

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Remaja akan melalui suatu tahap perkembangan yang bertujuan untuk mencapai kematangan sehingga dapat menentukan perkembangan selanjutnya (Alizamar, 2019). Menurut *World Health Organization* WHO rentang usia remaja adalah 10-19 tahun yang terbagi dalam dua periode yaitu, remaja awal (usia 10-14 tahun) dan remaja akhir (15-19 tahun). Populasi remaja dari keseluruhan penduduk di dunia yaitu sekitar 1,2 miliar atau sekitar 18% (Buluet al., 2019). Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2020 jumlah remaja di Indonesia pada tahun 2020 mencapai 44,31 juta jiwa. Jumlah remaja pada tahun 2020 di Sumatera Barat sebanyak 993.000 jiwa sedangkan jumlah remaja di Kota Padang sebanyak 305.108 jiwa (BPS, 2020).

Remaja mengalami beberapa tahap pertumbuhan dan perkembangan. Pada tahap pertumbuhan dan perkembangan tersebut akan terjadi perubahan-perubahan baik dari segi fisik, psikologis, budaya dan juga hubungan psikososial. Perubahan yang dialami oleh remaja pada tahap pertumbuhan dan perkembangan dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan (Khan et al, 2019). Perubahan tersebut membuat remaja mengalami masa pubertas, jika remaja tidak dapat memenuhi berbagai tugas dalam *tahap* perkembangan maka akan menjurus kepada kenakalan remaja (Ahmad et al, 2019).

Emosi muncul pada saat manusia berinteraksi dengan lingkungan dan merupakan hasil upaya untuk beradaptasi dengan lingkungannya (Baihaqi, 2017). Gangguan emosi adalah kesulitan penyesuaian diri dan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku dalam lingkungan kelompok usia maupun masyarakat, sehingga merugikan dirinya maupun orang lain (Heward, 2018).

Prevalensi dampak gangguan emosional yang diakibatkan oleh penggunaan gadget pada remaja 1.500.000 anak dan remaja di Amerika Serikat bahwa anak dan remaja mengalami permasalahan emosional, pertumbuhan, perkembangan dan perilaku. Tidak hanya itu, 12,5% anak di Singapore mengalami gangguan emosi serta perilaku (Zakiah 2021). Kecanduan gadget secara data global di dunia lebih banyak dikaitkan dengan remaja yang berakibat gagal dalam ujian tahun sebelumnya. Kecanduan gadget memediasi secara statistik 54,8% remaja yang menderita gangguan dengan teman sebaya, 42,2% gangguan emosional, 3% kemudian 38,1% anak yang menderita gangguan hiperaktifitas, dan sebanyak 38,5% gangguan perilaku (Puspitasari, 2019).

Setengah dari semua kondisi kesehatan mental dimulai pada usia 14 tahun tetapi kasus tidak terdeteksi dan tidak diobati karena sejumlah alasan, seperti kurangnya pengetahuan atau kesadaran tentang kesehatan mental diantara petugas kesehatan, atau stigma yang mencegah remaja mencari bantuan, hal ini bisa meningkatkan kemungkinan pengambilan perilaku beresiko lebih lanjut dan dapat mempengaruhi kesejahteraan kesehatan mental dan emosi pada remaja (WHO, 2020).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi. Selain itu berdasarkan Sistem Registrasi Sampel yang dilakukan Badan Litbangkes, diperoleh data bunuh diri pertahun sebanyak 1.800 orang atau setiap hari ada 5 orang melakukan bunuh diri, serta 47,7% korban bunuh diri adalah pada usia 10-39 tahun yang merupakan usia anak remaja.

Hasil survey federasi kesehatan mental Indonesia (Fekmi) di kota besar yaitu Medan, Padang, Jakarta, Bandung, Semarang, Yogyakarta, Surabaya, Banjar masin, Denpasar dan Ujung Pandang menunjukkan 54% remaja mengaku pernah berkelahi, 87% berbohong, 28% merasa kekerasan sebagai hal yang biasa dan 8,9% pernah mencoba narkoba (Asif, 2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan emosi pada remaja adalah faktor biologis, perkembangan kognitif, keluarga, lingkungan (lingkungan sekolah, lingkungan teman sebaya, perkembangan teknologi (gadget, kecanduan gadget)) (Ahmad, et al, 2019).

