

Hubungan *gadget usage* dengan Perkembangan Emosi anak usia Remaja

Afrida Nurul Fadilla¹, Nevi Hasrati Nizami², Nenty Septiana³

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Syiah Kuala

^{2,3}Bagian Keilmuan Keperawatan Anak, Fakultas Keperawatan, Universitas Syiah Kuala

*Koresponden: afrida_n21@mhs.usk.ac.id.

ABSTRAK

Latar belakang: Penggunaan *gadget* di kalangan remaja semakin luas dan memiliki berbagai pengaruh terhadap interaksi sosial, pola pikir, serta psikologis yang berdampak pada kestabilan emosi remaja, penggunaan *gadget* yang berlebihan dapat menyebabkan perubahan emosi seperti kemarahan, kehilangan fokus belajar, terganggunya aktivitas sehari-hari atau bahkan kekhawatiran hingga depresi. **Tujuan:** Penelitian ini untuk mengetahui hubungan *gadget usage* dengan Perkembangan Emosi anak usia Remaja Sekolah Menengah Pertama di Banda Aceh. **Metode:** Desain penelitian ini adalah *cross-sectional* dengan pendekatan deskriptif korelatif. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *total sampling* yaitu 277 siswa kelas VII SMP Negeri 8 Banda Aceh. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner *Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV)* dan *Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)*. Analisis data menggunakan uji *spearman correlation*. **Hasil:** penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara penggunaan *gadget* dengan perkembangan emosional skala kesulitan dan skala kekuatan dengan nilai p-value ($p < 0,000$) pada remaja Sekolah Menengah Pertama Banda Aceh. Penggunaan *gadget* pada remaja sebaiknya dibatasi dan perlu pengontrolan dari orang tua agar tidak menimbulkan dampak negatif serta mengarahkan anak agar dapat tumbuh dan berkembang lebih baik.

KATA KUNCI: *Gadget*; Perkembangan Emosional; Remaja

ABSTRACT

Introduction: Gadget use among adolescents has become increasingly widespread and influences various aspects of their lives, including social interaction, thought patterns, and psychological well-being, all of which affect emotional stability. Excessive use of gadgets may lead to emotional changes such as irritability, loss of academic focus, disrupted daily activities, or even anxiety and depression. **Objectives:** This study is to determine the relationship between gadget usage and emotional development of junior high school adolescents in Banda Aceh. **Methods:** The research employed a cross-sectional design with a descriptive correlational approach. The sample consisted of 277 seventh-grade students from State Junior High School 8 in Banda Aceh, selected using total sampling. The instruments used were the Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV) and the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ). Data analysis was conducted using the Spearman correlation test. **Results:** The results showed a relationship between gadget use and emotional development, both in terms of difficulties and strengths, with a p-value < 0.000 , indicating a strong correlation among junior high school adolescents in Banda Aceh. It is recommended that adolescent gadget use be limited and monitored by parents to prevent negative impacts and to support healthier emotional growth and development.

KEYWORDS: Adolescents; Emotional Development; Gadgets

Copyright © 2025 Journal



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 International License

PENDAHULUAN

Pesatnya perkembangan teknologi telah mengubah cara manusia dalam berkomunikasi, berkolaborasi, serta mendapatkan informasi. Jumlah manusia yang menggunakan *gadget* terus meningkat setiap tahunnya. Diperkirakan pada tahun 2020

terdapat 3,6 miliar pengguna *gadget* di seluruh dunia, kemudian meningkat di tahun 2021, menjadi 3,9 miliar dan 4,6 miliar perangkat *smartphone* aktif. Data ini mewakili lebih dari separuh populasi dunia, atau 63% dari populasi penduduk bumi (Obaita et al., 2023)

