

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan sebuah masa peralihan atau proses tumbuh kembang anak-anak menjadi dewasa. Di mana pada masa ini munculnya ketegangan emosi yang diakibatkan dari perubahan fisik serta kimia dalam tubuh (Nisfiannoor & Kartika, 2014). World Health Organization (WHO) anak usia 10-19 tahun telah dikategorikan sebagai remaja, sedangkan peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk yang berusia 10 hingga 18 tahun. Remaja yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri saat masa peralihan dapat menyebabkan frustrasi bahkan depresi, masa remaja yang diwarnai dengan berbagai macam konflik dan perubahan suasana hati perlu mendapatkan perhatian khusus dalam perkembangannya (Nisfiannoor & Kartika, 2014).

Gangguan mental emosional adalah perubahan emosional yang terjadi pada seorang individu, jika tidak segera ditangani dengan baik maka berubah menjadi suatu keadaan yang patologis (Kementrian Kesehatan RI, 2013). Secara global, depresi menjadi salah satu penyebab utama gangguan mental emosional (WHO, 2019).

Gangguan mental emosional pada anak-anak dan remaja telah menjadi fokus dalam kesehatan global didunia karena hubungan dengan penderita, functional impairment, paparan stigma dan diskriminasi, bahkan potensi kematian, Berdasarkan data epidemiologi global, 12-13% anak dan remaja menderita gangguan mental emosional (Kessler, 2019). *World Mental Healyh*

Survey (WHO, 2019) menunjukkan bahwa gangguan mental secara umum terjadi di seluruh negara (Kolombia, Meksiko, Amerika Serikat, Nigeria, Afrika selatan, Libanon, Belgia, Perancis, Jerman, Israel, Itali, Belanda, Spanyol, Ukraina, RRC, Jepang, Selandia Baru) yang berpartisipasi dalam survey tersebut. Estimasi inter-Quartile Range (IQR: Persentil 25-75 th) gangguan mental tersebut memiliki prevalensi yaitu antara 18.1-36.1%. IQR dari prevalensi gangguan mental dalam 12 bulan terakhir yaitu antara 9.8-19.1%. Estimasi prevalensi Serious Mental Illness (SMI) yaitu antara 4-6.8% (Kessler, 2019).

WHO, (2017) menyatakan bahwa 1 dari 5 anak berusia 16 tahun mengalami gangguan mental emosional. Di Indonesia terdapat 3,7% dari populasi atau 9.162.886 kasus (WHO, 2017). Angka kejadian gangguan mental emosional pada penduduk yang berumur diatas 15 tahun di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun 2013 sebesar 6,0% menjadi 9,8% dengan propinsi yang tertinggi yaitu Sulawesi Tengah sebesar 19,8% (Rikesdas, 2018). Rumah sakit Jiwa Dr Koesnadi Bondowoso Jawa Timur telah menangani dua pasien gangguan mental emosional akibat kecanduan gadget, keduanya dibangku SMP & SMA (Saputro, 2018), Begitu juga terjadi kasus serupa di Amerika Serikat, dimana seorang remaja berusia 13 tahun harus dimasukkan ke panti rehabilitasi akibat ketergantungan dengan gadget (jeko, 2017). Dari data kasus tersebut, tidak bisa diungkiri bahwa remaja sangat rentan terhadap kecanduan gadget, bahkan bisa membahayakan dirinya dan orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa dampak dari kecanduan gadget antara lain adalah gangguan emosi dan depresi (Sundus, 2018).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 04 Februari 2022 pada 10 siswa kelas VIII di SMP Negeri 4 Banyuwangi dengan menggunakan kuesioner SRQ di dapatkan bahwa 3 orang siswa mengalami tingkat gangguan mental emosional rendah, 5 siswa mengalami tingkat gangguan mental emosional sedang, 2 siswa mengalami tingkat gangguan mental emosional tinggi. Salah satu faktor yang menyebabkan yaitu tingkat kecanduan gadget.

Anggrahini, (2019) menunjukkan bahwa selama anak menggunakan gadget, ketika berada di rumah anak akan menjadi susah diajak berkomunikasi, tidak peduli dan berespon pada saat orang tua mengajaknya untuk berkomunikasi atau berbicara. Masalah tersebut dapat menimbulkan gangguan komunikasi antara anak dengan orang tuanya, lingkungannya, bahkan teman sebayanya. Yulia, 2017 menunjukkan bahwa ada pengaruh penggunaan *gadget* pada perkembangan psikososial anak. Pada saat menggunakan *gadget*, waktu mereka terbuang untuk terus bermain game. Hovart menjelaskan bawa kecanduan *gadget* tidak hanya terhadap permainan atau konten yang ada, akan tetapi juga aktivitas tertentu yang dilakukan berulang-ulang oleh anak dan menimbulkan dampak negatif begitupun dengan kecanduan terhadap *gadget*. Hal ini akan menghambat proses sosialisasi anak dan akan menimbulkan ketergantungan pada gadget tersebut. tingkat pendidikan orang tua berpengaruh pada resiko timbulnya terjadinya tingkat gangguan mental emosional dan perilaku yang terjadi pada anak (Hastuti, 2012). Harahap dkk menyebutkan bahwa tingkat pendidikan yang rendah dapat menyebabkan kurangnya pengetahuan tentang cara merawat

anak dengan baik, sehingga berisiko menimbulkan gangguan mental emosional dan perilaku. Jurnal Preventive Medicine Report memaparkan bahwa dalam waktu satu jam anak menatap layar gadget, anak-anak mengalami perubahan perilaku cenderung menjadi lebih tidak peduli, kontrol diri kurang, dan stabilitas emosi menurun, bahkan meningkat. Peningkatan risiko kecemasan dan depresi dapat terjadi pada anak yang sering menggunakan *gedget*.

Dampak negatif pada anak remaja yang menggunakan gadget dapat membuat anak mengalami ketagihan, sampai dengan fase kecanduan gadget. Anak akan membuang waktu sia-sia selama bermain, bahkan akan menahan rasa lapar, haus, dan keinginan untuk melakukan toileting, anak akan malas melakukan aktivitas rutin seperti belajar, bermain, makan melakukan aktivitas seperti bermain bola pada anak remaja laki-laki, pada anak remaja perempuan bermain bersama teman sebaya. Ada beberapa aktivitas berpengaruh penting dalam mendukung kematangan dan perkembangan remaja diberbagai aspek perkembangan yang ada pada dirinya, dan penunjang dalam perkembangan otak (Delfera Hermiati, 2019). (Desisingrum, Indrian & Siswati, 2017) menyimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan *gadget* pada remaja, maka pikiran, energi dan waktu yang ia miliki akan tersita, ia akan selalu hidup diluar realita yang ada, tanpa merasakan interaksi sosial, kemampuan untuk mengenali emosi diri bahkan emosi orang lain akan semakin berkurang. Sedangkan kemampuan untuk memahami dan mengendalikan emosi yang dirasakan oleh diri sendiri juga

orang lain. Menggunakan perasaan untuk mengarahkan pikiran dan tindakan sangatlah penting bagi remaja itu sendiri (Setyowat, Hartati & Sawitri, 2012).

Kecanduan *gadget* adalah suatu kelekatan yang kompleks pada pengguna gadget sehingga menyebabkan ketergantungan dan berdampak merugikan kondisi tubuh (Kharisma Bismi Alarasheed, 2018). Kecanduan gadget yang harus diwaspadai oleh guru atau orang tua ketika keasyikan dengan gadget anak menjadi kehilangan minat dalam kegiatan lain. Anak mulai tidak tertarik melakukan interaksi, atau bergaul dengan teman sebaya untuk bermain diluar rumah, anak mulai menunjukkan emosional kadang tidak bisa dikontrol bahkan ketika orang tua mengambil, melarang anak saat sedang asik menggunakan *gadget*. Anak menunjukkan perilaku negatif, dengan berani berbohong atau mencuri –curi waktu untuk bermain *gedget* saat orang tua sedang asyik beraktivitas, atau sedang tidur (Widyawati, 2014).

Lazarus & Folkman (1984) menyatakan strategi koping sebagai usaha yang dilakukan individu untuk mengubah sisi kognitif dan perilakunya dalam mengelola tuntutan eksternal dan internal yang spesifik, yang melebihi sumber daya dari individu secara umum. Terdapat tiga jenis strategi koping yaitu Problem Focused, Emotional–Focused coping, Seeking Sosial Support. Problem Focused coping yaitu berfokus dengan segala upaya untuk melawan dan mengatasi kondisi yaitu menekan, Emotional-Focused coping yaitu berfokus pada upaya untuk mengatur respon-respon emosional yang muncul dari kondisi yang menekan, dan Seeking Social Support yang di karakteristikkan dengan pencarian dukungan dan bantuan emosional dari orang lain. Pola koping yang digunakan untuk mengurangi gangguan

emosional yaitu melakukan teknik relaksasi, meditasi, rekreasi dengan orang lain, berbicara dengan teman, berdoa, dan menghadiri layanan agama (Saptoto, 2016).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik meneliti “Hubungan Tingkat Kecanduan *Gadget* Dengan Tingkat Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Di SMP Negeri 4 Banyuwangi tahun 2022”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti merumuskan masalah: ”Adakah hubungan Tingkat Kecanduan *Gadget* dengan Tingkat Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Kelas VIII SMP Negeri 4 Banyuwangi tahun 2022?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui adanya Hubungan Tingkat Kecanduan *Gadget* dengan Tingkat Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Kelas VIII di SMP Negeri 4 Banyuwangi tahun 2022.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi Tingkat Kecanduan *Gadget* pada remaja Kelas VIII SMP Negeri 4 Banyuwangi
2. Mengidentifikasi Tingkat Gangguan Mental Emosional remaja Kelas VIII di SMP Negeri 4 Banyuwangi.
3. Menganalisa Hubungan Tingkat Kecanduan *Gadget* dengan Tingkat Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Kelas VIII SMP Negeri 4 Banyuwangi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Mengembangkan ilmu pengetahuan dibidang kesehatan khususnya ilmu keperawatan serta dapat memberikan pengetahuan dan menjadi masukan untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi sebagai sumber referensi bagi institusi untuk menambah keilmuan terkait penelitian tentang tingkat kecanduan *gedget* dengan tingkat gangguan mental emosional dan menjadi tambahan koleksi hasil penelitian serta dapat ditempatkan di perpustakaan institusi sebagai panduan untuk mendapatkan informasi yang lebih banyak.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini menambah pengetahuan serta memberi pengalaman baru kepada peneliti dalam mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan selama perkuliahan.

3. Peneliti Yang Akan Datang

Menambah pengetahuan pengalaman dan menambah ketrampilan bagi peneliti berikutnya pada penelitian Hubungan Tingkat Kecanduan *Gadget* Dengan Tingkat Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Kelas VIII Di SMP Negeri 4 Banyuwangi Tahun 2022.

