

HUBUNGAN PENGGUNAAN GATGED TERHADAP GANGGUAN EMOSI DAN PRILAKU REMAJA DI SMAN 1 SUMATERA BARAT

AMIRA ESTI, MONA YOLANDA

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sumatera Barat
Email: amira.esti@yahoo.co.id, monayolanda99843@gmail.com

Abstract: One form of technological development that is currently popular is gadgets. The benefits of technological developments have negative impacts such as gadget addiction. Gadget addiction has an impact on the development of children and adolescents. Children or teenagers who are addicted to gadgets will be preoccupied with themselves so that they ignore the environment around them and can ignore sleeping hours and reduce learning achievement. Based on an initial survey of 15 students at SMAN 1, students said they did not have close friends both at home and at school, had explosive emotions, and had no patience. This research is a quantitative research using a cross sectional research design. This study used a simple random sampling technique (Proportional Random Sampling), namely sampling which was carried out by giving equal opportunities to all individuals or population units randomly using the sampling method commonly used by researchers, with a total of 50 respondents. Univariate and Bivariate data processing using computerized Chi-Square analysis. Univariate results found (52%) teenagers using gadgets, (72%) teenagers having abnormal behavior and (56.3%) teenagers having abnormal emotions. There is a significant relationship between the use of gadgets and adolescent behavior. And there is a significant relationship between the use of gadgets and adolescent emotions.

Keywords: Gadget, Emotional Disorder, Behavior, Teenagers

Abstrak: Salah satu wujud perkembangan teknologi yang sedang digemari adalah gadget. Manfaat perkembangan teknologi membawa dampak negatif seperti kecanduan gadget. Kecanduan gadget berdampak pada perkembangan anak dan remaja. Anak atau remaja yang kecanduan gadget akan asyik dengan dirinya sehingga mengabaikan lingkungan sekitar dan dapat mengabaikan jam tidur dan menurunkan prestasi belajar. Berdasarkan survey awal yang penelitian terhadap 15 orang siswa/siswi SMAN 1, bahwa siswa mengatakan mereka tidak mempunyai teman dekat baik di rumah dan di sekolah, emosinya suka meledak-ledak, tidak memiliki rasa sabar. Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian ini menggunakan teknik random sederhana (*Proportional Random Sampling*), yaitu pengambilan sampel yang dilakukan dengan memberi peluang yang sama pada seluruh individu atau unit populasi secara acak dengan cara pengambilan yang lazim digunakan peneliti, dengan jumlah 50 responden. Pengolahan data secara Univariat dan Bivariat dengan memakai analisis *Chi-Square* secara komputerisasi. Hasil univariat ditemukan (52%) remaja menggunakan gadget, (72%) remaja memiliki prilaku tidak normal dan (56,3%) remaja memiliki emosi tidak normal. Terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan gadget dengan prilaku remaja. Dan terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan gadget dengan emosi remaja.

Kata Kunci : Gadget, Gangguan Emosi, Prilaku, Remaja

A. Pendahuluan

Salah satu wujud perkembangan teknologi yang sedang digemari adalah gadget. Kecanduan gadget berdampak pada perkembangan anak, remaja yang kecanduan gadget akan asyik dengan dirinya yang mengabaikan lingkungan sekitar, tidur dan menurunkan prestasi belajar disekolah. Beberapa sumber merekomendasikan durasi screen-time ≤ 2 jam/hari pada anak, remaja. Rekomendasi ternyata tidak sesuai dengan kebiasaan remaja. Di China terdapat 30,5% anak sekolah usia 9 - 17 tahun menggunakan media elektronik ≥ 2 jam per hari, sedangkan di Vietnam sebanyak 56% -74% remaja usia 13-14 tahun menggunakan media

elektronik ≥ 2 jam/hari (Pujiati. 2019). Di Indonesia terdapat 65% anak usia sekolah menggunakan media elektronik >2 jam. *Gadget* salah satu perangkat / instrument elektronik yang memiliki tujuan dan fungsi praktis terutama untuk membantu pekerjaan manusia sebagai alat komunikasi yang modern, contohnya :laptop, handphone, smartphone, android, tablet dan lain-lain. Indonesia sebagai salah satu negara maju yang mengikuti perkembangan zaman, Dalam perkembangannya, *Gadget* yang dulunya cenderung dapat dimiliki oleh kaum borju karena harganya yang relatif mahal. Kini mulai dapat dimiliki oleh siapa saja dengan harga *Gadget* mulai beragam, malahn banyak kita melihat anak usia sekolah (siswa) sudah terbiasa dengan *Gadgetnya* (Ahmad, 2017).