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia dan BPS melaporkan tingkat pertumbuhan pengguna *gadget* di Indonesia pada akhir tahun 2023 sebesar 78,19%, artinya dari total populasi 275,77 juta jiwa penduduk di Indonesia, 215,62 juta diantaranya telah menggunakan *gadget*. Sebuah studi yang dilakukan oleh Kementerian Komunikasi Indonesia dan UNICEF menemukan bahwa 79,5% remaja yang menjadi penggunanya. Kecanduan ini dapat terlihat dari waktu penggunaan yang berlebihan dan dampak negatif terhadap kesehatan mereka. Penggunaan *gadget* berdasarkan usia paling banyak pada rentang 13-18 tahun yaitu sebesar 98,2%. Banyak pihak yang mengkhawatirkan hal tersebut dikarenakan penggunaan *gadget* secara berlebihan dapat menimbulkan dampak yang merugikan (Nafs & Nurjannah, 2022)

Penggunaan *gadget* oleh remaja seringkali dikarenakan stressor akademik, masalah interpersonal dan keluarga. Ketika remaja merasakan tekanan yang menyebabkan mereka kehilangan kendali dari stress tersebut seperti kesulitan memahami pelajaran, maka mereka akan menggunakan situs media sosial tanpa menyadari waktu yang mereka habiskan (Chiu 2014 dalam Yunita et al., 2021) penggunaan *gadget* yang berlebihan akan menimbulkan kecanduan. Remaja yang mengalami kecanduan *gadget* menunjukkan sikap isolasi sosial, remaja lebih memilih untuk berkomunikasi secara online daripada bertemu langsung dengan teman-teman mereka (Jumrianti et al., 2022)

Kecanduan *gadget* dapat menyebabkan perubahan emosi, seperti kemarahan ketika orangtua mengambil *gadget* mereka dan jika berkepanjangan, dapat berkembang menjadi kondisi patologis pada remaja (Malfasari et al., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh (Nurrahmah et al., 2024) menunjukkan bahwa hubungan antara tingkat kecanduan *gadget* dengan emosi dan perilaku remaja, serta distribusi frekuensi penggunaan *gadget*, menunjukkan bahwa 72,3% remaja menggunakan *gadget* mereka secara negatif sebagai media sosial dan bermain game online.

Penggunaan *gadget* oleh remaja telah berkembang secara signifikan dalam beberapa tahun ini, dan memiliki berbagai dampak pada perkembangan remaja. Hal ini perlu diperhatikan untuk memahami dampaknya serta dapat mengelola penggunaan *gadget* di kalangan remaja. Sehingga berdasarkan fenomena diatas penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *gadget usage* dengan Perkembangan Emosi anak usia Remaja.

METODE

Desain

Desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional, yang bertujuan untuk melihat hubungan variabel *gadget usage* terhadap perkembangan emosi anak usia remaja

Pertanyaan penelitian

Apakah terdapat hubungan *gadget usage* dengan Perkembangan Emosi anak usia Remaja?

Sampel dan Setting

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 8 Banda Aceh. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* dimana jumlah sampel sama dengan populasi yaitu siswa kelas VII di SMP Negeri 8 Banda Aceh yang berjumlah 227 siswa.

Variabel

Variabel penelitian ini terdiri dari variabel independent yaitu *gadget usage* dan variabel dependen yaitu perkembangan emosi anak usia remaja.

Instrumen

Alat pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner yang terdiri dari data demografi, kuesioner *Smartphone Addiction Scale-Short Version* (SAS-SV) yang terdiri dari 10 item pernyataan untuk mengetahui tingkat *gadget usage*, dan menggunakan kuesioner *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) yang terdiri dari 25 item pernyataan untuk menilai perkembangan emosi anak usia remaja. Kedua kuesioner tersebut sudah dinyatakan valid serta reliabel.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 8-13 Januari 2025 dengan cara menyebarkan kuesioner

Analisis data

Karakteristik demografi dianalisis secara deskriptif dengan distribusi Frekuensi. Analisa data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan analisa univariat yang disajikan dalam bentuk tabel dengan presentase hasil kategori tinggi dan rendah dan analisa bivariat menggunakan Uji *Spearman correlation* untuk mencari hubungan dua variabel.

Pertimbangan etis

Penelitian dilakukan setelah melalui tahap uji layak etik pada Komite Etik Penelitian Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala dengan nomor etik 111002091224, dan dilakukan setelah orang tua/wali menandatangani *informed consent* dan siswa mendapatkan penjelasan penelitian.

