
**HUBUNGAN TINGKAT KECANDUAN GADGET DENGAN
KECERDASAN EMOSIONAL REMAJA DI SMA NEGERI 2
DOLOK SANGGUL TAHUN 2019**

**Rani Kawati Damanik¹, Ester Saripati Harianja², Galvani Volta Simanjuntak³, Tresa
Mona Tamara Hutabarat⁴**

¹ Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia

Email: rani140387@gmail.com

² Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia

Email: esterharianja25@gmail.com

³ Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia

Email: galvanisimanjuntak1705@gmail.com

⁴ Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia

Email: tresahutabarat13@gmail.com

ABSTRACT

Gadgets addiction is a behavior of someone who can not control themselves in the use of gadgets that cause individual dependence. This can harm someone especially teenagers. Emotional intelligence is the ability to recognize our own feelings and the feelings of others. The purpose of this study was to analyze the relationship between the level of gadget addiction and emotional intelligence of adolescents at State Senior High School 2. This research is a correlation analysis study with cross sectional design. The research population involved students of class XI IPS at State Senior High School 2. The samples in this study involved 84 people taken with proportional random sampling techniques. The results showed the majority of gadget addiction levels were mild (34,5%), moderate category (63,1%), and heavy categories (2,4%) and the level of emotional intelligence with normal categories (10,7%), borderline categories (81,0%), abnormal categories (8,3%). Spearman's Test Results with $\alpha = 0.05$ with a p value = -0,037, it can be concluded that there is relationship between the level of gadget addiction and emotional intelligence on students at State Senior High School 2. Suggestions for students at State Senior High School 2 to be better in using gadgets in their free time, so as not to interfere with daily activities.

Keywords : *Gadgets Addiction, Emotional Intelligence, Teenagers*

ABSTRAK

Kecanduan gadget merupakan perilaku seseorang yang tidak dapat mengontrol diri dalam penggunaan gadget yang menyebabkan individu ketergantungan. Hal ini dapat merugikan seseorang khususnya remaja. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisa hubungan tingkat kecanduan gadget terhadap kecerdasan emosional remaja di SMA Negeri 2 Doloksanggul. Penelitian ini merupakan penelitian analisa korelasi dengan desain belah lintang (cross sectional). Dengan Populasi penelitian adalah siswa/siwi kelas XI IPS di SMA Negeri 2 Doloksanggul. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 84 orang yang diambil dengan tehnikproportional random sampling. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas tingkat kecanduan gadget yang kategori ringan terdapat (34,5%), kategori sedang terdapat (63,1%), dan kategori berat terdapat (2,4%) dan tingkat kecerdasan emosional dengan kategori Norma sebanyak (10,7%), Borderline sebanyak (81,0%), kategori abnormal terdapat (8,3%). Hasil Uji Spearman's dengan $\alpha = 0,05$ dengan p value = -0,037, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat kecanduan gadget dengan kecerdasan emosional pada siswa/siswi di SMA Negeri 2 Doloksanggul,. Saran bagi siswa dan siswi di SMA Negeri 2 Doloksanggul agar lebih baik dalam menggunakan gadget di waktu-waktu senggang, agar tidak mengganggu aktivitas sehari-hari.

Kata Kunci : *Kecanduan Gadget, Kecerdasan Emosional, Remaja*

PENDAHULUAN

Di era globalisasi sekarang ini, terjadi banyak sekali perkembangan dari berbagai bidang, khususnya perkembangan di bidang teknologi. Perkembangan teknologi yang semakin pesat, Banyak teknologi canggih yang telah tercipta, misalnya *gadget*. Kemajuan ini tentu memberikan banyak pengaruh untuk kehidupan manusia untuk berbagai bidang serta kehidupan sosial tentunya. *Gadget* merupakan perangkat kecil menarik yang memiliki berbagai fungsi yang semakin canggih. Desain menarik serta bervariasi menjadikan *gadget* sebagai barang yang diminati oleh setiap kalangan khususnya remaja. Pengguna *gadget* sendiri tidak lagi hanya dari kalangan pekerja, tetapi hampir seluruh kalangan menggunakan *gadget* dalam aktifitas yang mereka lakukan setiap harinya (Aisyah & Hendrizal, 2018).

Data menunjukkan pada tahun 2016 ada 65,2 juta pengguna *gadget* di Indonesia, pada tahun 2017 mengalami peningkatan menjadi 74,9 juta jiwa, begitu juga pada tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 83,5 juta jiwa dan sebanyak 93% pengguna *gadget* di dominasi oleh remaja. Hal itu dibenarkan oleh Kemenkoinfo RI yang menyatakan bahwa 80% remaja dengan rentang usia 15-19 tahun mendominasi pengguna *gadget* di Indonesia (Sherlyanita & Rakhmawati, 2016).

Berdasarkan data diatas kalangan yang mendominasi kepemilikan *gadget* adalah remaja. Menurut *World Health Organization* (2017), Remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun. Masa remaja merupakan proses tumbuh kembang penting yang akan dilewati seseorang dan merupakan proses peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang ditandai dengan perkembangan psikis, sosial, biologis, dan koognitif. Remaja juga mengalami tahapan menuju kemandirian sosial dan ekonomi, membangun identitas, akuisi kemampuan,

untuk kehidupan masa dewasa serta kemampuan bernegosiasi. Dalam perkembangan ini remaja juga mengalami beberapa bentuk masalah, Dinie (2017) menyatakan bahwa salah satu masalah yang sering dihadapi remaja dalam proses perkembangannya adalah mencapai kemandirian emosional.

