

HUBUNGAN TINGKAT KECANDUAN GADGET DENGAN GANGGUAN EMOSI DAN PERILAKU REMAJA KELAS 8

Intan Risma Juliani¹, Imanuel Sri Mei Wulandari²

¹Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia
Email : intanrismaji@gmail.com

²Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia
Email : ariimanuel@unai.edu

ABSTRAK

Gadget adalah suatu perangkat elektronik yang memiliki ukuran kecil yang mempunyai banyak fungsi praktis untuk membantu pekerjaan manusia, tetapi kadang banyak anak yang menyalah gunakan gadget. Penyalahgunaan gadget membuat angka remaja dengan kecanduan gadget semakin meningkat sehingga dapat menyebabkan gangguan emosi dan perilaku. Menganalisis hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja kelas 8 di SMP Negeri 29 Bandung. Penelitian ini merupakan observasional analitik dengan menggunakan rancangan belah lintang (*cross sectional*). Sampel penelitian ini berjumlah 100 orang yang diperoleh secara random sampling. Instrumen yang digunakan untuk data tingkat kecanduan gadget diperoleh dengan menggunakan Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV), kuesioner durasi penggunaan gadget dari penelitian Melissa Halim (2010) dan data gangguan emosi dan perilaku menggunakan Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) untuk remaja. Data dianalisis menggunakan uji chi-square. Berdasarkan hasil hitungan SPSS, didapatkan hasil tingkat kecanduan gadget siswa kelas 8 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kecanduan gadget dalam kategori rendah. Gangguan emosi dan perilaku menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam kategori normal. Berdasarkan analisis statistik menggunakan uji chi-square, didapatkan hasil Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi remaja kelas 8. Dengan p value 0,03 dimana lebih kecil dari nilai alfa. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi remaja kelas 8 di SMP Negeri 29 Bandung.

Kata Kunci: remaja, kecanduan gadget, emosi dan perilaku

ABSTRACT

Gadget is an electronic device that has a small size that has many practical functions to help human work, but sometimes many children misuse gadgets. Abuse of gadgets makes the number of teenagers with gadget addiction increase so that it can cause emotional and behavioral disorders. To analyze the relationship between the level of gadget addiction and emotional and behavioral disorders in 8th graders at SMP Negeri 29 Bandung. This research is an analytical observation using a cross sectional design. The sample of this study amounted to 100 people obtained by random sampling. The instrument used for data on the level of gadget addiction was obtained using the Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV), the questionnaire on the duration of gadget use from the research of Melissa Halim (2010) and data on emotional and behavioral disorders using the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) for adolescents. . Data were analyzed using chi-square test. Based on the results of the SPSS calculation, the results of the 8th grade students' gadget addiction level showed that most of the respondents experienced a low level of gadget addiction. Emotional and behavioral disorders showed that most of the respondents were in the normal category. Based on statistical analysis using the chi-square test, the results showed that there was a significant relationship between the level of gadget

addiction and emotional disorders in grade 8 adolescents. With a p value of 0.03 which is smaller than the alpha value. There is a significant relationship between the level of gadget addiction and emotional disturbance in 8th graders at SMP Negeri 29 Bandung.

Keywords: teenagers, gadget addiction, emotions and behavior

PENDAHULUAN

WHO menyebutkan bahwa remaja adalah seseorang yang berada dalam tahap transisi atau peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, dengan batasan usia 12 hingga usia 24 tahun. Namun, dalam Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, yang disebut remaja adalah penduduk yang berusia 10 sampai 18 tahun. Sedangkan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), yang termasuk remaja adalah seseorang yang berusia 10 sampai 24 tahun serta belum menikah. Maka dapat disimpulkan, remaja adalah waktu seseorang berusia belasan tahun. Pada masa remaja ini manusia tidak dapat disebut dewasa tetapi tidak dapat pula disebut anak-anak. Masa remaja ini adalah masa peralihan seseorang dari seorang anak-anak menuju orang dewasa.

Pertumbuhan dan perkembangan dalam kehidupan banyak terjadi pada usia 12-16 tahun. Tidak hanya perkembangan fisik, perkembangan mental juga cepat dan penting. Terlebih lagi pada awal masa remaja, semua itu memerlukan penyesuaian dalam membentuk sikap, nilai dan minat akan hal baru. Dalam masa peralihan ke tahap perkembangan berikutnya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan jejak pada yang akan terjadi sekarang maupun yang akan datang. Perubahan sikap dan perilaku selama masa remaja akan sejajar dengan perubahan fisik. Perubahan yang terjadi itu salah satunya adalah meningkatnya emosi yang bergantung pada perubahan fisik dan psikologisnya. Karena biasanya perubahan emosi terjadi lebih cepat selama masa remaja, maka emosi akan terlihat lebih menonjol saat periode akhir dalam masa remaja (Sari, Susanti & Hanjimi, 2019).

