

HUBUNGAN *GADGET ADDICTION* TERHADAP EMOSI DAN PERILAKU REMAJA (Studi di KELAS VIII SMPN 1 PETERONGAN)

Baderi¹Dessy Ekawati²

¹² STIKes Insan Cendekia Medika Jombang

¹email: badri.mun@gmail.com ²email: dessyekawati20@yahoo.com

ABSTRAK

Pendahuluan. Masalah emosi dan perilaku pada remaja merupakan masalah yang cukup serius, selain memiliki dampak terhadap perkembangan, gangguan emosi dan perilaku pada remaja juga dapat menurunkan produktivitas serta kualitas hidup mereka (Sari Pediatri, 2017). Masalah ini dapat disebabkan oleh salah satu faktor yakni kehidupan di kota besar yang penuh dengan tuntutan dan tekanan bagi perkembangan dan pertumbuhan remaja (Sari Pediatri, 2017). Tuntutan tersebut bisa didapatkan dari gaya hidup yang berubah seiring dengan kemajuan teknologi sebagai contoh yaitu gadget. **Tujuan Penelitian.** Menganalisis hubungan Gadget Addiction terhadap emosi dan perilaku remaja kelas VIII SMP Negeri 1 Peterongan, Jombang. **Metode Penelitian.** Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik dengan metode kuantitatif, dan desain penelitian yang digunakan adalah *Cross-sectional*. Variabel dependen adalah emosi dan perilaku sedangkan variabel independennya adalah *gadget addiction*. Dengan jumlah populasi semua siswa kelas VIII yang menggunakan gadget di SMP Negeri 1 Peterongan, Jombang sejumlah 210 siswa. Teknik Sampling yang digunakan *Purposive sampling*. Data responden yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 84 responden. Uji Analisa data dilakukan dengan Uji *Spearman Rho*. **Hasil Penelitian.** Hasil penelitian menunjukkan mengalami *gadget addiction* tinggi dengan emosi dan perilaku abnormal sejumlah 41 responden (48,9%) Berdasarkan hasil uji statistik *Spearman Rho* menunjukkan nilai ($p=0,000$) hal ini menunjukkan bahwa ($p<0.05$) yang menunjukkan ada hubungan *gadget addiction* terhadap emosi dan perilaku remaja. **Kesimpulan.** Dari hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang cukup tinggi antara gadget addiction terhadap emosi dan perilaku remaja di kelas VIII SMPN 1 Peterongan Jombang dimana sebagian besar responden mengalami gadget addiction tinggi hal ini yang menyebabkan emosi dan perilaku responden sebagian besar responden dalam kategori borderline. **Saran.** Mengurangi penggunaan gadget yang berlebihan sehingga menggunakan gadget sebijak mungkin dalam belajar, dan dapat memusatkan pikiran.

Kata kunci : *gadget addiction*, emosi dan perilaku, remaja

GADGET ADDICTION RELATIONSHIPS TO EMOTIONS AND TEENAGE BEHAVIOR (STUDY IN CLASS VIII SMPN 1 PETERONGAN)

ABSTRACT

Introduction. Emotional and behavioral problems in adolescents are quite serious problems, in addition to having an impact on development, emotional and behavioral disorders in adolescents can also reduce their productivity and quality of life (Sari Pediatri, 2017). This problem can be caused by one factor, namely life in a big city which is full of demands and pressures for the development and growth of adolescents (Sari Pediatri, 2017). These demands can be obtained from lifestyles that change along with technological advances, for example, namely gadgets. **Purpose of this research** to analyze the relationship between Gadget Addiction and the emotions and behavior of eighth grade adolescents in SMP Negeri