Kemandirian emosional ditandai oleh beberapa hal. Satu diantaranya ialah adanya kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional yang dikatakan berkembang dengan baik ketika remaja mampu mengelola emosi diri sendiri, emosi orang lain dan mampu mengekspresikan emosi dengan baik, dan dapat menyelesaikan masalah dalam lingkungannya dengan baik dengan pengambilan keputusan yang baik serta dapat menghindarkan diri dari konflik dalam lingkungan sosialnya (Dinie, Yeniari, dan Siswati, 2017).

Di Amerika Serikat 1.500.000 orang tua anak dan remaja melaporkan bahwa anaknya memiliki masalah emosional, perkembangan dan perilaku, 12,5% anak di Singapura dengan rentang usia 6-12 tahun mengalami gangguan emosi dan perilaku. Hasil survey Federasi Kesehatan Mental Indonesia (Fekmi) pada tahun 2003 di 10 kota besar Indonesia yaitu Medan, Padang, Jakarta, Bandung, Semarang, Yogyakarta, Surabaya, Banjarmasin, Denpasar, dan Ujung Pandang mengaku 54% pernah berkelahi, 87% berbohong, 28% mengatakan kekerasan adalah hal biasa, dan 8,9% pernah mencoba narkoba (Kharisma & Melani 2018).

Berbagai faktor seperti perubahan jasmani, perubahan pola interaksi dengan orangtua, perubahan pola interaksi dengan teman sebaya, dan perubahan pandangan luar dapat mempengaruhi proses mencapai kecerdasan emosional yang baik maupun kecerdasan emosional yang buruk (Ahmad & Farid, 2017). Selain itu perkembangan

teknologi dan informasi juga dapat menjadi salah satu penyebab kegagalan dalam proses pencapaian kecerdasan emosional.

Penyajian berbagai hal menarik dalam gadget menyebabkan penggunaanya senang berlama-lama menatap layar gadget hingga lupa waktu, sering mengabaikan lingkungannya, dan memilih untuk berinteraksi di dunia maya. Hal ini dapat menumpulkan kemampuan dalam empati, mengekspresikan emosi dengan baik, mengelola emosi, dan semua itu merupakan aspek dari kecerdasan emosional (Kharisma, 2018). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ahmad & Farid (2017) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja usia 11-12 tahun. Penelitian lain yang dilakukan di Malaysia dengan 384 koresponden remaja menunjukkan bahwa kecanduan gadget sangat mempengaruhi pada sikap dan nilai yang buruk remaja (Kharisma, 2018).

Hal yang sama juga ditemukan oleh peneliti saat melakukan survey awal bahwa hampir seluruh siswa di sekolah tersebut memiliki *gadget* dengan tipe *smarthphone* android. Selain itu empat orang dari mereka mengatakan bahwa mereka tidak bisa lepas dari *gadget* dan menggunakannya sepanjang hari. Mereka akan marah dan kesal kepada orang disekitarnya jika diganggu pada saat memainkan ponselnya Kemudian enam dari mereka mengatakan menggunakan *gadget* disetiap memiliki kesempatan, tetapi mengatakan bahwa mereka tidak bisa jikalau mereka tidak membawa *gadget* kemana pun mereka pergi, karena mereka merasa tidak terlihat keren.

Selain itu peneliti juga melakukan wawancara terhadap beberapa guru yang menyatakan bahwa saat sedang berlangsungnya proses belajar mengajar tidak jarang guru menemukan ada siswa yang sedang memainkan *gadget* nya. Berdasarkan

data diatas dapat disimpulkan bahwa *gadget* merupakan benda yang tidak bisa lepas dari kehidupan sehari-hari. Dan berdasarkan pengamatan yang dilakukan peneliti juga ditemukan fakta bahwa saat jam istirahat yang merupakan waktu dimana siswa/siswa pergi ke kantin untuk sekedar membeli cemilan & mengobrol dengan teman, namun hal itu tidak ditemukan oleh peneliti melainkan sebagian besar siswa di sekolah tersebut memanfaatkan waktu istirahat untuk bermain sosial media, game, dan kegiatan lain menggunakan *gadget* masing-masing. Berdasarkan latar belakang diatas, maka Peneliti tertarik melakukan penelitian tentang hubungan tingkat penggunaan *gadget* dengan kecerdasan emosional remaja di SMA Negeri Doloksanggul Tahun 2019.

1.1 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini “Apakah ada Hubungan Tingkat Kecanduan *Gadget* dengan Kecerdasan Emosional Remaja?”.

1.2 Tujuan penelitian

1.2.1 Tujuan umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecanduan *gadget* dengan kecerdasan emosional remaja di SMA Negeri 2 Doloksanggul

1.2.2 Tujuan Khusus

- a) Untuk mengetahui tingkat kecanduan *gadget* di SMA Negeri 2 Doloksanggul
- b) Untuk mengetahui kecerdasan emosional di SMA Negeri 2 Doloksanggul

1.3 Manfaat penelitian

Bagi siswa/siswi hasil penelitian ini dapat dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan agar lebih meminimalisir efek-efek yang tidak diinginkan di masa depan khususnya demi perkembangan

kecerdasan emosional yang lebih baik. Serta untuk menentukan kebijakan-kebijakan dalam hal manajemen waktu khususnya membagi waktu.

2.1 Kecerdasan Emosional

2.1.1 Deneisi

Emosi mengarah ke perasasaan dan pikiran-pikiran khususnya, keadaan dimana biologis, psikologis dan segala kecenderungan ikut terlibat. Menurut Goleman, (2015) emosional adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan emosi.