Kurangnya pemahaman dan pengawasan dari orang tua terhadap gejala dan dampak dari gangguan penggunaan *gadget* akan membuat penanganan yang lebih buruk pada anak, akibat lanjut yang dapat terjadi jika aktifitas penggunaan *gadget* ini terus dilakukan akan mempengaruhi perkembangan mental dan emosional pada anak yang akan berpengaruh pada kehidupan sosial anak dimasyarakat, mengalami kesulitan dalam menerima belajar, dan lain-lain. Oleh karena itu, diperlukan *skrining* dini dan diagnosis dini untuk mengetahui gangguan tersebut (IDAI, 2013; Wulandari D, 2016). Berbagai macam dampak akibat penggunaan *gadget* bergantung terhadap kemudahan yang diberikan kepada penggunanya, terutama dikalangan masyarakat pada usia anak-anak dan remaja. Anak usia 9-12 tahun yang telah menggunakan *gadget* dalam kehidupan sehari-hari baik untuk hiburan maupun untuk berkomunikasi. Pada masa ini daya ingat anak semakin berkembang, mulai mampu membedakan kenyataan yang sesungguhnya, tidak lagi berfikir egosentris, mampu menilai dari sudut pandang orang lain, mulai mengembangkan ide kreatif dan keterampilannya serta anak mulai belajar mengenal lingkungan lebih luas (Ramadhani, Iswinarti, & Zulfiana, 2019).

Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, berlangsung antara usia 10-24 tahun. Fase ini ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, sosial dan emosional yang cepat. Masa remaja sebagian besar diarahkan pada persoalan hubungan teman sebaya. Remaja mulai berusaha melepaskan diri dari pengaruh dan dominasi orang tua, dan mulai bergerak mencari identitas dalam kelompok-kelompok yang berjenis kelamin sama, dan rata-rata usia sama. Interaksi yang terus menerus, dan intens akan membentuk suatu hubungan persahabatan (Kusmiran, 2011:4). Hasil penelitian dari Maulida tentang pengaruh penggunaan *gadget* pada anak, menggambarkan bahwa penggunaan *gadget* dapat menyebabkan kesenjangan sosial dalam bermasyarakat (Maulida, 2013). Menurut hasil observasi yang dilakukan kepada beberapa keluarga di salah satu daerah di Yogyakarta pada tahun 2013, menunjukan sejak menggunakan *gadget*, ketika di rumah anak menjadi susah diajak berkomunikasi, tidak peduli dan kurang berespon pada saat orang tua mengajaknya berbicara (Anggraini, 2013). Berdasarkan survey awal yang penelitian terhadap 15 orang siswa/siswi SMAN 1, bahwa 10 dari siswa mengatakan mereka tidak mempunyai teman yang dekat baik di rumah maupun di sekolah, emosinya suka meledak-ledak, tidak memiliki rasa sabar. Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang ditemukan oleh peneliti, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Penggunaan *Gadget* terhadap Gangguan Emosi dan Prilaku Remaja di SMAN I.

B. Metodologi Penelitian

Metode penelitian ini bersifat kuantitatif menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Sugiyono (2009). Penelitian ini dilakukan di SMAN 1. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa- siswa kelas XI SMAN I, Pengambilan sampel dengan random sederhana dapat digunakan pada populasi yang tidak terlalu besar. Analisa univariat dilakukan dengan cara menghitung skor variabel dengan memuat tabel distribusi frekuensi dan persentasi variabel dengan menggunakan program computer. Analisa bivariate dilakukan untuk melihat Hubungan Penggunaan *Gadget* terhadap Gangguan Emosi dan Prilaku Remaja di SMAN 1 dengan menggunakan teknik analisa uji *Chi-square* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Yang bertujuan untuk melihat bagaimana hubungan variabel independen dengan

variabel dependen. Variabel dikatakan ada hubungan jika $p_value \leq 0,05$ dan tidak ada hubungan jika $p_value > 0,05$.

C. Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian diperoleh karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, usia, pekerjaan dan pendidikan

Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Remaja di SMAN 1

No	Umur Remaja	f	%
1	15-16 Tahun	35	70
2	17-18 Tahun	15	30
Jumlah		50	100

Berdasarkan table diatas dapat dilihat bahwa sebanyak 35 orang responden (70%) berusia 15-16 tahun.