1 Peterongan, Jombang. Methodused in this research is analytic with quantitative methods, and the research design used is Croos-sectional. The dependent variable is emotion and behavior, while the independent variable is gadget addiction. With a total population of all students of class VIII who use gadgaet at SMP Negeri 1 Peterongan, Jombang totaling 210 students. The sampling technique used was purposive sampling. Respondent data who met the inclusion criteria were 84 respondents. Test data analysis was done by using the Spearman Rho test. The results showed that 41 respondents (48.9%) experienced high gadget addiction with abnormal emotions and behavior. emotions and behavior of adolescents. Conclusion: From the results of the study it can be concluded that there is a fairly high relationship between gadget addiction on emotions and behavior of adolescents in class VIII SMPN 1 Peterongan Jombang where most respondents experience high gadget addiction, this causes emotions and behavior of the respondents, most of the respondents are in the category borderline. Suggestion: Reduce excessive use of gadgets so that you use gadgets as wisely as possible in learning, and can focus your mind.

PENDAHULUAN

Masalah emosi dan perilaku pada remaja merupakan masalah yang cukup serius, selain memiliki dampak terhadap perkembangan, gangguan emosi dan perilaku pada remaja juga dapat menurunkan produktivitas serta kualitas hidup mereka (Sari Pediatri, 2017). Sejumlah satu setengah juta remaja di Amerika Serikat dilaporkan oleh orangtuanya, memiliki masalah emosional, perkembangan, dan perilaku yang persisten antara lain sebanyak 41% orang tua di Amerika Serikat khawatir anaknya mengalami gangguan depresi atau ansietas (Putri, Dewi, 2018).

Masalah ini dapat disebabkan oleh salah satu faktor yakni kehidupan di kota besar yang penuh dengan tuntutan dan tekanan bagi perkembangan dan pertumbuhan remaja (SariPediatri, 2017). Tuntutan tersebut bisa didapatkan dari gaya hidup yang berubah seiring dengan kemajuan teknologi sebagai contoh yaitu gadget. (Putri, Dewi, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Yen (2016) dalam Muflih (2017) tentang Penggunaan Smartphone Dan Interaksi Sosial Pada Remaja Di SMA Negeri I Kalasan Sleman Yogyakarta, dari 10.191 remaja yang diteliti dilaporkan terdapat 30% dari peserta bisa mentoleransi Gadget Addiction, 36% mengalami penarikan diri,

27% menunjukkan penggunaan yang lebih berat, serta 18% gagal untuk mengurangi Gadget Addiction. Orang tua dituntut untuk dapat membantu anaknya dalam mengontrol Gadget Addiction demi kesehatan anaknya, namun sering kali remaja justru berfikir bahwa orang tuanya terlalu membatasi kesenangannya. Hal tersebut dapat membuat remaja merasa tertekan dan mengalami stress.

Masalah emosi dan perilaku pada remaja seringkali dikaitkan dengan berbagai stresor psikososial, sebagai contoh adanya penyakit fisik, pola asuh orang tua yang inadkuat, kekerasan dalam rumah tangga, hubungan dengan teman sebaya yang inadkuat, serta kemiskinan. Stresor psikososial tersebut mempengaruhi proses perkembangan kognitif remaja sehingga anak lebih memandang negatif lingkungan sekitar dan juga persepsi yang negatif mengenai dirinya. Disamping itu, stresor psikososial juga berkaitan dengan peningkatan emosi negatif, perilaku disruptif dan impulsif, serta menimbulkan cara-cara interaksi yang negatif sehingga berdampak pada hubungan dengan teman sebaya yang tidak optimal (SariPediatri, 2017).

Dari uraian diatas dan melihat fenomena yang terjadi peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan Gadget Addiction terhadap emosi dan perilaku remaja kelas VIII SMP Negeri 1 Peterongan, Jombang.

Tujuan dari penelitian ini adalah (1) Mengidentifikasi tingkat gadget addiction pada remaja (2) Mengidentifikasi emosi dan perilaku remaja serta (3) Menganalisis hubungan Gadget Addiction terhadap emosi dan perilaku remaja kelas VIII SMP Negeri 1 Peterongan, Jombang.

