

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Perkembangan teknologi yang saat ini semakin pesat serta tidak pernah berhenti. Kreativitas manusia yang semakin berkembang yang dapat menemukan temuan – temuan teknologi baru yang dapat dimanfaatkan sebagai sarana peningkatan kesejahteraan manusia untuk berkomunikasi dengan individu lainnya. Salah satu teknologi tersebut adalah *gadget*. *Gadget* dapat berbentuk apapun, misalnya *smartphone*, *tablet*, *laptop*, dan lain – lain. Segala usia dapat menggunakan *gadget*, dari usia anak – anak, remaja hingga dewasa dapat menggunakannya.

Perkembangan *gadget* sangat berpengaruh dalam perkembangan kehidupan manusia. Fenomena ini sering ditemui pada anak dan remaja dari keluarga menengah ke atas, dimana *gadget* ini bukan lagi barang mewah bagi mereka (Novitasari, 2019). *Gadget* sangat mudah sekali menarik perhatian dan minat seseorang dan sudah menjadi hal yang biasa jika anak – anak sudah bisa menggunakan *gadget*. Namun disisi lain *gadget* memiliki dampak positif dan negatifnya. Zaman sekarang bukan hanya orang tua saja yang menggunakan *gadget*, namun remaja pun banyak menggunakannya. Dan hampir disetiap aktivitasnya remaja selalu berketergantungan dengan *gadget*.

Kondisi maraknya penggunaan *gadget* yang semakin meningkat menyebabkan Indonesia menduduki peringkat ke 3 pengguna terbanyak *gadget* di Asia Tenggara sekitar 80 – 90 juta pengguna (eMarketer, 2016). Berdasarkan data lembaga riset digital marketing pada tahun 2019, didapatkan data penggunaan *gadget* di Indonesia sebanyak 92 juta pengguna (eMarketer, 2019). Menurut hasil data survey pengguna *gadget* pada tahun 2018 di temukan sebanyak 75,5% usia anak – anak dan remaja mengakses internet menggunakan *gadget* (Kementrian Komunikasi Dan Informatika, 2018).

Remaja menggunakan *gadget* untuk memudahkan segala aktivitasnya. Namun disisi lain dalam penggunaan gadget ada dampak negatif nya diantaranya yaitu perkembangannya dapat terganggu dikarenakan kebiasaan anak – anak jika sudah bermain *gadget* malas untuk melakukan aktivitas atau bergerak, memungkinkan anak – anak mengakses informasi seperti gambar, video yang belum saatnya di perlihatkan pada usianya, dan jika terlalu lama menggunakan *gadget* akan memberi dampak negatif pada kesehatan matanya melalui radiasi sinar gadget nya. Adapun dampak positifnya diantaranya untuk sarana berkomunikasi, sarana hiburan melalui bermain game, bahkan untuk keperluan berbelanja banyak diantara mereka yang menggunakan shopping secara online. Remaja saat ini jika bermain gadget tidak kenal waktu. Sehari bisa menghabiskan waktu lebih dari 18 jam (Kementerian Komunikasi

dan Informatika, 2018). Remaja rela menghabiskan waktunya untuk bermain *gadget* dan memilih tidak bermain dengan temannya.

Semakin meningkat waktu yang digunakan remaja untuk menggunakan *gadget* maka semakin meningkat intensitas penggunaan *gadget* pada remaja. Menurut Chaplin (Rachdianti, 2011) , intensitas adalah kekuatan yang mendukung suatu pendapat atau suatu sikap. Sedangkan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, intensitas merupakan keadaan tingkatan atau ukuran intensnya.

Penelitian dari Nielsen On Device Meter (ODM) yang dilakukan pada tahun 2014, menunjukkan bahwa wanita lebih cenderung menghabiskan waktu lebih banyak untuk menggunakan *gadget* dibandingkan laki – laki. Wanita bisa menghabiskan waktu 140 menit per hari sedangkan laki – laki dapat menghabiskan waktu 43 menit dalam sehari dalam menggunakan *gadget*( Gifary, S., & Kurnia N, I, 2015).

