

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa transisi dari kanak – kanak menuju dewasa (Curtis, 2015). Berdasarkan data dari Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) tahun 2013 sebanyak 29% penduduk dunia terdiri dari remaja, dan 80% nya berada di negara berkembang. Remaja merupakan suatu tahapan unik yang terjadi antara usia 11 hingga 20 tahun, di usia ini akan terjadi perubahan pada pertumbuhan dan perkembangan (Stuart, 2016). Perkembangan remaja terdiri dari perkembangan biologis, kognitif, psikososial, mental dan emosional. Perkembangan psikososial mengarahkan remaja pada pertanyaan mendasar tentang siapakah aku, hal ini tidak jarang menimbulkan krisis identitas akibat kematangan seksual dan tuntutan psikososial. Remaja yang tidak dapat mengatasi krisis identitas dengan baik maka ia akan mengalami *sense of confision or identity diffusion* (ketidak mampuan memperoleh peran dan menemukan jati diri) (Diananta, 2012) yang nantinya akan mempengaruhi masalah mental emosional pada remaja.

Masalah mental emosional seperti kecemasan, depresi, gangguan tidur, hingga tercetusnya keinginannya bunuh diri merupakan beberapa gejala perubahan emosional yang sering dialami remaja (Mubasyiroh, Yunita, & Putri, 2017). Faktor yang mempengaruhi masalah mental emosional remaja adalah lingkungan masyarakat dan media sosial (Santrock, 2012). Lingkungan

masyarakat ternyata tidak hanya terbatas pada interaksi remaja dengan lingkungan sekitar, budaya, nilai dan norma yang berlaku, tetapi juga berkaitan dengan media sosial. Media sosial salah satu akses remaja untuk menjelajahi sosial di dunia maya, yang membutuhkan akses internet dan *gadget*.

Sundus (2018) mendeskripsikan dampak positif dan negatif penggunaan *gadget*. Dampak positif berupa kemampuan motorik yang lebih bagus, meningkatkan kemampuan kognitif, sarana untuk mengalihkan anak – anak, lebih menyenangkan anak – anak, sarana untuk pembelajaran, dan meningkatkan kompetisi. Adapun dampak negatifnya antara lain keterlambatan dalam berbicara, kurangnya perhatian, keterlambatan belajar, kecemasan, depresi, dan terbentuknya karakter yang buruk. Survei menunjukkan bahwa terjadi peningkatan penggunaan *gadget* berupa smartphone dari tahun 2016 hingga tahun 2018 serta sebuah prediksi pada tahun 2019. Data menunjukkan, pada tahun 2016 sebanyak 65,2 juta pengguna *gadget* di Indonesia menggunakan smartphone, pada tahun 2017 terjadi peningkatan menjadi sebanyak 74,9 juta jiwa, dan pada tahun 2018 juga terjadi peningkatan menjadi sebanyak 83,5 juta jiwa, dan diprediksi pada tahun 2019 akan terjadi peningkatan sebanyak 92 juta jiwa (Katadata.co.id, 2018). Kalangan remaja awal dengan rentang usia 12 hingga 17 tahun, serta remaja akhir dengan rentang usia 18 hingga 29 tahun sama – sama memiliki presentase 93 persen telah mendominasi penggunaan *gadget* di seluruh dunia. Data ini di dukung pernyataan Kemenkominfo Republik Indonesia yang menyatakan bahwa remaja dengan rentang usia 15 hingga 19 tahun dengan presentase 80

persen yang telah mendominasi penggunaan *gadget* di Indonesia (Sherlyanita & Rakmaati, 2016).

Menurut Putra (2015) terdapat 3 aspek penggunaan *gadget* yaitu durasi, frekuensi, dan aktifitas fisik. Faktor yang mempengaruhi penggunaan *gadget* adalah keamanan, murah dan praktis penggunaannya, kebutuhan akan akses informasi, menunjang interaksi sosial, orang tua, manajemen waktu dan koordinasi, menjaga privasi, pencitraan, menghilangkan kebosanan dan ketergantungan (Wardhana, 2015).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh University of Western Australia, melalui sebuah survei yang dilakukan kepada 2600 murid – murid sekolah soal berapa lamanya mereka melihat layar *gadget*, menemukan 45% anak berusia 8 tahun menghabiskan waktu lebih dari 2 jam, sementara bagi yang berusia 16 tahun jumlahnya mencapai 80%. Segala kemudahan dan kenyamanan fasilitas yang diberikan *gadget* dalam memenuhi segala kebutuhan manusia, membuat seseorang banyak menghabiskan waktunya untuk mentap layar *gadget*. Begitu berharganya *gadget* bagi remaja membuatnya lebih memilih dompet yang tertinggal dibandingkan *gadget* nya, hal tersebut merupakan salah satu contoh seseorang mengalami gangguan kesehatan mental, gangguan kesehatan mental pada remaja ini terkadang kurang diperhatikan oleh orang tua (Hanika, 2015). Angka gejala gangguan mental emosional yang tidak tertangani dengan tepat akan berakibat buruk, maka masalah mental emosional ini menjadi perhatian nasional dan internasional.

Berdasarkan hasil penelitian WHO (2012) didapatkan hasil bahwa 1 dari 5 anak yang berusia kurang dari 16 tahun mengalami masalah mental emosional. Sebanyak 104 orang dari 1.000 anak di dunia yang berusia 4 – 15 tahun mengalami masalah mental emosional. Angka kejadian ini semakin tinggi pada anak remaja usia diatas 15 tahun (WHO, 2012). 10 – 20% remaja di dunia mengalami gangguan mental (Dray et al., 2017).

Berdasarkan hasil survey nasional kesehatan berbasis sekolah (SMP dan SMA) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Indonesia yang dipublikasikan pada tahun 2015 menyatakan bahwa ada sepuluh faktor perilaku yang berisiko pada kesehatan remaja salah satunya adalah kesehatan mental dan emosional yang terganggu. Dari tiga regional yang di survey yaitu Sumatra, Jawa dan Bali, luar Jawa dan Bali diperoleh hasil 46,01% pelajar (39,7% pelajar laki – laki dan 51,98% perempuan) mengalami kesepian (*loneliness*), 42,18% (38% pelajar laki – laki, 46,14% pelajar perempuan) mengalami cemas atau kekhawatiran yang berlebihan , 62,38% (57,73% pelajar laki – laki dan 66,82% pelajar perempuan) mengalami gangguan emosional yaitu kesepian (*loneliness*), kekhawatiran yang berlebihan bahkan keinginan untuk bunuh diri.

Fenomena yang diamati sekarang ini masyarakat selalu memprioritaskan *gadget*, baik itu saat makan, belajar, menonton televisi, jalan bersama teman, *gadget* dapat dipastikan selalu dalam genggamannya. Individu dapat menyimpan ponsel mereka dan melakukan aktivitas seperti biasa, namun hal itu tidak akan berlangsung lama, karena individu akan mengecek

atau memainkan ponsel mereka segera. Berdasarkan penelusuran yang mendalam, dua faktor utama penyebab ketergantungan adalah *game addicted* (kecanduan game) dan sindrom FoMO (*Fear of Missing Out*) atau lebih dikenal sebagai ketergantungan seseorang terhadap jejaring sosial (Haslinika, 2016).

Bivin (2013) menemukan beberapa pola dari pengguna *gadget* yang memiliki kecenderungan gangguan mental emosional. Salah satunya ialah intensitas mengecek *gadget* lebih dari 35 kali dalam sehari. Sependapat dengan pola penggunaan *gadget* milik Bivin. Bragazzi (2014) menemukan beberapa ciri dari gangguan mental emosional salah satunya ialah intensitas dalam melihat layar *gadget*, dan selalu bersama *gadget* selama 24 jam dalam sehari. Ardianto (2013) berpendapat intensitas penggunaan *gadget* dapat diukur dari frekuensi, durasi, isi.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Mittal, Rajasekar & Krishnagopal (2016). Remaja gelisah ketika mereka tidak dapat menghubungi orang yang diinginkan dan ketika lupa membawa ponsel (kegelisahan diamati secara signifikan di kalangan pengguna yang sering menggunakan ponsel). 54% remaja marah karena masalah software (29,3%), tidak tersedianya jaringan (23,4%), dan 25% remaja menerima panggilan saat mengemudi. Individu yang menggunakan *gadget* dengan berbagai alasan seperti berkirim pesan, *email*, membuka media sosial, dan bermain game online ini disebabkan karena mereka mengalami kesepian, kecemasan, maupun stres. Pengalihan stres maupun masalah yang dihadapinya tersebut salah satunya adalah

menggunakan *gadget*. Menurut sebuah penelitian yang dilakukan Park (2005) dengan 157 subjek di Seoul menunjukkan bahwa beberapa penyebab kecanduan penggunaan *gadget* yaitu kebiasaan, kesepian, menghibur diri, membuat rileks, menenangkan diri dari masalah, menjaga relasi dengan orang lain. Kesepian sebagai salah satu penyebab kecanduan sering dialami oleh manusia pada masa remaja berkisar 15 – 19 tahun, dimana pada masa itu seseorang tergolong pada masa remaja akhir.

Sebuah ketergantungan dan perasaan gelisah memiliki hubungan yang sangat erat dengan emosional, dimana individu yang telah mengalami ketergantungan dan kegelisahan akan mencoba berusaha menemukan kebutuhan intimasi yang tidak didapatnya dari dunia nyata, oleh karena itu individu yang merasa kesepian akan mendorong keinginan mereka untuk menggunakan *gadget*. Penggunaan *gadget* ini jika intensitas penggunaannya melampaui batas dan tidak diimbangi dengan kontrol diri yang kuat maka akan menimbulkan sebuah gangguan yaitu kecenderungan mengalami gangguan mental emosional (Haslinika, 2016). Terkait gangguan kejiwaan (mental, emosional dan perilaku) yang dialami remaja akibat penggunaan *gadget* merupakan masalah yang dianggap penting dan harus di waspadai oleh seluruh orang tua. Peran orang tua harus selalu dilakukan, dengan cara mengontrol fitur – fitur yang ada di dalam *gadget*, orang tua harus selalu menjadi pendengar bagi anak – anaknya tidak hanya bicara saja, mendengarkan kritik dan saran dari anak – anak, tidak ada kekerasan (orang tua harus bisa menyampaikan pesannya yang tidak disertai emosi), gunakan teknik win-win

*Solution* (semua permasalahan harus diselesaikan dengan win-win solution, tidak ada orang tua yang harus menang dan anak yang harus kalah atau sebaliknya), mengubah lingkungan (ada saatnya memegang *gadget*, ada saatnya waktu berkumpul bersama keluarga dan semua *gadget* ditinggal misalnya tidak mengaktifkan *gadget* pukul 18.00 sampai 21.00 WIB) (Ayu, 2018).

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian guna mengetahui “Hubungan Intensitas Penggunaan *Gadget* Terhadap Terjadinya Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Usia 15 – 19 tahun di SMAN 1 Giri Banyuwangi Tahun 2019”

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti merumuskan pertanyaan masalah “Adakah Hubungan Intensitas Penggunaan *Gadget* Terhadap Terjadinya Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Usia 15 – 19 tahun di SMAN 1 Giri Banyuwangi Tahun 2019”

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Diketahuinya Hubungan Intensitas Penggunaan *Gadget* Terhadap Terjadinya Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Usia 15 – 19 tahun di SMAN 1 Giri Banyuwangi Tahun 2020.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

- 1) Teridentifikasi Intensitas Penggunaan *Gadget* di SMAN 1 Giri Banyuwangi Tahun 2020.

- 2) Teridentifikasi Gangguan Mental Emosional di SMAN 1 Giri Banyuwangi Tahun 2020.
- 3) Teridentifikasi Hubungan Intensitas Penggunaan *Gadget* Terhadap Terjadinya Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Usia 15 – 19 tahun di SMAN 1 Giri Banyuwangi Tahun 2020.

#### **1.4. Manfaat Penelitian**

##### 1.4.1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan wawasan dalam bidang keperawatan khususnya dalam hal psikis atau kejiwaan, yang tentu akan berdampak pada aspek sosial, aspek perkembangan, dan juga aspek pendidikan, yang dihubungkan dengan gangguan mental emosional pada remaja.

##### 1.4.2. Praktis

###### 1) Bagi Tempat Penelitian

Sebagai informasi penunjang bagi pihak institusi tentang hubungan intensitas penggunaan gadget terhadap terjadinya gangguan mental emosional pada remaja usia 15 – 19 tahun di SMAN 1 Giri Banyuwangi dan diharapkan dapat ditindaklanjuti untuk memberikan pembinaan pada siswa/siswi khususnya dalam menggunakan *gadget* sehingga dapat mengatur intensitas penggunaannya agar terhindar dari gangguan mental emosional.



2) Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai tambahan kepustakaan serta untuk meningkatkan pengetahuan pembaca tentang penggunaan *gadget* terhadap terjadinya gangguan mental emosional pada remaja.

3) Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat memberikan tambahan informasi mengenai dampak intensitas pengguna *gadget* dan kaitannya pada gangguan mental emosional, sehingga dapat diupayakan pencegahannya.



## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Konsep Remaja

##### 2.1.1 Definisi Remaja

Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual (Sarwono, 2011). Masa remaja disebut juga sebagai masa perubahan, meliputi perubahan dalam sikap, dan perubahan fisik (Pratiwi, 2012). Remaja pada tahap tersebut mengalami perubahan banyak perubahan baik secara emosi, tubuh, minat, pola perilaku dan juga penuh dengan masalah-masalah pada masa remaja (Hurlock, 2011).

Batasan usia remaja berbeda-beda sesuai dengan sosial budaya daerah setempat. WHO membagi kurun usia dalam 2 bagian, yaitu remaja awal 10-14 tahun dan remaja akhir 15-20 tahun. Batasan usia remaja Indonesia usia 11-24 tahun dan belum menikah (Sarwono, 2011). Menurut Hurlock (2011), masa remaja dimulai dengan masa remaja awal (12-24 tahun), kemudian dilanjutkan dengan masa remaja tengah (15-17 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun).

### 2.1.2 Tahapan Remaja

Menurut Sarwono (2011) dan Hurlock (2011) ada tiga tahap perkembangan remaja, yaitu :

1. Remaja awal (early adolescence) usia 11-13 tahun.

Seorang remaja pada tahap ini masih heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Remaja mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis. Pada tahap ini remaja awal sulit untuk mengerti dan dimengerti oleh orang dewasa. Remaja ingin bebas dan mulai berfikir abstrak.

2. Remaja Madya (middle adolescence) 14-16 tahun.

Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan teman-teman. Remaja merasa senang jika banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan “narcistic”, yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat yang sama pada dirinya. Remaja cenderung berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana. Pada fase remaja madya ini mulai timbul keinginan untuk berkencan dengan lawan jenis dan berkhayal tentang aktivitas seksual sehingga remaja mulai mencoba aktivitas-aktivitas seksual yang mereka inginkan.

3. Remaja akhir (late adolescence) 17-20 tahun

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa yang ditandai dengan pencapaian 5 hal, yaitu :

- a. Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
- b. Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang dan dalam pengalaman-pengalaman yang baru.
- c. Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
- d. Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri).
- e. Tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (private self) dan publik.

### **2.1.3 Karakteristik Perkembangan Sifat Remaja**

Menurut Ali (2011), karakteristik perkembangan sifat remaja yaitu :

1. Kegelisahan

Sesuai dengan masa perkembangannya, remaja mempunyai banyak angan-angan, dan keinginan yang ingin diwujudkan di masa depan. Hal ini menyebabkan remaja mempunyai anganangan yang sangat tinggi, namun kemampuan yang dimiliki remaja belum memadai sehingga remaja diliputi oleh perasaan gelisah.

2. Pertentangan

Pada umumnya, remaja sering mengalami kebingungan karena sering mengalami pertentangan antara diri sendiri dan orang tua.

Pertentangan yang sering terjadi ini akan menimbulkan kebingungan dalam diri remaja tersebut.

### 3. Mengkhayal

Keinginan dan angan-angan remaja tidak tersalurkan, akibatnya remaja akan mengkhayal, mencari kepuasan, bahkan menyalurkan khayalan mereka melalui dunia fantasi. Tidak semua khayalan remaja bersifat negatif. Terkadang khayalan remaja bisa bersifat positif, misalnya menimbulkan ide-ide tertentu yang dapat direalisasikan.

### 4. Akitivitas berkelompok

Adanya bermacam-macam larangan dari orangtua akan mengakibatkan kekecewaan pada remaja bahkan mematahkan semangat para remaja. Kebanyakan remaja mencari jalan keluar dari kesulitan yang dihadapi dengan berkumpul bersama teman sebaya. Mereka akan melakukan suatu kegiatan secara berkelompok sehingga berbagai kendala dapat mereka atasi bersama.

### 5. Keinginan mencoba segala sesuatu

Pada umumnya, remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi (high curiosity). Karena memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, remaja cenderung ingin berpetualang, menjelajahi segala sesuatu, dan ingin mencoba semua hal yang belum pernah dialami sebelumnya.

## 2.1.4 Perkembangan Remaja

### 1. Perkembangan fisik

Perubahan fisik terjadi dengan cepat pada remaja. Kematangan seksual sering terjadi seiring dengan perkembangan seksual secara primer dan sekunder. Perubahan secara primer berupa perubahan fisik dan hormon penting untuk reproduksi, perubahan sekunder antara laki-laki dan perempuan berbeda (Potter & Perry, 2009).

Pada anak laki-laki tumbuhnya kumis dan jenggot, jakun dan suara membesar. Puncak kematangan seksual anak laki-laki adalah dalam kemampuan ejakulasi, pada masa ini remaja sudah dapat menghasilkan sperma. Ejakulasi ini biasanya terjadi pada saat tidur dan diawali dengan mimpi basah (Sarwono, 2011).

Pada anak perempuan tampak perubahan pada bentuk tubuh seperti tumbuhnya payudara dan panggul yang membesar. Puncak kematangan pada remaja wanita adalah ketika mendapatkan menstruasi pertama (menarche). Menstruasi pertama menunjukkan bahwa remaja perempuan telah memproduksi sel telur yang tidak dibuahi, sehingga akan keluar bersama darah menstruasi melalui vagina atau alat kelamin wanita (Sarwono, 2011).

## 2. Perkembangan emosi

Perkembangan emosi sangat berhubungan dengan perkembangan hormon, dapat ditandai dengan emosi yang sangat labil.

Remaja belum bisa mengendalikan emosi yang dirasakannya dengan sepenuhnya (Sarwono, 2011).

### 3. Perkembangan kognitif

Remaja mengembangkan kemampuannya dalam menyelesaikan masalah dengan tindakan yang logis. Remaja dapat berfikir abstrak dan menghadapi masalah yang sulit secara efektif. Jika terlibat dalam masalah, remaja dapat mempertimbangkan beragam penyebab dan solusi yang sangat banyak (Potter & Perry, 2009)

### 4. Perkembangan psikososial

Perkembangan psikososial ditandai dengan terikatnya remaja pada kelompok sebaya. Pada masa ini, remaja mulai tertarik dengan lawan jenis. Minat sosialnya bertambah dan penampilannya menjadi lebih penting dibandingkan sebelumnya. Perubahan fisik yang terjadi seperti berat badan dan proporsi tubuh dapat menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan seperti, malu dan tidak percaya diri (Potter & Perry, 2009).

#### **2.1.5 Ciri – Ciri Remaja**

Masa remaja mempunyai ciri-ciri tersendiri (Rayum, 2017). Ciri-ciri tersebut dijelaskan dalam masa remaja awal dan akhir sebagai berikut:

1. Masa remaja awal memiliki ciri khas yang tidak dimiliki pada masa-masa yang lain. Masa tersebut diantaranya: emosi tidak stabil, lebih

menonjolkan sikap dan moral, kemampuan mental dan kecerdasan mulai sempurna, status yang membingungkan, banyak masalah yang dihadapi, dan masa kebimbangan remaja dalam menghadapi dan memecahkan atau menghindari suatu masalah menjadi indikasinya (Rayum, 2017).

2. Masa remaja akhir memiliki ciri khas yang membedakannya dengan masa remaja awal. Masa tersebut diantaranya: emosi mulai stabil, lebih realistis, lebih matang dalam menghadapi masalah, dan lebih tenang perasaannya (Rayum, 2017).

#### **2.1.6 Tugas Perkembangan Remaja**

Tugas perkembangan adalah suatu petunjuk yang memungkinkan seseorang mengerti dan memahami apa yang diharapkan atau dituntut oleh masyarakat dan lingkungan lain terhadap seseorang dalam usia remaja (Nurjanah, 2012). Pada masa remaja semua tugas perkembangan dipusatkan pada penanggulangan sikap dan pola perilaku yang kekanak-kanakan dan persiapan untuk menghadapi masa dewasa (Hurlock, 1980).

Remaja tentunya tidak lepas dari tugas-tugas perkembangan yang harus dicapai. Yusuf, (2011) menyebutkan ada 10 tugas-tugas perkembangan pada remaja, meliputi:

1. Menerima keadaan diri dan menggunakannya secara efektif.

Pada periode pra remaja, anak tumbuh demikian cepat yang mengarah pada bentuk orang dewasa, diiringi dengan perkembangan



sikap dan citra tubuh. Remaja dapat menerima keadaan diri sendiri, menjaga dan memelihara keadaan fisiknya secara efektif sehingga timbul kepuasan diri (Dahlan, 2011).

2. Menerima peranan sosial sebagai pria atau wanita.

Remaja menerima keadaan diri sebagai pria atau wanita sesuai dengan kodratnya dengan sifat dan tanggung jawab gender masing-masing (Dahlan, 2011).

3. Mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab sosial.

Remaja berpartisipasi sebagai orang dewasa yang bertanggung jawab sebagai masyarakat dan memperhitungkan nilai-nilai sosial dalam tingkah laku dirinya (Dahlan, 2011).

4. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya.

Tugas perkembangan yang dihadapi remaja merupakan bebas dari ketergantungan emosional seperti saat masa kanak-kanak. Dalam masa remaja, seseorang dituntut untuk tidak lagi tergantung dengan orangtua atau orang dewasa lain dengan menjunjung tinggi sikap respek (Dahlan, 2011).

5. Belajar bergaul dengan kelompok wanita dan laki-laki.

Remaja diharapkan mampu bergaul tidak terbatas hanya dengan sesama jenis. Ketika konflik dan permasalahan terjadi, remaja dapat menyelesaikan dengan cara yang matang. Keberhasilan remaja dalam menyelesaikan tugas perkembangan ini mengantarkan ke dalam kondisi

penyesuaian sosial yang baik dalam keseluruhan hidupnya. Namun, apabila gagal maka remaja akan mengalami kurang mampu dalam bergaul dengan orang lain, bersifat kekanak-kanakan dan melakukan dominasi secara sewenang-wenang (Dahlan, 2011).

6. Memperoleh seperangkat nilai sebagai pedoman hidup.

Beberapa atauran yang ada dalam kehidupan masyarakat menuntut remaja untuk berperilaku sesuai dengan norma yang ada di masyarakat sehingga membentuk arti kehidupan bagi remaja (Dahlan, 2011).

7. Memiliki perilaku beriman serta bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Remaja telah mengalami kematangan sikap, kebiasaan dan pengembangan wawasan dalam mengenalkan nilai-nilai keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan dalam kehidupan sehari-hari, baik pribadi maupun sosial (Dahlan, 2011).

8. Mencapai kemandirian berperilaku ekonomis.

Tujuan dari tugas ini adalah agar remaja merasa mampu menciptakan suatu kehidupan. Tugas ini sangat penting bagi remaja pria, namun tidak begitu penting bagi remaja wanita (Dahlan, 2011).

9. Memiliki wawasan dan persiapan karir.

Tugas perkembangan ini menuntut kesanggupan remaja untuk memikirkan karir dimasa depan sehingga dapat memperoleh kesuksesan dan berdiri sendiri dalam hal yang berhubungan dengan

ekonomi. Hal ini berkaitan dengan ketrampilan fisik yang dimiliki (Dahlan, 2011).

10. Mengembangkan keterampilan intelektual.

Remaja sudah memiliki kemampuan untuk berfikir tentang sesuatu yang berada di luar pengalaman atau sistem nilai yang dimiliki. Remaja dapat memikirkan kemungkinan sesuatu yang abstrak secara sistematis untuk memecahkan persoalan atau masalah. Remaja diharapkan dapat mengembangkan konsep hukum, pemerintahan, ekonomi, politik, geografi, hakikat manusia dan lembaga sosial yang cocok dengan dunia modern (Dahlan, 2011).

**2.1.7 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Pencapaian Tugas Perkembangan**

1. Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor yang mempengaruhi perkembangan yang berasal dari dalam dirinya (Desmita, 2010).

Faktor internal, meliputi :

a. Bakat atau bawaan

Apabila seorang anak memiliki bakat dalam bermain musik, maka minatnya terhadap dunia musik akan lebih besar. Sehingga anak tersebut akan lebih mudah mempelajari musik (Desmita, 2010).

b. Hereditas

Hereditas merupakan faktor pertama yang menjadi karakteristik individu. Faktor ini diwariskan orang tua kepada anak melalui gen. Sehingga dapat mempengaruhi perkembangan individu. Kata hereditas diartikan sebagai “totalitas” (Yusuf, 2011).

c. Dorongan dan insting

Dorongan merupakan kodrat hidup yang membuat manusia melakukan sesuatu. Sedangkan insting merupakan kesanggupan yang sebenarnya dimiliki manusia untuk memenuhi atau melaksanakan dorongan yang ada pada dirinya (Desmita, 2010).