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik dengan metode penelitian kuantitatif, dan desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain Croos-sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas VIII yang menggunakan fasilitas Gadget di SMP Negeri 1 Peterongan, Jombang yang berjumlah 210 anak dengan rincian 95 siswa laki – laki dan 115 siswa perempuan. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling dengan menggunakan criteria inklusi dan eksklusi yang sesuai dengan tujuan penelitian. Dari teknik sampling tersebut didapatkan sejumlah 84 responden.

Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan variabel Gadget Addiction pada remaja yaitu dengan menggunakan lembar kuesioner dan emosi dan perilaku remaja yakni kuesioner Gadget Addiction yang terdiri dari 21 pertanyaan dengan menggunakan skala likert serta kuesioner emosi dan perilaku remaja menggunakan Skrining SDQ terdiri dari 25 buah pernyataan yang dapat dikelompokkan menjadi lima domain yaitu, (1) gejala emosional (5 pernyataan), (2) masalah conduct (5 pernyataan), (3) hiperaktivitas (5 pernyataan), (4) masalah hubungan dengan teman sebaya (5 pernyataan), dan (5) perilaku prososial (5 pernyataan).

HASIL PENELITIAN

1. Gadget Addiction

Tabel 1

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kuesioner Gadget

Addiction remaja kelas VIII SMPN 1 Peterongan, Jombang

<i>Gadget Addiction</i>	Jumlah (anak)	Presentase (%)
Ringan	0	0
Sedang	27	32,1
Tinggi	57	67,9
Total	84	100

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan Tabel 5.6 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami gadget addiction tinggi sejumlah 57 anak (67,9%).

2. Emosi dan Perilaku Remaja

Tabel 2

Distribusi frekuensi responden berdasarkan emosi dan perilaku remaja kelas VIII SMP Negeri 1 Peterongan, Jombang.

Kategori Emosi dan Perilaku Remaja	Jumlah (anak)	Presentase (%)
Normal	0	0
Borderline	43	51,2
Abnormal	41	48,8
Total	84	100

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan Tabel 5.7 menunjukkan bahwa sebagian besar emosi dan perilaku responden dalam kategori borderline sejumlah 43 anak (51,2%).

3. **Tabulasi silang hubungan Gadget Addiction terhadap emosi dan perilaku remaja kelas VIII SMP Negeri 1 Peterongan, Jombang.**

Tabel 3

Tabulasi silang hubungan Gadget Addiction terhadap emosi dan perilaku remaja kelas VIII SMP Negeri 1 Peterongan, Jombang

Gadget Addiction	Emosi dan Perilaku Remaja					
	Normal		Borderline		Abnormal	
	Σ	%	Σ	%	Σ	%
Ringan	0	0	0	0	0	0
Sedang	0	0	27	32,1	0	0
Tinggi	0	0	16	19	41	48,9
Total	0	0	43	51,1	41	48,9

Hasil uji statistik Spearman rho diperoleh $p = 0.000$

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan Tabel 5.8 menunjukkan bahwa hubungan gadget addiction dengan emosi dan perilaku pada remaja dan didapatkan hasil bahwa dari 84 orang responden yang dikategorikan gadget addiction sedang dengan emosi dan perilaku borderline sejumlah 27 responden (32,1%), kategori gadget addiction tinggi dengan emosi dan perilaku borderline sejumlah 16 responden (19%) serta kategori gadget addiction tinggi dengan emosi dan perilaku abnormal sejumlah 41 responden (48,9%) Berdasarkan hasil uji statistik Spearman Rho menunjukkan nilai ($p=0,000$) hal ini menunjukkan bahwa ($p<0.05$) yang menunjukkan ada hubungan gadget addiction terhadap emosi dan perilaku remaja.

PEMBAHASAN

Gadget Addiction

Tingkat ketergantungan gadget siswa di kelas VIII SMPN 1 Peterongan Jombang berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami gadget addiction tinggi sejumlah 57 anak (67,9%).