BAB 2
TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Gangguan Mental Emosional

2.1.1 Definisi Gangguan Mental Emosional

Gangguan emosional adalah gejala orang yang menderita karena memiliki masalah mental atau jiwa, lalu jika kondisi tersebut tidak segera ditangani maka akan menjadi gangguan yang lebih serius (Idaiani, 2012). Selain itu, gangguan emosional juga disebut dengan istilah distres psikologik atau distres emosional (Idaiani Surhardi, & Kristanto, 2013). Pada keadaan tertentu gangguan ini dapat diderita oleh semua orang namun dapat pulih kembali seperti keadaan semula jika dapat diatasi oleh individu tersebut berkunjung ke fasilitas pelayanan kesehatan tetapi jika tidak dapat diatasi maka akan berlanjut menjadi gangguan yang lebih serius (Kemenkes RI, 2013)

Gangguan emosional dapat berupa gejala depresi gangguan psikosomatik, dan ansietas. Tanda dan gejala depresi psikosomatik, dan ansietas menurut ICD-10 (International Classification Of Disease – Tenth Edition) dalam WHO, yaitu munculnya perasaan depresif, hilangnya minat dan semangat, mudah lelah dan tenaga hilang, konsentrasi menurun, harga diri menurun, perasaan bersalah, pesimitis terhadap masa depan, gagasan membahayakan diri (self harm) atau bunuh diri, gangguan tidur serta menurunnya libido.

Heward & Orlansky mengatakan seseorang dikatakan mengalami gangguan perilaku apabila memiliki satu atau lebih dari lima karakteristik berikut dalam kurun waktu yang lama, yaitu:

- 1) Ketidak mampuan untuk belajar yang bukan disebabkan oleh faktor intelektualitas, alat indra maupunkesehatan;
- 2) ketidakmampuan untuk membangun atau memelihara kepuasan dalam menjalin hubungan dengan teman sebaya danpendidik;
- 3) tipe perilaku yang tidak sesuai atau perasaan yang di bawah keadaannormal;
- 4) mudah terbawa suasana hati (emosi labil), ketidak bahagiaan, atau depresi;
- 5) kecenderungan untuk mengembangkan simptom-simptom fisik atau ketakutan- ketakutan yang diasosiasikan dengan permasalahan-permasalahan pribadi atau sekolah.

2.1.2 Bentuk-Bentuk Gangguan Emosional

- 1) Gangguan mental emosional ringan

gangguan metal ringan adalah gangguan yang sebabkan oleh adanya kerusakan pada anggota tubuh, missal otak, sentral saraf, atau hilangnya berbagai kelenjar, saraf-saraf atau ganggota fisik lainnya untuk menjalankan tugasny (Darajat, 2012).

- 2) Gangguan mental emosi berat

Gangguan mental berat disebabkan oleh gangguan jiwa yang telah berlarut-larut tanpa adanya solusi (penyelesaian)

secara wajar atau akibatkan oleh hilangnya keseimbangan mental secara menyeluruh, akibat dari suasana lingkungan yang sangat menekan (tidak bersahabat), ketegangan batin, dan sebagainya (Darajat, 2012)

2.1.3 Gejala Gangguan Mental Emosional

Gejala adalah tanda-tanda yang mendahului suatu problem, atau suatu yang dapat diamati sebelum menjadi timbulnya suatu problem, atau keadaan yang menjadi tanda-tanda akan timbulnya atau berjangkitnya sesuatu. Berikut gejala gangguan emosi menurut (Darajat, 2012):

1. Reaksi psikis ditandai oleh unsur kecemasan yang tidak sadar diekspresikan dengan menggunakan mekanisme pertahanan diri (*Defence of mechanism*). Seringkali merasa dirinya itu normal, bahkan lebih baik, lebih unggul, dan lebih penting dari orang lain.
2. Relasinya dengan dunia luar sedikit sekali, walaupun orang yang bersangkutan masih memiliki *insight*/wawasan yang baik. Seperti kesulitan menyesuaikan diri dengan wajar.
3. Timbulnya perasaan cemas yang tidak bisa dibendung, misalnya: takut mati. Takut kalau jadi gila, dan ketakutan lain yang tidak rasional, dan tidak bisa dimasukkan dalam kategori fobia. Dengan gejala emosi tidak stabil, suka marah-marah, sering dihinggapi perasaan depresi sering sering dalam keadaan *excited* (gelisah sekali), sering berfantasi, dihinggapi 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 menderita diare, dan lain sebagainya.

4. Penderita selalu diganggu oleh perasaan sakit dan nyeri yang berpindah pada setiap bagian badanya, 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)
5. Biasanya diikuti oleh gerakan motoric pada intelegnya lemah. Seperti cepat merasa suntuk, malas berfikir, dan lambat dalam mengambil keputusan.
6. Sering mengalami depresi emosional yang biasanya disertai dengan menangis atau suka menangis.
7. Nafsu makan menurun bahkan sampai kehilangan nafsu makan, seks, menderita emosional dan muncul gangguan pada pencernaan.
8. Cenderung egois dan introvert. Kehilangan kemampuan dalam berkonsentrasi, mudah dipengaruhi, cepat bingung, semangat sensitive dan sikapnya selalu antagonistik (selalu bertentangan) dan cenderung *negative*.

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, penglihatan kabur, otot terasa tegang (2011).

Gejala gangguan mental emosional lebih mengarah pada gangguan neurosis, yaitu:

1) Depresi

Menurut kaplan dan sadick (1998) dalam sabila (2011), 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.

2) Ansietas

Kecemasan merupakan sesuatu khawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya (stuart, 2011). Kecemasan disertai dengan perasaan tegang, lesu, cepat lelah, susah tidur, suka berkonsentrasi, dan daya ingat yang mengalami penurunan.

3) Penurunan energi

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

4) Kognitif

Istilah ini 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 berfikir.

5) Somatic

Gejala somatic ditandai dengan pasien merasa lemah, ketegangan otot, sensasi panas dingin, keringat buntat, serta tangan bergemetar.

2.1.4 Faktor Yang Mempengaruhi Gangguan Mental Emosional Pada Remaja

Berbagai stresor psikososial seringkali dikaitkan dengan terjadinya gangguan emosi dan perilaku pada anak dan remaja, seperti adanya penyakit fisik, pola asuh yang inadekuat, kekerasan dalam rumah tangga, hubungan dengan teman sebaya yang inadekuat, serta kemiskinan. Stresor psikososial tersebut mempengaruhi proses perkembangan kognitif anak sehingga anak lebih memandang negatif lingkungan sekitar dan juga persepsi yang negatif mengenai dirinya. Disamping itu, stresor psikososial juga berkaitan dengan peningkatan emosi negatif, perilaku disruptif dan impulsif, serta menimbulkan cara-cara interaksi yang negatif sehingga berdampak pada hubungan dengan teman sebaya yang tidak optimal.

Berdasarkan uraian tersebut, faktor-faktor yang mempengaruhi gangguan mental emosional dan perilaku pada anak dapat dikelompokkan menjadi faktor biologis, perkembangan kognitif, keluarga dan lingkungan.

a. Faktor Biologis

Perubahan fisik ataupun biologis pada anak antara lain perkembangan seks sekunder, penambahan tinggi badan, perubahan komposisi tubuh, perkembangan organ reproduksi, serta perubahan sistem sirkulasi dan sistem respirasi yang berhubungan dengan stamina. Pada masa pubertas, remaja mengalami perubahan yang pesat pada bagian-bagian tubuh tertentu, seperti bahu, lengan, pinggang dan tungkai. Perubahan fisik yang cepat dan tiba-tiba membuat remaja menjadi canggung, sensitif dan ketakutan terhadap perubahan tubuh mereka. Hal ini menyebabkan remaja mengalami masalah dalam menyesuaikan diri terhadap perubahan ukuran tubuh.

b. Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif adalah perkembangan mengenai proses pikir, mengamati sehingga remaja memperoleh pengertian tentang lingkungan. Cara berpikir yang membedakan remaja dengan masa sebelumnya terbagi menjadi 5 karakteristik, yaitu mampu berpikir tentang kemungkinan-kemungkinan yang telah maupun yang akan terjadi, berpikir dengan hipotesis, berpikir jauh ke depan, membuat rencana, dan strategi yang tepat, berpikir tanpa batas dan bersifat abstrak, misalnya tentang politik, agama, atau keyakinan moral maupun hubungan antar manusia. Karakteristik lain yang ditemukan adalah metakognisi, yaitu suatu proses berpikir, mampu mengukur kemampuan diri, pengetahuan,

tujuan, serta langkah-langkah untuk mencapainya, sehingga mampu membuat suatu keputusan dan memilih strategi atau alternatif pemecahan masalah.

c. Lingkungan

1. Lingkungan Sekolah

Sekolah berperan penting dalam pembangunan karakter, karena umumnya anak yang sudah bersekolah menghabiskan waktu sekitar 7 jam di sekolahnya. Sering terjadi masalah dalam sekolah karena adanya imaturitas, yang disebabkan kesukaran dalam pengalaman sebelumnya. Pengalaman negatif di sekolah juga berisiko menimbulkan gangguan perilaku pada anak. Kesulitan akademik, tekanan yang berlebihan dari orang tua, serta respon guru yang kurang tepat terhadap perilaku dan prestasi mereka yang rendah akan menimbulkan gangguan perilaku pada anak. Tekanan untuk menentukan masa depan remaja atau pekerjaannya terlalu cepat dan tergesa-gesa seharusnya tidak boleh diadakan. Remaja memerlukan waktu untuk bereksperimen. Terkadang tekanan untuk membuat keputusan yang terlalu cepat menyebabkan remaja mengalami ansietas yang besar.

2. Lingkungan Teman Sebaya

Anak-anak yang ditolak dan memiliki kualitas hubungan yang rendah dengan teman sebaya cenderung

menjadikan agresivitas sebagai strategi dalam berinteraksi. Sementara, anak-anak yang agresif dan memiliki perilaku anti sosial akan ditolak oleh teman sebaya yang memiliki perilaku seperti mereka, yang akan meningkatkan keparahan perilaku mereka.

2.1.5 Faktor Penyebab Gangguan Mental Emosional Pada Remaja

Menurut Mubasyiroh (2015), faktor penyebab gangguan mental emosional pada remaja ditimbulkan dari banyak hal, seperti banyaknya tekanan dan kurangnya support sistem dari keluarga, pergaulan yang menyimpang pengaruh dari teman, tekanan dari tuntutan pelajaran disekolah yang diberikan guru kepada siswa. Gangguan mental relatif terjadi pada remaja perempuan dikarenakan banyaknya tindakan pelecehan yang terjadi pada perempuan, tidak dapat mencerna dengan positif hal hal yang ada dalam kehidupan. Remaja yang terindikasi mengkonsumsi narkoba juga dapat beresiko lebih besar mengalami gangguan mental emosional.