Kemajuan media informasi dan teknologi sudah dirasakan oleh hampir seluruh lapisan masyarakat baik usia remaja maupun usia tua. Meningkatnya penggunaan gadget atau alat-alat yang dapat dengan mudah terkoneksi dengan internet ini, mengalami peningkatan dari waktu ke waktu. *Gadget* merupakan salah satu hasil perkembangan teknologi yang diciptakan dalam bentuk perangkat kecil yang penggunaannya semakin meningkat. Penggunaan gadget sebagai sarana membuat individu merasa nyaman dan dapat menjadi penyebab kecanduan gadget (Yuwanto, 2020).

Kecaduan gadget dapat menimbulkan remaja menjadi susah diajak berkomunikasi, tidak peduli dan kurang berespon pada saat orang tua mengajaknya berbicara. Hal tersebut dapat menimbulkan kesenjangan antara anak dengan orang tuanya, lingkungannya, bahkan teman sebayanya. Selain itu pesatnya perkembangan teknologi dan paparannya terhadap remaja adalah video game yang dapat mempengaruhi perkembangan mental dan emosional remaja. Video game aksi adalah permainan yang menekankan pada tantangan fisik, kecepatan refleks, dan pertarungan/peperangan tempo cepat sehingga akan terjadi peningkatan emosi sehingga berperilaku lebih agresif (Anderson, 2018).

Remaja menjadi susah mengontrol emosinya karena tidak bisa dipisahkan oleh gadget hingga mengabaikan sekelilingnya seperti saat orang tua meminta tolong remaja sering mengatakan nanti, remaja menjadi kurang berempati, atau kurang peka terhadap sekelilingnya. Saat ini generasi millennial remaja menjadi malas beraktifitas, sering menyendiri, kurang bersosialisasi dan menjadi pribadi yang tertutup karena sering mengurung diri dirumah maupun dikamar yang berdampak buruk pada kesehatan dan psikologis (Aminabhavi, 2016).

Layar gadget dapat meningkatkan tingkat *hormon cortisol* yang memicu timbulnya stres dan berimbas hingga sulit mengumpulkan konsentrasi bagi remaja. Remaja zaman sekarang memiliki kecerdasan selain faktor genetik, juga dipengaruhi oleh gizi, lingkungan dan terapi yang memang semakin baik. Namun, walaupun secara IQ cerdas, muncul perilaku emosi-sosial seperti; sulit konsentrasi, berubah-ubah ide, tidak bisa fokus, berganti topik pembicaraan,

tidak memperhatikan apa yang diajarkan atau dibicarakan (sulit komunikasi), memiliki topik atau perhatiannya sendiri bahkan perhatian atau ide sendiripun berubah-ubah dalam hitungan menit (Raihana, 2018).

Hal ini didukung penelitian Baderi (2020) tentang hubungan *gadget addiction* terhadap emosi dan perilaku remaja ditemukan hasil mengalami gadget addiction tinggi sejumlah 57 anak (67,9%) dan memiliki gangguan emosi sejumlah 51 orang (51,2%). Ada hubungan gadget *addiction* terhadap emosi dan perilaku remaja ($pvalue = 0,000$).

Gadget merupakan salah satu alat komunikasi yang mempunyai banyak fungsi dengan menggunakan fitur yang berbeda. Gadget dianggap lebih lengkap dari pada alat komunikasi elektronik lainnya karena fungsi dan sifatnya yang berbeda. Saat ini banyak gadget yang sudah tersebar luas di seluruh wilayah dunia. Sekarang ini hampir semua kalangan terutama remaja menggunakan gadget dalam kegiatan yang mereka lakukan setiap harinya. Hampir setiap remaja yang menggunakan gadget menghabiskan waktu mereka dalam sehari untuk menggunakan gadget sehingga hal ini mempengaruhi perilaku mereka di dalam keluarga. Kegiatan yang biasanya dilakukan dengan berbincang dengan keluarga sekarang diisi dengan memainkan gadget (Hadriyanto, 2019).