HASIL PENELITIAN

a. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Data Demografi pada Anak usia Remaja

Data Demografi	f	%
Usia		
12 tahun	64	28,2
13 tahun	144	63,4
14 tahun	19	8,4
Jenis Kelamin		
Laki-laki	118	52,0
perempuan	109	48,0
Suku		
Aceh	208	91,6
Jawa	9	4,0
Batak	6	2,6
Minang	2	0,9
Lainnya	2	0,9
Tinggal bersama		
Orangtua	220	96,9
Saudara/Wali	7	3,1
Memiliki Gadget		
Pribadi	198	87,2
Orangtua	29	12,8
Durasi penggunaan		
1-30 menit	3	1,3
31-60 menit	14	6,2
1-2 jam	40	17,6
>2jam	170	74,9

Tabel 1 menjelaskan bahwa remaja di SMP Negeri 8 Banda Aceh mayoritas berusia 13 tahun sebanyak 63,4%, jenis kelamin laki-laki 52,0%. mayoritas suku Aceh sebanyak 91,6%, sebagian besar responden tinggal bersama orang tua sebanyak 96,9%, dan

mayoritas responden memiliki *gadget* pribadi sebanyak 87,2%. Sementara itu durasi *gadget usage* 74,9% responden menggunakan *gadget* >2jam/hari.

b. Gambaran penggunaan *gadget* pada remaja

Tabel 2 Distribusi frekuensi *gadget usage* pada anak usia remaja

Tingkat penggunaan <i>gadget</i>	f	%
Tinggi	116	51,1
Rendah	111	48,9
Total	227	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas *gadget usage* pada anak usia remaja di SMP Negeri 8 Banda Aceh dari 227 berada pada kategori tinggi sebanyak 51,1%.

c. Gambaran perkembangan emosi pada anak usia remaja

Tabel 3 Distribusi frekuensi perkembangan emosia skala kesulitan dan kekuatan pada anak usia remaja

Perkembangan Emosional	f	%
Skala Kesulitan		
Abnormal	94	41,4
Borderline	53	23,3
Normal	80	35,2
Skala Kekuatan		
Abnormal	51	22,5
Borderline	45	19,8
Normal	131	57,7
Total	227	100,0

Tabel 3 menunjukkan bahwa bahwa skala kesulitan pada perkembangan emosi dari 227 responden mayoritas berada pada kategori abnormal sebanyak 41,4%. Kemudian skala kekuatan pada perkembangan emosi dari 227 responden mayoritas berada pada kategori normal sebanyak 57,7%.

d. Hubungan *gadget usage* dengan perkembangan emosioa pada anak usia remaja

Tabel 4 Hubungan antara *gadget usage* dengan perkembangan emosi pada anak usia Remaja

Perkembangan Emosi	Gadget usage						p-value
	Tinggi		Rendah		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Skala Kesulitan							
Abnormal	76	33,5	18	7,9	94	41,4	0,000
Borderline	28	12,3	25	11,0	53	23,3	
Normal	12	5,3	68	30,0	80	35,2	
Total	116	51,1	111	48,9	227	100	
Skala Kekuatan							
Abnormal							
Borderline	42	18,5	9	4,0	51	22,5	

Perkembangan Emosi	Gadget usage						p-value
	Tinggi		Rendah		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Normal	32	14,1	13	5,7	45	19,8	0,000
	42	18,5	89	39,2	131	57,7	
Total	116	51,1	111	48,9	227	100	