2.1.6 Pengukuran Gangguan Mental Emosional

Gangguan mental dapat diukur dengan menggunakan *Self Reporting Questionnaire* (SRQ) yang terdiri dari 20 pertanyaan, sehingga dikenal sebagai SRQ-20 dan telah direkomendasikan oleh WHO (1994 dalam Dinuriah, 2015). Kuesioner SRQ-20 bisa digunakan untuk *skrining* masalah kesehatan jiwa di masyarakat dan memiliki jawaban “ya” atau “tidak” dengan maksud mempermudah

masyarakat untuk menjawabnya (Riskesdas, 2013). Pertanyaan yang terdapat dalam SRQ-20 terdiri dari pertanyaan mengenai gejala yang lenih mengarah kepada gangguan neurosis.

2.2 Konsep Remaja

2.2.1 Definisi Remaja

Masa remaja atau masa adolesensi adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seseorang individu. Masa ini merupakan periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional dan social dan berlangsung pada periode kedua masa kehidupan (Narendra, 2011). Monks, dkk (2011) mendefinisikan remaja apabila telah mencapai umur 10-18 tahun untuk anak-anak perempuan 12-20 tahun untuk anak laki-laki, sementara itu WHO mendefinisikan remaja bila anak telah mencapai umur 10-19 tahun. Menurut Undang-undang No. 4179 mengenai kesejahteraan anak, remaja adalah individu yang belum mencapai umur 21 tahun dan belum menikah. Adapun Menurut UU Perburuan anak dianggap remaja apabila telah mencapai umur 16-18 tahun atau sudah menikah dan mempunyai tempat tinggal sendiri.

Sarwono (2011) menyatakan bahwa remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Individu mengalami perkembangan psikologis dan pola indentifikasi dari anak-anak menjadi dewasa, serta terjadi peralihan

dari ketergantungan sosial ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif mandiri.

2.2.2 Tahapan Perkembangan Remaja

Masa remaja berlangsung melalui 3 tahapan yang masing-masing ditandai dengan isu-isu biologik, psikologik dan sosial, menurut Aryani (2011) yaitu:

a. Remaja awal (*early adolescent*)

Seorang remaja pada tahapan ini masih terheran-heran akan perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. Mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis. Dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis, ia sudah berfantasi erotik. Kepekaan yang berlebihan ini ditambah dengan berkurangnya kendali terhadap ego menyebabkan para remaja awal ini sulit mengerti dan dimengerti oleh orang lain.

b. Remaja madya (*middle adolescent*)

Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan. Ia senang kalau banyak teman yang mengakuinya. Ada kecenderungan narsistis. Yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang sama dengan dirinya, selain itu, ia berada dalam kondisi kebingungan karena tidak tau memilih yang mana peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimistis, idealis atau materialis, dan sebagainya. Remaja pria

harus membebaskan diri dari *oedipuscomplex* (perasaan cinta pada ibu sendiri pada masa anak-anak) dengan mempererat hubungan dengan kawan-kawan.

c. Remaja akhir (*lateadolescent*)

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian lima hal yaitu:

1. Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi tenlek.
2. Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru.
3. Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
4. Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri)
5. Tumbuh dinding yang memisahkan diri pribadinya dan masyarakat umum.

2.2.3 Tugas Perkembangan Remaja

Setiap tahap usia manusia pasti ada tugas-tugas perkembangan harus dilalui. Bila seseorang gagal melalui tugas perkembangan pada usia yang sebenarnya maka pada tahapan perkembangan berikutnya akan terjadi masalah pada usia yang sebenarnya maka pada tahap perkembangan berikutnya akan terjadi masalah pada diri seseorang tersebut. Berdasarkan aspek biologik akan dibahas mengenai neuroendokrinologi, pertumbuhan dan perkembangan somatik. Aspek lainnya adalah aspek psikologis, kognitif dan aspek medis/pelayanan kesehatan remaja. Untuk mengenal kepribadian remaja perlu diketahui tugas-tugas perkembangannya.

Tugas –tugas perkembangan remaja menurut Monks (20011)

antara lain:

a. Perkembangan Fisik/Biologis

Pada saat seorang anak memasuki masa pubertas yang ditandai dengan menstruasi pertama pada remaja putri ataupun perubahan suara pada remaja putra, secara biologis dia mengalami perubahan yang sangat besar. Pubertas menjadikan seorang anak tiba-tiba memiliki kemampuan untuk bereproduksi. Pada masa pubertas, hormon seseorang menjadi aktif dalam memproduksi dua jenis hormon (*gonadotrophins* atau *gonadotrophic hormones*) yang berhubungan dengan pertumbuhan, yaitu: 1). *Follicle-Stimulating Hormone* (FSH); dan 2). *Luteinizing Hormone* (LH). Pada anak perempuan, kedua hormon tersebut merangsang pertumbuhan *estrogen* dan *progesterone*. Pada anak lelaki, *Luteinizing hormone* yang juga dinamakan *Interstitial-Cell Stimulating Hormone* (ICSH) merangsang pertumbuhan secara cepat dari hormon tersebut di atas merubah sistem biologis seorang anak. Anak perempuan akan mendapat menstruasi, sebagai pertanda bahwa sistem reproduksinya sudah aktif. Selain itu terjadi juga perubahan fisik seperti payudara mulai berkembang, dll. Anak lelaki mulai memperlihatkan perubahan dalam suara, otot, dan fisik lainnya yang berhubungan dengan tumbuhnya *hormon testosterone*. Bentuk fisik mereka akan berubah secara cepat sejak awal

pubertas dan akan membawa mereka pada dunia remaja.

b. Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif remaja merupakan periode terakhir dan tertinggi dalam pertumbuhan operasi formal (*period of formal operations*). Pada periode ini, idealnya para remaja sudah memiliki pola pikir sendiri dalam usaha memecahkan masalah-masalah yang kompleks dan abstrak. Kemampuan berpikir para remaja berkembang demikian rupa sehingga mereka dengan mudah dapat membayangkan banyak alternatif pemecahan masalah beserta kemungkinan akibat atau hasilnya. Kapasitas berpikir secara logis dan abstrak mereka berkembang sehingga mereka mampu berpikir multidimensi. Para remaja tidak lagi menerima informasi apa adanya, tetapi mereka akan memproses informasi itu serta mengadaptasikannya dengan pemikiran mereka sendiri. Mereka juga mampu mengintegrasikan pengalaman masa lalu dan sekarang untuk ditransformasikan menjadi konklusi, prediksi, dan rencana untuk masa depan. Dengan kemampuan operasional formal ini, para remaja mampu mengadaptasikan diri dengan lingkungan sekitar mereka.

c. Perkembangan Moral

Masa remaja adalah periode dimana seseorang mulai bertanya-tanya mengenai berbagai fenomena yang terjadi di lingkungan sekitarnya sebagai dasar bagi pembentukan nilai

diri mereka. Para remaja mulai membuat penilaian tersendiri dalam menghadapi masalah-masalah populer yang berkenaan dengan lingkungan mereka, misalnya: politik, kemanusiaan, perang, keadaan sosial. Remaja tidak lagi menerima hasil pemikiran yang kaku, sederhana, dan absolut yang diberikan pada mereka selama ini tanpa bantahan. Remaja mulai mempertanyakan keasahan pemikiran yang ada dan mempertimbangkan lebih banyak alternatif lainnya. Secara kritis, remaja akan lebih banyak melakukan pengamatan keluar dan membandingkannya dengan hal-hal yang selama ini diajarkan dan ditanamkan kepadanya. Sebagian besar para remaja mulai melihat adanya kenyataan lain diluar dari yang selama ini diketahui dan dipercayainya. Ia akan melihat bahwa ada banyak aspek dalam melihat hidup dan beragam jenis pemikiran yang lain. Baginya dunia menjadi lebih luas dan seringkali membingungkan, terutama jika ia terbiasa di didik dalam suatu lingkungan tertentu saja selama masa lanak-kanak. Kemampuan berpikir dalam dimensi moral (*moral reasoning*) pada remaja mulai berkembang karena mereka mulai melihat adanya kejanggalan dan ketidak seimbangan antara yang mereka yak ini denga kenyataan yang ada di sekitarnya. Mereka lalu merasa perlu mempertahankan dan merekonstruksi poka pikir dengan kenyataan yang baru. Perubahan inilah yang sering mendasari sikap pembrontakan remaja terhadap

peraturan atau otoritas yang selama ini diterima bulat. Konfik nilai dalam diri remja ini lambat lalu akan menjadi sebuah masalah besar, jika remaja tidak menemukan jalan keluarnya. Kemungkinan remaja untuk tidak lagi mempercayai nilai-nilai yang ditanamkan oleh oranf taua atau pendidik dejak masa kanak-kanak akan sangat besar jika orang tua atau pendidik tidak mampu memberikan penjelasan yang logis, apalagi jika lingkungan di sekitarnya tidak mendukung penerapan nilai-nilai tersebut.

d. Perkembangan Psikologis

Masa remaja merupakan masa yang enuh gejolak. Pada masa ini *mood* (suasana hati) bisa berubah dengan sangat cepat. Hasil penelitian menemukan bahwa remaja rata-rata memerlukan hanya 45 menit untuk berubah *mood* sementara prang dewasa memerlukan beberapa jam untuk hal yang sma. Perubahan *mood* (*swing*) yang drastis pada para remaja ini seringkali dikarenakan bebab pekerjaan rumah, pekerjaan sekolah, atau kegiatan sehri-hari di rumah. Meski *mood* remaja yang mudah berubah-ubah dengan cepat, hal tersebut belum tentu merupakan gejala atau masalah psikologis. Dalam hal kesadaran diri, pada masa remaja para para remaja mengalami perubahan yang dramatis dalam kesadaran diri mereka (*self-awareness*). Mereka sangat rentan terhadap pendapat orang lain sangat mengagumi atau selalu mengkritik mereka seperti

mereka mengagumi atau mengkritik diri mereka sendiri. Anggapan itu membuat remaja remaja sangat memperhatikan diri mereka dan citra yang direfleksikan (*self-image*). Pada usia 16 tahun ke atas, keeksentrikan remaja akan berkurang dengan sendirinya jika ia sering dihadapkan dengan dunia nyata. Pada saat itu remaja akan mulai sadar bahwa orang lain ternyata memiliki dunia tersendiri dan tidak selalu sama dengan yang dihadapi atau pun di pikirkannya. Anggapan remaja bahwa mereka selalu diperhatikan oleh orang lain kemudian menjadi tidak berdasar. Pada saat inilah, remaja mulai dihadapkan dengan realita dan tantangan untuk menyesuaikan impian dan angan-angan mereka dengan kenyataan.

e. Perkembangan Sosial

Salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Remaja harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis dalam hubungan yang sebelumnya belum pernah ada dan harus menyesuaikan dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah. Untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru. Yang terpenting dan tersulit adalah penyesuaian diri dengan meningkatnya pengaruh kelompok sebaya, perubahan dalam perilaku sosial, pengelompokan sosial yang baru, nilai-nilai baru dalam seleksi persahabatan serta nilai-nilai yang baru dalam seleksi

pemimpin.