Dalam penelitian ini diketahui bahwa jumlah responden laki – laki dan perempuan adalah sama yakni sejumlah 42 responden (50%). Chen dkk (2017) mengemukakan bahwa terdapat perbedaan penggunaan gadget antara laki-laki dan perempuan. Siswa laki-laki lebih banyak menggunakan gadgetnya untuk bermain games, menonton video, dan mendengarkan music sedangkan siswa perempuan lebih banyak menggunakan gadgetnya untuk komunikasi secara umum (telephone dan sms) dan melalui layanan

media. Bagi perempuan gadget adalah sarana untuk melakukan kontak sosial, sedangkan untuk laki - laki perlu ditinjau lebih luas lagi dan tidak hanya terbatas pada penggunaan sebagai media komunikasi tapi juga sebagai media hiburan. Semakin banyaknya tujuan penggunaan gadget maka semakin sering seseorang berinteraksi dengan gadgetnya kemudian dapat berdampak terhadap terjadinya adiksi gadget. Dalam penelitian ini sebagian besar responden menggunakan gadget selama 1 – 6 jam sehari sejumlah 48 anak (57,1%), selain itu berdasarkan sebagian besar responden menggunakan aplikasi media social sejumlah 62 anak (73,8%).

Menurut peneliti, media sosial sangat mempengaruhi kehidupan remaja baik dalam emosi, perilaku maupun kehidupan sosialnya. Tanpa dia sadari, dia sudah masuk dalam dunia maya. Saat remaja sudah masuk dalam dunia maya, dia akan berfikir bahwa dunia maya lebih mengerti akan dirinya dibandingkan dengan dunia nyata disekitarnya. Remaja akan cenderung menjadi lebih menutup diri, harga diri rendah bahkan mengalami isolasi sosial.

Emosi dan Perilaku Remaja

Berdasarkan hasil skrining tes SDQ dimana hasil akhir penelitian menitikberatkan masalah emosi dan perilaku remaja dan remaja, yaitu dengan menganalisis domain masalah emosi, masalah conduct, hiperaktivitas, dan masalah hubungan dengan teman sebaya, tanpa menganalisis skala pro – social didapatkan hasil pada Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar emosi dan perilaku responden dalam kategori borderline sejumlah 43 anak (51,2%).

Pada usia remaja awal, remaja cenderung menunjukkan emosi yang bersifat sensitif dan reaktif yang kuat terhadap berbagai peristiwa menyebabkan remaja mudah tersinggung/marah atau mudah sedih/murung (Syamsu Yusuf, 2006: 197). Remaja yang memiliki kematangan emosi

yang baik juga akan berpikir sebelum mengambil suatu tindakan. Oleh karena itu, remaja yang matang emosinya menggunakan pikiran logis dan obyektif agar tindakan yang dilakukan tidak menyusahkan orang lain.

Pada penelitian ini didapatkan sebagian besar pola asuh orang tua responden tidak membatasi penggunaan gadget pada anaknya sejumlah 59 anak (70,2%). Dengan tidak terbatasnya waktu penggunaan gadget, remaja dengan leluasa dapat masuk dan menjelajah berbagai aplikasi dan konten yang membuatnya ingin tahu. Jika sudah seperti itu, remaja dapat masuk dalam konten – konten negatif seperti video porno, judi online dll. Hal tersebut tentu saja membuat remaja menjadi ketergantungan terhadap gadget dan dapat mengganggu kesehatan dan kehidupan sosialnya. Fajrin (2015) mengungkapkan bahwa orang tua perlu mengawasi dan mengendalikan penggunaan gadget pada remajanya, baik secara kuantitas maupun kualitas. Secara kuantitas, orang tua perlu mengawasi waktu pemakaian gadget. Secara kualitas, orang tua perlu ikut memperhatikan kesesuaian isi program yang ada di dalam gadget dibandingkan dengan usia .