2.1.2 Ciri-Ciri Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional adalah serangkaian kecakapan yang memungkinkan seseorang melapangkan jalan di dunia yang rumit yang mencakup aspek pribadi, sosial dan pertahanan dari seluruh kecerdasan, akal sehat yang penuh misteri dan kepekaan yang berfungsi secara efektif pada setiap harinya (Stein dan Book, 2002). Ciri-ciri kecerdasan emosional meliputi kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan melebihi-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati dan berdoa (Goleman, 2015).

2.1.3 Dasar Kemampuan dalam Teori Kecerdasan Emosi

Daniel Goleman dalam (Kharisma & Bismi, 2018) menyatakan bahwa terdapat 5 aspek dalam kecerdasan emosi yaitu :

- 1) Mengenali emosi diri sendiri (*self-awareness*) yang disebut juga sebagai kesadaran akan perasaan-perasaan di waktu tertentu dan menjadikannya acuan dalam bertindak dan mengambil keputusan. Memiliki tingkat kepercayaan diri yang kuat.

- 2) Mengelola emosi (*managing emotions*), kemampuan untuk menangani emosi sendiri yang akan memberikan dampak positif dalam berbagai hal.
- 3) Motivasi diri (*motivating oneself*), menggunakan hasrat paling dalam untuk mencapai sasaran, membantu mengambil inisiatif dan bertindak secara efektif, dan untuk bertahan dalam menghadapi kegagalan dan frustrasi.
- 4) Mengenali emosi orang lain (*recognizing emotion in other*), mampu merasakan apa yang dirasakan orang lain, dan dapat menjalin hubungan saling percaya, dan menyesuaikan diri dengan orang lain.
- 5) Membina hubungan (*handling relationship*), teliti membaca situasi dan hubungan sosial, berinteraksi dengan lancar, lalu bertindak secara bijak dalam membina hubungan dengan orang lain.

2.1.4 Pengaruh Emosi Terhadap Perilaku Individu

Emosi sangat berpengaruh bagi kita khususnya bagi remaja dalam kehidupan sosialnya, baik yang tampak secara langsung maupun yang tidak. Menurut Djawad Dahlan (2007) yang dikutip oleh Nurul (2015) terdapat beberapa pengaruh emosi terhadap perilaku individu, yaitu:

1. Memperkuat semangat
2. Melemahkan semangat
3. Menghambat konsentrasi belajar
4. Terganggunya penyesuaian sosial
5. Suasana emosional yang diterima dan dialami individu semasa kecil akan mempengaruhi sikapnya dikemudian hari

2.1.5 Hipotesis

Ha : Ada hubungan antara kecanduan *gadget* dengan kecerdasan emosional pada siswa/siswi di SMA Negeri 2 Doloksanggul

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan bentuk rancangan yang digunakan dalam melakukan prosedur penelitian. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian deskriptif korelasional yang bertujuan mencari hubungan antara tingkat kecanduan gadget dengan kecerdasan emosional, dengan pendekatan *cross sectional* yaitu pengukuran kedua variabel yang dilakukan pada waktu yang sama.

3.2 Populasi dan Sampel

3.2.1 Populasi Penelitian

Tabel 3.1
Distribusi Populasi

No		Jumlah
1	X IPS(1)	36
2	X IPS(2)	36
3	X IPS (3)	34
Total		106

Berdasarkan tabel diatas maka jumlah sampel untuk penelitian ini adalah 106 siswa.

3.2.2 Sampel Penelitian

Menurut Soekidjo Notoatmojo (2016) Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *proportional random sampling* atau acak stratifikasi dimana pengambilan sampel dengan cara acak dan memperhatikan strata yang ada dalam populasi namun sampel bersedia. Setelah dilakukan survey didapatkan jumlah siswa kelas X dan kelas XI yang memiliki gadget sebanyak sebanyak 106 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Taro Yamane dan Slovin dalam Soekidjo Notoatmojo (2016), apabila jumlah populasi (N) diketahui maka teknik pengambilan sampel dapat menggunakan rumus sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{N d^2 + 1}$$

$$n = \frac{106}{106 (0.0025) + 1}$$

$$n = \frac{106}{106 (0.05)^2 + 1}$$

$$n = \frac{106}{1.26}$$

$$n = 84$$

Keterangan :

N : Besar Populasi

n : Besar Sampel

d : Tingkat Kepercayaan 5% (0.05)

Maka jumlah sampel yang diteliti adalah 84 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel yang ditemui saat dilakukan penelitian. Untuk menentukan jumlah sampel pada tiap kelas. Digunakan cara *proportional random sampling*, dengan rumus:

$$n_i = (N_i : N) X n$$

keterangan :

n_i : jumlah sampel per kelas

N_i : jumlah siswa dalam kelas tersebut

N : sampel

N : besaran populasi

Sehingga jumlah sampel perkelas yang didapatkan adalah :

Tabel 3.2
Tabel sampel

No	Kelas	Jumlah Siswa	Rumus	Jumlah Sampel
1	X IPS	36	(36 : 106) x 84	29
2	X IPS	36	(36 : 106) x 84	29
3	X IPS	34	(34 : 106) x 84	26
Jumlah		106		84

3.3 Tempat dan Waktu Penelitian

3.3.1 Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di SMAN 2 Doloksanggul

3.3.2 Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Februari - Juli tahun 2019