2.2.4 Ciri-Ciri Remaja

Menurut Al-Mighwar (2011) menyimpulkan dari berbagai pendapat, ciri-ciri masa remaja, yaitu:

a. Masa yang penting

Semua periode dalam rentang kehidupan memang penting, tetapi ada perbedaan dalam tingkat kepentingannya. Adanya akibat yang langsung terhadap sikap dan tingkah laku serta akibat-akibat jangka panjangnya menjadikan periode remaja lebih penting daripada periode lainnya. Baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang sama pentingnya bagi remaja karena adanya akibat fisik dan akibat psikologis.

b. Masa Transisi

Transisi merupakan tahapan peralihan satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Jika seorang anak beralih dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, ia harus meninggalkan segala hal yang bersifat kekanak-kanakan dan mempelajari pola tingkah laku dan sikap baru. Pada setiap periode transisi, tampak ketidakjelasan status dan munculnya keraguan terhadap peran yang harus dimainkannya. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan bukan juga seorang dewasa. Di sisi lain, ketidakjelasan status itu juga menguntungkan karena memberi peluang kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola tingkah laku, nilai, dan sifat yang paling

relevan dengannya.

c. Masa Perubahan

Selama masa remaja, tinglat perubahan sikap dan prilaku sejajar dengan tinggat perubahan fisik. Ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat selama masa awal remaja, perubahan prilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Bila terjadi penurunan fisik,penurunan juga akan terjadi akan terjadi pada perubahan sikap dan tingkah laku. Perubahan yang yang terjadi pada masa remaja memang beragam,tetapi ada empat perubahan yang terjadi pada semua remaja:

1. Emosi yang tinggi. Intensitas emosi bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi, sebab pada awal masa remaja, perubahan emosi terjadi lebih cepat.
2. Perubahan tubuh, minat, dan peran yang diharapkan oleh sekelompok sosial menimbulkan masalah baru. Dibandingkan dengan masalah yang dihadapi sebelumnya, remaja awal, tampaknya mengalami masalah yang lebih banyak dan lebih sulit diselesaikan.
3. Perubahan nilai-nilai sebagai konsekuensi perubahan minat dan pola tingkah laku. Setelah hampir dewasa, remaja tidak lagi menganggap penting segala apa yang dianggapnya penting pada masakanak-kanak.
4. Bersikap ambivalent terhadap setiap perubahan. Remaja

menghendaki dan menuntut kebebasan, tetapi seingkali takut bertanggung jawab akan resikonya dan meragukan kemampuannya untuk mengatasinya.

d. Masa bermasalah

Meski setiap periode memiliki masalah sendiri, masalah remaja termasuk masalah yang sulit diatasi, baik oleh laki-laki maupun anak perempuan. Alasan dikarenakan pertama, sebagian masalah yang terjadi selama masa kanak-kanak diselesaikan oleh orang tua dan guru-guru, sehingga mayoritas remaja tidak berpengalaman dalam mengatasinya. Kedua, sebagian remaja sudah merasa mandiri sehingga menolak bantuan orang tua dan guru-guru. Ia ingin mengatasi masalahnya sendiri.

e. Masa Pencarian Identitas

Penyesuaian diri dengan standar kelompok dianggap jauh lebih penting bagi remaja daripada individualistis. Bagi remaja, penyesuaian diri dengan kelompok pada tahun-tahun awal masa remaja adalah penting. Secara bertahap remaja mulai mengharapkan inderas diri dan tidak lagi merasa puas dengan adanya kesamaan dalam segala hal dengan hal dengan teman-teman sebayanya. Banyak cara yang dilakukan remaja untuk menunjukkan identitasnya, antara lain penggunaan simbol-simbol status dalam bentuk kendaraan, pakaian, dan pemilikan barang-barang lain yang mudah dilihat. Melalui cara seperti ini, remaja berusaha menarik perhatian orang lain agar mereka

memandangnya secara individu. Di samping itu, ia juga berusaha mempertahankan identitas dirinya terhadap kelompok sebaya.

f. Masa munculnya ketakutan

Banyak yang beranggapan bahwa popularitas mempunyai arti yang bernilai, dan sayangnya, banyak diantaranya yang bersifat negatif. Persepsi negatif terhadap remaja seperti tidak dapat dipercaya, cenderung merusak dan berperilaku merusak, mengindikasikan pentingnya bimbingan dan pengawasan orang dewasa. Demikian pula, terhadap kehidupan remaja muda yang cenderung tidak simpatik dan takut bertanggung jawab. Konsep diri sendiri dan sikap remaja terhadap dirinya sendiri juga dipengaruhi oleh stereotip populer. Stereotip juga berfungsi sebagai cermin yang ditegakkan masyarakat bagi remaja, yang menggambarkan citra diri remaja sendiri, yang lambat laun dianggap sebagai gambaran diri.

g. Masa remaja masa yang tidak realistik

Remaja cenderung melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Tidak hanya berakibat bagi dirinya sendiri, bahkan bagi keluarga dan teman-temannya, cita-cita yang tidak realistik ini berakibat pada tingginya emosi yang merupakan ciri awal masa remaja. Semakin tidak realistik cita-citanya, semakin tinggi kemarahannya. Bila orang lain

mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan ia akan sakit hati dan kecewa.

h. Masa menuju masa dewasa

Saat usia kematangan kian dekat, para remaja merasa gelisah untuk meninggalkan stereotip usia belasan tahun yang indah di satu sisi, dan harus bersiap-siap menuju usia dewasa disisi lainnya. Kegelisahan itu itu timbul akibat kebimbangan tentang bagaimana meninggalkan masa remaja dan bagaimana pula memasuki masa dewasa. Remaja mencari-cari sikap yang dipandanyapantas untuk itu. Remaja segera menyesuaikan diri dengan tipe orang dewasa yang sudah matang, tetapi di sisi lain remaja masih belum lepas dari tipe remajanya yang belum matang. Berdasarkan uraian di atas, ciri-ciri remaja adalah masa remaja sebagai periode yang penting, masa remaja sebagai periode peralihan, masa remaja sebagai periode perubahan, masa remaja sebagai usia bermasalah, masa remaja sebagai masa mencari identitas, masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan, masa remaja masa yang tidak realistik, masa remaja sebagai ambang masa dewasa.

2.3 Konsep Gadget

2.3.1 Definisi Gadget

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

Gadget yang saat ini banyak digemari masyarakat khususnya kalangan remaja, mempunyai beberapa jenis-jenis *gadget* yang sering digunakan (Irawan, 2013). Jenis-jenis gadget diantaranya:

1) *Iphone*

Merupakan sebuah telepon yang memiliki koneksi internet. Selain itu memiliki aplikasi multi media 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).

2.3.2 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*, 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 di dalam budaya lingkungan mereka, yang mengakibatkan keharusan untuk memiliki *gadget* (Kotler,

2007).

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 (Kotler, 2007).

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 temantemannya, biasanya cenderung mengikuti *trend* sesuai perkembangan teknologi (Kotler, 2007).

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, pemerkosaan. Hal ini biasanya diawali dengan perkenalan di media sosial (Winoto, 2013).
- f. Remaja seringkali tidak dapat mengontrol kata-katanya. Mereka menggunakan kata-kata kasar, mengejek, serta sering kali kali remaja mencemooh dengan sesama teman sebaya di media sosial yang di dalam 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).

2.4 Konsep Kecanduan Gadget

2.4.1 Definisi Kecanduan Gadget

Definisi addiction atau kecanduan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2012-2015) sendiri berarti kejangkitan suatu kegemaran hingga lupa dengan hal-hal yang lain, sedangkan dalam kamus kesehatan kecanduan dikatakan sebagai kebutuhan yang kompulsif untuk menggunakan suatu zat pembentuk kebiasaan, atau dorongan tak tertahankan untuk terlibat dalam perilaku tertentu. Kecanduan (addiction) didefinisikan sebagai kebiasaan untuk terlibat dalam aktivitas tertentu atau menggunakan substansi tertentu, tanpa mempedulikan konsekuensi buruk pada kesehatan fisik, sosial, spritual, mental, maupun finansial dari tiap individu (Young & Cristiano, 2018).

Addiction atau kecanduan menurut Robert West (2015) adalah sebuah sindrom dimana perilaku mencari kesenangan atau kepuasan tertentu telah melebihi batas atau lepas kendali.

Menurut Griffiths (2018), kecanduan *gadget* didefinisikan sebagai terlalu lama menggunakan *gadget* sehingga mengganggu kehidupan pengguna sehari-hari. Selain itu, penggunaan berlebihan *gedget* dapat menyebabkan masalah mental atau perilaku. Hal ini dapat menyebabkan kelainan perilaku maladaptif, mengganggu kinerja di sekolah atau pekerjaan, mengurangi interaksi sosial di kehidupan nyata, pengabaian kehidupan pribadi, gangguan mental,

perubahan mood dan juga dapat menyebabkan gangguan hubungan dengan orang lain.

2.4.2 Faktor –Faktor *Kecanduan Gadget*

Yuwanto (2011), dalam penelitian mengenai kecanduan gadget mengemukakan beberapa faktor penyebab kecanduan gadget yaitu:

Faktor internal

1. *Sensation seeking*

Sensation seeking merupakan kecenderungan individu melakukan aktivitas yang bersifat tidak menonton untuk mencari pengalaman baru. Individu dengan tingkat *Sensation seeking* yang tinggi cenderung mudah mengalami kebosanan ketika melakukan aktivitas yang menonton, sehingga individu tersebut perlu memuaskan psikologis untuk mengurangi kebosanan. Kepuasan psikologis ini dapat diperoleh dengan menggunakan ponsel dan gadget misalnya untuk mendengarkan lagu, mengirim SMS, melihat foto atau video, bermain *game*, mengakses media sosial, atau *browsing* internet.

2. *Self esteem* yang rendah

Individu dengan *self esteem* rendah memiliki tingkat kepercayaan diri dan kontrol diri yang rendah. Individu dengan *self esteem* rendah mengevaluasi dirinya secara negatif dan merasa dirinya memiliki banyak kekurangan serta merasa tidak aman ketika berinteraksi dengan orang

lain. Ketika individu dengan *self esteem* rendah mendapatkan keamanan dan kepuasan secara psikologis maka ia cenderung akan menggunakan ponsel dan gadget untuk berkomunikasi dari pada tatap muka. Aktivitas penggunaan ponsel ini secara tidak sadar akan meningkat dan menjadi berlebihan karena kurangnya kemampuan mengontrol diri.