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang mempengaruhi perkembangan manusia yang berasal dari luar dirinya (Desmita, 2010).

Faktor eksternal, meliputi :

a. Lingkungan keluarga

Keluarga merupakan faktor yang penting dalam perkembangan remaja. Faktor penting ini disebabkan karena lingkungan yang pertama kali dikenal oleh remaja adalah lingkungan keluarga (Desmita, 2010; Yusuf, 2011). Lingkungan keluarga memiliki beberapa bentuk dukungan yaitu :

1. Dukungan informasional merupakan fungsi keluarga sebagai sebuah kolektor atau disseminator informasi tentang dunia. Keluarga menjelaskan tentang pemberian saran, sugesti dan informasi yang digunakan untuk mengungkap masalah. Dukungan informasional bermanfaat untuk menekan munculnya suatu stressor, karena informasi yang diberikan memberikan sugesti khusus untuk individu. Aspek dalam dukungan informasional adalah nasehat, saran, usulan, petunjuk dan pemberian informasi (Rahmaniyah, 2014).
2. Dukungan penghargaan, keluarga bertindak sebagai bimbingan umpan balik, membimbing dan menengahipemecahan masalah serta sebagai sumber dan validator identitas keluarga, diantaranya memberi support, pengakuan, penghargaan dan perhatian (Rahmaniyah, 2014).
3. Dukungan instrumental, keluarga merupakan sumber pertolongan praktis dan konkrit, diantaranya pelayanan, bantuan finansial, material berupa benda atau jasa, makanan dan minuman (Rahmaniyah, 2014).
4. Dukungan emosional, keluarga sebagai tempat yang aman dan damai untuk istirahat dan pemulihan serta membantu penguasaan terhadap emosi. Aspek-aspek

dukungan emosional meliputi dukungan yang diwujudkan dalam bentuk afeksi, adanya kepercayaan, mendengarkan dan didengarkan (Rahmaniyah, 2014).

b. Lingkungan sekolah

Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program bimbingan, pengajaran, dan latihan dalam rangka membantu siswa. Hal ini karena agar siswa mampu mengembangkan potensinya, baik yang menyangkut aspek moral, spiritual, intelektual, emosional maupun sosial (Desmita, 2010; Yusuf, 2011).

c. Kelompok teman sebaya

Kelompok teman sebaya merupakan suatu kelompok yang terdiri dari orang-orang yang usianya hampir sama antara satu dengan yang lainnya. Interaksi sosial dalam kelompok teman sebaya tersebut yang dapat mempengaruhi perkembangan individu. Hal ini biasanya terdapat penekanan dari teman sebaya yang mengharuskan remaja untuk mengikuti gaya teman-temannya (Desmita, 2010; Yusuf, 2011).

d. Faktor masyarakat

Faktor masyarakat yang mempengaruhi pencapaian tugas perkembangan remaja. Faktor tersebut seperti kepedulian masyarakat akan pentingnya kegiatan belajar bagi

anak-anak sekolah, partisipasi masyarakat dalam menciptakan iklim yang kondusif untuk kegiatan belajar anak-anak, dan kualitas fasilitas umum bagi kebutuhan perkembangan anak sekolah (Desmita, 2010).

Faktor penting yang dapat mempengaruhi tugas perkembangan remaja berdasarkan pendapat Hurlock (1980), meliputi :

1. Lingkungan sosial

Lingkungan sosial merupakan wadah untuk pencapaian tugas perkembangan. Dimensi lingkungan sosial terdiri dari :

- a. *Transactions*, merupakan interaksi seseorang dengan orang lain dalam lingkungan yang bersifat aktif dan dinamis.
- b. *Energy*, merupakan kekuatan alami yang dimiliki seseorang untuk terlibat aktif dengan lingkungannya.
- c. *Interface*, merupakan penghubung dari suatu interaksi, seperti bahan pembicaraan yang menyebabkan seorang individu berinteraksi dengan individu lain.
- d. *Adaptation*, merupakan kemampuan untuk menyesuaikan diri untuk menyatu dengan kondisi lingkungan.
- e. *Coping*, merupakan bentuk penyesuaian diri manusia untuk mengatasi masalah. Bentuk penyesuaian ini ada yang bersifat positif namun ada juga yang bersifat negatif.

- f. *Interdependence*, merupakan hubungan saling ketergantungan atau kepercayaan diri seorang individu dengan individu lain (Nurbayani, 2012).

Ada hubungan yang bermakna antara faktor lingkungan sosial dengan tugas perkembangan remaja, lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat (Nurbayani, 2012).

## 2. Motivasi.

Motivasi dapat bersumber dari dalam diri remaja, seperti semangat dan obsesi. Motivasi yang timbul dari luar diri remaja, seperti penghargaan orangtua atau masyarakat terhadap remaja. Motivasi menentukan besar usaha dalam mencapai tugas perkembangan remaja dan besarnya kemauan untuk melakukan usaha tersebut. Maka, semakin tinggi motivasi remaja, semakin tinggi pula usaha remaja untuk memenuhi tugas perkembangan (Sarwono, 2012).

## 3. Kepribadian.

Kepribadian merupakan kondisi internal remaja. Karakter akan berangsur-angsur terbentuk dipengaruhi kebutuhan, sikap, minat maupun tujuan pribadi. Kepribadian *ekstrovert* adalah kepribadian yang lebih dipengaruhi oleh dunia objektif, berorientasi pada dunia luar. Pikiran, perasaan, serta tindakannya lebih banyak ditentukan oleh lingkungan. Memiliki karakteristik suka bergaul, ramah, suka mengikuti kata hati, dan suka mengambil resiko. Sedangkan



kepribadian *introvert* adalah kepribadian yang lebih dipengaruhi oleh dunia subjektif, berorientasi ke dalam dengan karakteristik watak yang tenang, pendiam, suka menyendiri, suka termenung, dan menghindari resiko (Sarwono, 2012).

4. Kesempatan untuk melaksanakan tugas perkembangan.

Kesempatan merupakan peluang yang menunjukkan tersedianya fasilitas dalam memenuhi tugas perkembangan remaja (Sarwono, 2012).

5. Bimbingan untuk mempelajari tugas perkembangan.

Bimbingan merupakan proses bantuan pada individu untuk mencapai tugas perkembangan diri secara optimal (Kartadinata dalam Rahmadiyah, 2014).

6. Kreatifitas.

Kreatifitas merupakan suatu hal yang mengacu pada kecenderungan untuk mengaktualisasi diri (Yusuf, 2011).

Kematangan pencapaian fase kognitif akan sangat membantu untuk kemampuan dalam melaksanakan atau memenuhi tugas-tugas perkembangannya dengan baik, salah satu kemampuan kognitif yang dimiliki remaja adalah kemampuan kreatif (Hurlock, 1980).

## 2.2 Konsep Gadget

### 2.2.1 Definisi Gadget

*Gadget* berasal dari bahasa Inggris yang artinya perangkat elektronik kecil yang memiliki fungsi khusus. Dalam bahasa Indonesia, *gadget* disebut “acang”, *gadget* adalah sebuah teknologi yang berkembang pesat dan memiliki fungsi khusus diantaranya yaitu smartphone, iphone, dan blackberry (Manumpil dkk, 2015). *Gadget* merupakan barang canggih yang diciptakan dengan berbagai aplikasi yang dapat menyajikan berbagai media berita, jejaring sosial, hobi, bahkan hiburan Widiawati dan Sugiman (2014).

*Gadget* adalah media yang dipakai sebagai alat komunikasi modern dan semakin mempermudah kegiatan komunikasi manusia (Jati dan Herawati, 2014).

*Gadget* yang saat ini banyak digemari masyarakat khususnya kalangan remaja, mempunyai beberapa jenis-jenis gadget yang sering digunakan Iphone, Ipad, Blackberry, Netbook, Handphone (Irawan, 2013).

### 2.2.2 Jenis-jenis gadget

Jenis-jenis *Gadget* antara lain adalah sebagai berikut :

1. Iphone

Merupakan sebuah telepon yang memiliki koneksi internet. Selain itu memiliki aplikasi multimedia yang dapat digunakan untuk mengirim pesan gambar (Irawan, 2013).

## 2. Ipad

Merupakan sebuah gadget yang memiliki ukuran lebih besar. Alat ini serupa dengan komputer tablet yang memiliki fungsi-fungsi tambahan yang ada pada sistem operasi (Irawan, 2013).

## 3. Blackberry

Merupakan sebuah perangkat genggam nirkabel dengan berbagai kemampuan. Alat ini dapat digunakan untuk SMS, faksimili internet, dan juga telepon seluler (Irawan, 2013).

## 4. Netbook

Merupakan sebuah alat perpaduan antara komputer portabel. Alat ini seperti halnya dengan notebook dan internet (Irawan, 2013).

## 5. Handphone

Merupakan sebuah alat atau perangkat komunikasi elektronik tanpa kabel. Sehingga alat ini dapat dibawa kemanamana dan memiliki kemampuan dasar yang sama halnya dengan telepon konvensional saluran tetap (Irawan, 2013).

### **2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi penggunaan *gadget***

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi remaja dalam penggunaan *gadget*. Faktor-faktor tersebut meliputi:

1. Iklan yang merajalela di dunia pertelevisian dan di media sosial

Iklan seringkali mempengaruhi remaja untuk mengikuti perkembangan masa kini. Sehingga hal itu membuat remaja semakin tertarik bahkan penasaran akan hal baru (Fadilah, 2015).

2. *Gadget* menampilkan fitur-fitur yang menarik

Fitur-fitur yang ada didalam *gadget* membuat ketertarikan pada remaja. Sehingga hal itu membuat remaja penasaran untuk mengoperasikan *gadget* (Fadilah, 2015).

3. Kecanggihan dari *gadget*

Kecanggihan dari *gadget* dapat memudahkan semua kebutuhan remaja. Kebutuhan remaja dapat terpenuhi dalam bermain game, sosial media bahkan sampai berbelanja online (Fadilah, 2015).

4. Keterjangkauan harga *gadget*

Keterjangkauan harga disebabkan karena banyaknya persaingan teknologi. Sehingga dapat menyebabkan harga dari gadget semakin terjangkau. Dahulu hanyalah golongan orang menengah atas yang mampu membeli *gadget*, akan tetapi pada kenyataan sekarang orang tua berpenghasilan pas-pasan mampu membelikan *gadget* untuk anaknya (Fadilah, 2015)

5. Lingkungan

Lingkungan membuat adanya penekanan dari teman sebaya dan juga masyarakat. Hal ini menjadi banyak orang yang menggunakan gadget, maka masyarakat lainnya menjadi enggan meninggalkan

gadget. Selain itu sekarang hampir setiap kegiatan menuntut seseorang untuk menggunakan gadget (Fadilah, 2015).

#### 6. Faktor budaya

Faktor budaya berpengaruh paling luas dan mendalam terhadap perilaku remaja. Sehingga banyak remaja mengikuti trend yang ada didalam budaya lingkungan mereka, yang mengakibatkan keharusan untuk memiliki gadget (Rayum, 2017).

#### 7. Faktor sosial

Faktor sosial yang mempengaruhinya seperti kelompok acuan, keluarga serta status sosial. Peran keluarga sangat penting dalam faktor sosial, karena keluarga sebagai acuan utama dalam perilaku remaja (Rayum, 2017).

#### 8. Faktor pribadi

Faktor pribadi yang memberikan kontribusi terhadap perilaku remaja seperti usia dan tahap siklus hidup, pekerjaan dan lingkungan ekonomi, gaya hidup, dan konsep diri. Kepribadian remaja yang selalu ingin terlihat lebih dari teman-temannya, biasanya cenderung mengikuti trend sesuai perkembangan teknologi (Rayum, 2017).

##### a. Intensitas Penggunaan *gadget*

Menurut Tubs & Moss (1983) menerangkan bahwa intensitas merupakan suatu momentum yang dipengaruhi oleh waktu. Suatu momentum yang cenderung untuk diketahui dengan waktu tertentu. Intensitas dapat dilihat

dengn mengetahui tingkatan frekuensi dan durasi yang nampak ketika melakukan suatu hal (Marhaeni, 2012). Menurut depdiknas (2011). Frekuensi merupakan keseringan atau jumlah pemakaian suatu unsu dalam jangka waktu tertentu. Tingkatan frekuensi nampak pada ukuran berapa kali seorang dalam melakukan suatu kegiatan. Sedangkan durasi adalah lamanya suatu berlangsung, rentang waktu. Durasi nampak pada seberapa lama seorang dalam melakukan suatu kegiatan (Depdiknas. 2011). Suatu tingkatan pada intensitas dapat muncul dari banyaknya stimulus fisik yang diterima. Intensitas adalah keadaan tingkatan atau ukuran intensnya.intens dapat berarti kuat, tinggi, rendah, dsb.