Gangguan emosi dan perilaku merupakan suatu masalah yang serius dalam masa perkembangan anak. Di Amerika Serikat didapati orangtua dari 1.500.000 anak dan remaja memiliki anak yang bermasalah dalam emosional, perkembangan, dan perilaku yang konsisten. Pada tahun 2003 dalam survei Federasi Kesehatan Mental Indonesia (FeKMI) terdapat hasil di 10 kota besar di Indonesia yaitu Medan, Jakarta, Bandung, Padang, Surabaya, Semarang, Yogyakarta, Ujung Pandang, Banjarmasin dan Denpasar menunjukkan bahwa 54% remaja pernah berkelahi, 87% berbohong, 28% menganggap kekerasan adalah hal biasa dan 8,9% pernah mencoba narkoba.

Kehidupan di kota besar merupakan salah satu faktor timbulnya gangguan ini karena pesatnya kemajuan teknologi memberi tuntutan dan tekanan dalam perkembangan serta pertumbuhan remaja. Gadget adalah salah satu hasil dari kemajuan teknologi yang dibuat dalam bentuk perangkat kecil dengan penggunaan yang terus meningkat. Gadget bukanlah barang yang memiliki harga murah yang hanya digunakan oleh orang penting, namun faktanya anak-anak hingga remaja kini sudah menggunakannya (Asif & Rahmadi, 2017).

Menurut para ahli, gadget adalah suatu perangkat elektronik dengan ukuran kecil yang memiliki banyak fungsi. Gadget yang biasa disebut telephone genggam ini memiliki banyak fitur dan fungsi yang semakin canggih agar dapat memudahkan penggunaannya (Garini dalam Rohman, 2017:27). Gadget merupakan suatu perangkat elektronik yang memiliki tujuan dan fungsi yang praktis untuk membantu pekerjaan manusia (Derry, 2014:17).

Gadget memiliki beberapa fungsi penting yaitu sebagai akses internet, media

hiburan, media komunikasi, menambah wawasan, serta gaya hidup. Dari fungsi tersebut, didapati beberapa dampak positif dan dampak negatif. Dampak positif dari gadget antaralain: menambah ilmu pengetahuan, mempermudah komunikasi, memperluas jaringan pertemanan, menambah kreatifitas anak dan dengan perkembangannya manusia dapat menjadi lebih pintar membuat suatu perubahan. Adapun dampak negatifnya yaitu: menutup diri, insomnia, berperilaku keras, tidak memiliki kreatifitas, terpapar radiasi, ancaman bullying, lebih memilih budaya barat, egois, kecanduan gadget, tidak memiliki jiwa nasionalisme, terkena masalah kesehatan (mata, otak, saraf), terjankit penipuan dalam media internet

Banyak anak yang salah dalam menggunakan gadget, contohnya untuk bermain game dan membuka situs yan tidak sesuai dengan usianya. Hal ini yang dapat menjadikan seorang anak malas dan lebih fokus bermain gadget dalam menghilangkan rasa bosannya. Jika penggunaan gadget terus dibiarkan, maka orangtua dan anak akan menjadi kurang dekat karena demua fungsi keluarga telah digantikan oleh gadget. Hal ini yang membentuk sikap individual pada anak, sehingga anak-anak akan lupa dengan lingkungannya. Sangat disayangkan hal ini tidak disadari oleh orangtua dan malah di anggap wajar kemudian dibiarkan begitu saja. Orangtua berfiki bahwa anaknya mengikuti zaman, tapi mereka tidak sadar bahwa hal sepele itulah yang membuat anak kecanduan gadget (Farida, Salsabila, Hayati, Ramadhani & Saputri, 2021).

Pandemi Covid-19 yang saat ini sedang menggemparkan dunia, banyak populasi manusia yang berkurang termasuk di Indonesia. Sebelum Indonesia terkena dampak pandemi, pembelajaran berbasis online memang sempat diproses oleh pemerintah dan beberapa sekolah di Ibu Kota sudah mencoba melaksanakan pembelajaran berbasis online ini. Namun, saat pandemi masuk ke Indonesia, pemerintan dengan terpaksa harus memutuskan bahwa semua sekolah wajib melaksanakan

pembelajaran berbasis online. Kebijakan ini diputuskan dalam upaya pencegahan penyebaran Covid-19 yang meresahkan masyarakat (Azizah, 2021).

