

HUBUNGAN KEBIASAAN PENGGUNAAN GADGET DENGAN STATUS MENTAL KECERDASAN EMOSIONAL PADA ANAK SEKOLAH di SD NEGERI 1 TAHUNA KABUPATEN SANGIHE

Renaldy J.C.Lahiwu*, F.R.Raymond Maramis*, Febi K. Kolibu*

*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado

ABSTRAK

Era digitalisasi usia anak untuk bersentuhan dengan gadget sudah semakin mudah, dikarenakan gadget menampilkan fitur-fitur aplikasi, game, dan multimedia yang membuat anak tertarik untuk memainkannya. Namun penggunaan Gadget secara berlebihan menimbulkan dampak bagi kesehatan mental anak khususnya dalam pengembangan kecerdasan emosional anak yang dapat membuat anak sulit mengekspresi emosinya dengan tepat, kemampuan dalam berempati, mengolah emosi, Memotivasi diri sendiri, dan Mengenali emosi orang lain. Tujuan dari penelitian ini yaitu menganalisis Hubungan Kebiasaan Penggunaan Gadget dengan Status Mental Kecerdasan Emosional pada Anak Usia Sekolah di SD Negeri 1 Tahuna. Metode penelitian kuantitatif yang bersifat korelasional dengan pendekatan cross sectional dilaksanakan di SD Negeri 1 Tahuna Kabupaten Sangihe pada bulan September 2020 dengan jumlah responden 90 Siswa. Variabel penelitian kebiasaan penggunaan Gadget dan Kecerdasan Emosional. Instrumen penelitian menggunakan Kuesioner. Hasil penelitian Durasi penggunaan gadget didapatkan 39 siswa atau 43,3% menggunakan gadget <2 jam dalam kategori baik, untuk kecerdasan emosional anak didapatkan kategori baik dengan 48 siswa atau 53,3%. Untuk Uji statistik Somers'D dengan α 0,05 hasil penelitian di dapatkan bahwa p value = 0,025 kurang dari 0,05 artinya terdapat hubungan. Kesimpulan penelitian terdapat hubungan kebiasaan penggunaan gadget dengan status mental kecerdasan emosional pada anak sekolah. Saran diharapkan bagi orang tua siswa agar lebih berhati-hati dalam memberikan keluasaan pada anak untuk bermain gadget jika anak sudah melebihi batas maksimal yaitu lebih dari 3 jam dalam sehari dan utamakan untuk sering bermain dengan anak tanpa menggunakan gadget agar memperkuat hubungan orang tua dan anak.

Kata Kunci : Gadget, Kecerdasan Emosional

ABSTRACT

The era of digitizing the age of children to come into contact with gadgets is getting easier, because gadgets display application, game, and multimedia features that make children interested in playing them. However, excessive use of gadgets has an impact on children's mental health, especially in the development of children's emotional intelligence, which can make it difficult for children to express their emotions appropriately, the ability to empathize, process emotions, motivate themselves, and recognize the emotions of others. The purpose of this study is to analyze the relationship between the habit of using gadget and the mental status of emotional intelligence in school-age children at 1 year public elementary school. A correlational quantitative research method with a cross sectional approach was carried out at SD Negeri 1 Tahuna Sangihe Regency in September 2020 with a total number of respondents of 90 students. Research variables of Gadget usage habits and Emotional Intelligence. The research instrument used a questionnaire. The results showed that 39 students or 43.3% of the time using gadgets used gadgets <2 hours was in the good category, for children's emotional intelligence it was found that the good category was 48 students or 53.3%. For the Somers'D statistical test with α 0.05, the results showed that p value = 0.025 was less than 0.05, meaning that there was a relationship. The conclusion of the study is that there is a relationship between the habits of using gadgets and the mental status of emotional intelligence in school children. Suggestions are expected for parents of students to be more careful in giving flexibility to children to play gadgets if the child has exceeded the maximum limit, which is more than 3 hours a day and prioritize playing with children often without using gadgets to strengthen the relationship between parents and children.

Keywords: Gadgets, Emotional Intelligence

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah adalah masa antara usia 6-12 tahun, masa anak sekolah merupakan sebagai masa anak-anak pertengahan yang laten dimana anak sekolah ini mempunyai tantangan yang baru, kognitif pada anak memiliki banyak sekali faktor yang mempengaruhi simultan yang dapat membuat anak sekolah mengevaluasi teman sebayanya, dan tidak seperti anak balita dan bayi pada saat anak usia sekolah mampu untuk berbuat sosial kepada lingkungan sekitar seperti melakukan perbuatan baik dan pekerjaan (Behrman, 1996)

Seiring dengan perkembangan era globalisasi kemajuan teknologi membuat anak terpapar akan kecanggihan gadget tersebut, awal anak untuk bersentuhan dengan multimedia menurut Yuliani (2019) yaitu mulai dari usia 2 tahun anak sudah bisa mengoperasikan atau memiliki gadget sendiri, gadget sendiri berasal dari bahasa Inggris yang artinya dalam bahasa Indonesia gawai atau sebuah perangkat yang di dalamnya mempunyai fitur elektronik kecil yang berguna untuk mengunduh aplikasi dan mendapatkan informasi-informasi terkini dengan bermacam teknologi ataupun fitur terkini, yang membuat kehidupan manusia sendiri menjadi lebih gampang untuk didapatkan atau bisa disebut instan. Gadget sendiri bisa berbentuk PC ataupun laptop, tablet komputer, video permainan serta pula telepon seluler ataupun telepon pintar (Setianingsih, 2018).