Berdasarkan beberapa pengertian mengenai intensitas di atas, dapat dinyatakan bahwa intensitas merupakan suatu bentuk kuantitas yang muncul pada sebuah energi yang muncul berdasarkan tingkatan frekuensi serta durasi pada stimulus fisik yang diterima.

Merujuk pada hal yang telah disampaikan mengenai pengertian intensitas, maka pengertian intensitas penggunaan *gadget* merupakan bentuk kuantitas penggunaan *gadget* berdasarkan tingkatan frekuensi serta durasi penggunaannya. Frekuensi merupakan jumlah

pemakaian *gadget* dalam jangka waktu tertentu. Sedangkan durasi merupakan seberapa waktu yang diperlukan seorang dalam menggunakan *gadget*.

b. Durasi Penggunaan *gadget*

Penggunaan *gadget* dewasa ini perlu diperhatikan secara khusus. Penggunaan *gadget* yang berlebihan dapat mengakibatkan kerugian bagi penggunanya. Kerugian tidak hanya pada kesehatan saja, melainkan kerugian dalam segi ekonomi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Christiany Judhita (2015) dengan sedikit penyesuaian, durasi penggunaan *gadget* dapat dibagi menjadi tiga, yaitu:

- 1) Penggunaan tinggi yaitu pada intensitas penggunaan lebih dari 3 jam dalam sehari.
- 2) Penggunaan sedang yaitu pada intensitas penggunaan sekitar 3 jam dalam sehari.
- 3) Penggunaan rendah yaitu pada intensitas penggunaan kurang dari 3 jam dalam sehari.

Penelitian tentang penggunaan *gadget* atau *smartphone* juga dilakukan oleh Nielsen. Nielsen merupakan sebuah badan yang bergerak dalam bidang informasi global serta media dan berfokus pada suatu penelitian dan melakukan suatu riset dalam memberikan suatu informasi tentang

pemasaran dan konsumen, televisi, serta media lainnya. Dalam riset Indonesia Consumer Insight (Mei 2013) yang dilakukan oleh lembaga Nielsen tersebut menunjukkan per hari rata-rata orang Indonesia memanfaatkan *gadget* selama 189 menit (setara 3 jam 15 menit) dengan data sebagai berikut:

- 1) 62 menit dihabiskan untuk berkomunikasi, seperti menerima atau melakukan panggilan telepon, berkirim pesan melalui SMS atau *Instant Message*, dan mengirim *e-mail*.
- 2) Sekitar 45 menit dihabiskan untuk hiburan misalnya memainkan game tertentu dan melihat video atau audio.
- 3) 38 menit digunakan untuk menjelajahi aplikasi yang baru di *download*.
- 4) 37 menit dipergunakan untuk mengakses internet.

Aktivitas yang paling sering dilakukan dengan *gadget* adalah *chatting* dengan persentase 90%, pencarian 71%, jejaring sosial 64%, *blogging* atau forum 41%, App store 32%, video 27%, *sharing* konten 26%, hiburan 25%, berita 24% dan webmail 17%. Sementara itu dari riset yang dilakukan Nielsen diketahui pula aktivitas *chatting* populer. Riset menunjukkan aplikasi *WhatsApp* menduduki aplikasi



*chatting* terpopuler dengan capaian 58%, diikuti BBM 41%, Line 35%, Kakao Talk 30%, WeChat 27%, Hangouts Google 20%, Yahoo Messenger 18%, Skype 7% dan ChatON 6% (Arfi Bambani, 2013).

Hasil penelitian Nielsen On Device Meter (ODM) pada Februari 2014 tentang wanita yang cenderung lebih banyak menghabiskan waktu menggunakan *smartphone* dibandingkan dengan pria. Wanita bisa menghabiskan waktu 140 menit per hari, sedangkan pria hanya menghabiskan waktu 43 menit per hari. Dari segi usia pengguna *smartphone* didominasi pada rentang usia 20-22 tahun. Usia 20-22 tahun disebut sebagai *Digital Natives*, artinya generasi yang lahir di era internet dan serba digital dan terkoneksi. Selain itu mayoritas pengguna menggunakan *smartphone* pada pukul 17.00-19.59 WIB. Hal tersebut diperkuat oleh riset yang ditemukan oleh Locker pada Mei 2013 yang menyebutkan bahwa pengguna menggunakan *smartphone*-nya pada pukul 17.00 sampai 20.00.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa penggunaan *gadget* orang Indoensia dalam sehari sekitar 2 sampai 3 jam lebih. Pengguna didominasi oleh wanita. Aktivitas yang paling sering dilakukan dengan *gadget*

adalah berkomunikasi, seperti berkirim pesan singkat (SMS atau chatting), melakukan panggilan telepon, berkirim *e-mail*. Aktivitas selanjutnya adalah mengakses internet, jejaring sosial, bermain game, dan men-*download*.

#### **2.2.4 Dampak positif dan negatif *gadget***

Penggunaan *gadget* dikalangan remaja tentunya akan menimbulkan dampak bagi remaja. Dampak yang terjadi berupa dampak positif dan negatif.

##### 1. Dampak positif

- a. Memudahkan untuk berinteraksi dengan orang banyak lewat media sosial. Sehingga memudahkan untuk saling berkomunikasi dengan orang baru dan memperbanyak teman (Harfiyanto dkk, 2015).
- b. Mempersingkat jarak dan waktu. Karena dalam era perkembangan *gadget* yang canggih didalamnya terdapat media sosial seperti sekarang ini (Harfiyanto dkk, 2015).
- c. Hubungan jarak jauh tidak lagi menjadi masalah dan menjadi halangan. Hal ini dikarenakan kecanggihan dari aplikasi yang ada didalam *gadget* (Harfiyanto dkk, 2015).
- d. Mempermudah para remaja mengonsultasikan pelajaran dan tugas-tugas yang belum dimengerti. Hal ini biasa dilakukan

remaja dengan sms atau bbm kepada guru mata pelajaran (Harfiyanto dkk, 2015).

## 2. Dampak negatif

- a. Remaja menggunakan media sosial didalam *gadget* mereka, sehingga menimbulkan lebih banyak waktu yang digunakan untuk bermain *gadget*. Hal ini biasanya digunakan remaja untuk berkomunikasi dimedia sosial dibandingkan dengan belajar (Harfiyanto dkk, 2015).
- b. Aplikasi yang ada didalam *gadget* membuat remaja lebih mementingkan diri sendiri. Seringkali remaja mengabaikan orang disekitarnya bahkan tidak menganggap orang yang mengajaknya mengobrol (Harfiyanto dkk, 2015).
- c. Remaja menjadi kecanduan dalam bermain *gadget*. Awalnya remaja menggunakan gadget hanya untuk bermain game. Akan tetapi remaja lama-kelamaan menemukan kesenangan dengan *gadget* sehingga hal ini akan menjadi sebuah kebiasaan (Winoto, 2013)
- d. *Gadget* memudahkan remaja mengakses berbagai situs yang tidak selayaknya diakses. Berbagai hal yang marak diakses remaja adalah bermacam bentuk pornografi dan video kekerasan (Winoto, 2013).
- e. Media sosial yang ada didalam *gadget* sering menimbulkan berbagai kasus. Dimana kasus tersebut seperti penculikan,

pemeriksaan. Hal ini biasanya diawali dengan pengenalan di media sosial (Winoto, 2013).

- f. Remaja seringkali tidak dapat mengontrol kata-katanya. Mereka menggunakan kata-kata kasar, mengejek, serta seringkali remaja mencemooh dengan sesama teman sebaya di media sosial yang ada didalam *gadget* (Winoto, 2013).
- g. Bagi remaja *gadget* tidak menguntungkan. Hal ini dalam upaya untuk membangun kemampuan dan keterampilan sosialnya (Sumantri, 2012).
- h. *Gadget* membuat remaja menjadi malas bergerak dan beraktifitas. Biasanya remaja dalam keseharian penuh untuk bermain *gadget* (Ameliola dan Nugraha, 2013).

### **2.2.5 Pengukuran Intensitas Penggunaan Gadget**

Intensitas penggunaan *gadget* diukur dengan menggunakan kuesioner skala intensitas penggunaan *gadget* yang didasarkan pada pengukuran intensitas dengan melihat frekuensi dan durasi terjadinya perilaku. Pada pertanyaan intensitas untuk menilai seberapa sering dan seberapa lama subjek menggunakan *gadget*. Pertanyaan disajikan pada skala ini terdiri dari dua bentuk yaitu pertanyaan *favorable* dan *unfavorable*. Pertanyaan *favorable* adalah pertanyaan yang mendukung aspek-aspek dari intensitas penggunaan *gadget*, sedangkan pertanyaan *unfavorable* adalah pertanyaan yang tidak mendukung aspek-aspek dari intensitas penggunaan *gadget* (Alexander, 2017).

Tabel 2.1 Distribusi Item Skala Intensitas Penggunaan *Gadget*

Aspek pertanyaan	Indikator	Item	Nomer item pertanyaan	Jumlah pertanyaan
Frekuensi	Tingkat pemakaian gadget dalam sehari	<i>Favorable</i>	1,4,9,13,17	5
		<i>Unfavorable</i>	3,7,11,14,18	5
Durasi	Lamanya penggunaan gadget dalam sehari	<i>Favorable</i>	2,5,12,16	4
		<i>Unfavorable</i>	6,8,10,15	4

Pengukuran intensitas penggunaan *gadget* dengan menggunakan kuesioner dengan jumlah pertanyaan 18 item. Kuesioner tersebut telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh peneliti sebelumnya. Berdasarkan uji validitas dan reliabilitas dilakukan pada 30 responden, hasil uji validitas item soal dengan nilai koefisiensi  $r_{ix} \geq 0,30$ , sedangkan hasil uji reliabilitas 0.967 dibandingkan dengan  $r$  table dengan  $N$  30 adalah 0,361 dengan kesimpulan  $r$  hitung  $0.967 >$  dari  $r$  table 0,361. Kuesioner intensitas penggunaan *gadget* dari uraian uji validitas dan reliabilitas diatas dapat disimpulkan valid dan reliabel atau terpercaya sebagai alat pengumpulan data intensitas penggunaan *gadget*.

Penilaian intensitas penggunaan *gadget* dilakukan dengan membandingkan nilai mean teorik dan mean empirik yang menyatakan kuesioner intensitas penggunaan *gadget* memiliki nilai mean empirik 46,64

dan nilai mean teorik 45. Hal tersebut dapat diartikan intensitas penggunaan *gadget* rendah dengan nilai kuesioner < 45, sedangkan nilai kuesioner > 45 dinyatakan intensitas penggunaan *gadget* tinggi.

## **2.3 Konsep Gangguan Mental Emosional.**

### **2.3.1 Definisi Gangguan Mental Emosional.**

Gangguan mental emosional menurut *Dictionary reference* adalah bagian dari gangguan jiwa yang bukan disebabkan oleh kelainan organik otak dan lebih didominasi oleh gangguan emosi (*Disturbace of emotion*). Gangguan mental emosional merupakan perubahan mood dan afek yang dihubungkan kepada pikiran – pikiran spesifik atau kondisi fisik yang sesuai dengan yang seiring dengan mood dan afek (Kaplan, 2005).

Setiap orang pernah mengalami perubahan dalam hidupnya di mana perubahan tersebut menuntut seseorang untuk beradaptasi dalam mengatasi masalahnya. Perubahan tersebut bisa menjadi kondisi yang mengancam individu (Suyoko, 2012). Kaplan dan Saddock (2005) menjelaskan bahwa apabila individu menemukan penyelesaian terhadap situasi yang mengancamnya maka individu tersebut mengalami gangguan mental emosional (Suyoko, 2012).

Gangguan mental didefinisikan sebagai ketidakseimbangan jiwa yang mengakibatkan terjadinya ketidaknormalan sikap dan tingkah laku yang dapat menghambat dalam proses penyesuaian diri. Gangguan mental

emosional ditandai dengan perubahan dalam berfikir, perilaku atau suasana hati terkait dengan tekanan yang bermakna dan gangguan fungsi selama jangka waktu tertentu (Suyoko, 2012).