Pandemi akibat Covid-19 ini memberikan dampak yang besar bagi Indonesia terlebih untuk bidang pendidikan. Untuk kebijakan yang diberikan pemerintah yaitu pembelajaran berbasis online ini mengharuskan siswa untuk menggunakan gadget. Remaja yang sebelumnya tidak kecanduan gadget, perlahan akan kecanduan karena kewajibannya dalam belajar online. Akibatnya, pada jaman sekarang angka remaja dengan kecanduan gadget semakin meningkat. Dengan demikian, pengaruh yang ditimbulkan juga akan semakin banyak. Salah satunya adalah gangguan emosi dan perilaku pada remaja.

Remaja akan dianggap sudah kecanduan gadget jika dalam sehari dapat menghabiskan waktu lebih dari dua jam untuk bermain gadget. Serta, seorang pecandu gadget akan berfokus pada dunia maya saja dan jika dipisahkan dia akan merasa gelisah. Mereka yang sudah kecanduan gadget tidak akan tahan jika terlalu lama dipisahkan dengan gadgetnya (Baderi & Ekawati, 2020).

Berdasarkan paparan diatas yang paling menonjol yaitu masalah gangguan emosi dan perilaku remaja, serta kecanduan gadget yang menggunakan alasan pembelajaran online adalah keharusan dalam menggunakan gadget. Maka penulis tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul **“Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi dan Perilaku Remaja Kelas 8”**. Adapun maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) Untuk mengetahui gambaran tingkat kecanduan gadget pada remaja. 2) Untuk mengetahui gangguan emosi dan perilaku pada remaja. 3) Untuk menganalisis hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja kelas 8 di SMP Negeri 29 Bandung.

KAJIAN LITELATUR

Konsep Dan Definisi Remaja

Istilah adolescence atau remaja berasal dari kata latin (adolescere) yang berarti “tumbuh” atau tumbuh menjadi dewasa”. Adolescence memiliki arti yang sangat luas dengan mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Remaja memiliki posisi di antara anak-anak dan orangtua karena mereka sudah tidak termasuk golongan anak tetapi belum juga masuk kedalam golongan dewasa atau tua. Secara psikologis, masa remaja adalah masa dimana seseorang berintegritas dengan orang dewasa, masa dimana anak sudah tidak merasa berada dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan merasa dalam tingkat yang sama. Dalam masa integrasi banyak aspek yang efektif, misalnya berhubungan dengan masa puber, perubahan intelektual, transformasi cara berfikir yang khas juga menjadi ciri umum dalam masa perkembangan ini (Fhadila, 2017:17).

Perkembangan Remaja

Fatmawaty, 2017, dalam masa perkembangan remaja ada beberapa hal yang menonjol, seperti

- Perkembangan fisik : pertumbuhan dan perkembangan yang pesat pada saat usia 12/13-17/18 tahun. Perkembangan ini akan membuat remaja merasa tidak nyaman akibat dari perubahan yang terjadi pada anggota tubuh secara tidak seimbang. Pertumbuhan otak terjadi pada usia 10-12/13 dan 14-16/17 tahun. Otak wanita berkembang 1 tahun lebih cepat dibanding laki-laki pada usia 11 tahun, namun saat wanita berusia 15 tahun pertumbuhan otak laki-laki 2x lebih cepat.
- Perubahan eksternal : Anak perempuan tumbuh tinggi dengan matang saat usia 17-18 tahun, sedangkan laki-laki 1 tahun lebih lambat. Untuk perubahan berat badan sama dengan tinggi badan, namun berat badan tersebar ke seluruh tubuh yang semula memiliki sedikit lemak. Untuk organ reproduksi, pada wanita akan puber lebih cepat dibanding laki-laki. Untuk proporsi tubuh, beberapa bagian tubuh akan

menunjukkan perubahan secara perlahan seperti badan melebar dan bertambah tinggi dengan seimbang sehingga tubuh tidak terlihat panjang.

