuan penelitian tetap relevan, terukur, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

## **G. Penegasan Variabel**

Penegasan variabel untuk penelitian ini dapat diuraikan mencakup dua aspek, yaitu definisi konseptual serta definisi operasional.

### **1. Penegasan Konseptual**

#### **a. Kontrol Diri (X1)**

Kontrol diri dapat diartikan kemampuan individu guna mengarahkan dan mengendalikan perilaku dengan melaksanakan pertimbangan yang matang sebelum bertindak agar searah dengan norma sosial serta nilai-nilai yang bersifat positif. Kontrol diri dipahami melalui tiga aspek utama, yakni kemampuan mengendalikan perilaku, mengelola proses kognitif, serta mengatur

pengambilan keputusan.<sup>8</sup> Kontrol diri dapat dipahami sebagai kapasitas seseorang dalam mengelola dan mengendalikan dorongan, emosi, pikiran, serta tindakannya sehingga tetap sesuai dengan tuntutan situasi, norma yang berlaku, dan tujuan jangka panjang yang ingin dicapai.

Kemampuan ini memiliki peran yang krusial pada remaja karena membantu siswa menahan keinginan untuk menggunakan teknologi secara berlebihan serta mendorong mereka untuk lebih terlibat dalam aktivitas yang bersifat konstruktif, seperti menjalin interaksi sosial yang sehat dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan belajar.

b. Intensitas Penggunaan Gawai di Lingkungan Sekolah (X2)

Merujuk pada frekuensi, durasi, dan pola penggunaan perangkat seperti smartphone atau tablet oleh siswa selama berada di lingkungan sekolah, baik saat kegiatan pembelajaran maupun istirahat. Variabel ini mencakup berapa lama siswa menggunakan perangkat tersebut, seberapa sering mereka mengaksesnya, dan dalam konteks apa saja perangkat tersebut dipakai.

Konsep intensitas ini penting karena penggunaan gawai yang tinggi dapat mempengaruhi aspek psikososial siswa, termasuk konsentrasi belajar dan interaksi sosial di lingkungan sekolah,

---

<sup>8</sup> Fidiana, N. R., "Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku *delinquency* pada remaja di SMP BHAKTI Turen Malang," (2014): 3.

sebagaimana beberapa penelitian indikator penggunaan gawai terhadap perilaku sosial pada anak mengindikasikan adanya keterkaitan antara intensitas penggunaan perangkat digital dan perilaku sosial anak.<sup>9</sup>

c. Perilaku Prososial (Y)

Perilaku prososial secara konseptual dipahami sebagai tindakan sukarela yang dilakukan individu untuk memberikan keuntungan bagi orang lain, yang diwujudkan melalui aktivitas membantu, berbagi, kolaborasi, empati, dan kepedulian terhadap kesejahteraan sesama.

Perilaku prososial merupakan indikator perkembangan sosial dan moral individu yang mencerminkan kemampuan untuk berinteraksi secara positif dengan lingkungan sosialnya, termasuk teman sebaya di sekolah. Perilaku ini dianggap penting dalam konteks sekolah karena berkontribusi pada terciptanya iklim sosial yang sehat dan saling mendukung di antara siswa.

1. Kejujuran

Kejujuran adalah nilai moral yang mencerminkan konsistensi antara apa yang diyakini dan dilakukan seseorang, termasuk keterbukaan dalam perkataan dan tindakan yang dapat dipercaya oleh orang lain. Kejujuran merujuk pada perilaku

---

<sup>9</sup> Melemius Riko Mainaki dkk., "Hubungan Antara Tingkat Penggunaan Smartphone Dengan Tingkat Perilaku Prososial Anak Kelas V SD," *Dewantara : Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora* 3, no. 2 (2024): 40.

siswa yang menunjukkan keterusterangan dalam menyampaikan informasi, mengakui kesalahan, dan tidak melakukan tindakan yang menipu, seperti mencontek atau memberikan jawaban palsu.

Kejujuran berperan sebagai fondasi esensial dalam membangun integritas siswa, sehingga keberhasilan yang dicapai tidak semata-mata berorientasi pada prestasi akademik, tetapi juga berperilaku etis dalam interaksi sosial di sekolah. Proses penanaman nilai kejujuran difasilitasi melalui berbagai pendekatan pembelajaran yang menekankan internalisasi nilai moral melalui tugas, dialog, dan pembiasaan nilai tersebut dalam praktik sehari-hari sekolah (misalnya penggunaan cerita dan pembelajaran berbasis nilai dalam konteks sekolah) sehingga perilaku jujur menjadi bagian dari tindakan sosial siswa.

