



## HUBUNGAN KECANDUAN GADGET DENGAN GANGGUAN EMOSI PADA REMAJA

Ulfa Suryani\*, Velga Yazia

Program Studi S1 keperawatan, STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Jln Jamal Jamil Pondok Kopi Siteba  
Surau Gadang, Nanggalo, Padang, Sumatera Barat 25173, Indonesia

\*[ulfasuryani1803@gmail.com](mailto:ulfasuryani1803@gmail.com)

### ABSTRAK

Kecanduan gadget dapat menimbulkan permasalahan psikologis dan sosial seperti: penurunan daya ingat, euforia saat online, waktu berinternet berlebihan, menarik diri dari lingkungan sosial, merasa cemas dan depresi bila offline. 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. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja tahun 2022. Jenis penelitian analitik dengan desain cross sectional. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 28 – 29 Juli 2022. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa/i kelas X, XI dan XII berjumlah 117 orang dengan sampel 54 orang. Teknik stratified random sampling, yaitu suatu teknik pengambilan sampel dengan memperhatikan suatu tingkatan (strata) pada elemen populasi, kemudian data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji Chi Square. Hasil penelitian lebih dari separoh (57,4%) remaja mengalami gangguan emosi, lebih dari separoh (55,6%) remaja memiliki kecanduan gadget SMA Pertiwi 2 Padang. Ada hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja di SMA Pertiwi 2 Padang tahun 2022. Kesimpulan peneliti kecanduan gadget mempengaruhi gangguan emosi pada remaja.

Kata kunci: gangguan emosi; kecanduan gadget; remaja

## ***THE RELATIONSHIP BETWEEN GADGET ADDICTION AND EMOTIONAL DISORDERS IN ADOLESCENTS***

### ***ABSTRACT***

*Gadget addiction can cause psychological and social problems such as: decreased memory, euphoria when online, excessive internet time, withdrawing from the social environment, feeling anxious and depressed when offline. Teenagers find it difficult to control their emotions because they cannot be separated by gadgets so they ignore their surroundings, such as when parents ask for help, teenagers often say later, teenagers become less empathetic, or less sensitive to their surroundings. The purpose of this research is to determine the relationship between gadget addiction and emotional disorders in adolescents in 2022. This type of research is analytic with cross sectional design. Data collection was carried out on July 28 – 29 2022. The population in this study were all students in grades X, XI and XII, totaling 117 people with a sample of 54 people. Stratified random sampling technique, which is a sampling technique by taking into account a level (strata) on the elements of the population, then the data were analyzed univariately and bivariately using the Chi Square test. The results of the study showed that more than half (57.4%) of adolescents experienced emotional disturbances, more than half (55.6%) of adolescents were addicted to gadgets at SMA Pertiwi 2 Padang. There is a relationship between gadget addiction and emotional disorders in adolescents at Pertiwi 2 Padang High School in 2022. The conclusion of the researchers is that gadget addiction affects emotional disorders in adolescents.*

*Keywords: emotional disorders; gadget addiction; teenagers*

## PENDAHULUAN

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 WHO (2019), 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% (Bulu et 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 akan 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). Remaja juga memiliki konflik diluar keluarga, mereka yang mudah dipengaruhi oleh lingkungan luar seperti teman, idola, dan kebiasaan lingkungan seringkali merasakan keraguan dalam memilih jalan hidupnya. Seringkali juga remaja memiliki masalah pada bidang pendidikan, karena tidak ada yang memberikan dukungan, akhirnya mereka telah terjerumus ke dalam kesalahan yang membuat remaja tersebut menghasilkan masalah baru yang membuat dirinya tidak lagi dapat meregulasi emosinya (Sutha, 2016).

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). 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 (Aminabhavi, 2016). 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, 2019). 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%) emosi kategori borderline sejumlah 43 anak (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).

Saat sedang bermain gadget anak sering tidak merespon saat dipanggil seperti saat orang sedang dalam konsentrasi penuh dengan layar gadget. Namun secara psikologis perilaku tersebut sama seperti anak-anak yang asyik bermain game online di gadget, perbedaannya ketika bermain gadget, anak sendiri yang memutuskan kapan selesai bermain. Berbagai stresor psikososial dapat mempengaruhi perkembangan anak hingga ia tumbuh dewasa, salahsatunya kemajuan dan penggunaan ilmu pengetahuan dan teknologi. Hal tersebut yang semakin meningkat setiap tahunnya dan memberi dampak pada perkembangan remaja seperti peningkatan hiperaktivitas, kesulitan dalam berkonsentrasi, serta lebih banyak merasa sedih atau bosan dengan teman sebaya dan terutama masalah mental dan emosional (Wiguna, 2017). 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.

