

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa (Baderi and Ekawati 2020). Remaja akan melalui suatu tahap perkembangan yang bertujuan untuk mencapai kematangan sehingga dapat menentukan perkembangan selanjutnya. Menurut 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) (Alrasheed & Aprianti, 2021). Pada tahap pertumbuhan dan perkembangan remaja akan mengalami perubahan-perubahan baik dari segi fisik, psikologis, budaya dan juga hubungan psikososial (Layli Mumbaasithoh, Fiya Ma'arifa Ulya, and Kukuh Basuki Rahmat 2021). Fase remaja merupakan fase perkembangan yang berada pada masa amat potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi maupun fisik (Nurajizah, Amalia, and Hasanah 2023). Pada periode ini, remaja cenderung mencari identitas diri dan kemandirian, sehingga rentan terhadap pengaruh lingkungan. Salah satu pengaruh signifikan dalam kehidupan remaja saat ini adalah penggunaan *gadget* (Rahim Daepawala et al. 2024).

Gadget adalah suatu alat elektronik yang memiliki berbagai layanan fitur dan aplikasi yang menyajikan teknologi terbaru yang dapat membantu hidup manusia menjadi lebih praktis. *Gadget* sendiri dapat berupa computer, laptop, tablet, video, *game*, telepon seluler dan juga *smartphone* (Asiah et al. 2022). Adanya *gadget* membuat masyarakat

sangat dimudahkan dalam melakukan berbagai macam aktivitas yang dahulu sulit dilakukan. Pengguna *gadget* tidak hanya berasal dari kalangan anak muda dan dewasa saja tetapi anak-anak usia dini pun sudah mulai terpapar dengan penggunaan *gadget*.

Menurut WHO Jumlah remaja pengguna *gadget* mencapai 35,6% dari total populasi dunia dengan rata-rata lama penggunaan *gadget* sekitar 3-4 jam per hari di tahun 2024 ini (World Health Organization 2024). Di dunia para remaja pengguna *gadget* mencapai 40,4% dengan rata-rata lama penggunaan sekitar 4-5 jam per hari (Degenhard 2024). Asia sendiri remaja pengguna *gadget* mencapai 20,38% dengan china yang menduduki peringkat pertama dan india yang menduduki peringkat kedua yang para remajanya menggunakan *gadget* dengan lama penggunaan sekitar 3-4 jam per hari (Degenhard 2024).

Di Indonesia pada tahun 2024 remaja pengguna *gadget* mencapai 34,4% dengan rata-rata lama penggunaan *gadget* sekitar 4 jam 37 menit per hari dari total populasi (Ismail 2024). Di daerah Jawa Tengah Ada sekitar 38,51% remaja yang sudah menggunakan *gadget* dengan rata-rata penggunaan *gadget* sekitar 3 jam 55 menit perhari dan di Grobogan sendiri ada sekitar 30,69% remaja yang sudah menggunakan *gadget* untuk kehidupan sehari-hari dengan rata-rata menghabiskan 3 jam 14 menit per hari (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2024). Hal ini mengundang perhatian dari berbagai pihak, dikarenakan anak-anak yang sudah mulai terpapar oleh *gadget* seringkali memiliki dampak negatif

seperti penurunan prestasi akademik remaja tersebut disekolah, mengurangi focus dan konsentrasi belajar remaja disekolah, dan bisa juga mengalami gangguan emosi terhadap remaja tersebut (Baderi and Ekawati 2020).

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 (Ulfa Suryani and Yazia 2023). Remaja menjadi susah mengontrol emosinya karena tidak bisa dipisahkan oleh *gadget* hingga mengabaikan sekelilingnya seperti saat orang tua meminta tolong kepada remaja dan remaja tersebut sering mengatakan nanti, remaja menjadi kurang berempati atau kurang peka terhadap sekelilingnya (Mulyanti, Dolifah, and Rahmat 2024).