3.4 Defenisi Operasional

1. Variabel Bebas : kecanduan Gadget

Penggunaan gadget secara terus menerus yang menyebabkan individu sering mengabaikan waktu, pekerjaan dan keadaan sekitar

2. Variabel Terikat : Kecerdasan Emosional
Kemampuan seseorang dalam mengatur keadaan emosi diri sendiri dan orang lain

3.5 Aspek Pengukuran

3.5.1 Tingkat Kecanduan Gadget

Untuk mengukur tingkat kecanduan gadget dengan memberikan kuisioner kepada responden sebanyak 10 pernyataan. Jika responden menjawab “tidak pernah” di beri nilai 1, “kadang-kadang” di beri nilai 2, “Sering” diberi nilai 3 jadi skor tertinggi adalah 30 dan skor terendah 10. Selanjutnya akan dikategorikan dengan menggunakan $P = \frac{R}{BK}$ rumus statistik menurut (hidayat, 2009).

Keterangan :

- P : Panjang Kelas
R : Rentang Kelas
BK : Banyak Kelas

$$P = \frac{R}{BK}$$
$$P = \frac{30-10}{3}$$
$$P = \frac{20}{3}$$
$$P = 7$$

Berdasarkan data yang diperoleh maka variable kecanduan gadget dapat dikategorikan sebagai berikut :

1. Ringan : jika jawaban responden dengan total 10 - 17
2. Sedang : jika jawaban responden dengan total 18 – 23
3. Berat : jika jawaban responden mendapatkan total 24 - 30

3.5.2 Kecerdasan Emosional

Dalam penelitian ini Peneliti menggunakan alat ukur lembar kuisioner SDQ (*Strength and Difficult Questionnaire*) untuk mengukur kecerdasan emosional remaja. Dimana dalam kuisioner ini ada lima aspek yang akan dinilai yaitu, (1) gejala emosional, (2) masalah *conduct*, (3) hiperaktivitas, (4) masalah hubungan dengan teman sebaya, (5) perilaku pro- sosial dan masing-masing terdapat lima pertanyaan. Jika responden menjawab “benar” akan diberikan skor 1, “agak benar” diberi skor 2, “tidak benar” diberi skor 3. Skor akan dihitung berdasarkan sub item, dan nilai terendah adalah 25 dan tertinggi adalah 75. Selanjutnya akan dikategorikan dengan menggunakan $P = \frac{R}{BK}$ rumus statistik menurut (Hidayat, 2009)

Keterangan :

- P : Panjang Kelas
R : Rentang Kelas
BK : Banyak Kelas

$$P = \frac{R}{BK}$$
$$P = \frac{75-25}{3}$$
$$P = \frac{50}{3}$$
$$P = 17$$

Dan dikategorikan sebagai berikut :

1. Normal : jika jawaban responden dengan total 25-42
2. Borderline : jika jawaban responden dengan total 43-60
3. Abnormal: jika jawaban responden dengan total 61-75

3.6 Prosedur Pengumpulan Data

3.6.1 Alat Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data diperoleh dari variabel independen dan variabel dependen.

- a) Variabel Independen

Variabel independen yaitu tingkat kecanduan *gadget*. Dalam penelitian ini tingkat kecanduan *gadget* didapatkan dari pengisian kuisioner tentang tingkat kecanduan *gadget* SAS (*Smartphone Addict Scale*) yang dikembangkan oleh Min Kwon, dkk (2013). Dimodifikasi oleh peneliti dan dilakukan uji validitas dan reabilitas.

b) Variabel dependen

Variabel dependen yaitu kecerdasan emosional. Dalam penelitian ini kecerdasan emosional didapatkan dari pengisian kuisioner kecerdasan emosional SDQ (*Strength and Difficulties Questionnaire*)

3.6.2 Prosedur Pengumpulan Data

Adapun prosedur pengumpulan data adalah sebagai berikut :

- a) Pertama Peneliti minta izin kepada pihak Universitas Sari Mutiara Indonesia.
- b) Setelah meminta izin Peneliti mengantarkan surat survey awal kepada Kepala Sekolah Untuk mengetahui apakah ada hubungan kecanduan gadget dengan kecerdasan emosional pada remaja di SMAN 2 Doloksanggul tahun 2019.
- c) Mengambil data dari SMAN 2 Doloksanggul untuk keperluan penelitian
- d) Peneliti melakukan wawancara di tempat penelitian
- e) Peneliti mengantarkan surat izin penelitian ke SMA Negeri 2 Doloksanggul pada tanggal 15 Juli 2019,
- f) Kemudian keesokan harinya peneliti datang kembali untuk melakukan penelitian dan dimulai dengan meminta absen per kelas dari bidang tata usaha sekolah.
- g) Setelah itu, peneliti menulis nomor undian berdasarkan jumlah absen, dan saat dikelas peneliti mencabut nomor

undian secara acak sebanyak kebutuhan yang diperlukan

- h) Kemudian, Peneliti memberikan *informed consent* kepada siswa/siswi di SMAN 2 Doloksanggul dan menjelaskan tujuan dari *informed consent*
- i) Selanjutnya Peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan penelitian yang akan dilakukan.
- j) Lalu Peneliti memberikan lembaran kuesioner dan membaca acuan yang digunakan Peneliti.
- k) Setelah Peneliti selesai melakukan penelitian, Peneliti meminta surat yang menyatakan bahwa Peneliti telah selesai dalam melakukan penelitian di Sekolah Untuk mengetahui apakah ada hubungan kecanduan gadget dengan kecerdasan emosional pada remaja di SMAN 2 Doloksanggul tahun 2019.

