

Hubungan Kecanduan *Gadget* Dengan Emosi Dan Perilaku Remaja Usia 10-19 Tahun

Silvia Nur Rizki¹, Tati Suryati²

Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pertamedika, Jakarta

Email : silvianurrizki681@gmail.com

Latar Belakang: Emosi merupakan respon seseorang terhadap reaksi mental yang dapat diekspresikan dengan rasa marah atau takut, sedih dan senang. Perilaku manusia merupakan sekumpulan tingkah laku yang dimiliki manusia. Gangguan emosi dan perilaku ini dapat berdampak pada remaja yang mengalami kecanduan *gadget*, perilaku tersebut dapat berupa mudah marah, lupa waktu akan solat, kurang bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, malas beraktivitas, serta remaja tersebut gelisah dan mengamuk jika *gadget* tersebut diambil oleh orang tuanya. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecanduan *gadget* dengan emosi dan perilaku remaja di RW 06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Jumlah populasi pada penelitian ini berjumlah 132 orang dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 88 remaja yang berusia 10-19 tahun. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Instrument penelitian ini yaitu lembar kuesioner gangguan emosi dan perilaku dan *Smartphone Addiction Scale Short Version* (SSAV). Uji statistic yang digunakan yaitu *chi square* dengan hasil penelitian ada hubungan antara kecanduan gadget dengan emosi dan perilaku remaja dengan hasil p value = 0,013. **Hasil:** Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan kedepannya hasil penelitian dapat dijadikan gambaran mengenai kecanduan gadget dengan emosi dan perilaku pada remaja, penelitian selanjutnya disarankan untuk meneliti cara mencegah kecanduan gadget dengan emosi dan perilaku menggunakan intervensi untuk mengurangi kecanduan *gadget* yang sangat berpengaruh terhadap emosi dan perilaku remaja. **Simpulan:** Terdapat hubungan kecanduan *gadget* dengan gangguan emosi dan perilaku remaja usia 10-19 tahun.

Kata kunci: emosi, *gadget*, kecanduan, perilaku, remaja

Abstract

Background: Emotion is a person's response to mental reactions that can be expressed with anger or fear, sadness and pleasure. Behavior is a collection of human behavior. These emotional and behavioral disorders can have an impact on teenagers who are addicted to gadgets, these behaviors can be irritable, forgetting time to pray, lack of socializing with the surrounding environment, lazy to do activities, and the teenager is restless and angry if the gadget is taken by his parents. **Objective:** This study aims to determine the relationship between gadget addiction and adolescent emotions and behavior in RW 06 Cipayung Ciputat, South Tangerang. **Method:** This study uses a descriptive analytic design with a cross sectional approach. The total population in this study amounted to 132 people and the sample in this study amounted to 88 adolescents aged 10-19 years. The sampling technique used in this research is purposive sampling. The research instrument is a questionnaire sheet of emotional and behavioral disorders and *Smartphone Addiction Scale Short Version* (SSAV). The statistical test used is *chi square* with the results of the study there is a relationship between gadget addiction and adolescent emotions and behavior with p value = 0.013. **Result:** Based on the results of this study, it is hoped that in the future the research results can be used as an illustration of gadget addiction with emotions and behavior in adolescents. **Conclusion:** There is a relationship between gadget addiction and emotional and behavioral disorders of adolescents aged 10-19 years.

Key words: addictions, adolescent, behavior, emotions, gadget

Pendahuluan

Menurut WHO, dikatakan remaja apabila individu berusia 10-19 tahun. Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 menyatakan, dikatakan remaja jika seorang penduduk dengan rentang umur 10-18 tahun. Menurut Badan Kependudukan Berencana (BKKBN) rentang umur remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Zakiah & Ritanti, 2021).

Gangguan emosi dan perilaku ialah masalah yang besar dalam perkembangan serta dapat menurunkan produktivitas dan mutu hidup anak dan remaja. 5 orang tua dari 1.500.000 anak dan remaja di Amerika Serikat melaporkan bahwa anaknya mengalami permasalahan emosional, pertumbuhan, perkembangan dan perilaku. Tidak hanya itu, 12,5 % anak di Singapore yang berumur 6-12 tahun mengalami gangguan emosi serta perilaku (Zakiah & Ritanti, 2021).