Gangguan mental emosional dapat berupa gejala depresi, gangguan psikosomatik, dan ansietas. Tanda – tanda gejala depresi, psikosomatik dan ansietas menurut ICD-10 (*International classification of disease – tenth edition*) dalam WHO, yaitu :

- Perasaan depresif
- Hilangnya minat dan semangat
- Mudah lelah dan tenaga hilang
- konsentrasi menurun
- Harga diri menurun
- Perasaan bersalah
- Pesimistis terhadap masa depan
- Gagasan membahayakan diri (*Self harm*) atau bunuh diri
- Gangguan tidur
- Menurunnya libido

### **2.3.2 Bentuk – bentuk Gangguan Mental Emosional.**

a. Gangguan Mental Ringan.

Gangguan mental ringan adalah gangguan yang disebabkan oleh adanya kerusakan pada anggota tubuh, misal otak, sentral sara, atau hilangnya berbagai kelenjar, saraf – saraf atau anggota isik lainnya untuk menjalankan tugasnya (Zakiyah Daradjat, 2012).

b. Gangguan Mental Berat

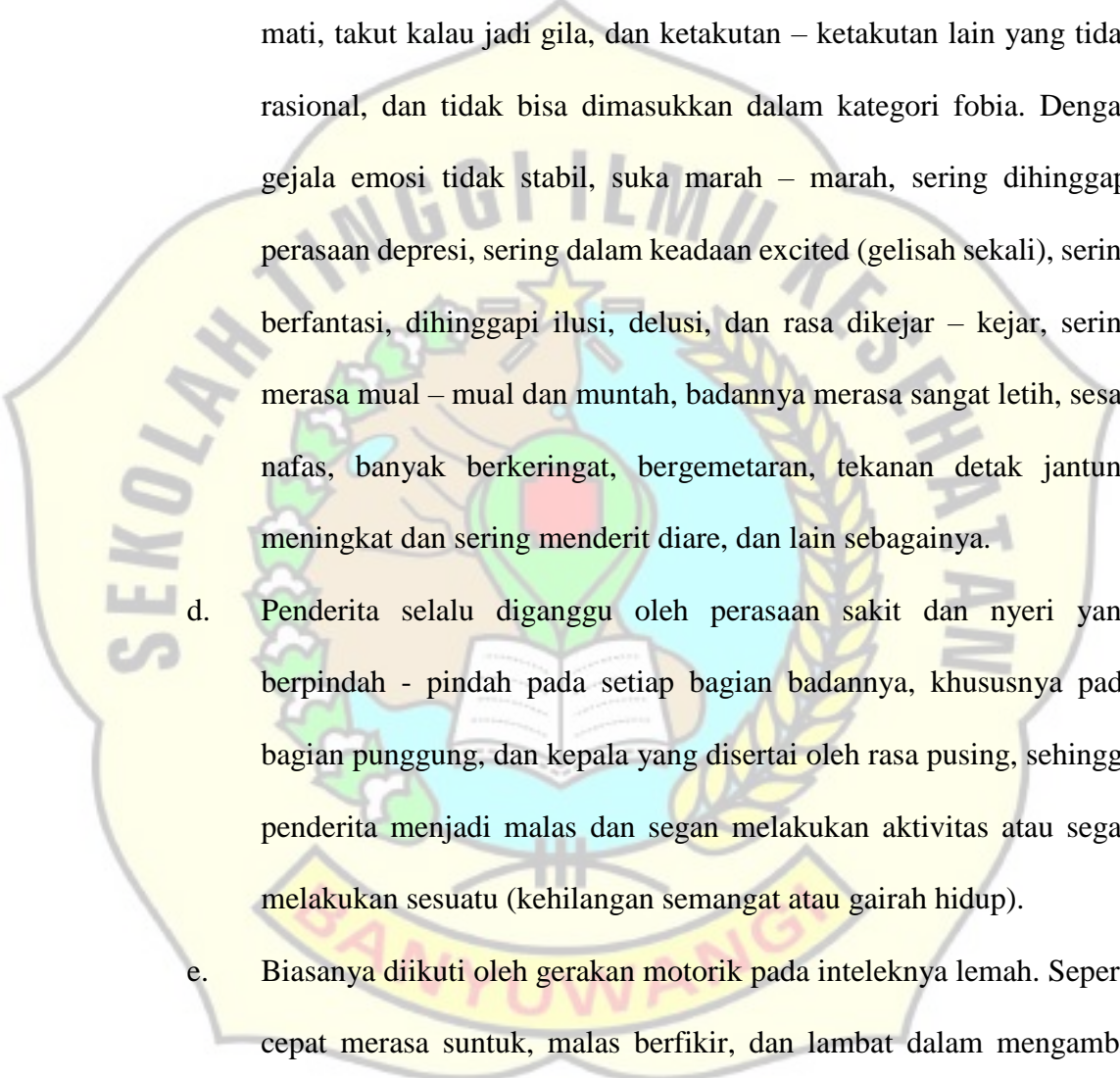
Gangguan mental berat disebabkan oleh gangguan jiwa yang telah berlarut – larut ada solusi (penyelesaian) secara wajar. Atau diakibatkan oleh hilangnya keseimbangan mental secara menyeluruh, akibat dari suasana lingkungan yang sangat menekan (tidak bersaabat), ketegangan batin, sebagainya (Zakiyah Daradjat, 2012).

### **2.3.3 Gejala Gangguan Mental Emosional**

Gejala adalah tanda – tanda yang mendahului suatu problem, atau sesuatu yang dapat diamati sebelum timbulnya suatu problem, atau keadaan yang menjadi yang menjadi tanda – tanda akan timbulnya atau berjangkitnya sesuatu. Berikut gejala gangguan mental menurut Zakiyah Daradjat (2012) :

- a. Reaksi psikis ditandai oleh unsur kecemasan, yang tidak sadar diekspresikan dengan menggunakan mekanisme pertahanan diri (*defence of mechanism*). Sering kali merasa dirinya itu normal, bahkan lebih baik, lebih unggul, dan lebih penting dari orang lain.



- 
- b. Relasinya dengan dunia luar sedikit sekali, walaupun orang yang bersangkutan masih memiliki *insight*/wawasan yang baik. Seperti kesulitan menyesuaikan diri dengan wajar.
- c. Timbul perasaan cemas yang tidak bisa dibendung, misalnya: takut mati, takut kalau jadi gila, dan ketakutan – ketakutan lain yang tidak rasional, dan tidak bisa dimasukkan dalam kategori fobia. Dengan gejala emosi tidak stabil, suka marah – marah, sering dihindangi perasaan depresi, sering dalam keadaan excited (gelisah sekali), sering berfantasi, dihindangi ilusi, delusi, dan rasa dikejar – kejar, sering merasa mual – mual dan muntah, badannya merasa sangat letih, sesak nafas, banyak berkeringat, bergemetaran, tekanan detak jantung meningkat dan sering menderit diare, dan lain sebagainya.
- d. Penderita selalu diganggu oleh perasaan sakit dan nyeri yang berpindah - pindah pada setiap bagian badannya, khususnya pada bagian punggung, dan kepala yang disertai oleh rasa pusing, sehingga penderita menjadi malas dan segan melakukan aktivitas atau segan melakukan sesuatu (kehilangan semangat atau gairah hidup).
- e. Biasanya diikuti oleh gerakan motorik pada inteleknya lemah. Seperti cepat merasa suntuk, malas berfikir, dan lambat dalam mengambil keputusan.
- f. Sering mengalami depresi emosional yang biasanya disertai dengan menangis atau suka menangis.

- g. Nafsu makan menurun bahkan sampai kehilangan nafsu makan, seks, menderita insomnia dan muncul gangguan - gangguan pada pencernaan.
- h. Cenderung egois dan introvet. Kehilangan kemampuan dalam berkonsentrasi, mudah dipengaruhi, cepat bingung, semangat sensitive dan sikapnya selalu antagonistic (selalu bertentangan) dan cenderung negatif.

Manifestasi secara psikis antara lain : khawatir secara berlebihan, gelisah tidak menentu, takut berlebihan dan tidak tenang. Manifestasi secara fisik dapat berupa nafas pendek, nyeri perut tangan bergetar, diare/konstipasi, penglihatan kabur, otot terasa tegang (Sumiati, 2009).

Menurut hasil Riskekdas (2013) gejala gangguan mental emosional lebih mengarah kepada gangguan neurosis, yaitu :

- a. Depresi.

Menurut Sabilla (2010), depresi merupakan suatu masa terganggunya fungsi manusia yang berkaitan dengan alam perasaan yang sedih dan gejala penyertanya, termasuk perubahan pada pola tidur dan nafsu makan, psikomotor, konsentrasi, anhedonia, kelelahan, rasa putus asa dan tidak berdaya, serta gagasan bunuh diri.

- b. Ansietas.

Kecemasan merupakan suatu kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya

(Stuart, 2007). Sumber lain mengatakan bahwa kecemasan merupakan respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari – hari (Suliswati, 2005). Kecemasan ditandai dengan perasaan tegang, lesu, cepat merasa lelah, susah tidur, sukar berkonsentrasi, dan daya ingat yang mengalami penurunan.

c. Penurunan Energi.

Penurunan energi ditandai dengan tidak bergairahnya seseorang dalam menjalani hidup, merasa lelah, dan sulit untuk berfikir.

d. Kognitif.

Istilah kognitif berasal dari kata *cognition* artinya adalah pengertian atau mengerti. Kognitif adalah proses yang terjadi secara internal di dalam pusat susunan saraf pada waktu manusia sedang berpikir (Jamris, 2006).

e. Somatik.

Gejala somatik ditandai dengan pasien merasa lemah, ketegangan otot, sensasi panas – dingin, keringet buntat, serta tangan bergemetar.

#### **2.3.4 Pengukuran Gangguan Mental Emosional.**

Gangguan mental dapat diukur dengan menggunakan *Self Reporting Quistionnaire* (SRQ) yang terdiri dari 20 pertanyaan, sehingga dikenal sebagai SRQ-20 dan telah direkomendasikan oleh WHO (Idaiani, Wahyuni, & Sri, 2017). Kuesioner SRQ-20 biasa digunakan untuk skrining masalah kesehatan jiwa dimasyarakat dan memiliki pilihan jawaban “ya” atau “tidak”

dengan maksud mempermudah masyarakat untuk menjawabnya (Suyoko, 2012). Pertanyaan yang terdapat dalam kuesioner SRQ mengarah pada gejala cemas, depresi, kognitif, somatik, dan gejala penurunan energi (Qonitah & Isfandari, 2015).

Wuryaningsih dkk (2018) Kuesioner *Self Reporting Questionnaire* (SRQ) menjadi 29 soal, Pertanyaan kuesioner berhubungan dengan masalah yang mungkin mengganggu selama 30 hari terakhir, interpretasi dalam kuesioner apabila terdapat 5 jawaban YA pada no. 1-20 terdapat masalah Cemas dan Depresi, jika jawaban YA pada no. 21 terdapat penggunaan zat psikoaktif / narkoba, Terdapat 1 atau lebih jawaban YA no. 22-24 terdapat gangguan psikotik (gangguan penilaian realitas) dan jika terdapat 1 atau lebih jawaban YA no. 25-29 terdapat gangguan PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) / gangguan stress setelah trauma.

#### **2.4 Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget Terhadap Terjadinya Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Usia 15 – 19 Tahun**

*Gadget* merupakan alat elektronik berupa telepon genggam atau yang sering disebut juga dengan ponsel. *Gadget* memiliki kemampuan layaknya komputer, biasanya memiliki layar yang besar dan sistem operasinya dapat menjalankan tujuan aplikasi – aplikasi yang umum (Oxford, 2013). *Gadget* memiliki fitur berupa akses internet, dan sistem informasi yang mampu mengunduh berbagai

macam aplikasi seperti games, media sosial, email, youtube dan aplikasi lainnya (Backer, 2010).

Penggunaan *gadget* adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh kesenangan, dimana kondisi seseorang sedang merasakan kesepian dan pemain tidak dapat mengontrol diri ketika sudah menggunakan *gadget*nya tersebut sehingga mereka tidak bisa lepas jauh dari *gadget* khususnya pada remaja.

Adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara Intensitas Penggunaan *Gadget* terhadap terjadinya Gangguan Mental Emosional. Remaja yang memiliki perasaan kesepian dan mempunyai *gadget* maka akan mendorong intensitas dalam penggunaannya tinggi sehingga kecenderungan mengalami gangguan mental emosional yang dimiliki tinggi dibandingkan dengan remaja yang memiliki intensitas penggunaan *gadget* rendah. Hal ini karena *gadget* telah memiliki posisi penting dalam kehidupan penggunanya, dengan kemampuannya yang banyak, *gadget* memfasilitasi kemudahan berkomunikasi, membantu seseorang tetap terhubung dimana saja, dan kapan saja.

Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian yang telah dilakukan sebelumnya (Dewi, 2016) dengan judul “ Hubungan Antara *Loneliness* Dengan Mobile Phone *Addict* Pada Remaja” sehingga dapat kesimpulan semakin tinggi tingkat *loneliness* remaja maka akan semakin tinggi penggunaan *mobile-phonena*,

begitu pula sebaliknya semakin rendah *loneliness* maka semakin rendah pula tingkat penggunaan *mobile-phone* pada remaja.

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Anuri, 2018) yang menyatakan bahwa adanya hubungan positif antara kesepian dengan kecanduan internet pada remaja. Artinya semakin tinggi kesepian maka semakin tinggi kecanduan internet, begitu sebaliknya semakin rendah kesepian maka semakin rendah kecanduan internet. Individu yang mengalami kesepian maka akan mendorong keinginannya untuk menggunakan internet sehingga menyebabkan menjadi kecanduan dan hal ini otomatis akan menyebabkan individu tersebut dapat mengalami gangguan mental emosional apabila individu tersebut tidak dapat mengontrol intensitas penggunaannya.

*Gadget* memiliki dampak tertentu pada penggunanya (Sarwar dkk, 2013) menyatakan bahwa *gadget* memiliki dampak positif dan negatif. Berbagai dampak yang terdapat dalam penggunaan *gadget* ini diantaranya adalah memudahkan komunikasi, memudahkan dalam melakukan aktifitas sehingga menjadi lebih efektif dan efisien, serta tidak terbatas oleh waktu. Namun, jika penggunaan *gadget* terlalu berlebihan dalam artian tidak dapat dikontrol, maka akan menyebabkan gangguan.

Seseorang yang sedang merasakan kesepian cenderung akan mendorong rasa keinginannya untuk menggunakan *gadget*, membuka media sosial, berkiriman, dan bermain *game online*. Jika intensitas pengguna *gadget* ini tidak

dikontrol atau tingkat penggunaannya melebihi batas perharinya maka akan menyebabkan seseorang tersebut terkena dampak mengalami gangguan mental emosional.



## 2.5 Tabulasi Sitasi Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget Terhadap Terjadinya Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Usia 15-19 Tahun di SMAN 1 Giri Banyuwangi Tahun 2019

Tabel 2.2 Tabulasi Sitasi Hubungan Intensitas Penggunaan *Gadget* Terhadap Terjadinya Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Usia 15-19 Tahun di SMAN 1 Giri Banyuwangi

NO	JUDUL dan PENULIS	DESAIN PENELITIAN & SAMPEL	ANALISA DATA	VARIABEL dan ALAT UKUR	HASIL	KESIMPULAN
1.	<p>“Pengaruh Intensitas Mengakses Fitur – Fitur <i>Gadget</i> dan Tingkat Kontrol Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Remaja” (Karina Desi H, 2016).</p>	<p>1. Desain dengan <i>Proposionate Stratified Ramdom sampling</i> 2. Populasi : 75 Responden 3. Sampel : 72 responden</p>	<p>Uji Regresi Linear Berganda</p>	<p>Variable Independen : Intensitas mengakses fitur – fitur <i>gadget</i> dan tingkat kontrol orang tua. Variabel Dependen : kesehatan mental remaja. Alat ukur : a. CMC (menunjukkan penggunaan gadget menjadi seseorang anti sosial, kompusif dan sosial)</p>	<p>Uji statistik Regresi linear berganda menunjukkan nilai hasil F-hitung lebih tinggi dari F-tabel (<math>114.696 &gt; 3.12</math>)</p>	<p>Intensitas mengakses fitur – fitur <i>gadget</i> dan tingkat kontrol orang tua memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap kesehatan mental remaja.</p>

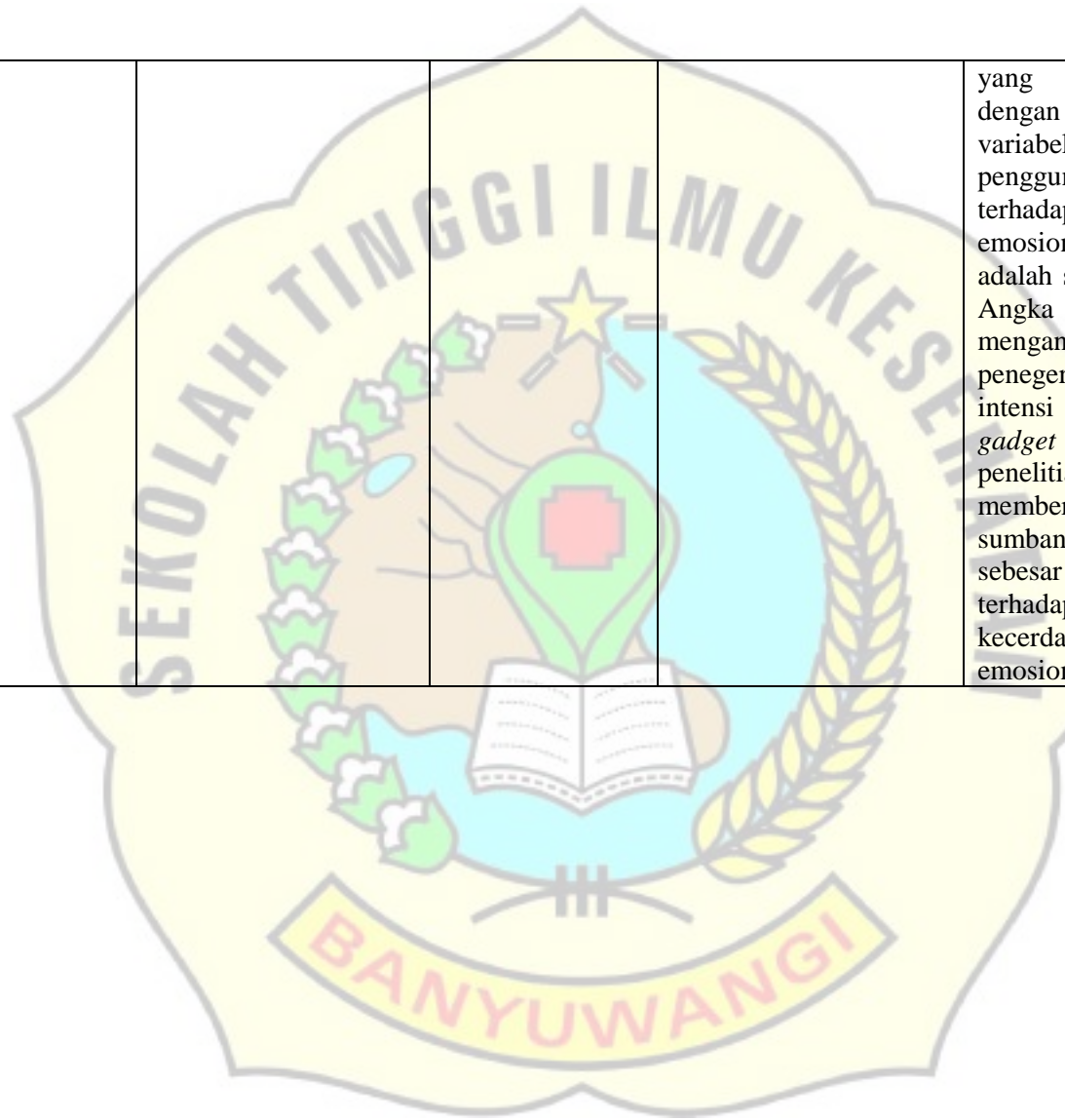


				b. IMC (menunjukkan bentuk kontrol orang tua, larangan, perintah dan pemeliharaan pada pribadi remaja)		
2.	<p>“Hubungan Durasi dan Frekuensi Bermain Video Game Dengan Masalah Mental Emosional Pada Remaja”</p> <p>( Devi Putri W. H, Fitri Hartanto, Meita Hendriyaningtya,2014)</p>	<p>1. Desain penelitian <i>Cross sectional dan purposive sampling</i></p> <p>2. Populasi : 99 responden</p> <p>3. Sampel : 39 responden</p>	Uji Hipotesis Korelasi	<p>Variable Independen : Durasi dan Frekuensi Bermain Video Game.</p> <p>Variable Dependen : Masalah Mental Emosional Pada Remaja.</p> <p>Alat ukur :</p> <p>a. SDQ (Strength Difficulties Questionnaire)</p>	<p>Rerata durasi bermain video game 10,54±9,99 jam per minggu dengan nilai minimal 20 menit dan maksimal 56 jam. Rerata frekuensi bermain video game 3,47±1,84 kali per minggu dengan nilai minimal 1 kali dan maksimal 7 kali. Masalah perilaku remaja usia 13 – 15 tahun (<math>r=0,272</math> ; <math>p=0,017</math>).</p>	<p>Terdapat hubungan bermakna antara frekuensi bermain video game dengan masalah mental emosional pada masalah perilaku remaja usia 13 – 15 tahun</p>
3.	<p>“Hubungan Antara Kecanduan Gadget Dengan Kecerdasan Emosi Pada Remaja</p>	<p>1. Desain yang digunakan yaitu <i>probability sampling</i></p>	<i>Rank Spearman</i>	<p>Variable Independen : Kecanduan Gadget</p>	<p>Analisis data dengan menggunakan tehnik statistik <i>nonparametrik test</i></p>	<p>Ada Hubungan antara kecanduan gadget dengan kecerdasan emosi</p>

	<p>(Sebuah Studi Pada Siswa SMP Di Kecamatan Setiabudi Jakarta Selatan)”</p> <p>(Kharisma Bismi Alrasheed dan Melani Aprianti, 2018)</p>	<p>2. Populasi : 379 siswa</p> <p>3. Sampel : 358 responden</p>		<p>Variable Dependen : Kecerdasan Emosi Remaja</p> <p>Alat ukur</p> <p>a. <i>Gadget</i> menggunakan skala yang terdiri dari 14 item.</p>	<p>(<i>Rank spearman</i>) menunjukkan nilai koefisien kolerasi sebesar -0,177 artinya jika tingkat kecanduan <i>gadget</i> rendah maka tingkat kecerdasan emosi yang tinggi, begitu juga sebaliknya</p>	<p>pada siswa SMP di Kecamatan Setibudi Jakarta Selatan.</p>
4.	<p>“Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Gangguan Emosi Dan Perilaku Remaja Usia 11 – 12 Tahun”</p> <p>(Ahmad Ramadhan Asif dan Farid Agung Rahmadi, 2017)</p>	<p>1. Desain Penelitian analitik observasional belah lintang (<i>cross sectional</i>)</p> <p>2. Populasi : 81 remaja</p> <p>3. Sampel : 75 remaja</p>	<p>Uji <i>Chi-Square</i></p>	<p>Variable Independen : tingkat kecanduan gadget.</p> <p>Variable Dependen : gangguan emosi dan perilaku remaja usia 11 – 12 tahun.</p> <p>Alat ukur</p> <p>a. SDQ (<i>Strengths and Difficulties Questionnaire</i>)</p> <p>b. SAS-SV (<i>Smarthphone Addiction Scale Short Version</i>)</p>	<p>Hasil Uji bivariat <i>chi-square</i> didapatkan hasil yang bermakna antara tingkat kecanduan <i>gadget</i> dengan gangguan emosi dan perilaku remaja usia 11 – 12 tahun (<math>p=0,002</math>). Tidak terdapat hubungan antara tingkat pendidikan ayah dengan gangguan emosi dan perilaku (<math>p=0,521</math>), tingkat pendidikan ibu dengan gangguan emosi perilaku (<math>p=0,903</math>), dan jumlah saudara dengan gangguan</p>	<p>Terdapat hubungan tingkat kecanduan <i>gadget</i> dengan gangguan emosi dan perilaku remaja usia 11 – 12 tahun.</p>

					emosi dan perilaku (p=0,627).	
5.	<p>“Deteksi Dini Gangguan Mental Dan Emosional Pada Anak Yang Mengalami Kecanduan <i>Gadget</i>”</p> <p>(Dwi Wulandari dan Dilfera Hermiati, 2019)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Desain yang digunakan yaitu <i>deskriptif analitik</i></li> <li>2. Populasi : 467 responden</li> <li>3. Sampel : 100 responden</li> </ol>	Uji Analisis Univariat	<p>Variable Independen : Deteksi Dini Gangguan Mental dan Emosional Pada Anak</p> <p>Variable Dependen : Kecanduan <i>Gadget</i></p> <p>Alat ukur :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. <i>Skrining</i></li> <li>b. KMME (Kuesioner Masalah Mental dan Emosional)</li> </ol>	<p>Hasil penelitian menunjukkan dari 100 responden sebanyak 66 (66%) responden dengan tingkat kecanduan tinggi, 334 (34%) responden dengan tingkat kecanduan rendah. Sebanyak 41 (41%) responden dengan Mental dan emosional Normal, 59 (59%) responden dengan suspek gangguan mental dan emosional.</p>	Sebagian besar anak kecanduan mengalami kecanduan <i>gadget</i> dan sebagian besar anak beresiko mengalami gangguan emosional jika orang tua tidak melakukan tindakan bijak dalam penggunaan <i>gadget</i> .
6.	<p>“Intensi Penggunaan <i>Gadget</i> dan Kecerdasan Emosional Pada Remaja Awal ”</p> <p>(Dinie Ratri Desiningrum, Yeniar Indriana dan Siswati, 2017)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Desain yang digunakan yaitu <i>quota-purposive sampling</i></li> <li>2. Populasi : 100 responden</li> <li>3. Sampel : 56 remaja</li> </ol>	Uji Regresi Linier Sederhana	<p>Variabel Independen : Intensi Penggunaan <i>Gadget</i></p> <p>Variabel Dependen : Kecerdasan Emosional Pada Remaja Awal</p> <p>Alat ukur :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Skala kecerdasan emosional dan skala intensi penggunaan <i>gadget</i></li> </ol>	<p>Hasil uji hipotesis penelitian memperoleh hasil <math>r_{xy} = -0,399</math> dengan <math>p = 0,000</math> (<math>p &lt; 0,05</math>), yang mengindikasikan adanya hubungan negatif dan signifikan antara intensi penggunaan <i>gadget</i> dan kecerdasan emosional remaja. Koefisien determinasi</p>	Intensi penggunaan <i>gadget</i> berkorelasi negatif dengan kecerdasan emosional remaja di dua SMPIT di Semarang. Selain perlunya pengawasan dari orang tua dan orang – orang di sekitar remaja, diperlukan juga pelatihan atau

