

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menguraikan tentang gambaran intensitas penggunaan *gadget* dan kontrol diri pada remaja di SMA Al – Ghazaly Kota Bogor. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 12 April 2020. Pengumpulan data menggunakan teknik total sampling dengan kuesioner berisi 18 pertanyaan mengenai intensitas pengguna *gadget* dan 21 pertanyaan mengenai kontrol diri yang diberikan kepada 94 responden. Hasil dari pengumpulan data yang diperoleh kemudian ditabulasi dan dianalisa. Hasil data ditampilkan dalam bentuk tabel kemudian diinterpretasikan dalam bentuk narasi / tekstular.

1. Gambaran Umum

SMA Al – Ghazaly Kota Bogor merupakan salah satu sekolah di Kota Bogor yang termasuk ke dalam sekolah berakreditasi A yang di kepalai oleh Deni Afne, S. pd sebagai kepala sekolah SMA Al – Ghazaly Kota Bogor dengan nomor SK pendirian 140/1.02.KEP/E.1983. SMA Al – Ghazaly Kota Bogor berlokasi di Jalan Semboja Kecamatan Bogor Tengah Kota Bogor, Jawa Barat. Fasilitas yang tersedia diantaranya

fasilitas ruangan kelas berjumlah 4 kelas, perpustakaan, ruang kepala sekolah, ruang guru, ruang tata usaha, lapangan upacara dan kantin.

2. Karakteristik

a. Usia

Tabel 5.1

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia
di SMA Al – Ghazaly Kota Bogor Tahun 2020
(n = 94)**

| No | Usia | Jumlah | Presentase |
|-----------|--------------|---------------|-------------------|
| 1 | 15 Tahun | 25 | 27% |
| 2 | 16 Tahun | 48 | 51% |
| 3 | 17 Tahun | 21 | 22% |
| | Total | 94 | 100% |

Interpretasi Data

Berdasarkan tabel 5.1 diatas menunjukkan rata – rata usia 16 tahun yakni 48 responden (51%), usia 15 tahun sebanyak 25 responden (27%), dan usia 17 tahun sebanyak 21 responden (22%).

b. Jenis Kelamin

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di
SMA Al – Ghazaly Kota Bogor Tahun 2020
(n = 94)

| No | Jenis Kelamin | Jumlah | Presentase |
|--------------|---------------|--------|------------|
| 1 | Laki – laki | 37 | 39% |
| 2 | Perempuan | 57 | 61% |
| Total | | 94 | 100% |

Interpretasi Data

Berdasarkan tabel 5.3 diatas menunjukkan rata – rata jenis kelamin perempuan yakni 57 responden (61%) dan jenis kelamin laki – laki sebanyak 37 reponden (39%).

c. Seringnya membuka *gadget*

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Seringnya
membuka *gadget* di SMA Al – Ghazaly Kota Bogor Tahun 2020
(n = 94)

| No | Seringnya membuka <i>gadget</i> | Jumlah | Presentase |
|--------------|---------------------------------|--------|------------|
| 1 | Setiap beberapa jam | 36 | 38% |
| 2 | Setiap 30 menit | 18 | 19% |
| 3 | Setiap 10 menit | 17 | 18% |
| 4 | Setiap 5 menit | 23 | 24% |
| Total | | 94 | 100% |

Interpretasi Data

Berdasarkan tabel 5.4 diatas menunjukkan rata – rata seringnya membuka *gadget* setiap beberapa jam yakni 36 responden (38%), setiap 5 menit sebanyak 23 responden (24%), setiap 30 menit sebanyak 18 responden (19%), dan setiap 10 menit sebanyak 17 responden (18%).

d. Durasi

Tabel 5.4
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Durasi Bermain
gadget di SMA Al – Ghazaly Kota Bogor Tahun 2020
(n = 94)

| No | Durasi | Jumlah | Presentase |
|----|-----------------|--------|------------|
| 1 | ≤ 5 menit | 2 | 2% |
| 2 | 15 menit | 5 | 5% |
| 3 | ≥ 30 menit | 32 | 34% |
| 4 | ≥ 3 jam | 55 | 59% |
| | Total | 94 | 100% |

Interpretasi Data

Berdasarkan tabel 5.5 diatas menunjukkan rata – rata durasi pemakaian *gadget* ≥ 3 jam yakni 55 responden (59%), ≥ 30 menit sebanyak 32 responden (34%), 15 menit sebanyak 5 (5%), dan ≤ 5 menit sebanyak 2 (2%).