- Perubahan internal :
 - Pencernaan : lambung menjadi lebih panjang, kerongkongan bertambah panjang, otot perut dan dinding usus bertambah tebal dan kuat, serta usus bertambah panjang.
 - Peredaran darah : pada usia 17/18 tahun, jantung tumbuh pesat dan bertambah berat 12x dari berat saat lahir, pembuluh darah bertambah panjang dan dindingnya bertambah tebal.
 - Jaringan tubuh : kerangka berhenti berkembang biasanya pada usia 18 tahun, jaringan lainnya terus berkembang sampai ukuran yang matang.
 - Pernafasan : pada anak perempuan, kapasitas paru-paru hampir matang pada usia 17 tahun, sedangkan pada anak laki-laki beberapa tahun kemudian baru mencapai tingkat kematangan.
- Perkembangan emosi : pada masa remaja, perkembangan emosi lebih tinggi dibanding pada masa kanak-kanak. Penyebabnya adalah karena mereka ada dalam tekanan sosial dan dalam kondisi yang baru. Walau saat remaja emosinya sama seperti masa kanak-kanak, namun berbeda dalam hal rangsangan untuk membangkitkan emosinya. Kematangan emosi remaja akan terlihat saat ia dapat mengendalikan emosinya di hadapan orang lain dan meluapkannya saat waktu dan pada tempat yang tepat dengan cara yang dapat di terima. Emosi remaja dapat dikatakan matang apabila dapat menilai sebuah masalah dengan kritis sebelum meluapkan emosinya.
- Perkembangan sosial : seseorang dapat dikatakan sudah remaja apabila sudah mulai dapat memahami orang lain sebagai individu yang unik dalam sifat pribadi, minat, ataupun perasaannya. Perasaan inilah yang dapat mendorong remaja untuk dapat bersosialisasi

dengan orang lain termasuk teman sebaya.

Konsep Dasar Gangguan Emosi dan Perilaku Remaja

Definisi Emosi dan Perilaku

Dikutip dari Buku Pengantar Psikologi (Saleh, 2018) emosi adalah suatu keadaan yang timbul akibat situasi tertentu yang ada kaitannya dengan perilaku approach atau avoidance terhadap sesuatu. Umumnya perilaku tersebut disertai oleh ekspresi kejasmanian sehingga orang lain dapat mengetahui saat seseorang tersebut sedang dalam keadaan emosi. Namun terkadang seseorang dapat mengontrol emosinya sehingga tidak terluapkan dengan perubahan atau tanda tanda emosi.

Perilaku manusia merupakan suatu gerakan yang dapat terlihat dengan panca indera dan dapat diobservasi. Perilaku manusia biasanya muncul dengan niat, pengetahuan dan sikap. Niat berasal dari dalam diri seseorang untuk dapat melakukan sesuatu. Pengetahuan adalah segala sesuatu yang dipahami dengan cara mencari tahu melalui sebuah pengalaman. Sikap dipahami melalui sebuah pernyataan dalam diri seseorang untuk melakukan sesuatu. Keyakinan yang berasal dari pengetahuan akan terluapkan menjadi perilaku.

Faktor Perkembangan Emosi

Menurut (Darmiah, 2020) berikut ini adalah faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi pada anak atau remaja.

- Keadaan anak : keadaan seperti cacat pada tubuh anak akan sangat mempengaruhi perkembangan emosi anak, bahkan hal ini akan berdampak besar pada kepribadian anak seperti rendah diri, mudah tersinggung dan menarik diri dari lingkungan sekitar.
- Faktor belajar : reaksi anak yang berpotensi untuk marah dapat ditentukan oleh pengalaman belajar anak. Pengalaman belajar yang dapat menunjang perkembangan emosi pada anak salah satunya adalah anak belajar

dengan coba-coba untuk berekspresi dalam bentuk perilaku yang tidak memberikan kepuasan.

- Meniru : anak belajar dengan cara meniru dan mengamati hal apa saja yang dapat membangkitkan emosi orang di sekitarnya, anak akan memberikan reaksi emosi dengan metode yang sama seperti orang yang di perhatikannya. Anak belajar dengan meniru reaksi emosional orang lain yang terpancing oleh rangsangannya. Biasanya disini anak akan meniru emosi seseorang yang dikagumi.
- Membimbing dan mengawasi : anak diberi pelatihan bagaimana reaksi yang akan diterima apabila suatu emosi terangsang. Anak diberikan motivasi untuk memberi reaksi jika ada rangsangan yang dapat membangkitkan emosi yang menyenangkan serta bagaimana mencegah reaksi untuk emosi yang tidak menyenangkan.
- Pengondisian : dengan menggunakan cara ini, situasi yang semula gagal untuk memancing emosi dapat berhasil dengan menggunakan cara asosiasi. Pengondisian ini dapat terjadi dengan mudah dan cepat pada awal kehidupan anak karena anak kecil kurang dapat memahami dan mengenal bahwa reaksi mereka tidak rasional.

Gangguan Emosi Dan Perilaku

Gangguan emosi dan perilaku adalah istilah yang memiliki banyak diadopsi dengan banyak variasi, namun memiliki referensi yang sama. Istilah emotional and behavioral difficulties (gangguan emosi dan perilaku) di Inggris telah digunakan secara luas. Istilah ini telah banyak digunakan kadena dapat digunakan untuk menentukan seorang anak ini memerlukan pendidikan yang khusus atau tidak. Diberbagai negara gangguan ini memiliki definisi yang diakui secara hukum untuk menghindari adanya konflik dan kebingungan.