Sebuah survei menunjukkan bahwa remaja di Indonesia kecanduan gadget hasilnya adalah 19,3% remaja dan 14,4% dewasa muda kecanduan gadget. Sejumlah 2.933 remaja mengalami peningkatan durasi online dari 7,27 jam menjadi 11,6 jam per hari. Itu meningkat 59,7%. Sekitar 4.734 dewasa muda atau orang-orang yang berusia di atas 20 tahun juga mengalami peningkatan durasi online menjadi 10 jam per hari selama pandemic (Kristiana, 2021) 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 dikarenakan terlalu lama duduk di depan komputer, kebersihan yang terabaikan dan gangguan pola tidur. Masalah psikologis dan sosial seperti: penurunan daya ingat, euforia saat online, waktu berinternet berlebihan, menarik diri dari lingkungan sosial, merasa cemas dan depresi bila offline (Saputra, 2019). Pada penelitian (Asif & 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 ( $p$  value=0,002). Penelitian (Sari, A. Y, & H, 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 ( $p$  value=0,000).

Penelitian lain yang sejalan dilakukan oleh Juliani (2022) tentang hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja ditemukan hasil kecanduan tinggi (48%), gangguan emosi abnormal (29%). Ada hubungan tingkat kecanduan dengan gangguan emosi ( $p$ value=0,003). Penelitian (Amalya, Tarigan, & Sadikin, 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 survey awal yang dilakukan terhadap 10 orang siswa, 6 orang siswa mengalami gangguan emosional seperti merasa gugup, tegang, khawatir, sering sakit kepala, tidur kurang nyenyak, merasa lelah sepanjang waktu, kurang nafsu makan, keluhan kurang nyaman dibagian perut dan kurang bahagia. dan kecanduan gadget. Berdasarkan data di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk melihat apakah ada hubungan kecabuan gadget dengan gangguan emosi pada remaja.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik dengan desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional yaitu variabel independen (kecanduan gadget) dan dependen (gangguan emosi) dikumpulkan pada waktu yang bersamaan. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 28 – 29 Juli 2022. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa/i kelas X, XI dan XII di SMA Pertiwi 2 Padang berjumlah 117 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik stratified random sampling yaitu pengambilan sampel dengan memperhatikan suatu tingkatan (strata) pada elemen populasi. Analisa data univariat dan bivariate dengan uji statistik Chi Square dengan derajat kepercayaan 95%.

## HASIL

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kecanduan Gadget (n=54)

Kecanduan Gadget	f	%
Kecanduan	30	55,6
Tidak Kecanduan	24	44,4

Tabel 1 menunjukkan bahwa lebih dari separoh (55,6%) remaja SMA Pertiwi 2 Padang memiliki kecanduan gadget.

Tabel 2.  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Gangguan Emosi (n=54)

Gangguan Emosi	f	%
Gangguan Emosi	31	57,4
Tidak Ada Gangguan emosi	23	42,6

Tabel 2 menunjukkan bahwa lebih dari separoh (57,4%) remaja SMA Pertiwi 2 Padang mengalami gangguan emosi.

Tabel 3  
Hubungan Gangguan Emosi dengan Kecanduan Gadget (n=54)

Kecanduan Gadget	Gangguan Emosi				Jumlah		p value
	Gangguan Emosi		Tidak Ada Gangguan Emosi				
	f	%	f	%	f	%	
Kecanduan	24	80,0	6	20,0	30	100,0	0,001
Tidak Kecanduan	7	29,2	17	70,8	24	100,0	

Tabel 3 dapat dilihat bahwa responden yang mengalami kecanduan gadget lebih banyak (80,04%) mengalami gangguan emosi dibandingkan yang tidak kecanduan gadget (29,2%). Berdasarkan uji statistik Chi Square diperoleh p value = 0,001 terdapat hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja di SMA Pertiwi 2 Padang.

## PEMBAHASAN

### Gangguan Emosi

Hasil penelitian didapatkan lebih dari separoh (57,4%) remaja SMA Pertiwi 2 Padang mengalami gangguan emosi. Analisa peneliti gangguan emosi pada remaja di SMA Pertiwi 2 Padang ini dapat dikarenakan remaja memiliki perubahan emosi yang ditandai sensitif atau peka, seperti mudah menangis, cemas, frustrasi, dan tertawa tanpa adanya alasan yang jelas Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Asif. & Rahmadi, 2017) tentang hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja usia 11-12 tahun ditemukan hasil gangguan emosional abnormal (65,4%) dan penelitian yang dilakukan oleh (Sari, A. Y, & H, 2019) tentang hubungan paparan gadget dengan perkembangan emosional pada usia remaja ditemukan hasil perkembangan emosional abnormal (59,3%).