Kecanduan gadget didefinisikan sebagai perilaku kecanduan, kehilangan kontrol dengan terlalu terbawa suasana dan terlalu terobsesi pada penggunaan smartphone, mengakibatkan keadaan yang tidak teratur seperti rasa gugup dan cemas dan cenderung merasa terlalu nyaman terhadap dunia virtual smartphone daripada teman (Kim et al, 2016).

Penggunaan gadget oleh remaja terus meningkat, Tiongkok menjadi Negara dengan jumlah pengguna gadget terbesar negeri panda ini menguasai 63,4% dari total pengguna gadget dunia sebanyak 911,924,000 dari total pengguna aktif gadget di negeri ini, sepanjang tahun lalu populasi pengguna yang aktif secara online di dunia. Perkiraan jumlah pengguna gadget tahun 2022 diprediksi mencapai 3,9 miliar pengguna. Pertumbuhan ini akan digerakkan oleh region-region yang sedang berkembang, termasuk Timur Tengah dan Afrika, Amerika Latin, dan Asia Tenggara (Newzoo, 2020).

Di Indonesia sudah banyak yang memiliki gadget berdasarkan hasil survei kominfo (2019) sebanyak 66,31% masyarakat Indonesia yang memiliki dan menggunakan gadget oleh remaja usia 9-19 tahun dengan presentase rata-rata sebanyak 65,34%. Provinsi Sumatera Barat merupakan urutan ketiga dengan penggunaan internet terbanyak yaitu 2,6% setelah provinsi Sumatera Utara (6,3%) dan provinsi Lampung sebanyak 3% (Jayani, 2019).

Data Digital *Yearbook Report* pada tahun 2019 menunjukkan jumlah pengguna media sosial di Indonesia terus meningkat, mencapai rata-rata 15% per tahun. Hampir 150 juta dari 268,3 juta orang Indonesia adalah pengguna media sosial aktif. Rata-rata setiap orang memiliki 11,2 akun. Intensitas rata-rata waktu harian yang dihabiskan untuk menggunakan media sosial melalui *smartphone* di Indonesia adalah 3 jam 26 menit. Angka ini lebih tinggi dari angka global, yaitu hanya 2 jam 16 menit.

Indonesia kecanduan gadget pada remaja sebesar 42,4%. Kesuluruhan remaja yang menggunakan gadget, 70% diantaranya mengakses internet untuk hal-hal negatif seperti *cybercrime*, *cyberporn*, dan game online lebih dari 3 jam

perhari. Kecanduan gadget juga dapat menimbulkan permasalahan fisik seperti mata kering, nyeri punggung, kebersihan yang terabaikan dan gangguan pola tidur. Masalah psikologis dan sosial seperti: penurunan daya ingat, euforia saat online, menarik diri dari lingkungan sosial, merasa cemas dan depresi bila offline (Saputra, 2019).

Jika penggunaan gadget terus dibiarkan, maka orang tua dan anak akan menjadi kurang dekat karena semua fungsi keluarga telah digantikan oleh gadget. Hal ini yang membentuk sikap individual pada anak, sehingga anak-anak akan lupa dengan lingkungannya. Sangat disayangkan hal ini tidak disadari oleh orangtua dan malah di anggap wajar kemudian dibiarkan begitu saja. Orang tua berfikir bahwa anaknya mengikuti zaman, tapi mereka tidak sadar bahwa hal sepele itulah yang membuat anak kecanduan gadget. Hal ini dibutuhkan pola asuh orang tua dalam perhatiannya pada remaja (Farida, 2021).

Pada penelitian Rahmadi (2017) tentang hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja usia 11-12 tahun ditemukan hasil tingkat kecanduan tinggi (52%) dan gangguan emosional abnormal (65,4%). Ada hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku ($p \text{ value}=0,002$). Penelitian (Sari et al., 2019) tentang hubungan paparan gadget dengan perkembangan emosional pada usia remaja ditemukan hasil paparan gadget (69,5%) dan perkembangan emosional abnormal (59,3%). Ada hubungan paparan gadget dengan perkembangan emosional ($p \text{ value}=0,000$).

Penelitian Amalya (2019) tentang hubungan adiksi smartphone dengan perilaku mental dan emosional pada remaja di Wilayah Kecamatan Bandung

Wetan ditemukan hasil perilaku mental dan emosional borderline 46,7% dan kecanduan tinggi 59%. Ada hubungan adiksi smarphoe dengan perilaku mental emodional ($p\ value=0,011$).