Hubungan Gadget Addiction Terhadap Emosi dan Perilaku Remaja

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa hubungan gadget addiction dengan emosi dan perilaku pada remaja dan didapatkan hasil bahwa dari 84 orang responden yang dikategorikan gadget addiction sedang dengan emosi dan perilaku borderline sejumlah 27 responden (32,1%), kategori gadget addiction tinggi dengan emosi dan perilaku borderline sejumlah 16 responden (19%) serta kategori gadget addiction tinggi dengan emosi dan perilaku abnormal sejumlah 41 responden (48,9%) Berdasarkan hasil uji statistik Spearman Rho menunjukkan nilai ($p=0,000$) hal ini menunjukkan bahwa ($p<0,05$) yang menunjukkan ada hubungan gadget addiction terhadap emosi dan perilaku remaja.

Kategori boederline berarti bahwa remaja tersebut berisiko mengalami emosional symptoms, conduct problem, hyperactivity dan peer problem serta berpotensi untuk mengalami masalah psikososial jika tidak ditangani dengan baik. Sementara dari penelitian ini juga didapatkan bahwa ada beberapa remaja yang memiliki masalah mental emosional pada kategori abnormal.

Remaja dianggap sudah berlebihan bermain gadget jika sehari bermain dengan gadget lebih dari dua jam, dan perhatian seorang pecandu gadget hanya akan tertuju kepada dunia maya, dan jika dia dipisahkan dengan gadget, maka akan muncul perasaan gelisah. Mereka tidak tahan jika harus terlalu lama berpisah dengan gadgetnya. Remaja terbiasa menggunakan gadget, untuk mengisi kegiatan, sumber hiburan, informasi, kegiatan bahkan sebagai teman setia yang intim, maka tanpa ada gadget, menjadikan ada yang kurang dalam hidupnya. Remaja akan gelisah jika tidak ada wifi, takut lowbat atau blank area.

Layar gadget dapat meningkatkan tingkat hormon cortisol yang memicu timbulnya stres dan berimbas hingga sulit mengumpulkan konsentrasi bagi remaja. Remaja zaman sekarang memiliki kecerdasan selain faktor genetik, juga dipengaruhi oleh gizi, lingkungan dan terapi yang memang semakin baik. Namun, walaupun secara IQ cerdas, muncul perilaku emosi-sosial seperti; sulit konsentrasi, berubah-ubah ide, tidak bisa fokus, berganti topik pembicaraan, tidak memperhatikan apa yang diajarkan atau dibicarakan (sulit komunikasi), memiliki topik atau perhatiannya sendiri bahkan perhatian atau ide sendiripun berubah-ubah dalam hitungan menit (Raihana, 2018).

Penggunaan gadget yang berlebihan di usia dini, menurut Dr Jenny Radesky (dalam Raihana, 2018) bisa mengganggu perkembangan keterampilan berempati, sosial dan pemecahan masalah yang biasanya diperoleh remaja dengan menjelajahi, bermain dan berinteraksi

dengan teman sebaya. Gadget yang ada saat ini juga telah menggantikan peran anggota tubuh dalam melakukan fungsinya, terutama dalam pengembangan sensori dan visual motorik. Padahal keduanya penting untuk menunjang proses pembelajaran dalam mengembangkan ilmu. Pemakaian gadget membentuk kebiasaan yang cenderung hanya mengandalkan menyimak (apalagi sambil duduk atau tidur-tiduran) tanpa ada tindakan fisik secara nyata dapat memicu terjadinya sifat malas dalam diri remaja. Awalnya malas bergerak, yang semakin lama menjadi malas dalam banyak hal, seperti malas makan, malas mandi, malas belajar, malas bermain, malas keluar rumah, malas bermain bersama teman, malas bermain di udara terbuka dan sebagainya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Tingkat gadget addiction siswa di kelas VIII SMPN 1 Peterongan Jombang menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami gadget addiction tinggi
2. Emosi dan perilaku siswa di kelas VIII SMPN 1 Peterongan Jombang menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam kategori borderline
3. Terdapat hubungan yang cukup tinggi antara gadget addiction terhadap emosi dan perilaku remaja di kelas VIII SMPN 1 Peterongan Jombang