Faktor yang dapat menyebabkan timbulnya gangguan emosi dan perilaku ini yaitu menjalani kehidupan di kota besar yang memiliki kemajuan teknologi yang sangat pesat sehingga terdapat tuntutan dan tekanan yang berpengaruh

terhadap tumbuh kembang anak dan remaja. Gadget adalah salah satu bentuk perkembangan teknologi berupa sebuah perangkat kecil yang memiliki kegunaan yang terus meningkat. Gadget bukanlah barang yang memiliki harga yang murah yang biasanya hanya digunakan oleh orang yang memiliki kepentingan, namun pada jaman sekarang ini hampir semua orang bahkan anak-anak dan remaja pun sudah memilikinya (Asif & Rahmadi, 2017).

Konsep Tingkat Kecanduan Gadget

Definisi Gadget

Gadget merupakan istilah dari bahasa Inggris yang berarti suatu perangkat elektronik kecil yang memiliki fungsi khusus. Gadget adalah sebuah instrumen kecil yang memiliki fungsi yang praktis. Menurut bahasa Indonesia, gadget memiliki sebutan acang atau gawai. Hal yang dapat membedakan gadget dengan perangkat elektronik lainnya yaitu adanya pembaharuan. Maksudnya adalah dari hari ke hari gadget selalu menyajikan teknologi yang baru dan semakin canggih yang dapat membuat hidup manusia semakin praktis. Gadget diciptakan untuk mempermudah penggunaannya dalam berkomunikasi. Barang canggih ini diciptakan dengan berbagai macam aplikasi yang dapat menyuguhkan berbagai berita, jejaring sosial, hiburan dan hobi. Barang canggih ini memiliki harga yang dapat terbilang tidak murah, namun bukan hanya dapat dijadikan sebagai media hiburan tapi dapat digunakan untuk hal yang lain dengan aplikasi yang dapat terus diperbaharui (Arifin, Aurora & Rahmadi, 2017).

Dampak Penggunaan Gadget

Menurut Indraswari, 2019 penggunaan gadget mulai menimbulkan dampak yang beragam. Dampaknya berupa pengaruh terhadap kesehatan hingga terhadap siswa. Berikut ini beberapa dampak positif dan negatif yang timbul.

- Dampak Positif :

- Memudahkan berkomunikasi dengan banyak orang melalui media sosial.

- Dengan gadget yang canggih, jarak dan waktu dapat dipersingkat dengan media sosial sehingga hubungan jarak jauh tidak menjadi masalah ataupun halangan.
- Memudahkan seorang siswa dalam konsultasi pelajaran dan tugas yang belum dimengerti kepada guru pelajaran yang dapat dilakukan melalui SMS atau WhatsApp.
- Dapat mengetahui segala informasi mengenai kegiatan yang akan diadakan di sekolah dengan membagikan foto beserta informasi terkait.

- Dampak Negatif :

- Menimbulkan adanya sifat malas yang kemungkinan dapat menyebabkan beberapa penyakit seperti, kegemukan, merusak mata, gangguan emosi dan perilaku serta anti sosial.
- Waktu banyak dihabiskan dengan bermain gadget dibanding dengan belajar.
- Menyebabkan kecanduan dalam bermain gadget yang semula hanya bermain-main, lama-kelamaan akan menjadi kebiasaan.
- Dapat membuat remaja malas bergerak dan malas melakukan kegiatan.
- Membuat lupa waktu sehingga tidak sadar dengan lingkungannya.

Kecanduan Gadget

Istilah kecanduan tidak selalu terlibat dengan yang namanya obat-obatan, namun bisa juga terlibat dalam hal tertentu yang kemungkinan dapat membuat seseorang ketagihan. Kecanduan tidak selalu berhubungan dengan zat, namun bisa juga dari sebuah aktivitas yang terus menerus dilakukan dan menimbulkan efek yang negatif. Kata kecanduan ini biasanya digunakan untuk menerangkan sebuah perilaku yang berlebihan. Konsep ini biasa diterapkan pada perilaku secara luas, termasuk terhadap teknologi informasi dan komunikasi.

Kecanduan adalah sebuah perilaku ketergantungan terhadap suatu hal yang disenangi atau digemari.