Dampak negative dari kebiasaan penggunaan gadget yaitu membuat anak menurunnya konsentrasi belajar, penurunan dalam kemampuan bersosialisasi, menimbulkan masalah kesehatan, perkembangan kognitif anak terhambat, dampak mempengaruhi perilaku anak (Marapung, 2018)

Menteri Komunikasi dan Informatika Rudiantara dalam sebuah acara Internet Aman untuk Anak di Jakarta, pada tahun 2018, menyatakan sebanyak 93,52% penggunaan media sosial yang ada di Indonesia antara rentan usia 9-19 tahun dan penggunaan internet oleh individu sebanyak 65,34% rentan usia 9-19 tahun.

Perkembangan teknologi sekarang membuat kesehatan mental anak sangat terganggu menurut peneliti Hasana (2017) pengaruh *gadget* terhadap status mental anak antara lain; anak menghindari dari bersosialisasi dengan lingkungan, cenderung memilih relasi yang kurang baik dengan orang tua, mudah bosan, dan tidak bisa berkonsentrasi dalam beraktivitas.

Kecerdasan emosional merupakan peran penting untuk menekan kebiasaan penggunaan gadget pada anak agar anak tidak mengalami masalah kesehatan mental yang serius, kecerdasan emosional ialah keahlian buat memotivasi diri sendiri, mengatur dorongan hati serta tidak berlebihan kesenangan, mengendalikan atmosfer hati, melindungi supaya beban stress tidak melumpuhkan keahlian berfikir

Berdasarkan survei data awal di SD Negeri 1 Tahuna, melakukan observasi awal dalam wawancara langsung dengan Staf sekolah, wali kelas dan kepada siswa yang didapatkan hasil sebagai berikut bawah terdapat sampel penelitian yang diambil dari kelas V & VI berjumlah 116 siswa yang diantaranya siswa kelas V berjumlah 56 siswa dan siswa kelas VI berjumlah 60 siswa, dan didapatkan pernyataan bawah 116 siswa tersebut sudah mengetahui atau mengoperasikan aplikasi atau fitur-fitur dari gadget tersebut, dari 116 siswa tersebut terdapat 69 siswa yang mempunyai gadget sendiri dan 47 siswa tidak mempunyai gadget.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bersifat korelasional pendekatan cross sectional, yang dilaksanakan pada bulan September 2020 bertempat di SD Negeri 1 Tahuna kabupaten Sangihe Sulawesi utara, dengan jumlah populasi siswa kelas V dan VI sebanyak 116 siswa dan diambil sampel menggunakan rumus sovlin didapatkan jumlah sampel yaitu sebanyak 90 siswa dimana setiap kelas di ambil sampel 22-23 responden per tiap kelas yang ada. Instrumen penelitian ini menggunakan alat ukur kuesioner yang berisi 35 pertanyaan tentang durasi penggunaan gadget 1 pertanyaan dan 34 pertanyaan kecerdasan emosional dimana kuesioner ini di ambil dari penelitian Puspitasari (2019) dengan judul

penelitian “Hubungan Durasi Penggunaan Gadget Dengan Kecerdasan Emosional Pada Anak Usia 8-10 Tahun Mi Nurul Islam Tanjung Bedo Kabupaten Magetan”

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Penggunaan Gadget

Karakteristik responden berdasarkan durasi penggunaan gadget pada anak sekolah dapat di lihat pada table 11

Table 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Durasi Penggunaan *Gadget* di SD N 1 Tahuna.

No	Durasi Penggunaan Gadget / Hari	(n)	(%)
1.	< 2 Jam	39	43.3
2.	2-3 Jam	21	23.3
3.	> 3 Jam	30	33.3
Total		90	100 %

Berdasarkan data distribusi durasi penggunaan gadget di atas terdapat 39 siswa memiliki durasi penggunaan *gadget* kurang dari 2 Jam per hari, sedangkan 21 siswa memiliki durasi penggunaan *gadget* sedang kisaran 2-3 jam per hari, dan untuk 30 siswa lainnya memiliki durasi penggunaan gadget lebih dari 3 jam per hari.