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Remaja di SMAN 1

No	Jenis kelamin	F	%
1	Laki- laki	32	64
2	Perempuan	18	36
Jumlah		50	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebanyak 32 orang responden (64%) berjenis kelamin laki –laki.

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penggunaan gadget di SMAN 1

No	Penggunaan gadget	F	%
1	Rendah	26	52
2	Tinggi	24	48
Jumlah		50	100

Berdasarkan table diatas dapat dilihat dari 50 orang responden, sebanyak 26 orang responden (52 %) penggunaan gadget rendah.

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Prilaku Responden di SMAN 1

No	Prilaku Remaja	F	%
1	Tidak Normal	36	72
2	Normal	14	28
Jumlah		50	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat dari 50 orang responden, sebanyak 36 orang responden (72 %) memiliki Prilaku Tidak Normal.

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Emosi Responden di SMAN 1

No	Emosi Remaja	f	%
1	Tidak Normal	28	56
2	Normal	22	44
Jumlah		50	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat dari 50 orang responden, sebanyak 28 orang responden (56,3%) memiliki emosi yang tidak Normal

Hubungan Prilaku Responden Dengan Penggunaan Gadget Di SMAN 1 didapatkan dari 26 orang responden yang Menggunakan gadget rendah, ternyata 23 orang responden atau (88,5%) yang mempunyai prilaku tidak normal dan 3 orang responden (11,5%) yang mempunyai prilaku normal. Sementara 24 orang responden Penggunaan gadget Tinggi, ternyata 13 orang responden atau (54,2%) mempunyai prilaku yang tidak normal dan 11 orang responden atau (24%) mempunyai prilaku yang normal. Hasil uji Chi Square penggunaan

gadget terhadap perilaku didapatkan hasil $p\text{ value} = 0,007$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan gadget dengan perilaku remaja.

Hubungan Emosi Responden dengan penggunaan gadget di SMAN 1 didapatkan dari 26 orang responden yang penggunaan gadget, ternyata 19 orang responden atau (73,1%) memiliki emosi yang tidak normal dan 7 orang responden (26,9%) yang memiliki emosi yang normal. Sementara 24 orang responden yang penggunaan gadget, ternyata 9 orang responden atau (37,5%) yang memiliki emosi yang tidak normal dan 15 orang responden atau (62,5%) yang memiliki emosi yang normal. Hasil uji Chi Square emosi berhubungan dengan penggunaan gadget didapatkan hasil $p\text{ value} = 0,01$ menunjukkan lebih rendah dari 0,05 ($p\text{ value} < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara emosi remaja dengan penggunaan gadget. Dari hasil penelitian dapat diketahui dari 50 orang responden, sebanyak 26 orang responden (52 %) penggunaan gadget rendah di SMAN 1.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ahmad (2017), pada penelitiannya tentang hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja usia 11-12 tahun juga ditemukan bahwa 39 responden memiliki kecanduan gadget. Sementara itu menurut penelitian yang dilakukan oleh Dwi Wulandari tentang Deteksi dini gangguan mental dan emosi pada anak yang mengalami kecanduan gadget ditemukan bahwa 34 responden memiliki kecanduan penggunaan gadget rendah.

Hasil penelitian yang dilakukan dapat dilihat dari 50 orang responden, sebanyak 36 orang responden (72 %) memiliki Perilaku Tidak Normal di SMAN 1. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ahmad (2017), pada penelitiannya tentang hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja usia 11-12 tahun juga ditemukan bahwa 49 responden memiliki perilaku abnormal, sementara itu penelitian yang dilakukan oleh Rio Aditya (2020) tentang pengaruh pemakaian gadget terhadap perilaku sosial siswa di SDN Taal 01 Kecamatan Tapen Kabupaten Bondowoso yang mana 38 responden memiliki perilaku yang negatif.

Perilaku sosial adalah tindakan seorang individu yang dapat mempengaruhi individu-individu lainnya dalam lingkungan sosial. Dalam bertindak atau berperilaku sosial, seorang individu hendaknya memperhitungkan keberadaan individu lain yang ada dalam lingkungannya. Hal tersebut penting diperhatikan karena tindakan interaksi sosial merupakan perwujudan dari hubungan atau interaksi sosial (Dalilah, 2019). Hasil Penelitian yang dilakukan dapat dilihat dari 50 orang responden, sebanyak 28 orang responden (56,3%) memiliki emosi yang tidak Normal. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dwi Wulandari 2019, tentang deteksi dini gangguan mental dan emosional pada anak yang mengalami kecanduan *gadget* juga ditemukan 59 responden dengan gangguan emosi.