3. Variabel Penelitian

a. Intensitas Pengguna *gadget*

Tabel 5.5
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Intensitas Pengguna *Gadget*
Responden di SMA Al – Ghazaly Kota Bogor Tahun 2020
(n = 94)

| No | Intensitas | Jumlah | Presentase |
|----|--------------|--------|------------|
| 1 | Tinggi | 50 | 53% |
| 2 | Rendah | 44 | 47% |
| | Total | 94 | 100% |

Interpretasi Data

Berdasarkan data tabel 5.6 diatas menunjukkan rata – rata responden mengalami intensitas penggunaan *gadget* tinggi yakni 50 responden (53%) dan intensitas penggunaan *gadget* rendah sebanyak 44 responden (47%).

b. Kontrol Diri

Tabel 5.6
Distribusi Frekuensi Kontrol Diri Responden di SMA Al –
Ghazaly Kota Bogor Tahun 2020
(n = 94)

| No | Kontrol Diri | Jumlah | Presentase |
|----|--------------|--------|------------|
| 1 | Tinggi | 48 | 51% |
| 2 | Rendah | 46 | 49% |

| | | |
|--------------|----|------|
| Total | 94 | 100% |
|--------------|----|------|

Interpretasi Data

Berdasarkan tabel 5.7 diatas menunjukkan rata – rata responden mengalami kontrol diri tinggi yakni 48 responden (51%) dan kontrol diri rendah sebanyak 46 responden (49%).

B. Pembahasan

Pada bagian ini akan dibahas hasil penelitian “Gambaran Intensitas Penggunaan *Gadget* dan Kontrol Diri Pada Remaja di SMA Al – Ghazaly Kota Bogor” tentang kesesuaian atau kesenjangan antara konsep teoritik dengan hasil penelitian di lapangan.

1. Karakteristik

a. Usia

Hasil penelitian degan karakteristik usia menunjukkan bahwa dari jumlah 94 siswa menunjukkan bahwa 48 responden (51%) berusia 16 tahun, 25 responden (27%) berusia 15 tahun dan 21 responden (22%) berusia 17 tahun.

Diungkapkan oleh Novitasari(2019) bahwa sering ditemui pada anak dan remaja dari keluarga menengah ke atas, dimana *gadget* ini bukan lagi barang mewah bagi mereka. Hal ini pula tidak sejalan dengan penelitian Mawitjere et al (2017) di SMA Negeri 1 Kawangkoan menyatakan pengguna *gadget* terbanyak di usia 16 – 17

tahun, bahwa sebagian kecil 2 siswa (5,1%) berusia 18 tahun, dan sebagian besar 26 siswa (66,7%) berusia 17 tahun.

Dari hasil penelitian tersebut didapatkan bahwa perbedaan rentang usia pengguna *gadget* dikarenakan tempat penelitian yang berbeda.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan penggunaan *gadget* yang berlebih pada remaja diantaranya membatasi remaja untuk bermain *gadget* sesuai dengan kebutuhannya, memberikan kegiatan lain agar remaja dengan perlahan tidak menggunakan *gadget*. Hal – hal tersebut bertujuan untuk membantu remaja agar tidak menggunakan *gadget* secara berlebihan.

b. Jenis Kelamin

Hasil penelitian berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa 57 siswa (61%) berjenis kelamin perempuan, dan 37 siswa (39%) berjenis kelamin laki – laki.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mawitjere et al (2017) dkk di SMA Negeri 1 Kawangkoan menyatakan bahwa lebih dari setengah 25 dari 39 responden (64,1%) berjenis kelamin perempuan, dan sebagian kecil 14 dari 39 responden (35,9%) berjenis kelamin laki – laki.

Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa jenis kelamin perempuan adalah pengguna *gadget* terbanyak. Menurut Nielsen On

Device Meter (ODM) (Gifary & Kurnia N, 2015) menyatakan bahwa perempuan pengguna *gadget* terbanyak dikarenakan rasa ingin memperoleh pengalaman baru yang lebih tinggi dan rasa ingin mendapatkan respon dari teman media sosialnya.

Menurut Nielsen On Device Meter (ODM) (Gifary & Kurnia N, 2015) menyatakan wanita cenderung menghabiskan waktu lebih banyak dalam penggunaan *gadget* dibandingkan pria. Wanita bisa menghabiskan waktu 140 menit per hari sedangkan pria menghabiskan waktu 43 menit per hari.

Upaya yang dilakukan remaja perempuan dalam mengatasi masalah ini yaitu dengan mencari kegiatan yang lebih bermanfaat untuknya, karena jika individu mendapatkan kegiatan yang lebih bermanfaat maka untuk menggunakan *gadget* tidak menghabiskan waktu yang berlebih.

c. Seringnya membuka *gadget*

Hasil penelitian berdasarkan seringnya membuka *gadget* menunjukkan bahwa 36 siswa (38%) setiap beberapa jam, 18 siswa (19%) setiap 30 menit, 17 siswa (18%) setiap 10 menit, dan 23 siswa (24%) setiap 5 menit.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmandani et al (2018) di SMA Negeri 9 Malang menunjukkan bahwa 49 dari 84 responden seringnya membuka *gadget* dalam beberapa jam.

Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa seringnya membuka *gadget* dalam kurun waktu beberapa jam. Menurut Putra (2017) perkembangan jaman semakin meningkat yang membuat muncul nya media – media baru dalam *gadget* yang membuat seseorang tak lepas untuk bermain *gadget*.

d. Durasi

Hasil penelitian berdasarkan durasi frekuensi dalam bermain *gadget* menunjukkan bahwa 55 siswa (59%) ≥ 3 jam, 32 siswa (34%) ≥ 30 menit, 5 siswa (5%) 15 menit, dan 2 siswa (2%) ≤ 5 menit.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Manumpil et al (2015) tentang hubungan penggunaan *gadget* dengan tingkat prestasi siswa di SMA Negeri 9 Manado menunjukkan bahwa 18 dari 41 responden bermain *gadget* ≥ 11 jam.

Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa bermain *gadget* menghabiskan waktu lebih dari 3 – 11 jam. Namun menurut Marpaung (2018) menyatakan bahwa dengan segala aplikasi yang dimiliki *gadget* misalnya media sosial yang mampu memangkas jarak dan menyebarkan informasi sehinggabanyaknya seseorang menjadikang*gadget* sebagai bagian yang tidak bisa dilepas dari aktifitas kehidupan sehari – hari.

Penggunaan *gadget* dalam durasi yang berlebihan akan memicu pada kesehatan dan perkembangan, diantaranya kesehatan

mata akan terganggu yang disebabkan terpaparnya radiasi layar *gadget* dalam durasi yang lama. Maka alternatif pemecahan masalah ini, menurut Forsyth, dikutip oleh Kurniawan (2019) manajemen waktu adalah cara bagaimana membuat waktu menjadi terkendali sehingga menjamin terciptanya sebuah efektivitas, efisiensi, atau produktivitas. Dengan adanya manajemen waktu yang baik diharapkan remaja dapat mengontrol dirinya diluar waktu yang sudah ditentukan sebelumnya.

2. Variabel

a. Intensitas Pengguna *Gadget*

Berdasarkan hasil penelitian peneliti menunjukkan bahwa dari 94 siswa yang diteliti 50 siswa (53%) memiliki intensitas tinggi dalam pengguna *gadget*, dan 44 siswa (47%) memiliki intensitas rendah dalam pengguna *gadget*. Dari penelitian ini bisa disimpulkan bahwa siswa / siswi SMA Al-ghazaly memiliki intensitas penggunaan *gadget* tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Jauhar et al (2015) di SMP Negeri 5 Pati dengan jumlah 138 responden menunjukkan bahwa 40% intensitas pengguna *gadget* tinggi dan sebagian kecil 7% intensitas pengguna *gadget* rendah.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Sharen Gifary dan Iis Kurnia N di Universitas Telkom pada tahun 2015 dengan jumlah 100

responden, menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya 69% memiliki intensitas tinggi dan kurang dari setengahnya 31% memiliki intensitas rendah. (Gifary & Kurnia N, 2015)

Dari hasil penelitian tersebut didapatkan bahwa yang mendominasi yaitu intensitas pengguna *gadget* tinggi. Menurut Gifary & Kurnia N (2015) menyatakan bahwa *gadget* sudah menjadi media komunikasi pokok yang membuat banyak nya pengguna tidak bisa lepas dari *gadget* baik dalam menggunggah di media sosial ataupun berkomunikasi. Hal tersebut dapat disebabkan oleh banyak faktor, seperti iklan yang merajalela didunia pertelevisian dan di media sosial, *gadget* menampilkan fitur – fitur yang menarik, kecanggihan dalam *gadget*, dan lingkungan. (Fadilah, 2015)

Menurut Mayangsari (Rahmandani, 2018) menyatakan pengembangan dari *gadget* yang ditambahkan fitur dan fasilitas lainnya sehingga menjadi teknologi yang cerdas, hal ini tentunya akan mempermudah kinerja dari manusia dengan dihadirkannya fitur – fitur atau aplikasi yang dapat menunjang kinerja. Adapun menurut Waisya (Farida, 2017) menyatakan pengguna *gadget* dikalangan anak berdampak negatif terhadap perkembangannya, dengan kemudahan dalam mengakses berbagai media informasi dan teknologi, sehingga menyebabkan anak – anak menjadi malas bergerak dan beraktifitas. Mereka lebih memilih duduk di depang*gadget* dan menikmati

permainan yang ada pada fitur – fitur tertentu dibandingkan berinteraksi dengan dunia nyata. Selain itu, kemudahan mengakses internet menggunakan *gadget*, memungkinkan anak memperoleh informasi berupa gambar, tulisan, suara, video dan lainnya yang belum saatnya untuk diperoleh.