3. Kepribadian ekstrasversi yang tinggi

Individu dengan kepribadian tipe ekstrasversi memiliki iabilitas tinggi yang ditandai dengan mempunyai banyak teman, suka bergaul, ramah, responsif terhadap lingkungan, membuthkan orang lain untuk diajak komunikasi, dan tidak menyukai aktivitas sendiri, sehingga individu yang memiliki kepribadian ini butuh menjalani relasi dengan orang lain, misalnya melalui media sosial yang diakses melalui *gadget*.

4. Kontrol diri yang rendah.

Kontrol diri merupakan kemampuan untuk menahan keinginan dan dorongan dalam diri sendiri, namun kebiasaan menggunakan *smartphone* yang tinggi, dan kesenangan pribadi yang tinggi dapat menjadi prediksi kerentanan individu mengalami kecanduan *gadget*.

a. Faktor Eksternal

Faktor ini merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu. F

aktorini terkait dengan tingginya paparan media tentang *smartphone* dan berbagai fasilitasnya. Semakin tinggi paparan media tentang iklan *gadget* maka makin besar kemungkinan menyebabkan kecanduan *gedget*.

b. Faktor situasional

Faktor ini terdiri atas berbagai penyebab yang mengarah pada penggunaan *gadget* sebagai sarana membuat individu merasa nyaman secara psikologis ketika menghadapi situasi yang tidak nyaman, sehingga memiliki potensi untuk mengalami kecanduan *gadget*. faktor situasional ini meliputi:

1. Stres

Stres adalah suatu respon adaptif individu pada berbagai tekanan atau tuntutan eksternal dan menghasilkan berbagai gangguan yang meliputi gangguan fisik, emosional dan perilaku (Goliszek,2011). Dari hasil penelitian Simangusong & Sawitri (2017), terdapat hubungan yang positif antara stres dengan kecanduan *gadget*, artinya semakin tinggi individu mengalami stres maka semakin tinggi juga penggunaan *gadget* sehingga berpotensi menyebabkan kecanduan.

2. Kesedihan

Menurut KBBI kesedihan adalah suatu perasaan sedih atau dukacita yang dialami oleh individu. Individu yang mengalami kesedihan akan mencari sesuatu yang menghibur dirinya,

misalnya seperti mendengarkan musik, melihat berbagai macam gambar yang menurutnya bagus dan menghibur, dan melihat video lucu dari internet. Berbagai hal tersebut dapat dinikmati melalui fitur pada *gadget*, sehingga memiliki kecenderungan adanya kecanduan *gadget*.

3. Kejenuhan Belajar

Menurut Muhibbin Syah (1999), kejenuhan belajar dapat berarti jenuh dan bosan dimana sistem akalnya tidak dapat bekerja sesuai dengan yang diharapkan dalam memproses item-item informasi atau pengalaman baru. Sedangkan secara harfiah jenuh ialah padat atau penuh sehingga tidak memuat apa pun. Ketika individu merasa jenuh dalam belajar, maka memiliki kecenderungan untuk menggunakan *gadget* sebagai media relaksasi, misalnya dengan cara bermain *game*. Hal ini yang berpotensi menyebabkan kecanduan *gadget* sehingga kehilangan produktivitas terlebih lagi bermain *game* merupakan kegiatan yang menyenangkan.

4. *Leisureboredom*

Leisure boredom terjadi ketika individu memiliki waktu luang tetapi tidak ada aktivitas yang dilakukan. Individu akan mengalami kebosanan saat hal tersebut terjadi, sehingga harus ada bentuk aktivitas yang dapat memuaskan individu secara psikologis. Oleh karena itu, semakin individu mengalami kebosanan saat waktu luang, semakin tinggi individu berisiko

mengalami kecanduan ponsel. Aktivitas yang biasa dilakukan menggunakan ponsel ketika waktu luang antara lain mengirim SMS, melihat foto atau video, bermain *game*, mengakses media sosial, atau *browsing* internet.

c. Faktor sosial

Terdiri atas faktor penyebab kecanduan *gadget* sebagai sarana berinteraksi dan menjaga kntak dengan orang lain.

Faktor ini terdiri atas:

1) *Mandatory behavior*

Mandatory behavior mengarah pada perilaku yang harus dilakukan untuk memuaskan kebutuhan berinteraksi yang distimulasi atau didorong dari orang lain. Dengan menggunakan *gadget* seseorang dapat membangun suatu relasi dengan orang lain dan berinteraksi melalui dunia internet yang diakses melalui *gadget* jika kebutuhan untuk berinteraksi tinggi, maka penggunaan *gadget* juga akan tinggi, sehingga memiliki kecenderungan kecanduan *gadget*.

2) *Connected presence* yang tinggi.

Connected presence lebih didasarkan pada perilaku berinteraksi dengan orang lain yang berasal dari dalam diri untuk menjaga kontak dengan orang lain. Seseorang dapat tetap terhubung dan menjalin komunikasi dengan keluarga dan kerabat dengan bantuan dari fitur yang dimiliki *gadget*, hal inilah yang dapat mengarah kepada kecanduan *gadget*.

Sedangkan menurut Walsh, White dan Young (2011) menjelaskan penyebab kecanduan *gadget* adalah:

a. *Self gratification*

Penggunaan *gadget* karena menghibur diri atau dengan kata lain karena kesenangan pribadi dengan tujuan untuk membuat individu merasa nyaman atau rileks. Individu akan mengulang-ulang perilaku yang mendatangkan kesenangan bagidirinya.

b. *Social gratification*

Faktor *social gratification* merupakan penggunaan ponsel sebagai sarana untuk menjaga kontak dengan orang lain. Kemajuan teknologi ponsel memungkinkan individu untuk melakukan komunikasi tanpa harus bertemu atau bertatap muka secara langsung dengan orang lain. Aktivitas komunikasi dengan ponsel yang dilakukan terus menerus dapat membuat individu kecanduan ponsel.

2.4.3 Indikator Kecanduan Gadget

Aspek –aspek kecanduan gadget lainnya dikemukakan oleh Lin, dkk (2014) untuk menyusun gadget berdasarkan perkembangan dari *Chen Internet Adiction Scale* (CIAS). Aspek-aspek tersebut yaitu:

a. Perilaku kumpulsif (*Compulsive behavior*)

Individu melakukan tindakan yang berulang-ulang dalam menggunakan gadget, misalnya mengecek gadget berulang kali meskipun tidak ada pesan atau panggilan masuk.

b. Gangguan fungsional (*Functional impairment*)

Terganggunya fungsi-fungsi kehidupan individu karena penggunaan gadget yang berlebihan. Misalnya terganggunya pekerjaan individu karena terlalu sering menggunakan gadget, atau terhambatnya pengerjaan tugas sekolah karena terlalu sering bermain game melalui gadget.

c. Menarik diri (*Withdrawal*)

Suatu perasaan yang tidak menyenangkan atau efek fisik yang terjadi ketika aktivitas atau perilaku tertentu diberhentikan atau tiba-tiba dikurangi. Individu yang terbiasa menggunakan gadget atau intensitas penggunaannya dikurangi.

d. Toleransi (*Tolerance*)

Proses dimana meningkatnya dosis dari sebuah aktivitas yang dibutuhkan untuk mencapai suatu efek yang sama. Seseorang yang mengalami pemakaian gadget yang berlebihan pastinya tidak berhenti menggunakan terus menerus sampai mereka merasa puas dan selalu meningkat terus dalam penggunaannya.

2.4.4 Alat Ukur Kecanduan Gadget

Menggunakan alat ukur yang sudah dilakukan modifikasi dan *try out* oleh peneliti Nurdiani (2015) dari peneliti Zahrani (2014) berdasarkan aspek *addiction* dari Griffiths (Terry, Szabo and Griffiths, 2004). Alat ukur dari peneliti Zahrani (2014) terdiri 30 item *Favorable*, yang kemudian dilakukan modifikasi dan *try out* oleh peneliti Nurdiani (2015) menjadi 16 soal, terdiri dari 14 item *favorable* dan 2 item

unfavorable dengan hasil uji reliabilitas nilai *alpha cronbach* sebesar 0,88. Menggunakan Skala Likert Pernyataan positif (*Favorable*) yaitu, Sangat Setuju = 4, Setuju = 3, Tidak Setuju = 2, Sangat Tidak Setuju = 1 dan Pernyataan negatif (*Unfavorable*) yaitu, Sangat Setuju = 1, Setuju = 2, Tidak Setuju = 3, Sangat Tidak Setuju = 4. Interpretasi hasil yang di peroleh adalah < 42: Rendah, 42-63: Sedang, > 63: Tinggi. Semakin tinggi skor yang diperoleh dari skala *gedget* maka semakin tinggi tingkat *gedget* subjek dan semakin rendah skor yang diperoleh dari skala *gedget* ini maka semakin rendah tingkat *gedget* subjek.

2.5 Konsep Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Tingkat Gangguan Mental Emosional Pada Remaja

Menurut Griffiths (2018), kecanduan *gadget* didefinisikan sebagai terlalu lama menggunakan *gadget* sehingga mengganggu kehidupan pengguna sehari-hari. Selain itu, penggunaan berlebihan *gedget* dapat menyebabkan masalah mental atau perilaku. Hal ini dapat menyebabkan kelainan perilaku maladaptif, mengganggu kinerja di sekolah atau pekerjaan, mengurangi interaksi sosial di kehidupan nyata, pengabaian kehidupan pribadi, gangguan mental, perubahan mood dan juga dapat menyebabkan gangguan hubungan dengan orang lain.

Kecanduan gadget dapat dianggap sebagai salah satu bentuk teknologi. Secara operasional bahwa kecanduan teknologi sebagai kecanduan perilaku yang melibatkan interaksi manusia-mesin dan non kimia di alam, pola perilaku serupa, kecanduan pada internet telah dikategorikan sebagai tipe yang substans terkait dengan gangguan adiktif

dalam DSM-V (Lin, dkk 2014).

Menurut pendapat beberapa ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kecanduan gadget merupakan sebuah perilaku yang menyebabkan keterikatan atau ketergantungan dan merupakan bentuk ketergantungan pada teknologi yang memiliki dampak negatif pada individu (Griffith dalam, dkk, 2014).