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). Gejala emosional mempunyai dampak yang serius, gambaran masalah mental emosional seperti ketidak mampuan memecahkan masalah, gangguan perhatian, hiperaktivitas, perilaku bertentangan (tidak suka ditegur/masukan positif, tidak mau iku taturan) dan perilaku agresif dapat saja terjadi apabila tidak segera ditangani dengan baik karna masa remaja ini mentukan bagaimana dari hasil pengalaman-pengalaman dan lingkungan menentukan ketikaia dewasa dan memiliki peran dalam masyarakat. Untuk itu deteksi dini harus segera dilakuaka nagar dapat segera ditindak lanjuti lebih awal (Alves, 2018).

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 (Ahmad, 2017). Tingginya gangguan emosi pada remaja di SMA Pertiwi 2 Padang ini dikarenakan kurangnya perhatian orang tua terhadap remaja karena kesibukan pekerjaan orang tua dan SMA Pertiwi 2 Padang. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian bahwa 66,7% gangguan emosi terlihat remaja sering mengalami sakit kepala, 61,1% merasa gugup, tegang atau khawatir, 53,7% sukar menikmati apa yang dilakukan sehari-hari, 57,4% tidak dapat berguna dalam kehidupan sehari-hari dan 51,9% merasa lelah sepanjang waktu.

### **Kacanduan Gadget**

Hasil penelitian didapatkan lebih dari separoh (55,6%) remaja SMA Pertiwi 2 Padang memiliki kecanduan gadget. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Asif & Rahmadi, 2017) tentang hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja usia 11-12 tahun ditemukan hasil tingkat kecanduan tinggi (52%) dan penelitian lain yang sejalan dilakukan oleh Juliani (2022) tentang hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja ditemukan hasil kecanduan tinggi (48%). 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). Kecanduan menggunakan gadget dapat di definisikan sebagai individu yang kecanduan karena penggunaan aplikasi yang ada pada gadget dan kecanduan karena mengikuti perkembangan gadget. Individu yang kecanduan menggunakan smartphone karena aplikasi gadget disebabkan karena individu tersebut menemukan kenyamanan dalam kesehariannya sehingga mereka banyak menghabiskan banyak waktu mereka dengan menggunakan aplikasi-aplikasi yang ada pada smartphone untuk mendapatkan kenyamanan tersebut.

Remaja yang mengalmai gangguan gedget ini ini disebabkan oleh iklan yang merajalela di dunia ptelevisian dan di media sosial, gadget menampilkan fitur-fitur yang menarik, kecanggihan dari gadget, Keterjangkauan harga gadget dan Lingkungan. Kecanduan gadget pada remaja ini dikarenakan gadget merupakan suatu alat teknologi yang memberikan informasi-informasi terbaru yang membuat remaja gadget tidak lepas dari dari tangan remaja setiap hari bahkan berjam-jam remaja menggunakan gadget. Analisa peneliti kecanduan gadget dapat dilihat dari pengisian kusioner dimana 40,7% setuju setiap bangun tidur saya selalu memeriksa smarhphone, 44,7% setuju saya lebih mudah mencarai inspirasi dalam belajar lewat smartphone, 41,9% setuju membawa smartphone membuat pikiran tenang, 44,4% tidak setuju bermain smartphone mengganggu jam tidur saya dan 53,7% setuju menggunakan smartphone ketika belajar kelompok.

### **Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden yang memiliki kecanduan gadget 24 responden (80%) mengalami gangguan emosi, sedangkan dari 24 responden yang tidak kecanduan gadget hanya 7 responden (29,2%) yang mengalami gangguan emosi. Berdasarkan uji statistik *Chi Square* diperoleh *p value* = 0,001 terdapat hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja di SMA Pertiwi 2 Padang tahun 2022. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Asif. & Rahmadi, 2017) tentang hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja usia 11-12 tahun ditemukan hasil ada hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku (*p value*=0,002). Selain itu penelitian yang dilakukan oleh penelitian Penelitian lain yang sejalan dilakukan oleh Juliani (2022) tentang hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan

emosi dan perilaku remaja ditemukan hasil kecanduan tinggi (48%), gangguan emosi abnormal (29%). Ada hubungan tingkat kecanduan dengan gangguan emosi ( $p$ -value=0,003).