Seseorang biasanya akan secara otomatis melakukan sesuatu yang digemari setiap kali ada kesempatan. Seseorang akan dikatakan kecanduan bila dalam satu hari ia dapat melakukan kegiatan yang sama sebanyak lima kali atau lebih. Kecanduan adalah suatu kondisi dimana seseorang terikat dengan kebiasaannya dan akan merasa kesulitan saat dijauhkan atau dilepaskan dari kegiatan tersebut. Seseorang tersebut juga akan merasa terhukum dan tidak dapat mengontrol dirinya sendiri saat kebiasaannya tidak terpenuhi.

Kimberly young mengatakan bahwa kecanduan gadget merupakan suatu kebiasaan yang berhubungan dengan penggunaan teknologi yang dilakukan secara terus menerus dalam berbagai hal dimana biasanya penggunaan teknologi ini dijadikan sebagai pelarian dari apa yang terjadi di kehidupannya. Kecanduan gadget untuk waktu yang panjang dapat menyebabkan masalah psikologis seperti insomnia, mudah marah, serta depresi.

Tingkat Kecanduan Gadget

Seorang remaja dapat dianggap sudah kecanduan gadget jika dalam sehari dapat menghabiskan waktunya lebih dari 2 jam untuk bermain gadget. Seorang pecandu gadget akan memberikan seluruh perhatiannya terhadap dunia maya, maka jika dipisahkan dengan gadgetnya akan timbul perasaan gelisah. Remaja yang sudah terbiasa dengan gadget akan mengisi seluruh kegiatannya serta sumber hiburan dan informasinya dengan gadget sebagai teman setia. Maka, tanda adanya gadget mereka akan merasakan ada yang kurang dalam kehidupannya. Tanpa ada jaringan atau baterai yang lemah mereka akan merasakan kegelisahan (Baderi & Ekawati, 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan observasional analitik dengan menggunakan rancangan belah lintang (*cross sectional*). Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 29 Bandung. Sampel penelitian ini diperoleh secara *random*

sampling. Kuesioner dibagikan ke beberapa kelas di sekolah tersebut secara online dengan format Google Form. Didapatkan 100 responden yang mengisi kuesioner sesuai dengan kriteria penelitian. Penelitian ini telah dilakukan tanggal 4 November 2021 – 3 Januari 2022 di SMP Negeri 29 Bandung. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang dibuat dalam bentuk Google Form. Peneliti menggunakan kuesioner yang sudah pernah dilakukan uji validitas dan reliabilitas, sehingga peneliti tidak melakukan uji validitas dan reliabilitas lagi. Instrumen yang digunakan untuk memperoleh data kecanduan gadget diperoleh dengan menggunakan Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV) yang berjumlah 10 butir pertanyaan, kuesioner durasi penggunaan gadget dari penelitian Melissa Halim (2010) Perilaku Penggunaan Handphone Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa DKV Unika Soegijapranata yang berjumlah 15 butir pertanyaan, dan data gangguan emosi dan perilaku menggunakan Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) untuk remaja yang berjumlah 25 butir pertanyaan. Analisis data menggunakan uji chi-square.

PEMBAHASAN

Penelitian tersebut dijabarkan berdasarkan beberapa kategori yaitu tinggi dan rendah untuk mengetahui tingkat kecanduan gadget, sedangkan untuk gangguan emosi dan perilaku dikategorikan menjadi normal, borderline, dan abnormal.

Tabel 1
Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	57	57
Perempuan	43	43
Total	100	100

Berdasarkan tabel 1, sebagian besar subjek adalah berjenis kelamin laki-laki yakni 57 siswa (57%)

sedangkan subjek berjenis kelamin perempuan sebanyak 43 siswa (43%).

pada kategori borderline (8%) dan 29 siswa pada kategori abnormal (29%).

Tabel 2
Usia

Usia	Frekuensi	Persentasi
13	40	40
14	59	59
15	1	1
Total	100	100

Berdasarkan tabel 2, terdapat rentan usia subjek antara 13-15 tahun, dimana terbanyak berusia 14 tahun yaitu sejumlah 59 siswa (59%), sedangkan untuk usia 13 tahun sebanyak 40 siswa (40%) dan untuk usia 15 tahun 1 siswa (1%).

Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi dan Perilaku Remaja Kelas 8

Tabel 3
Tingkat Kecanduan Gadget

Tingkat Kecanduan	Frekuensi	Persentasi
Tinggi	48	48
Rendah	52	52
Total	100	100

Berdasarkan hasil hitungan SPSS pada tabel 3, untuk kategori tingkat kecanduan gadget didapatkan 48 siswa (48%) dengan tingkat kecanduan gadget tinggi dan 52 siswa dengan tingkat kecanduan gadget rendah (52%).