Masalah emosi dan perilaku pada anak merupakan hal yang serius, karena hal ini bisa menyebabkan terganggunya perkembangan anak, serta dapat menurunkan produktivitas dan kualitas hidup mereka. Prevalensi masalah emosi

dan perilaku pada anak-anak diperkirakan sebanyak 20% di seluruh dunia.

Penelitian yang telah dilakukan pada tahun 2010 di Poliklinik Jiwa Anak dan Remaja Rumah Sakit dr. Cipto Mangunkusumo (RSCM) Jakarta, terdapat 54,8 % anak-anak yang menderita gangguan dengan teman sebaya, 42,2% gangguan emosional, 3% kemudian 38,1% anak yang menderita gangguan hiperaktifitas, dan sebanyak 38,5% gangguan perilaku (Maharani & Puspitasari, 2019).

Gadget dapat digunakan sebagai alat untuk membantu pembelajaran dan sebagai media hiburan bagi seseorang, meskipun banyak hal positif dari penggunaan gadget yang memudahkan seseorang akan tetapi penggunaan berlebihan bukan hal yang baik. Penggunaan gadget yang berlebihan mengurangi interaksi sosial remaja yang dapat mengakibatkan acuh terhadap lingkungan sekitarnya dan mempengaruhi emosi dan perilaku (Dhamayanti et al., 2019).

Penggunaan *gadget* oleh remaja setiap tahunnya terus meningkat. Berdasarkan pada data (Newzoo, 2020) Tiongkok

menjadi negara dengan jumlah pengguna gadget terbesar yaitu 63,4% dari total pengguna gadget dunia sebanyak 911,924,000 dari total pengguna aktif gadget di negeri ini, sepanjang tahun lalu populasi pengguna yang aktif secara online di dunia. Pada tahun 2022, jumlah pengguna gadget diprediksi mencapai 3,9 miliar pengguna (Setiawan & Winarti, 2021).

Data dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2017, terdapat 143,26 juta orang atau 54,68% dari populasi Indonesia yang menggunakan internet. Pengguna internet yang terbesar berada pada usia 13-18 tahun atau 75,50%.

Menteri Komunikasi dan Informatika Rudiantara mengungkapkan sebanyak 93,2% penggunaan media sosial pada masyarakat Indonesia berada pada usia 9-19 tahun dengan presentase rata-rata sebanyak 65,34%. Seto Mulyadi Ketua Lembaga Perlindungan Anak Indonesia mengatakan, sejak 2013 lembaganya menangani 17 kecanduan gadget pada anak dan remaja, serta Komisi Nasional Perlindungan Anak pada tahun 2016 sudah menangani 42 kasus anak dan remaja yang mengalami kecanduan

gadget (Kominfo, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan dan pengamatan awal di RW 06 Cipayung Ciputat pada bulan Maret 2022, berdasarkan hasil wawancara didapatkan hasil 8 dari 10 remaja menggunakan gadget 5-8 jam menit dalam sehari untuk membuka media sosial seperti instagram, whatsapp, bermain *game*, menonton youtube. Sangat terlihat ketergantungannya secara berlebihan sehingga mempengaruhi perilaku dan emosi pada remaja seperti remaja menjadi malas, lupa waktu akan sholat, mudah marah jika gadget tersebut diambil oleh orangtua mereka.