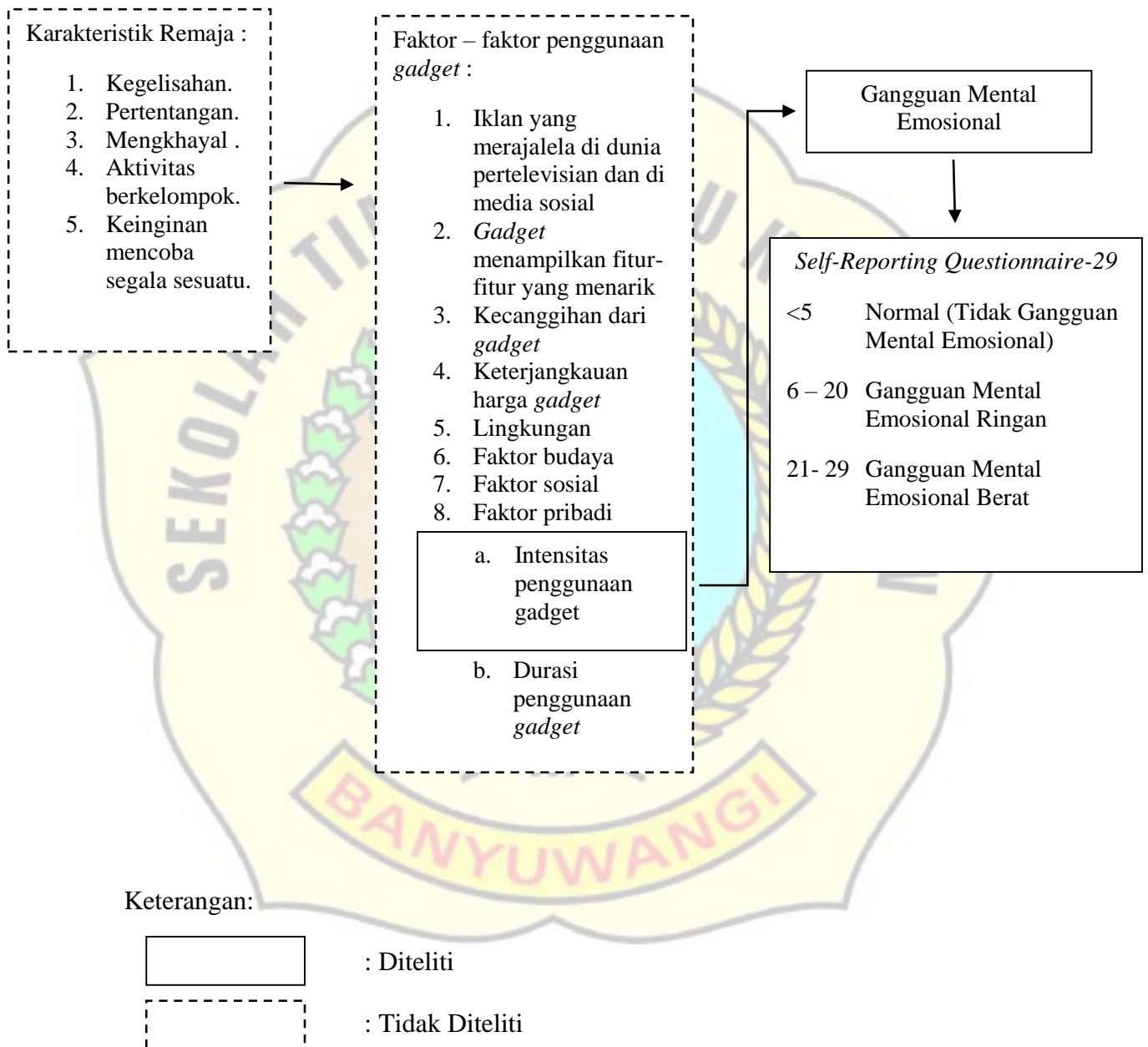
					<p>yang ditunjukkan dengan R square pada variabel intensi penggunaan <i>gadget</i> terhadap kecerdasan emosional remaja adalah sebesar 0,233. Angka tersebut mengandung penegertian bahwa intensi penggunaan <i>gadget</i> dalam penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 23, % terhadap variabel kecerdasan emosional.</p>	<p>pembekalan kepada remaja yang bersifat rutin mengenai dampak penggunaan <i>gadget</i>, bermedia sosial dan bermain game.</p>
--	--	--	--	--	--	---



## BAB 3

### KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS

#### 3.1 Kerangka Konsep



Bagan 3.1 Kerangka Konsep Hubungan Intensitas Penggunaan *Gadget* Terhadap Terjadinya Gangguan Mental Emosional di SMAN 1 Giri Banyuwangi Tahun 2020.

### 3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesa adalah suatu jawaban atas pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan dalam perencanaan penelitian (Notoatmodjo, 2010). Sedangkan menurut Nursalam (2016) hipotesa adalah jawaban sementara dari rumusan masalah atau pertanyaan peneliti.

Adapun hipotesa penelitian ini adalah terdapat adanya hubungan intensitas penggunaan gadget terhadap terjadinya gangguan mental emosional di SMAN 1 Giri Banyuwangi tahun 2020.



## BAB 4

### METODE PENELITIAN

#### 4.1 Jenis – jenis Desain Penelitian

##### 4.1.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian merupakan bagian yang sangat penting dalam penelitian, karena jenis penelitian adalah strategi seorang peneliti dalam mencapai tujuan penelitian dan jenis penelitian ini juga sebagai pedoman dalam proses penelitian (Nursalam, 2013) .

Jenis penelitian yang digunakan peneliti adalah “studi korelasi ( *Correlation study*), Nursalam (2013) menyatakan studi korelasi yaitu penelitian yang mengkaji hubungan antara variabel, dengan tujuan mengungkapkan hubungan korelatif antar variabel.

##### 4.1.2 Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan rancangan penelitian untuk menuntun peneliti mendapatkan jawaban dari pertanyaan penelitian. Desain penelitian dalam pengertian yang luas telah mencakup berbagai hal yang dilakukan peneliti yaitu mulai dari identifikasi masalah, rumusan hipotesis, operasionalisasi hipotesis, cara pengumpulan data sampai akhirnya analisis data, sedangkan desain penelitian dalam pengertian yang lebih sempit, mengacu pada jenis penelitian, oleh karena itu desain berguna sebagai pedoman untuk mencapai tujuan penelitian (Sugiyono, 2014).

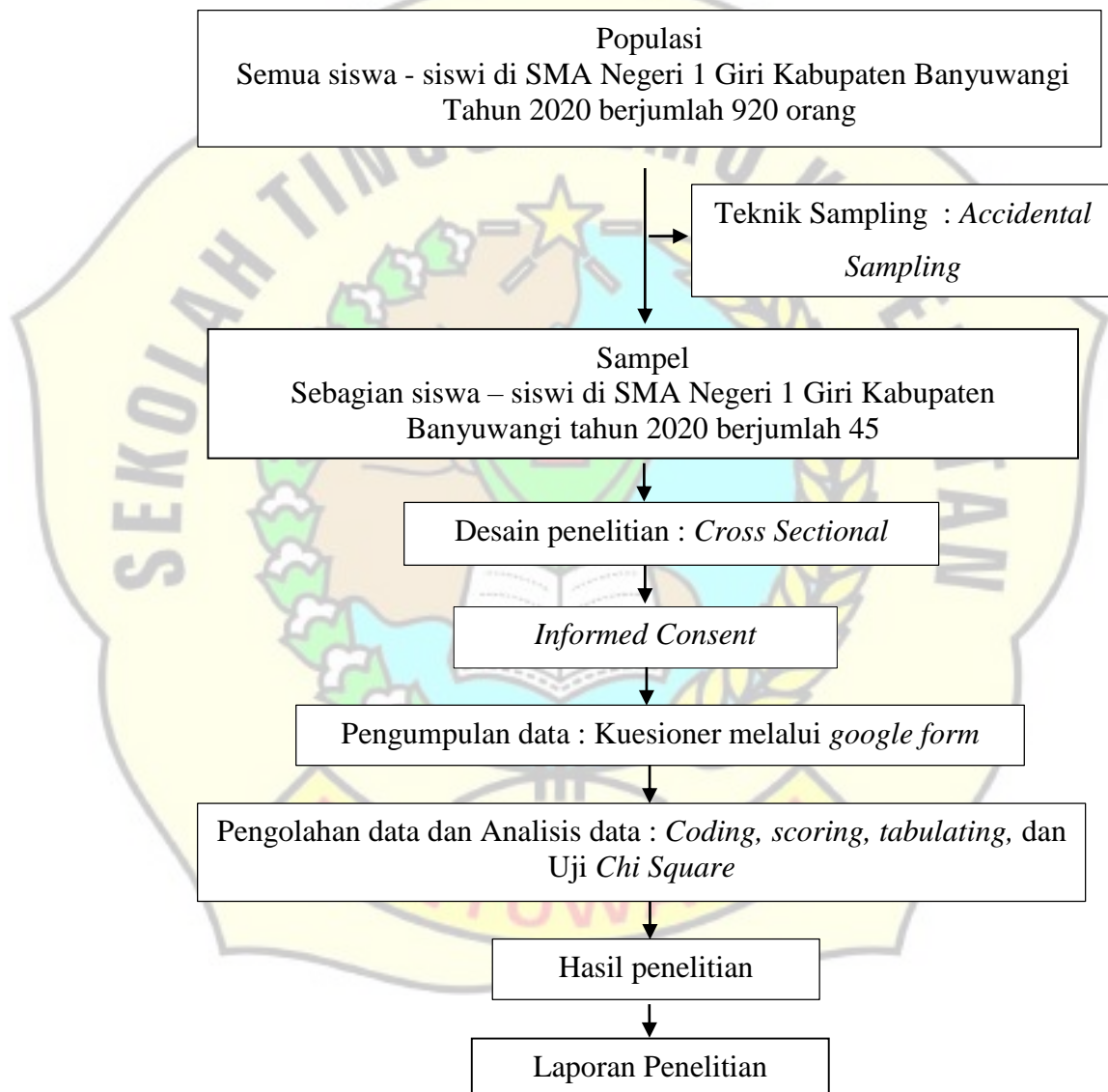
Desain penelitian dalam penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *cross sectional* yang mana diungkapkan oleh Nursalam (2016) yaitu jenis penelitian yang mana waktu pengukuran/ observasi hanya satu kali pada satu saat pada data variable independen dan variable dependen .





## 4.2 Kerangka Kerja

Kerangka kerja merupakan sebuah bagan bagan yang menunjukkan suatu rancangan kegiatan penelitian yang akan dilakukan, meliputi subjek penelitian yaitu variabel yang akan diteliti dan variabel yang mempengaruhi dalam penelitian (Hidayat , 2011).



Bagan 4.1 Kerangka kerja : Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget Terhadap Terjadinya Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Usia 15 – 19 Tahun Di SMA Negeri 1 Giri Kabupaten Banyuwangi Tahun 2020 .