Tabel 4
Gangguan Emosi dan Perilaku

Gangguan Emosi dan Perilaku	Frekuensi	Persentasi
Normal	63	63
Boderline	8	8
Abnormal	29	29
Total	100	100

Hasil hitungan SPSS untuk kategori gangguan emosi dan perilaku pada tabel 4, didapatkan hasil sebanyak 63 siswa pada kategori normal (63%), 8 siswa

Tabel 5
Correlations

	Tingkat Kecanduan n	Gangguan Emosi n
Pearson Correlation	1	-.297**
Sig. (2-tailed)		.003
N	100	100
Pearson Correlation	-.297**	1
Sig. (2-tailed)	.003	
N	100	100

****.** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan analisis statistik pada tabel 5 yang dilakukan dengan uji chi-square, didapatkan hasil bahwa Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja kelas 8 di SMP Negeri 29 Bandung. Dengan p value 0,03 dimana lebih kecil dari nilai alfa.

Menurut WHO, ada beberapa jenis masalah psikologis yang sering terjadi pada remaja misalnya gangguan emosional, gangguan perkembangan perilaku, gangguan makan, psikosis, bunuh diri dan menyakiti diri serta perilaku berbahaya dan beresiko besar. Peningkatan masalah psikologi pada remaja dipengaruhi oleh tekanan dalam menyesuaikan diri dengan temannya, sulit dalam mencari jati diri, memiliki persepsi yang salah, tekanan mengenai perbedaan gender, keluarga kurang harmonis, hubungan kurang baik dengan teman, mengalami kekerasan seksual, kekerasan dalam lingkungan keluarga, masalah ekonomi. Selain itu, remaja juga bisa memiliki masalah psikologis akibat kondisi seperti memiliki penyakit kronis, memiliki gangguan autisme, disabilitas atau kondisi neurologis lain,

cacat sejak lahir, hamil pada usia muda, menjadi orang tua pada usia muda, menikah pada usia dini, anak yatim, memiliki suku atau ras yang minoritas dari lingkungannya, dan mengalami diskriminasi.

Anak yang memiliki gangguan perilaku cenderung akan memperlihatkan tingkah laku seperti mudah marah atau emosi, tidak bisa menahan dorongan untuk melakukan keinginannya, sering membantah, terkadang melakukan kekerasan, suka mengejek orang lain, saat sedang marah akan merusak bahkan melempar barang di sekitarnya, serta sering melakukan perbuatan yang tidak baik. Gangguan perilaku juga dapat membuat anak kecanduan dengan suatu hal seperti bermain game online atau bermain gadget. Pada beberapa kasus, seorang anak yang memiliki gangguan perilaku dapat berbuat tindakan asusila berupa pelecehan seksual atau terlibat seks bebas dengan teman seumurannya.

Upaya-upaya yang bisa dilakukan untuk mengatasi gangguan tersebut dapat dengan cara memperhatikan perkembangan emosional dan sosial anak seusianya, peka terhadap perubahan emosi anak, deteksi sejak dini masalah psikologis yang mungkin dialami oleh anak, memperhatikan interaksi anak dimanapun mereka berada, memberikan fasilitas perawatan sejak dini serta menyediakan makanan yang memiliki gizi seimbang untuk perkembangan otak anak.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Asif & Rahmadi, 2017 didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja usia 11-12 tahun ($p=0,002$).

Dalam Penelitian milik Prasetyo, 2017 diperoleh hasil 60% (48 orang) memiliki tingkat kecanduan gadget yang tinggi, 26,25% (21 orang) tergolong sedang, 12,5% (10 orang) tergolong rendah dan 1,25% (1 orang) tergolong sangat rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian memiliki tingkat kecanduan yang tinggi, artinya terdapat

dampak negatif yang signifikan dari kecanduan gadget.

Berdasarkan hasil dari review jurnal yang dilakukan oleh Setiawan & Winarti, 2021, dapat diambil kesimpulan bahwa beberapa artikel menunjukkan kecanduan smartphone sangat berpengaruh terhadap emosional remaja, penggunaan smartphone yang berlebihan dapat menyebabkan terganggunya kesehatan emosional remaja. Dari beberapa artikel yang menunjukkan bahwa semakin tinggi kecanduan smartphone maka akan semakin tinggi tingkat gangguan emosional yang dialami remaja. Remaja yang memiliki gangguan emosional dapat mempengaruhi kemampuannya untuk berfikir, kurang bisa mengendalikan emosional, selain hal itu juga mengakibatkan peningkatan resiko terjadinya obesitas, stress, tekanan darah tinggi, gangguan mental hingga penyakit yang mengancam nyawa.