Setelah dilakukan wawancara dengan 10 orang tua didapatkan bahwa penggunaan gadget yang dialami pada anaknya mengakibatkan remaja menjadi pribadi yang malas, lupa waktu akan solat, kurangnya sosialisasi dengan lingkungan sekitar, lalu jika *gadget* tersebut disita oleh orang tuanya maka remaja tersebut akan gelisah, marah, dan mengamuk. Kondisi tersebut mengakibatkan orangtua cemas dan akibat emosi yang tidak terkendali dapat menyebabkan

resiko terjadinya kekerasan didalam keluarga tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, perlu kiranya mengkaji lebih tentang hubungan kecanduan gadget terhadap perilaku remaja. Kecenderungan remaja yang sangat bergantung dengan gadget membuat hal ini menarik untuk diteliti lebih lanjut mengenai Kecanduan Gadget dengan Emosi dan Perilaku Remaja usia 10-19 tahun di RW 06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah populasi pada penelitian ini berjumlah 132 orang dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 88 remaja yang berusia 10-19 tahun. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Instrument penelitian ini yaitu lembar kuesioner gangguan emosi dan perilaku dan Smartphone Addiction Scale Short Version (SSAV). Penelitian ini dilakukan di RW 06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan pada bulan Maret 2022-Juli 2022.

Hasil Penelitian

Hasil karakteristik responden seperti jenis kelamin, usia, dan pendidikan. Emosi dan perilaku sebagai variabel dependen dan kecanduan *gadget* sebagai variabel independent.

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Remaja di RW 06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan (n=88)

Variabel	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	32	36,4
Perempuan	56	63,6
Pendidikan		
SD	10	11,4
SMP	16	18,2
SMA	37	42,0
PT	25	28,4

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Emosi dan Perilaku Remaja di RW 06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan

Emosi dan perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	39	44,3
Boderline	38	43,2
Abnormal	11	12,5
Total	88	100,0

Tabel 3.
Distribusi frekuensi tingkat kecanduan *gadget* responden remaja di RW06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan (n=88)

Kecanduan <i>gadget</i>	Jumlah	Persentase (%)
Tinggi	55	62,5
Rendah	33	37,5
Total	88	100,0

Tabel 4.
Hubungan antara kecanduan *gadget* dengan emosi dan perilaku remaja usia 10-19 tahun di RW 06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan (n=88)

Kecanduan <i>Gadget</i>	Emosi dan perilaku			Total	<i>p-value</i>
	Normal	<i>Boderline</i>	<i>Abnormal</i>		
Tinggi	20 (36,4%)	24 (43,6%)	11 (20%)	55 (100%)	0,013
Rendah	19 (57,6%)	14 (42,4%)	0 (0%)	33 (10%)	
Total	39 (44,3%)	8 (43,2%)	11 (12,5%)	88 (100%)	

Pembahasan

Penelitian dilakukan remaja usia 10-19 tahun di RW 06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan. Didapatkan sebanyak 88 remaja yang menjadi sampel penelitian. Data tingkat kecanduan *gadget* dan gangguan emosi dan perilaku didapatkan dengan pengisian kuesioner

melalui *google form*. Kemudian dikategorikan menjadi kategori tinggi dan rendah untuk tingkat kecanduan *gadget*, sedangkan gangguan emosi dan perilaku dikategorikan menjadi normal, *borderline*, dan *abnormal*.

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin didapatkan data dari 88 responden, sebanyak 56 orang (63,6%) berjenis kelamin perempuan dan sebanyak 32 orang (36,4%) berjenis kelamin laki-laki. Penelitian ini sama dengan hasil penelitian Ahmad Ramadhan Asif dan Farid Agung Rahmadi (2017) tentang Hubungan Tingkat Kecanduan *Gadget* dengan Emosi dan Perilaku Usia 11-12 tahun, yang menyatakan bahwa 38 responden berjenis kelamin perempuan sebanyak (50,7%).

Berdasarkan usia hasil penelitian ini didapatkan data responden terbanyak pada usia 19 tahun sebanyak 33 orang (37,5%). Hasil penelitian ini sama dengan penelitian Ahmad Ramadhan Asif dan Farid Agung Rahmadi (2017) tentang Hubungan Tingkat Kecanduan *Gadget* dengan Emosi dan Perilaku Usia 11-12 tahun menunjukkan sebanyak 39 orang (52%) mengalami

kecanduan *gadget* tinggi dengan emosi dan perilaku *abnormal*.