### **4.3 Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel**

#### **4.3.1 Populasi Penelitian**

Populasi penelitian merupakan seluruh subjek dengan kriteria tertentu yang telah ditetapkan (Nursalam, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah Semua siswa – siswi SMA Negeri 1 Giri Kabupaten Banyuwangi Tahun 2020 berjumlah 920 orang.

#### **4.3.2 Teknik Sampling**

Sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi yang dapat mewakili populasi yang ada, jadi teknik Sampling adalah cara yang ditempuh untuk pengambilan sampel yang sesuai dari kebenaran keseluruhan subjek penelitian (Nursalam, 2016).

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *Accidental Sampling*. Sugiyono (2014) *Accidental Sampling* adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu responden yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data.

#### **4.3.3 Sampel Penelitian**

Sampel adalah bagian dari populasi terjangkau yang dapat dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui *sampling* (Nursalam, 2016). Sampel adalah bagian populasi terjangkau yang dapat

dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling (Nursalam, 2016). Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian siswa – siswi SMA Negeri 1 Giri Kabupaten Banyuwangi tahun 2020 berjumlah 45 responden.

#### 4.3.3.1 Kriteria Sampel

##### 1). Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau dan akan diteliti (Nursalam, 2016).

Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- (1) Usia remaja 15 – 19 tahun
- (2) Remaja yang mempunyai *gadget*.

##### 2). Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan/mengeluarkan subjek yang memenuhi kriteria inklusi dari studi karena berbagai sebab (Nursalam, 2016).

Kriteria eksklusi penelitian ini sebagai berikut :

- (1) Remaja yang tidak mengisi questioner yang dibagikan secara daring.

#### 4.4 Identifikasi Variabel

Pengertian variabel menurut Nursalam (2016) adalah konsep dari berbagai level abstrak yang di definisikan sebagai suatu fasilitas untuk

pengukuran dan atau manipulasi suatu penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### **4.4.1 Variabel independent ( variabel bebas )**

Variabel independen adalah variabel yang nilainya menentukan variabel yang lain (Nursalam, 2016). Variabel independent (bebas) dalam penelitian ini adalah “Intensitas Penggunaan *Gadget*”

#### **4.4.2 Variabel dependent ( variabel tergantung)**

Variabel dependen adalah variabel yang nilainya ditentukan oleh variabel lain (Nursalam, 2016). Variabel dependent (terikat) dalam penelitian ini adalah “Terjadinya Gangguan Mental Emosional”.

### **4.5 Definisi Operasional**

Definisi operasional adalah definisi yang dapat diamati (diukur) berdasarkan karakteristik untuk diobservasi dengan pengukuran secara cermat terhadap situasi objek yang kemudian dapat diulangi lagi oleh orang lain (Nursalam, 2016).

Tabel 4.5 Definisi Operasional : Hubungan intensitas penggunaan *gadget* terhadap terjadinya gangguan mental emosional pada remaja usia 15 – 19 tahun di SMAN 1 Giri Kabupaten Banyuwangi tahun 2020.

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor
<b>Variabel Independen : Intensitas Penggunaan Gadget</b>	Bentuk kuantitas penggunaan <i>gadget</i> berdasarkan tingkatan frekuensi serta durasi penggunaannya.	1. Frekuensi 2. Durasi	Kuesioner	Nominal	<45 = Rendah >45 = Tinggi
<b>Variable dependent : Gangguan mental emosional</b>	Perubahan emosional pada remaja yang berkembang menjadi gangguan mental akibat penggunaan <i>gadget</i> , menunjukkan gejala ringan dan berat. Gejala ringan yang terjadi pada remaja yaitu cemas, depresi dan menunjukkan gejala mudah lelah, sulit tidur dan gejala yang berhubungan dengan tekanan jiwa. Gejala berat ditunjukkan dengan tanda seperti	1. Gejala Ansietas 2. Gejala Depresi 3. Gejala Kognitif 4. Gejala Somatik 5. Gejala Penurunan Energi	Kuesioner (Self-Reporting Questionnaire-29)	Ordinal	1-5 Normal 6-20 Gangguan Mental Emosional Ringan 21-29 Gangguan Mental Emosional Berat

---

gangguan  
kemampuan  
berfikir, reaksi  
emosional dan  
mengingat  
serta gangguan  
menafsirkan  
kenyataan  
seperti  
mengarah pada  
skizofrenia

---

#### **4.6 Pengumpulan Data dan Analisa Data**

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2016).

##### **4.6.1 Teknik pengumpulan data**

Nursalam (2016) menyatakan peneliti harus melaksanakan beberapa tugas dalam proses pengumpulan data yaitu memilih subjek, mengumpulkan data secara konsisten, mempertahankan pengendalian dalam penelitian dan menjaga integritas atau validitas dan menyelesaikan masalah. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini meliputi:

- 1) Peneliti mengajukan permohonan melakukan studi pendahuluan di LPPM STIKes banyuwangi
- 2) Peneliti menyerahkan surat studi pendahuluan kepada H. Mujib, S.Pd.,M.M. selaku kepala sekolah SMA Negeri 1 Giri Banyuwangi, serta menjelaskan maksud dan tujuan penelitian.
- 3) Peneliti meminta izin kepada Kepala Sekolah SMAN 1 Giri Banyuwangi untuk pelaksanaan penelitian

- 4) Penelitian dilaksanakan 1 hari dengan waktu 30 menit secara daring melalui google form.
- 5) Sebelum mengerjakan kuesioner responden akan membawa terlebih dahulu penjelasan penelitian yang meliputi : Judul, tujuan penelitian dan waktu yang dibutuhkan. Waktu yang dibutuhkan untuk mengisi kuesioner yaitu 30 menit. Jika responden bersedia berpartisipasi dalam penelitian maka responden diminta mengisi kuesioner secara daring melalui link yang sudah dikirim.
- 6) Peneliti memberikan link google form berisi kuesioner intensitas penggunaan *gadget* dan gangguan mental emosional kepada siswa – siswi SMAN 1 Giri untuk diisi.
- 7) Peneliti memeriksa kelengkapan pengisian kuesioner
- 8) Langkah terakhir adalah melakukan analisa data

#### **4.6.2 Alat pengumpulan data**

##### **4.6.2.1 Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian yang dapat dipergunakan pada ilmu keperawatan dapat diklasifikasikan menjadi 5 bagian, yaitu pengukuran biofisiologis, observasi, wawancara, kuesioner dan skala (Nursalam, 2016). Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data adalah kuesioner.

Kuesioner adalah peneliti mengumpulkan data secara formal kepada subjek untuk menjawab pertanyaan secara tertulis (Nursalam, 2016).

### 4.6.3 Lokasi dan Waktu Penelitian

Tahap penelitian terdiri dari :

4.6.3.1 Tahap persiapan yang meliputi:

- 1) Penyusunan proposal : Oktober - November 2019
- 2) Seminar Proposal : Maret 2020

4.6.3.2 Waktu penelitian : Agustus 2020.

4.6.3.3 Tempat

Penelitian ini akan dilakukan di SMAN 1 Giri Kabupaten Banyuwangi tahun 2019.

### 4.6.4 Cara Analisis Data dan Pengolahan Data

Analisa data yang digunakan yaitu analisa data bivariabel yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkonsentrasi (Notoatmodjo, 2010) .

Sebelum melakukan analisa data, secara berurutan data yang berhasil dikumpulkan akan mengalami proses editing yaitu dilakukan *coding*, *scoring*, dan *tabulating*.

4.6.4.1 *Coding*

*Coding* merupakan kegiatan pemberian kode dalam bentuk kalimat, angka atau bilangan (Notoatmodjo, 2012).

*Coding* Intensitas Penggunaan *Gadget*

- 1) Intensitas Penggunaan *Gadget* rendah : 1
- 2) Intensitas Penggunaan *Gadget* tinggi : 2

*Coding* pada variabel dependen gangguan mental emosional



- 1) Normal : 1
- 2) Gangguan Mental Emosional Ringan : 2
- 3) Gangguan Mental Emosional Berat : 3

#### 4.6.4.2 Scoring

Tahap ini dilakukan setelah ditetapkan kode jawaban dan hasil observasi sehingga setiap jawaban responden atau hasil observasi dapat diberikan skor (Suyanto, 2011).

- 1) Intensitas penggunaan *Gadget*

- (1) <45 Intensitas penggunaan *gadget* rendah

- (2) >45 Intensitas penggunaan *gadget* tinggi

- 2) Gangguan mental emosional

Pengisian kuesioner *Self Reporting Questionnaire*

(SRQ) yang terdiri dari 29 pertanyaan.

- (1) 1-5 Normal

- (2) 6-20 Ringan atau ada indikasi masalah gangguan mental emosional ringan

- (3) 21-29 Berat atau ada indikasi masalah gangguan mental emosional berat

#### 4.6.4.3 Tabulating

Tabulasi merupakan penyajian data dalam bentuk table yang terdiri dari beberapa baris dan beberapa kolom. Tabel dapat digunakan untuk memaparkan sekaligus beberapa variabel hasil observasi, *survey* atau penelitian hingga data mudah dibaca dan dimengerti (Nursalam, 2013).

#### 4.6.4.4 Pengolahan Data

Uji statistik dalam penelitian ini adalah uji *Chi Square*, diperlukan mengukur kerataan antara dua variabel dimana dua variabel itu tidak mempunyai join normal distribution dan *conditional variance* nya tidak diketahui sama.

Apabila Uji *Chi Square* dengan menggunakan SPSS, dengan kaidah pengujian sebagai berikut :

Ha diterima : bila nilai  $\rho < 0,05$  artinya ada hubungan intensitas penggunaan gadget terhadap terjadinya gangguan mental emosional pada remaja usia 15 – 19 tahun.

Ha ditolak : bila nilai  $\rho > 0,05$  artinya tidak ada hubungan intensitas penggunaan *gadget* terhadap terjadinya gangguan mental emosional pada remaja usia 15 – 19 tahun atau ada hubungan tetapi sangat lemah

dan hampir tidak ada (Sugiono, 2015).

#### **4.7 Etika Penelitian**

Menurut (Hidayat A. , 2011) masalah etika dalam penelitian keperawatan merupakan masalah yang sangat penting mengingat akan berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etik dalam penelitian harus diperhatikan karena manusia mempunyai hak asasi dalam kegiatan penelitian.

Pada penelitian ini telah dinyatakan laik etik oleh KEPK (Komisi Etik Penelitian Kesehatan) dengan nomer sertifikat 437/KEPK/STIKES-BWI. Setelah disetujui peneliti melakukan penelitian kepada subjek yang diteliti dengan menekankan pada permasalahan etika.

##### **4.7.1 *Informed Consent* ( Lembar Persetujuan )**

*Informed Consent* adalah informasi yang harus diberikan pada subyek secara lengkap tentang tujuan penelitian yang akan dilaksanakan dan mempunyai hak untuk bebas berpartisipasi atau menolak menjadi responden (Nursalam, 2013).

1. Sebelum melakukan penelitian telah mendapat izin dari responden.
2. Bila bersedia menjadi responden penelitian harus ada bukti persetujuan yaitu dengan mengisi *informed consent* secara daring melalui google form.
3. Bila responden tidak bersedia menjadi subyek penelitian, peneliti tidak boleh memaksa.

#### **4.7.2 Anonimity ( Tanpa Nama )**

Masalah etika keperawatan merupakan masalah yang memberi jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama responden, hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data (Hidayat A. , 2010).

#### **4.7.3 Confidentially ( Kerahasiaan )**

Menurut (Hidayat A, 2011) kerahasiaan adalah masalah etika dalam suatu penelitian dimana dilakukan dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah – masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset.

#### **4.7.5 Justice (Keadilan)**

*Justice* berarti keadilan, prinsip *justice* berarti bahwa setiap orang berhak atas perlakuan yang sama dalam upaya pelayanan kesehatan tanpa mempertimbangkan suku, agama, ras, golongan, dan kedudukan social ekonomi (Purnama, 2016).

#### **4.7.6 Non Malefisiense (Tidak Merugikan)**

Prinsip *non malefisiense* (tidak merugikan) berarti tidak menimbulkan bahaya/cedera fisik dan psikologis pada pasien. Prinsip *non malefisiense* berarti bahwa tenaga kesehatan dalam memberikan upaya

pelayanan kesehatan harus senantiasa dengan niat untuk membantu pasien mengatasi masalah kesehatannya (Purnama, 2016).

#### 4.8 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini antara lain:

1. Berkaitan dengan adanya pandemi covid-19, penelitian ini tidak dapat dilakukan secara langsung, sehingga penelitian ini dilakukan dengan cara daring (*online*) yang mengakibatkan peneliti memiliki waktu yang terbatas.
2. Data yang didapat tidak dapat dipertanggungjawabkan secara penuh. Dalam artian peneliti tidak mengetahui apakah data yang diisi oleh responden valid atau tidak.