Berdasarkan data Dinas Pendidikan Kota Padang tahun 2023, jumlah SMK sebanyak 42 sekolah. Kecamatan Kuranji memiliki 4 SMK, salah satunya SMK Negeri 1 Padang merupakan angka cakupan siswa terbanyak 1434 orang, SMK Negeri 1 Sumatera Barat 1335 orang, SMK Kesehatan 79 orang dan SMK Profesional Padang 95 orang (Dinas Pendidikan Kota Padang, 2023).

Survey awal yang peneliti lakukan pada 3 SMK Negeri di Kota Padang yaitu SMK Negeri 1, SMK Negeri 5 Padang dan SMK Negeri 6 Padang, di SMK Negeri 1 Padang kepala sekolah dan guru mengatakan sebagian besar siswa/siswi disekolahnya memiliki tingkah laku yang buruk, emosi yang tidak stabil seperti mudah tersinggung, tidak mudah menerima nasehat, suka menggerutu dan mengkritik orang lain yang menyebabkan amarah dibandingkan dengan siswa/siswi disekolah lain terutama dalam waktu 2 tahun terakhir. Masa pandemi Covid-19 menyebar luas dan ditetapkan sebagai pandemi membuat sistem pembelajaran dilakukan secara daring. Hal ini membuat siswa/siswi tidak terlepas dari *gadget*. Rata-rata lebih dari 4 jam siswa/i tidak terlepas dari *gadget*.

Berdasarkan survey awal peneliti pada tanggal 29 November 2022 di SMK Negeri 1 Padang dengan melakukan wawancara terhadap 10 orang siswa, 7 orang siswa gangguan emosi seperti kurang nafsu makan, tidur kurang nyenyak, kesulitan berfikir secara jernih, kehilangan minat terhadap berbagai hal, merasa lelah sepanjang waktu, keluhan kurang nyaman dibagian perut dan

kurang bahagia. Dari 7 orang tersebut 6 orang mengatakan sering menggunakan dan kecanduan gadget.

Berdasarkan data-data dan studi pendahuluan yang diperoleh, penulis telah melakukan penelitian mengenai “Hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi remaja di SMK Negeri 1 Padang tahun 2023”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan maka dapat dirumuskan masalah penelitian “Apakah ada hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja di SMK Negeri 1 Padang tahun 2023 ?”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja di SMK Negeri 1 Padang tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya distribusi frekuensi gangguan emosi pada remaja di SMK Negeri 1 Padang tahun 2023.
- b. Diketuinya distribusi frekuensi kecanduan gadget pada remaja di SMK Negeri 1 Padang tahun 2023.
- c. Diketuinya hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja di SMK Negeri 1 Padang tahun 2023.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan serta wawasan tentang hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja di SMA Negeri 1 Padang tahun 2023.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi acuan dan mempermudah dalam melakukan penelitian selanjutnya dengan judul yang sama variabel yaitu berbeda seperti faktor biologis, perkembangan kognitif, keluarga, lingkungan sekolah, teman sebaya dan teknologi.

2. Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan untuk penelitian berikutnya dalam perkembangan ilmu pengetahuan metodologi penelitian dan komunitas.

b. Bagi Tempat Penelitian

Dapat dijadikan sebagai referensi penelitian dan bahan bacaan selanjutnya dalam judul yang sama untuk meningkatkan pendidikan yang akan datang khususnya dalam pendidikan keperawatan.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang ada, maka ruang lingkup penelitian ini hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja di SMK Negeri 1 Padang tahun 2023. Jenis penelitian kuantitatif pendekatan analitik dengan desain *cross sectional*. Variabel independen kecanduan gadget dan variabel dependen gangguan emosi. Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Maret – Agustus Tahun 2023. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 8 – 11 Mei 2023. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa/i di SMK Negeri 1 Padang kelas X dan XI berjumlah 194 dengan sampel 66 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *proportionate stratified random sampling*. Analisa data menggunakan analisa unvariat dan bivariat. Uji statistik yang digunakan uji *Chi Square* ($pvalue=0,000$).