3.7 Etika Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti mengumpulkan data dan mengolah data setelah memperoleh izin dari Ketua Program Studi dan pihak Rektorat. Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan dengan membagikan dan pengisian kuesioner oleh responden dengan memperhatikan etika penelitian menurut (Saryono, 2013) antara lain

1. *Informed consent* (persetujuan)
2. *Beneficence* (Berbuat Baik)
3. *Non maleficence* (Tidak Merugikan)
4. *Anonymity* (Tanpa Nama)
5. *Veracity* (Kejujuran)

3.8 Teknik Pengolahan dan Analisa Data

3.8.1 Pengolahan data

Pengolahan data merupakan salah satu bagian rangkaian kegiatan penelitian setelah pengumpulan data (Notoadmodjo, 2010) sebelum data di analisa, terlebih dahulu

dilakukan pengolahan data dengan cara sebagai berikut:

- a. *Editing*
- b. *Coding*
- c. *Entry*
- d. *Tabulating*

3.8.2 Analisa Data

a. Analisa Univariat

Analisa univariat digunakan untuk mengetahui distribusi frekuensi presentase masing-masing variable bebas dan terikat yaitu antara kecanduan *gadget* dengan kecerdasan emosional.

b. Analisa Bivariat

Analisa bivariate digunakan untuk melihat hubungan antara kecanduan *gadget* dengan kecerdasan emosional. Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini ialah *Rank Spearman* dengan tingkat kepercayaan 95%. Hubungan dua variabel dikatakan ada apabila nilai $p\ value < 0,05\%$, dengan hasil $p\ value : -0,037 < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara dua variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1.1 Karakteristik Responden

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden siswa/siswi Di SMA Negeri 2 Doloksanggul Tahun 2019

No.	Karakteristik	N	(%)
1.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	50	59,5
	Perempuan	34	40,5
	Total	84	100,0
2.	Umur		
	15 Tahun	13	16,7
	16 Tahun	54	64,3
	17 Tahun	15	17,9
	18 Tahun	1	1,1
	Total	84	100,0

Dari tabel 4.1 dapat diketahui bahwa jenis kelamin responden siswa/siswi kelas

XI SMA Negeri 2 Doloksanggul yaitu laki-laki 50 orang (59,5%), dan perempuan sebanyak 34 responden (40,5%), dan mayoritas laki-laki. Usia responden 15 tahun yaitu 13 orang (16,7%), 16 tahun yaitu 54 orang (64,3%), 17 tahun 15 orang (17,9%), dan 18 tahun 1 orang (1,1%). Dan sampel mayoritas berumur 16 tahun.

4.1.2 Analisa Univariat

1. Kecanduan Gadget

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecanduan Gadget Responden Di SMA Negeri 2 Doloksanggul Tahun 2019

No.	Kecanduan Gadget	N	%
1.	Ringan	29	34,5
2.	Sedang	53	63,1
3.	Berat	2	2,4
	Total	84	100,0

Dari tabel 4.2 dapat diketahui bahwa tingkat kecanduan *gadget* mayoritas sedang yaitu 53 responden (63,1%).

2. Kecerdasan Emosional

Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Kecerdasan Emosional Responden Di SMA Negeri 2 Doloksanggul Tahun 2019

No.	Kecerdasan Emosional	N	%
1.	Normal	9	10,7
2.	Borderline	68	81,0
3.	Abnormal	7	8,3
	Total	84	100,0

Dari tabel 4.4 dapat diketahui bahwa kecerdasan emosional mayoritas borderline yaitu 68 responden (81,0%).

4.1.3 Analisa Bivariat : Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget dengan kecerdasan emosional Remaja di SMA Negeri 2 Doloksanggul

Kecanduan <i>Gadget</i>	Kecerdasan Emosional						Jumlah		P-Value
	Normal		Borderline		Abnormal		N	%	
	N	%	N	%	N	%			
Ringan	2	2,4	25	29,8	2	2,4	29	34,5	-0,037
Sedang	7	8,3	41	48,8	5	6,0	53	63,1	
Berat	0	0,0	2	2,4	0	0,0	2	2,4	
Total	9	10,7	68	81,0	7	8,4	84	100,0	

Tabel 4.5. Correlations Spearman Hubungan Tingkat Kecanduan *Gadget* dengan kecerdasan emosional Remaja di SMA Negeri 2 Doloksanggul

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat bahwa kecanduan *gadget* ringan sebanyak 34,5%, sedang sebanyak 63,1%, dan berat sebanyak 2,4%. Kecerdasan emosional normal sebanyak 10,7%, borderline sebanyak 63,1%, abnormal sebanyak 8,4%. Kecanduan *gadget* dengan kecerdasan emosional mayoritas sedang sebanyak 81,0%. Dari hasil uji statistik menggunakan uji *Rank Spearman*, di ketahui *p value* = -0,037 ($p < 0,05$), artinya ada hubungan antara kecanduan *gadget* dengan kecerdasan emosional pada remaja di SMA Negeri 2 Doloksanggul Tahun 2019.

4.3 Pembahasan

1. Interpretasi dan Diskusi Hasil

a. Kecanduan *gadget*

Hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kecanduan *gadget* masuk kedalam kategori sedang (63,1%). Hal ini dilihat dari perolehan jawaban dari kuisioner dimana responden cenderung memilih jawaban “kadang-kadang” yang dimana dapat diartikan bahwa responden cukup sering mengabaikan pekerjaan mereka saat menggunakan *gadget*, cukup sulit untuk berkonsentrasi dalam pelajaran, mengerjakan tugas, cukup sering merasa resah saat tidak menggunakan *gadget*, cukup

sering menggunakan *gadget* walaupun sebenarnya mereka tahu bahwa *gadget* dapat mengganggu kehidupan mereka, dan cukup sering menggunakan *gadget* dari waktu yang diperkirakan.