Beberapa anak yang menghabiskan waktu dengan bermain *gadget* akan lebih emosional, pemberontak jika diganggu saat asyik bermain *game*, selain itu anak mengeluarkan emosional yang arogan, bahkan memukul, menangis kencang, sampai pada tahap keputusan jika *gadget* tidak dikembalikan dengan segera. Ini akan membuat anak mengalami gangguan mental dan emosional yang mengakibatkan dampak negatif jika tidak dilakukan terapi dengan segera, selain itu anak juga menunjukkan sikap malas dalam mengerjakan rutinitas sehari-hari, respon yang kurang jika dipanggil, sampai dengan lupa waktu dan kegiatan lainnya sampai anak lupa untuk makan, karena asyik menggunakan *gadget*nya yang lebih mengkhawatirkan lagi, jika anak sudah tidak melihat kanan kiri atau mempedulikan orang disekitarnya bahkan menyapa kepada orang yang lebih tua pun mereka menolak, sehingga akan mengganggu interaksi sosial anak di rumah, bahkan diluar rumah dan disekelilingnya (Jonatan, 2015).

D. Penutup

Terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan gadget dengan perilaku remaja. Juga terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan gadget dengan emosi remaja. Diharapkan dapat memberikan manfaat kepada responden tentang penggunaan *gadget* agar

terhindar dari pengaruh buruk *gadget*. Serta melalui pengetahuan dan sikap yang dimiliki dapat menggunakan *gadget* secara tepat dan bijak dalam kehidupan sehari-hari

Daftar Pustaka

- Ahmad Ramadhan A, Farid A. *Hubungan tingkat kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi dan Perilaku Remaja Usia 11-12 tahun*. Jurnal kedokteran Diponegoro, 2017
- Ameliola S, Nugraha HD. *Perkembangan Media Informasi dan Teknologi Terhadap Anak dalam Era Globalisasi*. 5th International Conference Indonesian Studies "Ethnivity Glob. 2013;362–71.
- Anggrahini SA. *Dinamika Komunikasi Keluarga Pengguna Gadget*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga; 2013.
- Goodman R, Ford T, Simmons H, Gatward R, Meltzer H. *Using The Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) to screen for child psychiatric disorder in community sample*. Br J Psychiatry. 2010;177.
- Harahap DF, Sjarif DR, Widodo DP, Tedjasaputra MS. *Identification of emotional and behavior problems in obese children using Child Behavior Checklist (CBCL) and 17-items Pediatric Symptom Checklist (PSC-17)*. Paediatr Indones. 2010;50(1):42–8.
- Manumpil B, Ismanto Y, Onibala F. *Hubungan Penggunaan Gadget dengan Tingkat Prestasi Siswa di SMA Negeri 9 Manado*. Universitas Sam Ratulangi. 2015;3:1–6.
- Marcella A. *Berapa Lamakah Buah Hati Anda Boleh Menonton Televisi*. 2012 [cited 2016 Jan 26]. Available from: <http://jaringnews.com/hidup-sehat/medika/15809/berapa-lamakah-buah-hati-Anda-boleh-menonton-Televisi>
- Maulida HO. *Menelisik Pengaruh Penggunaan Aplikasi Gadget terhadap Perkembangan Psikologis Anak Usia Dini* [Internet]. Universitas Semarang; 2013. Available from: <http://jurnalilmiah./2013/11/menelisik-pengaruh-penggunaan-aplikasi.html>
- Santrok JW. *Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Jakarta: Penerbit Erlangga; 2013.
- Trinika Y. *Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Psikososial Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) di TK Swasta Kristen Immanuel Tahun Ajaran 2014-2015*. Pontianak; 2015.
- Widiawati I, Sugiman H, Edy. *Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Daya Kembang Anak*. Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu. 2014;106
- Wiguna T, Menengkei PSK, Pamel C, Rheza AM, Hapsari WA. *Masalah Emosi dan Perilaku pada Anak dan Remaja di Poliklinik Jiwa Anak dan Remaja RSUPN dr. Ciptomangunkusumo (RSCM)*, Jakarta. Sari Pediatr. 2010;12(4):270–7.
- Yusuf EA, Zulkarnain. *Masalah Emosi dan Perilaku pada Anak Penderita Hipotiroid Kongenital*. Majalah Kedokteran Nusantara. 2016 ; 39 (4) : 379–85.