Alternatif pemecahan masalah pada remaja yang mengalami intensitas penggunaan *gadget* tinggi menurut Putri Fitria dikutip oleh Bintoro (2019) membatasi penggunaan yaitu batasi penggunaan *gadget* sesuai dengan kebutuhan anak, dengan cara menjadwalkan waktu yang tepat untuk bermain *gadget*. Membatasi penggunaan *gadget* diharapkan dapat menstimulus remaja untuk membatasi penggunaan *gadget*.

b. Kontrol Diri

Berdasarkan hasil penelitian peneliti menunjukkan bahwa dari 94 siswa yang diteliti, 48 siswa (51%) memiliki kontrol diri tinggi dan 46 siswa (49%) memiliki kontrol diri rendah. Dari penelitian ini bisa disimpulkan bahwa siswa / siswi SMA Al-ghazaly memiliki kontrol diri tinggi untuk mengendalikan dirinya dalam penggunaan *gadget*.

Menurut Andriani (2019) mengatakan bahwa individu yang memiliki kontrol diri tinggi akan menggunakan *gadget* sesuai dengan kebutuhannya saja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian tentang gambaran kontrol diri penggunaan smartphone pada siswa SMA yang dilakukan oleh Wulan Selvia Andriani, dkk di SMA Kecamatan Jatinangor pada tahun 2019 dengan jumlah 342 responden menunjukkan bahwa kontrol diri sedang 80,7%, didapatkan pula responden dengan kontrol diri tinggi 15,8% dan sisanya 3,5 % memiliki kontrol diri rendah terhadap penggunaan *gadget*. (Andriani et al., 2019)

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Tri Mulyati dan Frieda NRH di SMA Mardasiswa Semarang pada tahun 2018 dengan jumlah 152 responden, menunjukkan bahwa 5 responden (3%) memiliki kategori kontrol diri sangat rendah, 77 responden (51%) memiliki kategori kontrol diri rendah, dan 70 siswa (46%) memiliki kategori kontrol diri tinggi. Semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki individu maka kecanduan *gadget* semakin rendah, begitupun sebaliknya semakin rendah kontrol diri yang dimiliki individu maka semakin tinggi kecanduan *gadget*. (Mulyati & Nrh, 2019)

Dari hasil penelitian tersebut didapatkan perbedaan hasil dengan penelitian yang dilakukan Tri Mulyati dan Frieda NRH. Penelitian yang dilakukan Tri Mulyati dan Frieda NRH memiliki hasil yang berarti dan sebagian besar memiliki kontrol diri rendah. Hal tersebut disebabkan oleh banyak faktor, seperti kepribadian, situasi, etnis dan budaya, pengalaman, serta bertambahnya usia (Dayakisni & Hudaniah,

2009). Hasil penelitian Tri Mulyati dan Frieda NRH menyatakan bahwa kontrol diri berperan penting dalam dalam penggunaan *gadget* agar tidak memberikan dampak negatif bagi individu.

Alternatif pemecahan masalah pada kontrol diri, menurut Arisandy dikutip oleh Mulyati & Nrh (2019) yaitu mampu mengatur penggunaan yang bertujuan agar perhatiannya tidak selalu tertuju terhadap *gadget* tersebut.

Dampak negatif yang ditimbulkan pada remaja yang memiliki kontrol diri rendah yaitu remaja sulit untuk mengendalikan diri saat sedang bermain *gadget* dan adapun dampak positifnya remaja menggunakan *gadget* tidak hanya untuk hal – hal negatif saja namun digunakan untuk mencari informasi, berkomunikasi dengan individu lainnya, dan sebagainya. Ada pula dampak positif yang ditimbulkan pada remaja yang memiliki kontrol diri tinggi yaitu remaja dapat mendalikan dirinya disaat sedang bermain *gadget*. Dan untuk sejauh ini jika remaja memiliki kontrol diri tinggi tidak ditemukannya dampak negatif.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam proses penelitian ini tidak selamanya berjalan sesuai dengan yang telah direncanakan oleh peneliti. Peneliti telah melakukan berbagai upaya untuk mendapatkan hasil yang optimal. Maka dari itu, terdapat berbagai hal yang menghambat penelitian ini, diantaranya pada saat pengumpulan data di saat

kondisi pandemi Covid-19 menyebabkan peneliti tidak bisa melakukan pengumpulan data dengan menemui responden secara langsung ke lapangan langsung , maka solusi dari hambatan tersebut peneliti membagikan kuesioner melalui via *google form*.