Gangguan mental emosional adalah keadaan yang mengindikasikan bahwa individu mengalami suatu perubahan emosional yang dapat berkembang menjadi keadaan patologis. Jika terus berlanjut maka perubahan emosional tersebut perlu diantisipasi agar kesehatan jiwa masyarakat tetap terjaga (Idaiani, Suhardi, & Kristanto,2017)



2.6 Tabel Sintesis

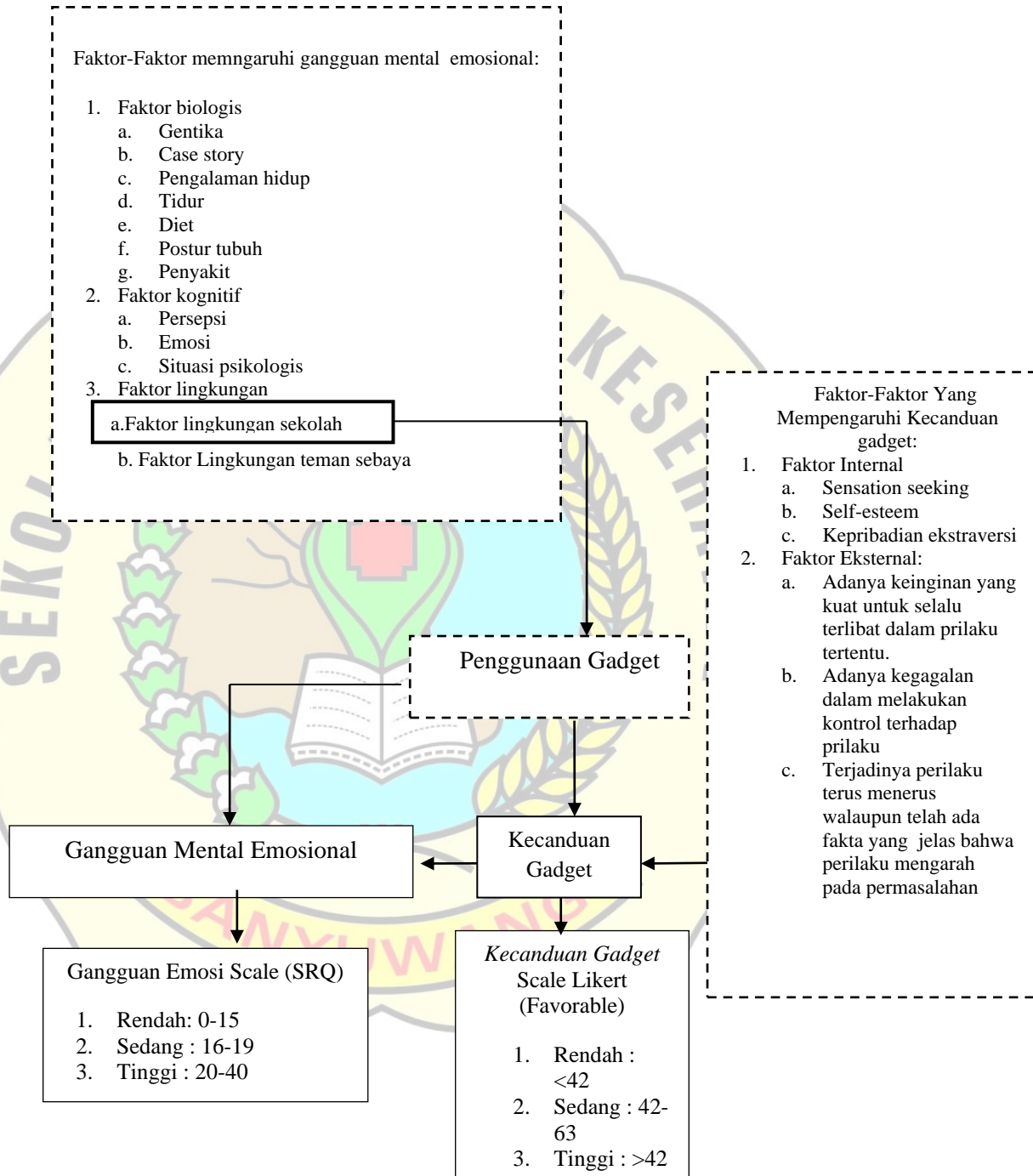
| No | Penulis | Tahun | Volume, Angka | Judul | Metode(Desain,Sampel, Variabel, Instrumen, Analisis) | Hasil Penelitian | Sumber Data |
|----|--|-------|---------------|---|---|---|-----------------------|
| 1. | Ayu Insafi Mulyantari, Nurul Romadhona Gemah Nuripa, Yuli Susanti, Titik Respati | 2019 | Vol.1(1) | Hubungan Kebiasaan Penggunaan Gadget Dengan Status Mental Emosional Pada Anak Usia Prasekolah | D: <i>Cross Sectional</i> S: Sampel penelitian ini sebanyak 70 responden V: Variabel independen (Kebiasaan Penggunaan Gadget) Variabel dependen (Status Mental Emosional). I: alat ukur yang digunakan kuesioner (KMME) A: <i>Chi Square</i> | Hasil penelitian ini 39 anak menggunakan gadget lebih dari 1 jam dalam 1 hari, 9 anak mulai menggunakan gadget sejak usia kurang dari 18 bulan, dan anak 36 anak mempunyai status mental emosional yang menyimpang. | <i>Google scholar</i> |
| 2 | Dwi Wulandari, Dilfera Hermiati | 2019 | Vol 3(1) | Deteksi Dini Gangguan Mental Dan Emosional Pada Anak Yang Mengalami Kecanduan Gadget | D: deskriptif analitik S: Sampel penelitian ini adalah Anak usia 3-6 tahun sebanyak 100 responden V: variabel independen (gangguan mental emosi) variabel dependen (kecanduan gadget) I: alat ukur yang digunakan kuesioner ((KMME) A: menggunakan teknik <i>purposive random sampling</i> | Hasil Penelitian menunjukkan dari 100 responden sebanyak 66 (66%) responden dengan tingkat kecanduan tinggi, 34 (34%) responden dengan tingkat kecanduan rendah. sebanyak 41 (41%) responden dengan Mental dan emosional Normal, 59 (59%) responden dengan aspek gangguan mental dan emosional. Simpulan, sebagian besar anak mengalami kecanduan | <i>Google scholar</i> |

| | | | | | | |
|---|--|------|----------|---|--|--|
| | | | | | gadget dan sebagian besar anak beresiko mengalami gangguan emosional jika orang tua tidak melakukan tindakan bijak dalam penggunaan gadget. | |
| 3 | Falerisiska Yunere, Millia Anggraini, Cici Yuliana Vitri | 2021 | Vol.2(4) | Gangguan Mental Emosional Pada Pelajar SMP Di Bekasi Pada Masa Pandemi Covid-19 Pontensial Dampaknya Terhadap Ketahanan Keluarga. | <p>D: deskriptif analitik</p> <p>S: Sampel penelitian ini sebanyak 76 responden</p> <p>V: Variabel independen (gangguan mental emosional)</p> <p>Variabel dependen (potensial dampak terhadapnya kesehatan keluarga).</p> <p>I: <i>Multistage sampling</i></p> <p>A: chi-square</p> | <p>Hasil uji statistik $p \text{ value} = 0.048$ ($p < \alpha$) artinya H_0 diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan teman sebaya dengan Gangguan mental Emosional Pada Remaja Di SMK Kosgoro 2 Payakumbuh tahun 2021.</p> |
| 4 | Oktavia, Jumaini, Agrina | 2021 | Vol 9(1) | Hubungan Interaksi Teman Sebaya Dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Gangguan Mental Emosional Remaja | <p>D: deskriptif korelasi</p> <p>S: Sampel penelitian adalah 322 responden yang diambil berdasarkan kriteria inklusi menggunakan teknik <i>consecutive sampling</i>.</p> <p>V: variabel independen (penggunaan media sosial) variabel dependen gangguan mental emosional</p> <p>I: Alata ukur koesioner</p> | <p>Hasil uji statistik dengan menggunakan uji Chi Square didapatkan $p \text{ value} = 0,04 > \alpha$ (0,05), disimpulkan bahwa ada hubungan antara interaksi teman sebaya terhadap gangguan mental emosional remaja.</p> |


| | | | | | | | |
|---|---|------|-----------|--|---|--|-----------------------|
| | | | | | Sampel penelitian adalah 322 responden yang diambil berdasarkan kriteria inklusi menggunakan teknik <i>consecutive sampling</i> . A: uji <i>chi-square</i> . | | |
| 5 | Clement Eko Prasetio, Tiffani Amalia Rahman, Airin Triwahyuni | 2019 | Vol:5 (2) | Gangguan Mental Emosional dan Kesenian pada Mahasiswa Baru | D: <i>cross sectional</i> S: Melalui penarikan sampel yang bersifat <i>convenient</i> , sebanyak 151 mahasiswa baru V: variabel independen (gangguan emosi) variabel dependen (kesepian pada mahasiswa baru) I: <i>kuisioner Self Report Questionnaire (SRQ)</i> A: uji <i>chi-square</i> | hasil uji analisis regresi, yang menunjukkan bahwa kesepian menjadi prediktor yang signifikan gangguan mental emosional. Kesenian dapat menjelaskan 33.4% variansi dari gangguan mental emosional. Kesenian memiliki <i>effect size</i> yang tergolong besar dalam memprediksi gangguan mental emosional, yaitu <i>cohen's f2</i> = 0.501. | <i>Google Scholar</i> |


BAB 3
KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Konseptual



Keterangan :

 : Variabel yang diteliti

 : Variabel yang tidak diteliti

 : Garis Penghubung

Bagan 3.1. Kerangka Konseptual Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Gangguan Emosi Pada Remaja Kelas VIII Di SMP Negeri 4 Banyuwangi tahun 2022.

3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu pertanyaan asumsi tentang hubungan antara dua atau lebih variabel yang diharapkan bisa menjawab suatu pertanyaan dalam penelitian. Setiap hipotesis terdiri atas suatu unit atau bagian dari permasalahan (Nursalam, 2013). Hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut:

Ha : Ada Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Tingkat Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Kelas VIII Di SMP Negeri 4 Banyuwangi Tahun 2022.