Menurut *WHO* remaja yang mengalami gangguan emosi akibat *gadget* pada tahun 2024 mencapai 21,3% dengan gangguan emosi seperti kecemasan dan depresi, ketidakstabilan emosi, sikap egosentris, dan penarikan diri dari lingkungan (World Health Organization 2024). Di dunia remaja yang mengalami gangguan emosi akibat *gadget* ada sekitar 15% dengan gangguan emosi seperti cemas, marah-marah, atau gelisah saat tidak menggunakan *gadget* (Kurniawan, Anggraini, and Kristina 2025).

Asia sendiri ada sekitar 8,4% remaja yang mengalami gangguan emosi akibat *gadget* seperti cemas, depresi, gelisah, dan tidak dapat

mengendalikan dorongan untuk menggunakan internet atau teknologi (Marini, Hendriani, and Wulandari 2024). Di Indonesia gangguan emosi akibat *gadget* pada remaja pada tahun 2024 ada sekitar 19,3% dari populasi saat ini (Putri, 2024). Di daerah Jawa Tengah sendiri ada sekitar 14,4% remaja yang mengalami gangguan emosi akibat *gadget* pada tahun 2024 dan di Grobogan mencapai 16,4% remaja yang mengalami hal tersebut (Andreas Daniel Panggabean 2024).

Gangguan emosi pada remaja dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti perubahan hormon, tekanan akademik, tuntutan sosial, serta ekspektasi dari lingkungan. Salah satunya penggunaan *gadget* yang berlebihan juga menjadi salah satu penyebab utama gangguan emosional (Purnamasari, Fitri, and Mardiana 2023). Penggunaan *gadget* yang berlebihan di kalangan remaja telah menjadi perhatian serius dalam beberapa tahun terakhir karena dapat berdampak negatif pada kesehatan mental, khususnya dalam memicu gangguan emosi (Suprihanto 2022). Remaja yang menghabiskan terlalu banyak waktu di depan layar cenderung mengalami isolasi sosial, gangguan tidur, serta peningkatan tingkat kecemasan dan depresi (Fitriana, Ahmad, and Fitria 2021). Oleh karena itu, penting untuk meneliti lebih lanjut hubungan antara lamanya penggunaan *gadget* dengan gangguan emosi pada remaja guna menemukan solusi preventif yang efektif dalam menjaga kesejahteraan psikologis generasi muda (Susilo, Nurliyana, and Pranata 2020).

Berdasarkan penelitian pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMP N 1 Godong diketahui jumlah murid kelas VIII di SMP N 1 Godong sebanyak 302 murid dan para murid tersebut dibagi dalam 10 kelas yang di dalam satu kelas diisi kurang lebih 28-32 murid, dan didapatkan hasil bahwa murid yang terkena gangguan emosi sebanyak 122 murid dari puskesmas, kemudian peneliti mengambil beberapa murid untuk diwawancarai tentang penyebab terkena gangguan emosi yaitu sebanyak 20 murid.

Hasil dari wawancara menggunakan kuesioner kepada 20 murid, didapatkan 20 murid tersebut menggunakan *gadget* lebih dari 4 jam untuk bermain *game*, sosmed, dan menonton video di youtube atau tiktok setiap hari yang menyebabkan mereka mengalami gangguan emosi dan saat ditanya apakah mereka akan marah dan kesal kalau mereka diganggu atau diminta tolong oleh orang tua saat mereka bermain *gadget*, 12 orang remaja mengatakan marah dan kesal dan 8 orang remaja mengatakan tidak, dan saat ditanya lagi apakah mereka pernah marah dan kesal saat bermain *gadget* seperti bermain *game*, sosmed, dan menonton sebuah video mereka semua menjawab pernah, 14 orang menjawab pernah marah dan kesal saat bermain *game* dikarenakan kesal saat bermain *game* diganggu oleh orang lain yang membuatnya tidak fokus saat bermain *game* dan marah dengan mengeluarkan kata-kata kotor saat kalah dalam *game* tersebut. 6 orang lainnya menjawab pernah marah dan kesal saat menonton video seperti adegan anime atau film di mana tokoh protagonis dikhianati.