Adapun hasil penelitian dari Hidasari yang di lakukan di Kota Pontianak pada tahun 2019, menunjukkan bahwa sebanyak 230 anak atau 36, 8 % anak – anak menggunakan gadget rutin setiap hari dengan intensitas waktu lebih dari 1 jam dan 394 anak atau 63, 2 % anak – anak menggunakan gadget rutin setiap hari dengan intensitas waktu kurang dari 1 jam. Wilayah tertinggi sebagai partisipan pengguna gadget diusia 4-6 tahun adalah

Pontianak Selatan dengan 48,3 % anak-anak menggunakan *gadget* rutin setiap hari dan dengan intensitas di atas satu jam per-harinya (Hidasari, 2019).

Melihat meningkatnya intensitas penggunaan *gadget* yang dialami oleh remaja sehingga sulit untuk mengontrol dirinya, menurut Bachri Thalib (Syaroh, 2019), kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan – dorongan, baik dari dalam maupun dari luar diri individu, sehingga seorang individu yang memiliki kontrol diri yang baik, akan mengambil keputusan secara efektif untuk mendapatkan sesuatu yang dia inginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan.

Hasil penelitian Wulan Selvia Andriani, dkk pada tahun 2019 yang dilakukan di Sekolah Menengah Atas Kecamatan Jatinangor menunjukkan bahwa presentase terbesar responden berada pada kelompok dengan kontrol diri sedang 80,7%, didapatkan pula responden dengan kontrol diri tinggi 15,8% dan sisanya 3,5 % memiliki kontrol diri rendah terhadap penggunaan *smartphone* pada siswa Sekolah Menengah Atas dan Sederajat di Kecamatan Jatinangor (Andriani et al., 2019). Hasil penelitian lain yang dilakukan Dwi Nurhaini pada tahun 2018 yang dilakukan di SMAN 1 Tanah Grogot menunjukkan bahwa ada 12,9% perilaku konsumtif dipengaruhi oleh kontrol diri terhadap *gadget* pada remaja SMAN 1 Tanah Grogot (Nurhaini, 2018).

Semakin banyaknya fitur – fitur baru di dalam *gadget* yang membuat ketertarikan remaja untuk tak lepas dari *gadget*. Meski *gadget* dapat membuat ketertarikan terhadap manusia namun jika seringnya menggunakan *gadget* atau intensitas penggunaan *gadget*, ini juga dapat berdampak negatif salah satu contohnya dapat memengaruhi kesehatan mental seseorang.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan cara mewawancarai siswa / siswi SMA Al – Ghazaly Kota Bogor ditemukan 7 dari 10 orang mengalami intensitas penggunaan *gadget* meningkat dan kontrol diri yang rendah, seperti siswa/ siswi tidak bisa mengendalikan diri saat bermain *gadget*.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka penulis membuat rumusan masalah sebagai berikut “Bagaimana Gambaran Intensitas Penggunaan *Gadget* dan Kontrol Diri Pada Remaja Di SMA Al – Ghazaly Kota Bogor Tahun 2020.”

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran intensitas penggunaan *gadget* dan kontrol diri pada remaja.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya gambaran karakteristik responden tentang penggunaan gadget berdasarkan usia, jenis kelamin, seringnya membuka *gadget*, dan durasi dalam menggunakan gadget.
- b. Diketuainya gambaran intensitas penggunaan gadget pada remaja.
- c. Diketuainya gambaran kontro diri pada remaja.

#### **D. Manfaat**

##### 1. Manfaat bagi peneliti

Diharapkan seluruh tahapan, rangkaian dan hasil setiap kegiatan penelitian yang dilaksanakan peneliti dapat memperluas pengetahuan, wawasan serta memberikan pengalaman berharga untuk melatih kemampuan penulis dalam melaksanakan penelitian secara ilmiah.

##### 2. Manfaat bagi institusi pendidikan

Diharapkan hasil penelitian dapat bermanfaat sebagai bahan masukan, acuan dan rujukan dalam pengembangan ilmu keperawatan, serta berguna sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya yang akan dilakukan oleh pihak institusi yang terkait khususnya dalam bidang Ilmu Keperawatan Jiwa.

##### 3. Manfaat bagi Tempat penelitian

Diharapkan bahwa hasil dari penelitian dapat memberikan gambaran keadaan remaja di tempat penelitian dan hasil tersebut dapat memberikan

gambaran intervensi apa yang dapat diberikan kepada para remaja yang ada di tempat penelitian.