Kejujuran adalah salah satu nilai karakter penting dalam pendidikan yang tidak hanya berkaitan dengan sikap siswa dalam konteks akademik, tetapi juga mencerminkan nilai-nilai sosial yang mereka terapkan dalam kehidupan sehari-hari. Penanaman nilai kejujuran perlu diintegrasikan secara menyeluruh dalam lingkungan keluarga, masyarakat, dan sekolah.

Kondisi saat ini menunjukkan adanya krisis kejujuran yang mengakibatkan maraknya perilaku tidak jujur di berbagai aspek kehidupan. Guru dan orang tua memiliki peran sentral sebagai pihak utama dalam proses pendidikan serta dalam pembentukan sikap kejujuran pada diri siswa<sup>10</sup>

## 2. Tanggung Jawab

Tanggung jawab adalah perilaku internal yang mendorong individu guna menumbuhkan kesadaran, penerimaan, serta pelaksanaan tanggung jawab yang melekat pada dirinya, serta mempertanggungjawabkan konsekuensi dari tindakan yang diambil terhadap diri sendiri serta individu lainnya. Tanggung jawab mencakup keteraturan siswa dalam menuntaskan tugas yang bersifat akademik maupun non-akademik, kepatuhan terhadap aturan sekolah, serta kesadaran atas peran dirinya dalam organisasi yang diikuti sekolah.

Rasa tanggung jawab menunjukkan bagaimana individu memandang dan melaksanakan kewajiban yang dimilikinya, baik terhadap diri sendiri, orang lain, lingkungan sosial, negara, maupun Tuhan. Upaya untuk menumbuhkan sikap tanggung jawab pada proses pendidikan, baik dalam jalur formal di sekolah maupun nonformal di luar sekolah, memiliki peranan

---

<sup>10</sup> Abdullah Isa, "Menanamkan Sikap Kejujuran Pada Siswa," *Tarunaedu: Journal Of Education And Learning* 1, No. 1 (2023): 97.

yang sangat penting. Peserta didik yang memiliki tingkat tanggung jawab yang baik umumnya menunjukkan komitmen tinggi dalam menyelesaikan tugas dari guru, berpartisipasi aktif dalam pembelajaran di kelas, serta ikut terlibat dalam berbagai kegiatan lainnya.<sup>11</sup>

Siswa tidak semata-mata didorong untuk belajar demi kepentingan diri sendiri, melainkan juga untuk memperhatikan kepentingan bersama. Akan tetapi, rendahnya internalisasi nilai-nilai karakter pada diri siswa sering kali terlihat dari berbagai bentuk pelanggaran terhadap peraturan sekolah. Hal ini tercermin dalam sikap kurang kooperatif saat bekerja dalam tim, kecenderungan hanya mencantumkan nama tanpa berkontribusi dalam tugas kelompok, hingga rendahnya kepatuhan terhadap tata tertib maupun norma tidak tertulis yang berlaku di lingkungan sekolah.

### 3. Empati

Menurut Goleman di dalam Ainul Yaqin, empati merupakan kemampuan seseorang untuk memahami perasaan dan persoalan yang dialami orang lain dengan melihatnya dari sudut pandang mereka, sekaligus menunjukkan sikap menghargai terhadap berbagai perbedaan yang ada. Individu

---

<sup>11</sup> Cindy Astarita dkk., "Pancasila Sebagai Filsafat: Tinjauan Analisis Pemahaman dan Sikap Mahasiswa," *Fatih: Journal of Contemporary Research* 1, no. 2 (2025): 86–93.

yang berempati tidak hanya sebatas ikut merasakan emosi orang lain, tetapi juga mampu menempatkan dirinya pada posisi orang tersebut dan berupaya secara tulus memahami apa yang dipikirkan orang lain, sehingga memungkinkan pemahaman terhadap suatu permasalahan dari berbagai sudut pandang, khususnya dari perspektif individu yang menjadi objek empati.<sup>12</sup>

Empati adalah kemampuan individu untuk memahami dan merasakan pengalaman emosional orang lain, baik dari sudut pandang kognitif (memahami perasaan dan perspektif) maupun afektif (merasakan respon emosional terhadap pengalaman orang lain). Empati bukan hanya sekadar kesadaran atau pemahaman konseptual terhadap perasaan orang lain, tetapi mencakup kecenderungan untuk bertindak secara suportif dan membantu dalam konteks sosial, sehingga menjadi landasan moral bagi perilaku yang bermanfaat bagi orang lain.