Penggunaan *gadget* secara berlebihan yang dilakukan oleh siswa dan siswi SMP N 1 Godong dapat memicu berbagai gangguan emosi, seperti kecemasan, depresi, gangguan konsentrasi, hingga perilaku agresif. Untuk mengatasi hal tersebut, sekolah melakukan pendekatan yang terstruktur dan edukatif. Salah satu langkah utama adalah Memberikan pemahaman kepada siswa tentang dampak negatif penggunaan gadget yang berlebihan dan pentingnya penggunaan yang sehat, menerapkan aturan yang membatasi penggunaan gadget selama jam pelajaran dan mendorong interaksi sosial secara langsung, menyediakan pendampingan psikologis untuk siswa yang menunjukkan tanda-tanda gangguan emosi akibat kecanduan gadget, membangun kerja sama aktif antara guru dan orang tua dalam memantau serta mengarahkan penggunaan gadget siswa secara bijak, dan mengadakan kegiatan ekstrakurikuler, permainan tradisional, dan aktivitas fisik untuk menyeimbangkan penggunaan teknologi. Melalui pendekatan kolaboratif ini, diharapkan sekolah dapat membantu siswa dan siswi SMP N 1 Godong membangun kesadaran digital dan menjaga kesehatan mental mereka di era teknologi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan dan banyaknya permasalahan penggunaan *gadget* pada remaja seperti gangguan emosi akibat *gadget* yang membuat peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam mengenai “Hubungan Lama Penggunaan *Gadget* dengan Gangguan Emosi Pada Remaja SMP kelas VIII di SMP N 1 Godong”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara lama penggunaan *gadget* dengan gangguan emosi pada remaja SMP kelas VIII di SMP N 1 Godong?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan antara Lama Penggunaan *Gadget* dengan Gangguan Emosi pada Remaja SMP kelas VIII di SMP N 1 Godong

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi lamanya penggunaan *gadget* pada remaja SMP kelas VIII di SMP N 1 Godong
- b. Mengidentifikasi jenis gangguan emosi yang dialami remaja
- c. Menganalisa hubungan antara lama penggunaan *gadget* dengan gangguan emosi

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Keperawatan

- a. Mengembangkan asuhan keperawatan anak dengan masalah yang terbaru
- b. Memberikan masukan untuk meningkatkan peran dan fungsi perawat anak khususnya dalam upaya intervensi keperawatan di tingkat

pelayanan dan menambah referensi akademik dan pengembangan penelitian dibidang kesehatan anak

2. Bagi Masyarakat

Sebagai masukan bagi warga untuk dampak dari bahaya *gadget* maka anak-anak bisa di batasi untuk menggunakan *gadget* di karenakan bisa mengganggu emosi anak

3. Bagi Peneliti

Bagi penulis, merupakan saran untuk menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman sehingga menjadi bekal dan dapat diterapkan dalam praktek sehingga tercapai keselarasan antara teori dan praktek sekaligus sebagai media belajar

4. Bagi Instansi

Mengungkapkan secara spesifik manfaat yang hendak dicapai dari Aspek teoritis (keilmuan) dengan menyebutkan manfaat teoritis tentang pengembangan keilmuan / teori yang dapat dicapai dari masalah yang diteliti. Manfaat aspek praktis (guna laksana) dengan menyebutkan manfaat apa yang dapat dicapai dari penerapan pengetahuan yang dihasilkan penelitian

E. Sistematika Penulisan

Bagian ini merupakan bagian yang menjelaskan sistem penyusunan Skripsi. Secara umum sistematika penulisan Skripsi sebagai berikut :