Responden juga cukup sering memeriksa *gadget* agar mereka tidak ketinggalan info maupun obrolan, dan hal-hal lain yang terjadi di *gadget* mereka. Responden juga cukup sering memikirkan *gadget* ketika mereka sedang tidak menggunakannya. Responden juga cukup sering menerima teguran atau pernyataan dari orang sekitar yang menyatakan bahwa mereka terlalu sering menggunakan *gadget* mereka. Hal ini terlihat dari tingkat kecanduan *gadget* responden yang mayoritas sedang (63,1%).

Hasil penelitian ini juga mengungkapkan bahwa umur responden untuk penelitian ini lebih dominan berusia 16 tahun (64,3%). Hal ini sejalan dengan pernyataan Kominfo RI dalam Sherlyanita & Rakhmawati (2016) yang menyatakan bahwa 80% remaja dengan usia 15-19 tahun mendominasi pengguna *gadget* di Indonesia.

Menurut Kuss dan Griffith (2012) Usia remaja 15-17 tahun memiliki ketertarikan lebih terhadap *game online* jika dibandingkan kelompok usia lainnya, dengan demikian resiko mereka ketergantungan juga lebih besar. Menurut Harlock (2009) remaja awal atau kaula muda berlangsung pada usia tiga belas sampai tujuh belas tahun. Pada usia ini remaja lebih gegabah, kurang waspada, emosi tidak stabil, mengalami perubahan

dalam kecerdasan dan kemampuan mentalnya, selalu kebingungan dalam statusnya dalam masyarakat dan periode sulit dan kritis (Pieter & Lumongga, 2010). Oleh sebab itu dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa usia 16 tahun mayoritas terkena tingkat kecanduan *gadget* ringan (51,2%), berat (7,1%). Selain umur, jenis kelamin juga mempengaruhi tingkat kecanduan *gadget*. Dimana kecanduan *gadget* pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa mayoritas responden laki-laki masuk kedalam kategori berat yaitu sebanyak 39 (57,4%). Hal ini sejalan dengan pernyataan Young (2009) menyatakan bahwa laki-laki akan lebih mudah kecanduan *game online* yang dapat diakses melalui PC, ataupun *gadget*, mereka dapat menghabiskan lebih banyak waktu untuk bermain *game* daripada melakukan hal lain.

Menurut Kharisma & Melanie (2018) kecanduan suatu kebiasaan atau perilaku yang tidak sehat yang merusak diri sendiri dimana individu sulit untuk berhenti. Kecanduan *gadget* ini adalah suatu kelekatan yang kompleks terhadap penggunaan *gadget* yang menyebabkan individu ketergantungan.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karuniawan & Cahyati (2013) , kecanduan *gadget* memiliki keterikatan terhadap *smarthphone* dan akan memberi masalah sosial seperti menarik diri dan kesulitan dalam kehidupan sehari-hari. Gangguan dalam kehidupan sehari-hari tersebut dapat berupa tidak mengerjakan pekerjaan sesuai dengan yang direncanakan, sulit berkonsentrasi, menderita sakit kepala ringan.

b. Kecerdasan Emosional

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kecerdasan emosional berada pada kategori *borderline* sebanyak 81,0%.

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan

emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri. Dorongan ini diwujudkan dari tindakan atau perilaku. Kecerdasan emosional suatu kebutuhan atau keinginan yang harus dipenuhi, dan keinginan itu akan mendorong individu untuk melakukan tindakan. Kecerdasan emosional yang rendah biasanya menimbulkan kualitas hidup dan kehidupan sosial remaja juga terganggu (Goleman, 2015).

Menurut Mohammad Asrori (2005) yang dikutip oleh Nurul (2015) Terdapat beberapa faktor yang berpengaruh terhadap perkembangan emosi remaja, seperti perubahan jasmani, perubahan pola interaksi dengan orang tua, perubahan pola interaksi dengan teman sebaya, dan perubahan pandangan luar. Hal ini juga berlaku terhadap setiap responden pada penelitian ini. Menurut pengamatan yang dilakukan peneliti khususnya selama berlangsungnya penelitian ini, setiap responden memiliki pola interaksi yang berbeda-beda kepada setiap teman di kelasnya, dan didalam satu kelas memiliki beberapa kelompok.

Pembentukan kelompok-kelompok inilah yang juga dapat mempengaruhi kecerdasan emosional responden. Interaksi akan sangat intens antar anggota kelompok, namun interaksi akan sedikit berubah terhadap teman yang tidak merupakan anggota kelompok yang sama. Pola interaksi seperti ini lah yang sering mengganggu pertumbuhan emosi responden, dimana setiap anggota kelompok akan berkomunikasi, berperilaku yang baik antar anggota kelompok, dan berkomunikasi serta berperilaku biasa atau bahkan tidak baik terhadap siswa yang tidak anggota kelompok.