Tabel 4 menunjukkan remaja dengan *gadget usage* kategori tinggi memiliki perkembangan emosi pada skala kesulitan yang abnormal 33,5%. Sedangkan remaja dengan *gadget usage* kategori rendah memiliki perkembangan emosi dengan skala kekuatan pada kategori normal 39,2%. Hasil uji *spearman rho* didapatkan hasil nilai $p=0,000$ maka dapat diketahui bahwa $p<0,05$ yang menunjukkan terdapat hubungan antara *gadget usage* dengan perkembangan emosi pada anak usia remaja.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menjelaskan bahwa mayoritas responden atau sebesar 51,1% responden menggunakan *gadget* dengan intensitas tinggi. Tingginya penggunaan *gadget* di kalangan remaja dapat disebabkan oleh berbagai faktor, baik dari faktor eksternal, internal, sosial, dan faktor situasi. Penggunaan *gadget* yang berlebihan dapat berdampak buruk pada remaja seperti mengurangi kemampuan untuk berkonsentrasi dan membuat remaja mengabaikan aktivitas-aktivitas yang harus mereka lakukan. Penggunaan *gadget* membuat remaja bersikap individualis dan cenderung mengabaikan orang-orang disekitar mereka karena terlalu fokus pada *gadget* yang berada di tangan mereka (Putri et al., 2024).

Perkembangan emosi pada anak usia remaja mayoritas berada pada kategori abnormal. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Malfasari et al., tahun 2020 ditemukan bahwa dari 216 remaja didapatkan lebih banyak remaja dengan perkembangan emosional dan perilaku skala kesulitan pada kategori abnormal yaitu sebesar 36,1%. Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia tahun 2024 bahwa gejala umum remaja yang mengalami masalah perkembangan emosi adalah kesulitan mengendalikan emosi, mudah marah atau terkadang merasa sedih yang berlebihan tanpa sebab yang jelas, remaja juga mengalami perubahan perilaku seperti mudah tersinggung, mengamuk, menarik diri dari lingkungan sosial, dan mudah merasa cemas saat berada di lingkungan, serta remaja juga mudah kehilangan rasa percaya diri (Depkes, 2024).

Masa remaja adalah masa dimana moralitas dan identitas sedang berkembang, sehingga masa ini juga merupakan masa yang krusial dalam pengembangan upaya prososial. Meskipun masa remaja sering disebut sebagai masa egosentris atau berpusat pada diri sendiri, namun masa ini juga merupakan masa dimana remaja sering menunjukkan tindakan altruistik, yang juga dikenal sebagai sikap empati dan kepedulian sosial (Genisa et al., 2021).

Temuan penelitian ini juga menunjukkan adanya hubungan antara penggunaan *gadget* dan pertumbuhan emosional pada remaja. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Suryani & Yazia, (2023) yang menunjukkan hasil dari 30 remaja yang kecanduan *gadget*, 80% mengalami gangguan perkembangan emosional, dan hasil uji *chi Square* didapatkan nilai $p\text{ value}= 0,001$ sehingga menunjukkan adanya hubungan kecanduan *gadget* dengan gangguan emosional pada remaja.

Penyebab remaja yang menggunakan *gadget* dengan intensitas tinggi mengalami gangguan perkembangan emosional, karena mereka cenderung mudah sensitif, mudah marah, gelisah, dan bahkan isolasi diri dari lingkungan mereka (Nursalam et al., 2023). Kemudian penggunaan *gadget* yang berlebihan juga dapat mengakibatkan masalah interpersonal, misalnya dengan keluarga. Remaja yang terlalu fokus dalam menggunakan *gadget* kurang berinteraksi dengan teman sebayanya bahkan keluarganya sendiri,

sehingga mengurangi kualitas hubungan sosial mereka dan kadang mengganggu kualitas akademik mereka (Jannah et al., 2024)

Salah satu faktor penting dalam interaksi sosial remaja adalah kecerdasan emosional agar remaja dapat memahami tantangan perkembangannya. Remaja yang menggunakan *gadget* secara berlebihan atau dalam penggunaan dengan intensitas tinggi dapat mengalami resiko perkembangan emosi abnormal atau borderline, karena *gadget* dapat mempengaruhi kehidupan remaja baik dalam emosi, perilaku atau kehidupan sosial remaja. Remaja yang menggunakan *gadget* secara berlebihan dan digunakan untuk kegiatan yang kurang bermanfaat dapat dikatakan sudah mengalami kecanduan *gadget* (Rizki & Suryati, 2022).