PENUTUP

Dari penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa :

1. Tingkat kecanduan gadget siswa kelas 8 di SMP Negeri 29 Bandung terdapat hasil bahwa sebagian besar responden mengatungkat kecanduan gadget dengan skala yang rendah.
2. Gangguan emosi dan perilaku siswa kelas 8 terdapat hasil sebagian besar responden masuk kedalam kategori yang normal.
3. Hasil akhir dari penelitian ini yaitu Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja kelas 8 di SMP Negeri 29 Bandung.

Saran setelah dilakukan penelitian ini adalah penting untuk dilakukan penelitian yang lebih lanjut untuk mengetahui hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja dengan menggunakan alat ukur yang lain dan dengan jumlah responden yang lebih banyak serta kelompok usia yang berbeda. Selain itu, perlu juga penelitian tentang faktor-

faktor penyebab gangguan emosi dan perilaku selain dari tingkat kecanduan gadget.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, L. A. and R. F. A. (2017). *pengertian gadget*.
- Asif, A. R., & Rahmadi, F. A. (2017). *HUBUNGAN TINGKAT KECANDUAN GADGET DENGAN GANGGUAN EMOSI DAN PERILAKU REMAJA USIA 11-12 TAHUN*. Farid Agung Rahmadi *JKD*, 6(2), 148–157.
- Azizah, D. N. (2021). *KEBIJAKAN SEKOLAH TERHADAP PENGGUNAAN GADGET DALAM PEMBELAJARAN IPS TERPADU*.
- 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.
- Darmiah. (2020). *PERKEMBANGAN DAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI EMOSI ANAK USIA MI*.
- Derry, I. B. A. (2014). *Bila Si Kecil Bermain Gadget*. Yogyakarta: Bisakimia.
- Farida, A., Salsabila, U. H., Hayati, L. L. N., Ramadhani, J., & Saputri, Y. (2021). *OPTIMASI GADGET DAN IMPLIKASINYA TERHADAP POLA ASUH ANAK*. *Inovasi Penelitian*, 1(8), 1701–1710.
- Fatmawaty, R. (2017). *Memahami Psikologi Remaja* (Vol. 02).
- Fhadila, K. D. (2017). *Menyikapi perubahan perilaku remaja*. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia-JPGI*, 2(2).
- Garini, 2017, *Pengertian Smartphone*. *Smartphone For the Smart People*. Rohman : 27.
- Indraswari, P. P. (2019). *DAMPAK PENGGUNAAN GADGET TERHADAP PERILAKU BELAJAR PADA SISWA SMA RAMA SEJAHTERA KECAMATAN PANAKKUKANG KOTA MAKASSAR*. 10–13.
- Prasetyo, R. A. (2017). *HUBUNGAN ANTARA KECANDUAN GADGET (SMARTPHONE) DENGAN EMPATI PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA*.
- Sari, L., Susanti, A. Y., & Hajimi. (2019). *HUBUNGAN PAPARAN GADGET DENGAN PERKEMBANGAN EMOSIONAL PADA ANAK USIA REMAJA KELAS VII DAN VIII SMP NEGERI 04 PONTIANAK TIMUR*. *Yarsi*, 30–40.
- Saleh, A. A. (2018). *Buku Pengantar Psikologi*. In *Aksara Timur* (pp. 107–120).
- Setiawan, F., & Winarti, Y. (2021). *Literature Review Hubungan Kecanduan Smartphone dengan Gangguan Emosional Remaja*. In *Borneo Student Research* (Vol. 3, Issue 1).

BIODATA PENULIS

Intan Risma Juliani, wanita yang lahir di Bandung pada 19 Juli 2000, adalah seorang mahasiswa fakultas ilmu keperawatan tingkat 3 di Universitas Advent Indonesia. Lulus SMA sejak 2018 dari SMA Negeri 1 Parongpong. Pada tahun 2018 hingga 2019 sempat berkuliah di Politeknik Kesehatan TNI AU dengan jurusan yang sama, kemudian memutuskan untuk pindah pada tahun 2019 ke Universitas Advent Indonesia sampai saat ini. Penulis dapat dihubungi melalui email di intanrismaji@gmail.com.

Immanuel Sri Mei Wulandari, Seorang Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan di Universitas Advent Indonesia. Memiliki gelar Magister Keperawatan dari Universitas Padjadjaran. Pakar dalam bidang

Keperawatan medikal bedah serta telah menjalani pelatihan utama yaitu Pelatihan Clinical Instructor. Terlibat dalam organisasi PPNI dan HIPMEBI, terlibat dalam banyak penelitian, terlibat dalam beberapa program pelayanan masyarakat, serta terlibat dalam seminar dan pelatihan nasional dibidang kesehatan. Penulis dapat dihubungi melalui email di ariimanuel@unai.edu.