Berdasarkan analisis peneliti, usia remaja berpengaruh terhadap penggunaan gadget yang berlebihan sesuai dengan data survey APJII (2019) dalam penelitian (R. G. Pratiwi & Malwa, 2021) menunjukkan bahwa kelompok usia 10 sampai dengan umur 14 tahun mengalami peningkatan penggunaan gadget sebesar 66,52%. Hasil ini menunjukkan bahwa remaja awal mengalami peningkatan penggunaan gadget tinggi yang dapat mempengaruhi emosi dan perilaku remaja.

Hal tersebut dikarenakan penggunaan gadget yang digunakan dengan kurang tepat seperti membuka media sosial, membuka situs judi, melihat pornografi dapat menyebabkan emosi dan perilaku remaja yang kurang baik.

Responden berdasarkan jenis tingkat pendidikan didapatkan data dari 88 responden, sebanyak 37 orang (42,0%) dengan pendidikan SMA, 25 orang (28,4%) dengan pendidikan perguruan tinggi, 16 orang (18,2%) dengan pendidikan SMP, dan 10 orang (11,4%) dengan pendidikan SD.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di

RW 06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan ditemukan bahwa emosi dan perilaku lebih banyak responden yang memiliki emosi dan perilaku normal yaitu sebesar 39 orang (44,3%), *borderline* yaitu sebesar 38 orang (43,2%) dan yang mengalami emosi dan perilaku *abnormal* yaitu sebesar 11 orang (12,5%). Kemudian tingkat kecanduan *gadget* didapatkan data dari 88 responden, sebanyak 55 orang (62,5%) mengalami kecanduan *gadget* dengan kategori tinggi, dan sebanyak 33 orang (37,5%) mengalami kecanduan *gadget* dengan kategori rendah.

Responden menghabiskan banyak waktu untuk menggunakan *gadget* milik mereka untuk bersenang-senang. Waktu yang digunakan rata-rata 5-8 jam dalam sehari. Seseorang yang mengalami kecanduan *gadget* kategori tinggi dapat beresiko mengalami emosi dan perilaku *abnormal* dan *borderline*. Selain itu *gadget* bersifat adiktif yang membuat seseorang ketagihan.

Menurut (Baderi & Ekawati, 2020) bahwa bagi perempuan *gadget* merupakan sarana untuk melakukan kontak sosial, sedangkan untuk laki-

laki sebagai media komunikasi dan media hiburan. Media sosial sangat mempengaruhi kehidupan remaja baik dalam emosi, perilaku maupun kehidupan sosialnya. 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.

Hasil analisis hubungan kecanduan *gadget* dengan emosi dan perilaku remaja usia 10-19 tahun di RW 06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan didapatkan data dari 55 orang responden, remaja yang dikategorikan kecanduan *gadget* tinggi dengan emosi dan perilaku *boderline* sebanyak 24 orang (43,6%), remaja yang dikategorikan kecanduan *gadget* tinggi dengan emosi dan perilaku normal sebanyak 20 orang (36,4%) dan remaja yang dikategorikan kecanduan *gadget* tinggi dengan emosi dan perilaku *abnormal* sebanyak 11 orang (20%). Hasil *Chi-Square* diperoleh nilai *p value* = 0,013 ($p < 0.05$) maka dari itu H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada hubungan antara kecanduan *gadget* dengan emosi dan perilaku remaja usia 10-19 tahun di

RW 06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan.

Menurut (Fitriana et al., 2021) penggunaan *gadget* yang berlebihan memberi dampak negatif bagi perilaku remaja dalam keluarga, seperti ketidakstabilan emosional yang mengakibatkan remaja mudah marah, emosi, gelisah, dan bahkan menggurung diri akibat dijauhkan dari *gadget*.

Remaja yang menggunakan *gadget* lebih dari 2 jam dalam sehari, digunakan untuk aktivitas yang kurang bermanfaat dapat dikatakan sudah mengalami kecanduan *gadget*.