Tabel 1.1 : Sistematika Penulisan Skripsi Penelitian

BAB	Konsep Pengambilan Data
BAB I	Pendahuluan berisi tentang latar belakang, perumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat, sistematika penulisan dan penelitian terkait.
BAB II	Tinjauan Pustaka konsep teori yang berhubungan dengan tema penelitian / variabel dalam penelitian serta kerangka teori dalam penelitian.
BAB III	Metodologi Penelitian berisi tentang variable penelitian, kerangka konsep dan hipotesis, konsep metodologi mulai dari jenis, design dan rancangan penelitian, populasi, sampel, tempat dan waktu penelitian, definisi operasional, metode pengumpulan data, instrumen penelitian, uji instrumen, pengolahan data dan analisa data serta etika dalam penelitian.
BAB IV	Hasil Penelitian berisi tentang hasil penelitian termasuk hasil analisa data penelitian (hasil uji statistik)
BAB V	Pembahasan berisi tentang pembahasan hasil penelitian dan keterbatasan peneliti
BAB VI	Penutup berisi tentang kesimpulan dan saran yang dapat peneliti berikan dari hasil peneliti

F. Penelitian Terkait

Ada beberapa penelitian sejenis yang pernah dilakukan oleh para peneliti antara lain adalah :

1. Menurut penelitian (Baderi and Ekawati 2020) dengan judul hubungan *gadget* addiction terhadap emosi dan perilaku remaja. Penelitian ini

dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan *Gadget Addiction* terhadap emosi dan perilaku remaja kelas VIII SMP Negeri 1 Peterongan, Jombang. Metode Penelitian. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik dengan metode kuantitatif, dan desain penelitian yang digunakan adalah *Croos-sectional*. Variabel dependen adalah emosi dan perilaku sedangkan variabel independennya adalah *gadget addiction*. Dengan jumlah populasi semua siswa kelas VIII yang menggunakan gadgaet di SMP Negeri 1 Peterongan, Jombang sejumlah 210 siswa. Teknik Sampling yang digunakan Purposive sampling. Data responden yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 84 responden. Uji Analisa data dilakukan dengan *Uji Spearman Rho*.

Hasil Penelitian. Hasil penelitian menunjukkan mengalami *gadget addiction* tinggi dengan emosi dan perilaku abnormal sejumlah 41 responden (48,9%) Berdasarkan hasil uji statistik Spearman Rho menunjukkan nilai ($p=0,000$) hal ini menunjukkan bahwa ($p<0,05$) yang menunjukkan ada hubungan *gadget addiction* terhadap emosi dan perilaku remaja. Kesimpulan. Dari hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang cukup tinggi antara *gadget addiction* terhadap emosi dan perilaku remaja di kelas VIII SMPN 1 Peterongan Jombang dimana sebagian besar responden mengalami *gadget addiction* tinggi hal ini yang menyebabkan emosi dan perilaku responden sebagian besar responden dalam kategori *borderline*.

2. Menurut penelitian (Rahim Daepawala, 2024) dengan judul hubungan antara adiksi digital dengan potensi gangguan mental pada remaja di smp negeri 2 labakang, pangkep. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara adiksi digital dengan potensi gangguan mental pada remaja di smp negeri 2 labakang, pangkep. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional* study.

Hasil penelitian didapatkan hubungan antara adiksi digital dengan potensi gangguan mental didapatkan hasil bahwa depresi, kecemasan dan stres memiliki hubungan yang signifikan dengan adiksi digital pada remaja di SMP Negeri 2 Labakkang, Pangkep dengan nilai p depresi $0.003 < 0.05$, nilai p kecemasan $0.028 < 0.05$ dan nilai p stres $0.001 < 0.05$. Kesimpulan Siswa dengan angka kecanduan media digital yang lebih tinggi memiliki resiko lebih besar untuk mengalami gangguan mental. Saran terhadap pihak sekolah yaitu untuk remaja-remaja yang mengalami stres, depresi dan kecemasan sebaiknya digali apa penyebab stres, depresi dan kecemasannya.

Perbedaan penelitian saya dengan penelitian yang diatas adalah penelitian saya yang berjudul Hubungan Lama Penggunaan *Gadget* dengan Gangguan Emosi Pada Remaja SMP Kelas VIII di SMP N 1 Godong menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *case control*