Kekuatan dan Keterbatasan penelitian

Terdapat siswa yang lupa membawa *informed consent* dari orang tua sehingga pengumpulan data tidak dapat dilakukan di satu hari

Implikasi Penelitian

Penelitian ini dapat dijadikan masukan agar sekolah dalam memberikan informasi mengenai dampak positif dan negatif dari penggunaan *gadget* yang berlebihan terhadap perilaku dan perkembangan emosional remaja. Dengan begitu pihak sekolah dapat lebih memperhatikan interaksi sosial siswa serta meningkatkan pengawasan di lingkungan sekolah. Penelitian dimasa selanjutnya dapat menggali faktor lain yang dapat mempengaruhi perkembangan remaja, seperti: kognitif, sosial, serta pengaruh *gadget* terhadap perilaku remaja

KESIMPULAN

Penggunaan *gadget* dikalangan remaja dapat mempengaruhi perkembangan emosi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan *gadget usage* dengan perkembangan emosi anak usia remaja. Peningkatan interaksi sosial dan pengawasan penggunaan *gadget* pada remaja perlu ditingkatkan.

Conflict of Interest Statement

Tidak ada

Funding Source

Tidak ada

Author Acknowledgement

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada pihak sekolah dan siswa yang telah mengizinkan peneliti melakukan penelitian di tempat tersebut serta telah bersedia menjadi responden penelitian.

REFERENSI

- Depkes. (2024). *Pentingnya kesehatan mental bagi remaja dan cara menghadapinya* .
- Genisa, O., Safaria, T., & Aulia. (2021). Perilaku prososial remaja di tinjau dari kecerdasan emosional dan religiusitas. *Jurnal Insight Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember*, 17(2), 278–296.
- Jannah, M., Irdha, M. F., Fajar, M., & Az-zahra, S. (2024). Dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan emosional remaja. *Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah* , 2(1), 93–106.
- Jumrianti, F., Nugroho, S., Arief, Y., & Psikologi, F. (2022). Hubungan antara kecanduan smartphone dengan psychological well-being pada remaja. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology*. 2(1). 49-57

- Malfasari, E., Sarimah, Febtrina, R., & Herniyanti, R. (2020). Kondisi mental emosional pada remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 241–246.
- Nafs, S. K., & Nurjannah, N. (2022). Konseling individu melalui pendekatan terapi realitas untuk remaja yang kecanduan gadget individual counseling through approach reality therapy for those who gadget addiction. *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 5(2), 109–122.
- Nurrahmah, N., Sukamti, N., & Fajariyah, N. (2024). Hubungan penggunaan gadget terhadap perkembangan emosional pada remaja di pasar minggu jakarta selatan. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(2), 623–636. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i2.13690>
- Nursalam, N., Iswanti, D. I., Agustiningsih, N., Rohmi, F., Permana, B., & Erwansyah, R. A. (2023). Factors contributing to online game addiction in adolescents: a systematic review. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 12(4), 1763. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v12i4.23260>
- Obaita, S., Michelle, B. P., & Reminta, L. B. (2023). Jumlah pengguna smartphone secara global pengguna smartphone perangkat smartphone aktif pengaruh diferensiasi produk dan brand equity terhadap keputusan pembelian (survei pada pengguna samsung galaxy a01 core). *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 6(4), 495–512. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7684460>
- Putri, J. N., Sumiati, T., Su'udi, & Yunariyah, B. (2024). Penggunaan gadget dan perubahan perilaku remaja di sekolah menengah atas tuban. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(8), 376–383.
- Rizki, S. N., & Suryati, T. (2022). Hubungan kecanduan gadget dengan emosi dan perilaku remaja usia 10-19 tahun. *Buletin kesehatan*, 6, 187–195.
- Suryani, U., & Yazia, V. (2023). Hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja. *Jurnal Keperawatan*, 15(2), 517-524 <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Yunita, M. M., Lesmana, T., Jatmika, D., Damayanti, A., & Kusuma, T. F. (2021). Mengenal bahaya adiksi gadget dan cara mengatasinya. *Jurnal Pengabdian Dan Kewirausahaan*, 5(1), 70–78.