Kecanduan *gadget* yang berlebihan dapat mempengaruhi emosi dan perilaku remaja dalam kehidupan sehari-hari, seperti remaja menjadi pribadi yang mudah marah, malas berinteraksi dengan lingkungan sekitar, lupa akan waktu sholat, dan ia hanya terfokus kepada *gadget* yang dimilikinya dibandingkan dengan dunia nyata. Hal tersebut sangat berpengaruh terhadap emosi dan perilaku remaja karena penggunaan *gadget* yang berlebihan.

Simpulan

1. Gambaran karakteristik remaja di RW 06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan lebih banyak berusia 19 tahun sebanyak 33 orang (37,5%), sebagian besar jenis kelamin responden perempuan sebanyak 56 orang (63,6%), sebagian besar tingkat pendidikan responden adalah SMA 37 orang (42,0%).
2. Gambaran remaja yang memiliki emosi dan perilaku di RW 06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan kategori *borderline* yaitu sebesar 38 orang (43,2%) dan kategori *abnormal* yaitu sebesar 11 orang (12,5%).
3. Gambaran remaja yang mengalami kecanduan *gadget* di RW 06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan kategori dengan kategori tinggi yaitu sebesar 55 orang (62,5%).
4. Hubungan kecanduan *gadget* dengan emosi dan perilaku pada remaja di RW 06 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan menunjukkan adanya hubungan jika kecanduan *gadget* tinggi dapat

mempengaruhi emosi dan perilaku pada remaja tersebut, hal ini berdasarkan hasil analisa bivariat dengan hasil $p\text{-value} = 0.013$.

Daftar Pustaka

- Asif, A. R., & Rahmadi, F. A. (2017). Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi dan Perilaku Remaja Usia 11-12 Tahun [Relationship between Gadgets Addiction Levels and Teenage Emotions and Behavior Ages 11-12 Years Old]. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 6(2), 148–157. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/18529>
- Baderi, & Ekawati, D. (2020). HUBUNGAN GADGET ADDICTION TERHADAP EMOSI DAN PERILAKU REMAJA (Studi di KELAS VIII SMPN 1 PETERONGAN). *Insan Cendekia*, 7(2), 114–120. <https://digilib.stikesicme-jbg.ac.id/ojs/index.php/jic/article/view/755>
- Dhamayanti, M., Dwiwina, R., & Adawiyah, R. (2019). Influence of Adolescents' Smartphone Addiction on Mental and Emotional Development in West Java, Indonesia. *Majalah Kedokteran Bandung*, 51(1), 46–52. <https://doi.org/10.15395/mkb.v51n1.1577>

Fitriana, F., Ahmad, A., & Fitria, F. (2021). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Remaja Dalam Keluarga. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 5(2), 182. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i2.7898>

https://www.google.co.id/books/edition/Kecanduan_Game_Online_Pada_Remaja_Dan_Pe/erU2EAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=remaja&printsec=frontco

Kominfo. (2018). *Kementerian Komunikasi dan Informatika*. https://www.kominfo.go.id/content/detail/13547/kecanduan-gawai-ancam-anak-anak/0/sorotan_media

Maharani, E. A., & Puspitasari, I. (2019). Deteksi Gangguan Emosi dan Perilaku Disruptif Pada Anak Usia Prasekolah. *Journal of Early Childhood Care and Education*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.26555/jecce.v2i1.566>

Pratiwi, R. G., & Malwa, R. U. (2021). *FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECANDUAN GADGET TERHADAP PERILAKU REMAJA. 1*, 105–112.

Setiawan, F., & Winarti, Y. (2021). Literature Review Hubungan Kecanduan Smartphone dengan Gangguan Emosional Remaja. *Borneo Student Research*, 3(1), 2021.

WHO. (n.d.). *Adolescent health*. Retrieved April 12, 2022, from <https://www.who.int/westernpacific/health-topics/adolescent-health>

Zakiah, I., & Ritanti. (2021). *Kecanduan Game Online Pada Remaja Dan Penanganannya* -Google Books.