BAB 4
METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian Yang Digunakan

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

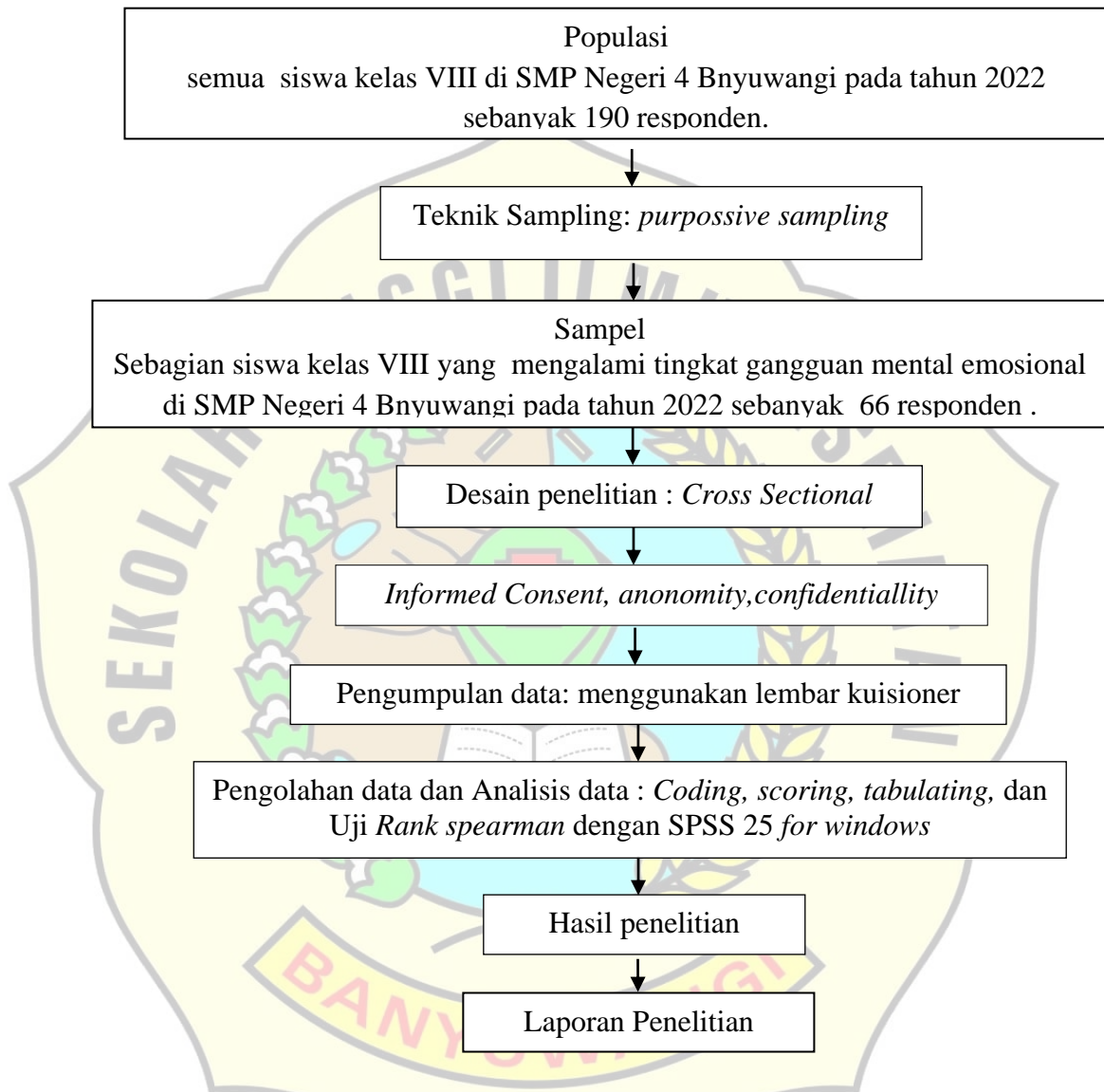
Desain penelitian merupakan rancangan penelitian untuk menuntun peneliti mendapatkan jawaban dari pertanyaan penelitian. Desain penelitian dalam pengertian yang luas telah mencakup berbagai hal yang dilakukan peneliti yaitu mulai dari identifikasi masalah, rumusan hipotesis, operasionalisasi hipotesis, 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).

Nursalam (2016) mengungkapkan desain penelitian dalam penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang mana waktu pengukuran atau observasi hanya satu kali pada satu saat pada data variabel independen dan variabel dependen. Penelitian ini peneliti akan menganalisis hubungan antara variabel tingkat kecanduan gadget dengan variabel tingkat gangguan mental emosional pada remaja



4.2 Kerangka Kerja

Kerangka kerja merupakan sebuah bagan yang menunjukkan suatu rancangan kegiatan penelitian yang akan dilakukan, (Hidayat, 2011) .



4.2 Kerangka Kerja : Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Tingkat Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Kelas VIII Di SMP Negeri 4 Banyuwangi Tahun 2022.

4.3 Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel

4.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian adalah subjek yang telah ditentukan oleh peneliti yang sesuai dengan kriteria masalah yang diambil (Nursalam, 2016). Populasi yang digunakan adalah semua siswa kelas VIII di SMP Negeri 4 Banyuwangi pada tahun 2021 sebanyak 190 orang.

4.3.2 Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian populasi terjangkau yang dapat menjadi subjek penelitian melalui sampling (Nursalam, 2016). Sampel yang digunakan adalah sebagian siswa Kelas VIII yang mengalami tingkat gangguan mental emosional di SMP Negeri 4 Banyuwangi pada tahun 2022 sebanyak 66 responden. Maka dalam menentukan besar sampel, dengan cara menggunakan rumus sebagai berikut :

Rumus:

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

Keterangan :

n : Besar sampel

N : Besar populasi

d : Tingkat signifikan (0,05) (Nursalam, 2013)

jumlah sampel yang diambil adalah :

diketahui :

populasi atau $N = 190$ orang

$$n = \frac{190}{1+190 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{190}{1+190 (0,01)}$$

$$n = \frac{190}{1+1,9}$$

$$n = \frac{190}{2,9}$$

$$= 65,51 = 66$$

= 65,51 dibulatkan jadi 66 Responden

Sampel dalam penelitian ini harus memenuhi kriteria inklusi. Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subyek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau yang akan diteliti (Nursalam, 2013) :

1. Kriteria Inklusi

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

- 1) Siswa SMP Negeri 4 Banyuwangi kelas VIII yang masih aktif sebagai siswa atau tidak cuti dan sedang gangguan mental emosional.

- 2) Sehat jasmani dan rohani.
 - 3) Bersedia menjadi responden.
2. Kriteria Eksklusi

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

- 1) Siswa yang tidak mengisi kuesioner dengan lengkap.

4.3.3 Teknik Sampling

Sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi yang dapat mewakili populasi yang ada, jadi 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 *purposive sampling*. Nursalam (2016) menyebutkan *Purposive sampling* disebut juga *judgement sampling* yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan / masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya.

4.4 Identifikasi Variabel

Variabel adalah perilaku atau karakteristik yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu (benda, manusia, dan lain-lain). Ciri yang dimiliki oleh anggota suatu kelompok (orang, benda, situasi) berbeda dengan yang dimiliki oleh kelompok tersebut. Dalam riset, variabel dikarakteristikan sebagai

derajat, jumlah dan perbedaan. Variabel juga merupakan konsep dari 93 berbagai level abstrak yang didefinisikan sebagai suatu fasilitas untuk pengukuran dan atau manipulasi suatu penelitian (Nursalam, 2016).

4.4.1 Variabel Independent (Variabel Bebas)

Variabel indenpenden adalah variabel yang mempengaruhi atau nilainya menentukan variabel lain. Suatu kegiatan stimulus yang dimanipulasi oleh peneliti menciptakan suatu dampak pada variabel dependen. Variabel bebas biasanya dimanipulasi, diamati, dan diukur untuk diketahui hubungannya atau pengaruhnya terhadap variabel lain. Di ilmu keperawatan, variabel bebas biasanya merupakan stimulus atau intervensi keperawatan yang diberikan kepada klien untuk memengaruhi tingkah laku klien (Nursalam, 2016). Penelitian ini variabel independen adalah tingkat kecanduan gadget.

4.4.2 Variabel Dependent (Variabel Terikat)

Variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi nilainya ditentukan oleh variabel lain. Variabel respons akan muncul sebagai akibat dari manipulasi variabel-variabel lain. Ilmu perilaku, variabel terikat adalah aspek tingkah laku yang diamati dari suatu organisme yang dikenai stimulus. Kata lain, variabel terikat adalah faktor yang diamati dan diukur untuk menentukan ada tidaknya hubungan atau pengaruh dari variabel bebas (Nursalam, 2016). Penelitian ini variabel dependen adalah tingkat gangguan mental emosional

4.5 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari sesuatu yang yang didefinisikan tersebut. Karakteristik yang dapat diamati (diukur) itulah yang merupakan kunci definisi operasional. Dapat diamati artinya memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena yang kemudian dapat diulangi lagi oleh orang lain (Nursalam, 2016)

Tabel 4.1 Definisi Operasional : Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Tingkat Gangguan Mental Emosi Pada Remaja Kelas VIII Di SMP Negeri 4 Banyuwangi Tahun 2022.

| Variabel | Definisi | Indikator | Alat ukur | Skala | Skor |
|---|---|--|---|----------|--|
| Variabel independen : kecanduan Gadget | Kecanduan gedit adalah sebuah sindrom dimana prilaku mencari kesenangan atau kepuasan tertentu telah melebihi batas atau kendali | 1. Perilaku kompulsif (compulsive behavior) 2. Gangguan fungsional (functional impairment) 3. Menarik diri (Withdrawal) 4. Toleransi (tolerance) | Kuesioner Skala Likert (Favorable) | Ordina 1 | Skala Linkert Rendah : <42 Sedang : 42 – 63 Tinggi : >42 |
| Variabel dependen: Gangguan Emosi | Gangguan emosi adalah gejala yang serius dalam perkembangan intelektual serta dapat menurunkan produktivitas, kualitas hidup, dan tumbuh kembang. | 1. Dampak 2. Kepuasan 3. Kecemasan yang berhubungan dengandiabetes mellitus 4. Kecemasan yang berhubungan dengan sosial | Kuesioner <i>Self Rating</i> <i>Questionnaire SRQ</i> | Ordina 1 | Rendah : 0-15 Sedang : 16-19 Tinggi : 20-40 |

4.6 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengumpulkan data sesuai dengan macam dan tujuan peneliti (Notoadmodjo, 2010).

4.6.1 Instrumen *Kecanduan Gadget*

Dalam penelitian ini menggunakan alat ukur yang sudah dilakukan modifikasi dan *try out* oleh peneliti Nurdiani (2015) dari peneliti Zahrani (2014) berdasarkan aspek *addiction* dari Griffiths (Terry, Szabo and Griffiths, 2004). Alat ukur dari peneliti Zahrani (2014) terdiri 30 item *Favorable*, yang kemudian dilakukan modifikasi dan *try out* oleh peneliti Nurdiani (2015) menjadi 16 soal, terdiri dari 14 item *favorable* dan 3 item *unfavorable* dengan hasil uji reliabilitas nilai *alpha cronbach* sebesar 0,88. Menggunakan Skala Likert Pernyataan positif (*Favorable*) yaitu, Sangat Setuju = 4, Setuju = 3, Tidak Setuju = 2, Sangat Tidak Setuju = 1 dan Pernyataan negatif (*Unfavorable*) yaitu, Sangat Setuju = 1, Setuju = 2, Tidak Setuju = 3, Sangat Tidak Setuju = 4. Interpretasi hasil yang di peroleh adalah < 42: Rendah, 42-63: Sedang, > 63: Tinggi. Semakin tinggi skor yang diperoleh dari skala *gedget* maka semakin tinggi tingkat *gedget* subjek dan semakin rendah skor yang diperoleh dari skala *gedget* ini maka semakin rendah tingkat *gedget* subjek.