## **2. Penegasan Operasional**

### **a. Kontrol Diri (X1)**

Kontrol diri diukur secara operasional melalui instrumen kuesioner yang dirancang untuk menilai dimensi regulasi perilaku dan pengendalian impuls siswa dalam menghadapi godaan penggunaan gawai. Indikator operasionalnya mencakup kemampuan

---

<sup>12</sup> Yaqin, A. Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi empati peserta didik dan metode pengembangannya. *Tarbiya Islamia: Jurnal Pendidikan dan Keislaman* 11, No. 1 (2021): 2.

siswa untuk menunda penggunaan gawai jika ada tuntutan belajar, mengatur waktu penggunaan perangkat, dan memprioritaskan aktivitas sosial atau akademik di sekolah daripada penggunaan gawai yang tidak produktif. Skala kontrol diri ini menggunakan teknik pengukuran Likert (misalnya sangat tidak setuju hingga sangat setuju) sehingga memungkinkan kuantifikasi tingkat kontrol diri siswa.

b. Intensitas Penggunaan Gawai di Lingkungan Sekolah (X2)

Skor yang diperoleh dari kombinasi frekuensi penggunaan (berapa kali dalam sehari) dan durasi penggunaan (berapa lama rata-rata penggunaan gawai per sesi) di lingkungan sekolah selama sehari sekolah. Instrumen ini dirancang untuk mencakup konteks penggunaan saat pembelajaran, istirahat, dan jam pulang sekolah, mencerminkan keterlibatan siswa dengan teknologi digital di sekolah secara nyata.

c. Perilaku Prososial (Y)

Diukur menggunakan skala perilaku prososial yang mencakup frekuensi dan kualitas tindakan seperti menolong teman, berbagi informasi, berempati, dan sikap jujur dalam interaksi sosial di sekolah, dengan instrumen berupa kuesioner dan observasi guru. Sebagai skor yang mencerminkan frekuensi dan kualitas perilaku membantu, berbagi, dan berempati yang dilaporkan oleh siswa

melalui instrumen kuesioner prososial standar (misalnya berbagi ide, menolong teman yang kesulitan, bekerja sama dalam tugas kelas).

#### 1. Kejujuran

Kejujuran diukur melalui sejumlah indikator perilaku yang dapat diamati dalam konteks sekolah, meliputi, siswa tidak mencontek saat ujian atau tugas akademik, siswa menyampaikan informasi dan jawaban secara akurat tanpa manipulasi, siswa mengakui kesalahan yang dilakukan tanpa penyangkalan, siswa menunjukkan keterbukaan saat berinteraksi dengan guru dan teman sejawat. Kejujuran diukur menggunakan pernyataan dalam skala Likert (misalnya dari sangat tidak setuju sampai sangat setuju) yang mencerminkan frekuensi atau kecenderungan perilaku jujur siswa dalam kegiatan sekolah sehari-hari.

#### 2. Tanggung Jawab

Tanggung jawab diukur melalui beberapa indikator perilaku yang menunjukkan keberhasilan siswa dalam memenuhi kewajiban sosial dan akademiknya, antara lain, menyelesaikan tugas dan pekerjaan sekolah tepat waktu tanpa pengulangan instruksi, mematuhi aturan kelas dan sekolah, mengambil inisiatif untuk menyelesaikan tanggung jawab yang diberikan tanpa diawasi, mengakui dan memperbaiki kesalahan yang muncul dalam tugas. Indikator ini dapat dinilai melalui

skala likert yang mengukur frekuensi atau konsistensi tindakan siswa dalam memikul tanggung jawab di sekolah.

### 3. Empati

Empati diukur melalui indikator yang mencerminkan kemampuan siswa untuk mengenali, memahami, dan merespons emosi orang lain dalam konteks interaksi sosial di sekolah. Indikator tersebut meliputi, siswa mampu membayangkan perasaan teman yang mengalami kesulitan, siswa menunjukkan perhatian dan respons afektif terhadap teman yang sedih atau membutuhkan dukungan, siswa menunjukkan toleransi dan pengertian terhadap perspektif orang lain. Pengukuran ini dapat dilakukan dengan skala likert yang menilai kecenderungan perilaku empatik siswa dalam situasi sosial yang khas di sekolah.