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, 2019). Saat sedang bermain *gadget* anak sering tidak merespon saat dipanggil seperti saat orang sedang dalam konsentrasi penuh dengan layar *gadget*. Namun secara psikologis perilaku tersebut sama seperti anak-anak yang asyik bermain game online di gadget, perbedaannya ketika bermain gadget, anak sendiri yang memutuskan kapan selesai bermain. Berbagai stresor psikososial dapat mempengaruhi perkembangan anak hingga ia tumbuh dewasa, salah satunya kemajuan dan penggunaan ilmu pengetahuan dan teknologi. Hal tersebut yang semakin meningkat setiap tahunnya dan memberi dampak pada perkembangan remaja seperti peningkatan hiperaktivitas, kesulitan dalam berkonsentrasi, serta lebih banyak merasa sedih atau bosan dengan teman sebaya dan terutama masalah mental dan emosional (Wiguna, 2017).

Analisa peneliti adanya hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja di SMA Pertiwi 2 Padang. Artinya yang mengalami kecanduan gadget lebih banyak (80,0%) mengalami gangguan emosi, hal ini dikarenakan setiap bangun tidur saya selalu memeriksa smartphone, lebih mudah mencari inspirasi dalam belajar lewat smartphone, membawa smartphone membuat pikiran tenang, bermain smartphone mengganggu jam tidur saya dan menggunakan smartphone ketika belajar kelompok. Remaja mengalami kecanduan *gadget* dengan menunjukkan bahwa sejak menggunakan gadget, ketika dirumah remaja akan menjadi susah diajak berkomunikasi, tidak peduli dan kurang berespon pada saat orang tua mengajaknya berbicara. Hal tersebut dapat menimbulkan kesenjangan antara remaja dan orangtuanya, lingkungannya, bahkan teman sebayanya.

## SIMPULAN

Adanya hubungan yang signifikan antara kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja di SMA Pertiwi 2 Padang dengan  $p$  value = 0,001

## DAFTAR PUSTAKA

- Asrori, M. (2016). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Bumi Aksara
- Ahmad., R. A. (2019). Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Gangguan Emosi Dan Perilaku Remaja', *Jurnal Keperawatan* 6(2), pp.148–157.
- Amalya, F. P., Tarigan, R., & Sadikin, H. (2019). Hubungan Adiksi Smartphone dengan Perilaku Mental dan Emosional pada Remaja di Wilayah Kecamatan Bandung Wetan. *Journal Kedokteran Nanggroe Medika*, 2(2), 9–17. <http://jknamed.com/jknamed/article/view/59>
- Asif, A. R., & Rahmadi, F. A. (2017). Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi dan Perilaku Remaja Usia 11-12 Tahun [Relationship between Gadgets Addiction Levels and Teenage Emotions and Behavior Ages 11-12 Years Old]. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 6(2), 148–157. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/18529>
- Fadilah, R. (2015). *Perilaku Konsumtif Mahasiswa UGM dalam Penggunaan Gadget*. Yogyakarta: UGM

- Harfiyanto. D. (2015). *Pola Interaksi Sosial Siswa Pengguna Gadget Di SMA Negeri 1 Semarang*. Journal Of Educational Social Studies, 2,1-5
- Hastono, S. P. (2016). *Analisis Data Pada Bidang Kesehatan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Hidayat. (2019). *Metode penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hurlock, E. B. (2016). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Irawan, (2020). Internet dan Fenomena Bangkitnya Peran Aktor non Negara. *Jurnal Komunikasi Universitas Tarumanegara*, ISSN 2085-1979.
- Kristiana, (2021). Kecanduan Internet di RI Meningkat Lima Kali Lipat Selama Pandemi Corona, <https://health.detik.com>.
- Putri, (2018). Pengaruh Bermain Gadget Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini *Journal of Behavioral Addiction*, 4(2), 85–92. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.010>
- Newzoo (2020) Top Countries by Smartphone Users. Available at: <https://newzoo.com/insights/rankings/top-countries-bysmartphonepenetration-and-users/>.
- Notoatmodjo, S. (2015). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugraha (2019). *The effect of gadget on speech development of toddlers*. *Journal of Physics: Conference Series*, 1175(1), 12203. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1175/1/012203>
- Sarwono. (2019). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sari, L., Susanti, A. Y., & Hajimi, H. (2019). Hubungan Paparan Gadget Dengan Perkembangan Emosional Pada Anak Usia Remaja Kelas VII dan VIII SMP Negeri 04 Pontianak Timur. *Khatulistiwa Nursing Journal*, 1(2), 30–40. <https://doi.org/10.53399/knj.v1i2.14>