4.6.2 Instrumen Gangguan Emosi

Alat ukur gangguan emosi adalah kuesioner dengan sistem singkrom yang akan diisi oleh responden dalam suatu penelitian. Kuesioner terdiri dari beberapa bagian, Identitas responden, usia, jenis kelamin. kuesioner gangguan emosi (*Self Reporting Questinnair*) terdiri dari 20 item pernyataan dengan skala Guttman (Ya/Tidak) dengan hasil uji reliabilitas nilai alpha cronbach 0,84. Kuesioner ini disusun oleh WHO yang kemudian diadaptasi dalam bahasa indonesia, digunakan secara menyeluruh di indonesia oleh Kemkes RI. SRQ memiliki nilai sensitivitas 83% dan spesifisitas 80% sehingga disimpulkan bahwa kusioner ini dapat digunakan sebagai gangguan emosional (Harding et al., 1980; Mari & Williams, 1986).

4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian

4.7.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 4 Banyuwangi.

4.7.2 Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan pada bulan 21-22 Juni 2022.

4.8 Pengumpulan atau Proses Pengambilan Data

4.8.1 Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian. Langkah-langkah dalam pengumpulan data bergantung pada rancangan penelitian dan teknik instrumen yang digunakan (Nursalam, 2016).

4.8.2 Proses Pengambilan Data

Peneliti harus melakukan lima tugas dalam proses pengumpulan data. Tugas tersebut berhubungan dan dilaksanakan secara simultan, dengan kata lain tidak secara berurutan. Tugas tersebut meliputi memilih subjek, mengumpulkan data secara konsisten, mempertahankan pengendalian dalam penelitian, menjaga integritas atau validitas, dan menyelesaikan masalah (Nursalam, 2016).

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan pengukuran menggunakan kuesioner pada responden. Langkah-langkah pengumpulan data adalah sebagai berikut.

- 1) Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu meminta surat studi pendahuluan penelitian dari Institusi Stikes Banyuwangi yang diberikan kepada sekolah SMP Negeri 4 Banyuwangi.
- 2) Peneliti mengajukan surat permohonan data awal ke SMP Negeri 4 Banyuwangi.
- 3) Peneliti melakukan koordinasi dengan kepala sekolah SMP Negeri 4 Banyuwangi.
- 4) Peneliti memberikan lembar *informed consent* kepada responden
- 5) Peneliti memberikan kuesioner tingkat kecanduan gedit Likert (Favorable) dan kuesioner *Self Reporting Questinnair* (SRQ) untuk mengetahui tingkat kecanduan gadget dan

gangguan emosi kepada responden dengan melakukan pengisian kuesioner.

- 6) Peneliti merekap hasil penelitian dan mengolah hasil penelitian.

4.9. Analisa Data dan Pengolahan Data

4.9.1 Analisa Data

Analisa data adalah bagian yang sangat penting untuk mencapai tujuan pokok penelitian, yaitu menjawab pertanyaan-pertanyaan penelitian yang mengungkapkan fenomena (Nursalam, 2016). Sebelum melakukan analisa data, secara berurutan data yang berhasil dikumpulkan akan mengalami proses *editing*, *coding*, *scoring*, dan *tabulating*.

1. *Editing*

Editing adalah upaya untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan (Aziz Alimul H, 2016). *Editing* dalam penelitian ini yaitu memeriksa kelengkapan isi dari pernyataan kuesioner, kesesuaian skor yang dicantumkan oleh peneliti.

2. *Coding*

Coding adalah pemberian kode pada data yang dimaksudkan untuk menterjemahkan data kedalam kode-kode yang biasanya dalam bentuk angka (Jonathan Sarwono, 2015).

Coding dari kuesioner Skala Likert Pernyataan positif dan negatif (*Favorable*) yaitu untuk mengukur tingkat emosi yaitu:

Pernyataan positif :

- a. Sangat setuju : 4
- b. Setuju : 3
- c. Tidak setuju : 2
- d. Sangat tidak setuju : 1

Pernyataan negatif :

- a. Sangat setuju : 1
- b. Setuju : 2
- c. Tidak setuju : 3
- d. Sangat tidak setuju : 4

Coding dari kuesioner SRQ untuk mengukur tingkat emosi yaitu:

- a. TIDAK : 0
- b. YA : 1

3. Scoring

Scoring adalah data yang didapat dari skor sesuai dengan skala (Jonathan Sarwono, 2015). Skala yang digunakan yaitu skala likert

Rumus skala likert:

Rumusan Skala Likert :

$$T \times P_n$$

Keterangan :

T : Total jumlah responden yang memilih

P : Pilihan angka skor Likert

1. Tingkat Kecanduan Gadget

- d. Rendah :<42
- e. Sedang : 42 – 63
- f. Tinggi:>42

2. Tingkat gangguan emosi

- a. Rendah : 0-15
- b. Sedang :16-19
- c. Tinggi :20-40

4. *Tabulating*

Tabulating adalah kegiatan menggambarkan jawaban responden dengan cara tertentu, seperti penyajian data dalam tabel yang terdiri dari beberapa garis dan kolom. Tabel dapat digunakan untuk memaparkan sekaligus beberapa variabel hasil observasi, survey, atau penelitian hingga data mudah dibaca dan mengerti (Jonathan Sarwono, 2015).

4.9.2 Pengolahan Data

Untuk mengetahui hubungan kedua variabel maka dilakukan uji statistik. Uji statistik yang digunakan peneliti adalah uji *rank spearman*. Peneliti dalam mengelola data menggunakan perangkat lunak SPSS (*Statistic Programme for Social Scient*) versi 25 *windows 7* (Aziz Alimu H, 2016).

Kaidah pengujian:

Bila $p < 0,05$ maka H_0 ditolak H_a diterima, berarti ada hubungan yang bermakna antara dua variabel yang diukur yaitu ada Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Tingkat Dengan

Tingkat Gangguan Mental Emosional Pada Remaja kelas VII SMP Negeri 4 Banyuwangi Tahun 2022

Bila $p > 0,05$ maka H_0 diterima H_a ditolak berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara dua variabel yang diukur yaitu tidak ada Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Tingkat Dengan Tingkat Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Kelas VIII SMP Negeri 4 Banyuwangi Tahun 2022 .

Nilai korelasi rank spearman beberapa diantara -1 s/d 1. Bila nilai = 0, berarti tidak ada korelasi atau tidak ada hubungannya antara variabel independen dan dependen. Nilai = +1 berarti terdapat hubungan yang positif antara variabel independen dan variabel dependen. Nilai = -1 berarti terdapat hubungan yang negative antara variabel independen dan dependen. Hasil analisis diselaraskan dengan table interpretasi korelasi koefisien spearman rank menurut pendapat D.A. de Vaus (2002:259)

Tabel 4.4 Hasil Pengujian Rank Spearman

| Koefisien | Kekuatan Hubungan |
|------------|-----------------------------|
| 0,00 | Tidak Ada Hubungan |
| 0,01-0,009 | Hubungan Kurang Berarti |
| 0,10-0,29 | Hubungan Lemah |
| 0,30-0,49 | Hubungan Moderat |
| 0,50,0,69 | Hubungan Kuat |
| 0,70,0,89 | Hubungan Sangat Kuat |
| >0,90 | Hubungan Mendekati Sempurna |

4.9.3 Penghitungan Korelasi

Sesuai dengan peneliti yaitu menjelaskan hubungan tingkat Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Tingkat Gangguan Mental

Emosional Pada Remaja Kelas VIII Di SMP Negeri 4 Banyuwangi Tahun 2022, maka untuk mendapat hubungan variabel X (independen) dan Y (dependen) tersebut digunakan uji statistik Rank Spearman dengan bantuan software SPSS *for windowsseri 25* (Aziz Alimul H, 2016).

4.10 Etika Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian skripsi ini perlu. Sebelumnya terjun langsung kelapangan peneliti mengajukan uji etik dan lolos kaji etik No:116/01/KEPK-STIKESBWI/V/2022 selanjutnya peneliti meminta permohonan izin dari kepada Kepala Sekolah SMP Negeri 4 Banyuwangi untuk mendapatkan persetujuan penelitian, setelah mendapatkan persetujuan peneliti langsung menyebarkan kuesioner kepada responden dengan menekankan masalah etik, antara lain.

4.10.1 *Informed Conccent*

Informed conccent adalah informasi yang harus diberikan pada subjek secara lengkap tentang tujuan penelitian yang akan dilaksanakan dan mempunyai hak untuk bebas berpartisipasi atau menolak menjadi responden (Nursalam, 2016).

1. Sebelum melakukan penelitian telah mendapat ijin dari responden.
2. Bila bersedia menjadi responden penelitian harus ada bukti persetujuan yaitu dengan tanda tangan.
3. Bila responden tidak bersedia menjadi subjek penelitian, peneliti tidak boleh memaksa.

4.10.2 Anonymity (Tanpa Nama)

Subjek tidak perlu mencantumkan namanya pada lembar pengumpulan data cukup menulis nomer atau kode saja untuk menjamin kerahasiaan identitasnya. Apabila sifat peneliti memang menuntut untuk mengetahui identitas subjek, peneliti harus memperoleh persetujuan terlebih dahulu serta mengambil langkahlangkah dalam menjaga kerahasiaan dan melindungi jawaban tersebut (Wasis, 2015).

4.10.3 Confidentiality (Kerahasiaan)

Confidentiality 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 (Aziz, Alimul H, 2016).

4.10.4 Justice (Keadilan)

Justice adalah suatu bentuk terapi adil terhadap orang lain yang menjunjung tinggi prinsip moral, legal dan kemanusiaan, prinsip keadilan juga diterapkan pada Pancasila Negara Indonesia pada sila ke 5 yakni keadilan sosial bagi seluruh rakyat Indonesia. Dengan ini menunjukkan bahwa prinsip keadilan merupakan suatu bentuk prinsip yang dapat menyeimbangkan dunia (Abrori,2016).

4.10.5 Non Malefiscence (Tidak Merugikan)

Non Malefiscence adalah sebuah prinsip yang mempunyai

arti bahwa setiap tindakan yang dilakukan pada seseorang tidak menimbulkan kerugian secara fisik maupun mental (Abrori, 2016).

4.10.6 Keterbatasan Penelitian

1. Penelitian dilakukan saat pandemi covid-19. Peneliti diperbolehkan menyebarkan koesioner dan menjelaskan isi koesioner namun didampingi oleh wali kelas.
2. Beberapa responden harus dibantu untuk membaca karena kurang paham maksud dari isi koesioner.
3. Saat penyebaran koesioner responden tidak semua ada dikelas karena sekolah diperlakukan sistem 2 sift (pagi dan siang)