Saran

1. Bagi orang tua responden
Sebaiknya kepada orang tua memberitahukan informasi tentang penggunaan gadget yang dapat digunakan sebagai memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan emosional pada remaja, sehingga orang tua perlu memberikan batasan dalam pemakaian gadget pada anak dan perlu adanya pendampingan

orang tua secara terus-menerus agar mencegah gadget addiction.

2. Bagi profesi Keperawatan
Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat, dapat memperluas wawasan, dan memberi sumbangan ilmiah di dalam bidang keperawatan jiwa. Khususnya tentang penggunaan gadget dengan perkembangan emosional pada remaja.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan penelitian ini memberikan acuan bagi penelitian selanjutnya. Terutama bagi peneliti yang akan meneliti seputar dampak penggunaan gadget pada emosi dan perilaku remaja

KEPUSTAKAAN

- Arikunto. 2016. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta, Jakarta
- Fadilah, R.(2015).*Perilaku Konsumtif Mahasiswa UGM dalam Penggunaan Gadget*.Yogyakarta: UGM
- Fatimatuzzahroh, Siti (2017) *Pengaruh Cognitive Restructuring Terhadap Perubahan Perilaku Game Online Addiction Pada Remaja Usia 12-14 Tahun (Studi Di SMP Wahid Hasyim Kota Malang)*. Malang : UMM
- Fery, Ardian (2016) *Perkembangan Emosi Remaja* . Lampung : Universitas Lampung
- Fitri , Meri, dkk. (2019) *Faktor – Faktor Yang Memengaruhi Masalah Mental Emosional Remaja Di Sekolah Menengah Kejuruan (Smk) Swasta Se Kota Padang Panjang* Volume 2 No. 2 Januari 2019
- Hasanah, Muhimmatul (2017) *Pengaruh Gadget Terhadap Kesehatan mental Anak* . Islamic Early Childhood Education : Lamongan

- Iswidharmanjaya, Derry. 2018. *Bila Si Kecil Bermain Gadge: Panduan bagi Orang Tua untuk Memahami Faktor-faktor Penyebab Anak Kecanduan Gadget*. Google Books
- Lukman (2017) *Penggunaan Dan Adiksi Smartphone Di Kalangan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin, Makasar*
- Muflih (2017) *Penggunaan Smartphone Dan Interaksi Sosial Pada Remaja Di SMA Negeri I Kalasan Sleman Yogyakarta*. Yogyakarta: UGM
- Putri, Dewi (2018) *Hubungan Durasi Dan Frekuensi Bermain Video Game Dengan Masalah Mental Emosional Pada Remaja*, Universitas Diponegoro Semarang
- Riska (2017) *Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Pencapaian Tugas Perkembangan Anak Usia Remaja Awal Sdn Di Kecamatan Godean*, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
- Saifullah (2017) *Hubungan Penggunaan Gadget Terhadap Pola Tidur pada Anak Sekolah Di UPT SDN Gadingredjo II Pasuruan*. Surabaya : Unair
- Sari Pediatri (2017) *Masalah Emosi dan Perilaku pada Anak dan Remaja di Poliklinik Jiwa Anak dan Remaja RSUPN dr. Ciptomangunkusumo (RSCM)*, Jakarta Vol. 12, No. 4.
- Sarwono, S.W. 2017. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali
- Suhaila, Jehtae (2016) *Perkembangan Emosi Pada Masa Dewasa*. Kediri : STAIN
- Wulandari (2018) *Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Tingkat Prestasi Siswa Smpn Satu Atap Pakisjaya Karawang Vol. 3. No. 2 Februari 2018*