Dari hasil pengamatan peneliti juga ditemukan bahwa sebagian besar siswa/siswi yang menjadi responden mampu mengerti dan memahami instruksi yang diberikan oleh peneliti khususnya saat akan melakukan pengisian kuisioner. Hanya beberapa

responden yang kembali bertanya tentang tata cara pengisian kuisioner. Hal ini menandakan bahwa responden mampu memusatkan perhatian dan memahami setiap instruksi yang diberikan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Firda (2017) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional sedang akan cukup mampu memusatkan perhatian dalam memahami materi, memotivasi diri sendiri untuk terus maju, cukup optimis dalam menghadapi kesulitan, memiliki hubungan persahabatan yang baik dengan orang disekitar.

c. Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Tingkat Kecerdasan Emosional

Hasil uji statistik menggunakan uji *Rank Spearman* dari data didapatkan hubungan antara kecanduan *gadget* dengan kecerdasan emosional remaja di SMA Negeri 2 Doloksanggul tahun 2019, dengan hasil uji nilai *p value* = -0,037 ($p < 0,05$), artinya ada hubungan antara tingkat kecanduan *gadget* dengan kecerdasan emosional pada siswa/siswi di SMA Negeri 2 Doloksanggul Tahun 2019.

Hasil penelitian kecanduan *gadget* menunjukkan kecanduan ringan sebanyak 7 responden (8,03%), dimana 5 (6,0%) responden diantaranya memiliki kecerdasan emosional dalam kategori *borderline*, dan 2 (2,4%) responden diantaranya memiliki kecerdasan emosional yang abnormal. Kecanduan *gadget* ringan sebanyak 68 responden (81,0%), dimana 43 (51,2%) responden diantaranya memiliki kecerdasan emosional *borderline*, serta 25 (29,8%) responden diantaranya memiliki kecerdasan emosional abnormal. Kecanduan *gadget* berat terdapat 9 responden (10,7%), dimana 5 (6,0%) responden diantaranya memiliki kecerdasan emosional *borderline*, dan 4 (4,8%) responden diantaranya memiliki kecerdasan emosional abnormal.

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa walaupun tingkat kecanduan *gadget* berada pada kategori ringan, tidak menjamin bahwa kecerdasan emosional pada responden tersebut masuk kedalam kategori normal, begitupun sebaliknya jika kecanduan *gadget* berada pada kategori berat hal tersebut bukan menjadi penentu bahwa mereka akan memiliki kecerdasan emosional yang abnormal.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kharisma & Melanie (2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kecanduan *gadget* dengan kecerdasan emosional remaja, dan menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan *gadget* maka akan semakin rendah juga kecerdasan emosionalnya begitupun sebaliknya.

Menurut Young (2009) menyatakan bahwa laki-laki akan lebih mudah kecanduan *game online* yang dapat diakses melalui PC, ataupun *gadget*, mereka dapat menghabiskan lebih banyak waktu untuk bermain *game* daripada melakukan hal lain. Hal ini sejalan dengan penelitian ini yang menyatakan bahwa 59,5% responden adalah mayoritas laki-laki, dan 39 (57,4%) laki-laki berada pada tingkat kecanduan *gadget* berat. Hal ini juga didukung oleh pernyataan Gottman & De Claire (2003) bahwa laki-laki lebih cenderung menyembunyikan emosi mereka dari dunia luar, sedangkan perempuan akan lebih leluasa mengungkapkan atau mengekspresikan emosi nya baik melalui kata-kata, bahasa tubuh, sedangkan laki-laki akan lebih menahan diri, menutup-nutupi, dan meremehkan perasaan mereka dan laki-laki akan lebih memilih meluapkan emosinya dengan melakukan hal-hal seperti bermain *game*, merokok, dan lain sebagainya.

Menurut Mohammad Asrori (2005) yang dikutip oleh Nurul (2015), menyatakan ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan kecerdasan emosional satu diantaranya adalah faktor

eksternal yaitu lingkungan, seperti hasil pengamatan peneliti dimana terdapat banyak sekali warung-warung kecil yang dominan pengunjungnya adalah bapak-bapak serta orang dewasa yang sekedar minum kopi atau sekedar berbincang-bincang dengan pengunjung lain. Namun tempat yang sama juga dikunjungi oleh para siswa sambil menunggu bus sekolah menjemput. Tak jarang para pengunjung saling melemparkan kata-kata kasar, memperlihatkan tindakan-tindakan kasar yang sering menjadi bahan yang akan dicontoh para remaja khususnya remaja laki-laki dan akan mencoba melakukan hal yang sama terhadap teman sebayanya dan terkadang menyebabkan terjadinya perselisihan dan akhirnya akan menyebabkan adanya jarak antara teman sekitar.

Menurut Goleman (2002) menyatakan bahwa semakin dewasa umur seseorang maka akan semakin lebih baik juga kemampuannya dalam mengenali emosinya, dan kecerdasan emosionalnya juga akan baik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki umur 16 tahun 54 responden (64,3%) yang dimana usia ini masuk kedalam golongan remaja awal. Menurut Hurlock (2009) usia ini memiliki ciri-ciri gegabah, kurang waspada, emosi yang tidak stabil. Pada usia ini juga remaja akan lebih sering mengikuti tren yang terjadi dimasyarakat, belajar dari sekitar mereka dan belajar dari apa yang mereka lihat, hal ini dilakukan dalam usaha untuk mencari jati dirinya.

1. Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini memiliki keterbatasan dimana peneliti tidak dapat menjamin jika jawaban yang diberikan oleh responden berdasarkan hal yang dialami oleh diri mereka sendiri, dikarenakan saat melakukan

penelitian keadaan kelas sedang tidak kondusif dimana pada saat dilakukan penelitian sekolah baru saja masuk dan belum ada guru yang masuk untuk melakukan proses belajar mengajar.

SIMPULAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa :

1. Berdasarkan hasil penelitian ini tingkat kecanduan *gadget* di SMA Negeri 2 Doloksanggul masuk kedalam kategori sedang (63.1%)
2. Berdasarkan penelitian ini didapatkan hasil bahwa kecerdasan emosional yang dimiliki remaja di SMA Negeri 2 Doloksanggul masuk kedalam kategori *borderline* (81,0%)
3. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan, diperoleh analisis korelasi sebesar -0,037 dengan ($p < 0,05$.) dalam tabel Correlation Spearman's maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara kecanduan *gadget* dengan tingkat kecerdasan emosional pada siswa/siswi di SMA Negeri 2 Doloksanggul.

5.2 Saran

1. Siswa harus lebih pandai dalam mengatur waktu dalam penggunaan *gadget*. Siswa disarankan menggunakan *gadget* di waktu senggang, agar pekerjaan dan aktifitas tidak terganggu. Bagi Peneliti diharapkan bagi penelitian selanjutnya untuk meneliti kecerdasan emosional yang dihubungkan dengan variabel-variabel lain yang relevan seperti tipe kepribadian. Penelitian selanjutnya juga diharapkan agar lebih baik dalam menyusun skala. Selain itu, lebih spesifik dalam penggunaan subjek yang akan digunakan sebagai penelitian.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada pihak terkait yang telah membantu kelancaran penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Abram. (2013). Addiction pada Mahasiswa Pengguna Smartphone, 2(4).

Afifah, & Rahma. (2015). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Aktifitas Kehidupan Siswa MAN 1 Rengat Barat, 2(2), 1–12.

Agusta. (2016). Agu, (2013), 11–22.

Ahmad, & Farid. (2017). Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Gangguan Emosi Dan Perilaku Remaja Usia 11-12 Tahun, 6(2), 148–157.

Aisyah, & Hendrizal. (2018). Pengaruh penggunaan, 13(1), 64–76.

Bian, & Leung. (2014). Linking Loneliness , Shyness , Smartphone Addiction Symptoms , and Patterns of Smartphone Use to Social Capital, 1–19.
<https://doi.org/10.1177/0894439314528779>

Daniel. (2015). *Emotional Inteligence*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Dinie, Yeniari, & Siswati. (2017). Intensi penggunaan gadget dan kecerdasan emosional pada remaja awal, 65–71.

Hurlock. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.

Istiqomah. (2017). Parameter Psikometri Alat Ukur Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ), 4, 251–264.
<https://doi.org/10.15575/psy.v4i2.1756>

Khamim. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja, 17, 25–

32.

Kharisma, & Melani. (2018). Kharisma Bismi Alrasheed Melani Aprianti Abstrak, 136–142.

Kusumadewi, & Theodora. (2009). Hubungan antara kecanduan...,Theodora Natalia Kusumadewi, FPsi UI, 2009, 8–22.

Kwon, Kim, Cho, & Yang. (2013). The Smartphone Addiction Scale : Development and Validation of a Short Version for Adolescents, 8(12), 1–7.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>

Manumpil, & Yudi. (2015). Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Tingkat Prestasi Siswa Di Sma Negeri 9 Manado, 3(April), 1–6.

Nurul. (2015). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dan Lingkungan Belajar dengan Prestasi Siswa Kelas XI.

Pieter, & Lubis. (2010). *Psikologi dalam Keperawatan* (1st ed.). Jakarta: Kencana Prenada Media.

Profitra, & Setyawan. (2015). Perbedaan Kecerdasan Emosional Antara Siswa Sma Dengan Ma : Studi Komparasi Pada Siswa Kelas Xi Di Sma N 1 Purwodadi Dan Ma Sunniyyah Selo ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasa, 4(4), 202–207.

Radliya, Apriliya, & Zakiyyah. (2017). Pengaruh penggunaan gawai terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini, 1(1), 1–12.

Rahmadina, Afriyeni, & Sarry. (n.d.). Hubungan Regulasi Emosi Dengan Problematic Internet Use Pada

Mahasiswa Pengguna Media Sosial Di,
70–82.

Raihana. (2018). Dampak Kecanduan Gadget Terhadap Perkembangan Emosi Dan Prilaku Anak Usia Dini AH-PIECE, 1(April), 53–62.

Saptoto, R. (2010). Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kemampuan Coping Adaptif, 37(1), 13–22.

Sherlyanita, & Rakhmawati. (2016). Pengaruh dan Pola Aktivitas Penggunaan Internet serta Media Sosial pada Siswa SMPN 52 Surabaya, 2(1).

Soekidjo Notoatmodjo. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan* (Pertama). Jakarta: Rineka Cipta.

Tjhin, Paul, Christa, Agung, & Windy. (2010). Masalah Emosi dan Perilaku pada Anak dan Remaja di Poliklinik Jiwa Anak dan Remaja RSUPN dr. Ciptomangunkusumo (RSCM), Jakarta, 12(4), 270–277.

Tria, & Amy. (2016). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Personal Sosial The Effect Of The Use Of Gadgets To Personal Social (Tkit) Of Al Mukmin, 13, 72–78.

Utami, & Putri, D. (2012). *Masalah Mental Dan Emosional Pada Siswa Smp Kelas Akselerasi Dan Reguler Studi Kasus di SMP Negeri 2 Semarang*.

Witarsa, Rina, Nurhananik, & Neneng. (n.d.). PEDAGOGIK Vol. VI, No. 1, Februari 2018, 9–20.