Penelitian berpendapat bawah anak-anak lebih sering menggunakan gadget salah satu faktornya adalah lingkungan karena di era mereka sekarang kecanggihan teknologi tidak bisa dipungkiri, dimana usia ini anak sudah bisa berinteraksi dengan teman-teman sebaya, seperti jika salah satu teman mereka mempunyai gadget itupun dapat mempengaruhi

teman-teman mereka untuk bermain gadget Bersama. Pembahasan ini sejalan dengan penelitian Puspitasari I. (2019). Penelitian juga berpendapat bahwa faktor lingkungan sekarang yang terjadi di seluruh dunia yaitu mengenai wabah covid-19 yang dimana semua di haruskan belajar dari rumah untuk menggunakan alat elektronik seperti gadget, yang

membuat anak-anak makin lebih nyaman atau lebih asik dengan gadget

Karakteristik Responden Berdasarkan Kecerdasan Emosional Pada Anak

Karakteristik responden berdasarkan kecerdasan emosional pada anak sekolah dapat dilihat pada table 12

Table 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kecerdasaj Emosional Pada Anak di SD N 1 Tahuna.

No	Kecerdasan Emosional Anak	(n)	(%)
1.	Kurang	3	3.3
2.	Cukup	39	43.3
3.	Baik	48	53.3
Total		90	100 %

Berdasarkan data didistribusi frekuensi tentang kecerdasan emosional di atas terdapat 48 siswa dengan kecerdasan emosional anak dengan kategori baik atau 53.3% dan 39 siswa dengan kecerdasan emosional anak dengan kategori cukup atau 43.3% dan 3 siswa dengan kecerdasan emosional anak kurang atau 3.3%

Berdasarkan hasil penelitian berdasarkan 5 indikator kuesioner kecerdasan emosional

anak yaitu Mengenali emosi diri sendiri, Mengelola emosi, Memotivasi diri sendiri, Mengenali emosi orang lain, Membina hubungan dengan orang lain. Dari 5 indikator tersebut di dapatkan hasil penelitian dimana indicator tertinggi yaitu indicator 3 dengan jumlah presentase sebanyak 74,6% anak mengetahui Memotivasi diri sendiri, penelitian berpendapat bawah anak memiliki semangat yang tinggi dalam mengerjakan tugas tetapi anak masih kurang untuk membedahkan semangat untuk membuat tugas dan keinginan bermain, penelitian berpendapat pula anak bisa memotivasi diri sendiri dalam hal pergaulan karena anak membutuhkan dorongan dari dalam dirinya sendiri untuk menghadapi lingkuan yang baru di kenali, semakin banyak pergaulan atau kegiatan sekolah yang dia ikuti menimbulkan semangat untuk mendorong anak percaya diri dalam hal baru, kesimpulan penelitian ini selaras dengan Fernald (1999) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi diri sendiri seseorang ada-lah konsep diri yang dimiliki oleh individu, jika individu menganggap bahwa dirinya mampu untuk melakukan sesuatu maka individu tersebut akan berusaha untuk mencapai apa yang diinginkannya.

Sedangkan untuk indikator kecerdasan emosional anak yang terendah terdapat pada indikator 1 yaitu mengenali emosi diri sendiri dimana di dapatkan 58,8%, penelitian berpendapat bahwa anak masih

kurang untuk mengetahui emosi mereka dalam hal membaca situasi yang terjadi pada saat itu contohnya anak mengetahui bahwa jika anak tersebut sering bermain gadget anak tersebut mendapatkan teguran dari orang tua tapi dalam kasus ini anak tersebut malah tidak peduli akan teguran yang diberikan menyebabkan anak tersebut tidak tau akan respon emosional yang bagaimana harus di keluarkan. Kesimpulan dari penelitian ini selaras dengan Puspitasari (2019) berpendapat bahwa anak mengetahui

orang tua akan marah apabila mereka terus bermain handphone tetapi anak belum sadar akan perasaan yang akan muncul pada dirinya seperti menahan marah, sedih..

Tabulasi Silang Durasi Penggunaan Gadget dengan Status Mental Kecerdasan Emosional Anak di SD N 1 Tahuna

Berdasarkan tabulasi silang durasi penggunaan gadget dengan status mental kecerdasan emosional anak sekolah dasar dapat di lihat pada table 14 Table

Table 14 Distribusi Silang Frekuensi Hubungan Durasi Penggunaan Gadget dengan Kecerdasan Emosional Anak di SD N 1 Tahuna

Durasi Penggunaan Gadget	Kecerdasan Emosional Anak						Total		
	Baik		Cukup		Kurang		N	%	
	N	%	N	%	N	%			
Singkat	25	27,7	14	15,5	0	0	39	43,3	
Sedang	11	12,2	9	10	1	1,1	21	23,3	
Berlebih	12	13,3	16	17,7	2	2,2	30	33,3	
Total	48	53,3	39	43,3	3	3,3	90	100	
		$\alpha = 0,05$		$r = -0,210$				$\rho \text{ value} = 0,025$	

Berdasarkan hasil table tabulasi silang durasi penggunaan gadget dengan status mental kecerdasan emosional anak terdapat 90 siswa yang dimana terdapat 14 siswa (15,5%) memiliki durasi penggunaan gadget singkat dengan kecerdasan emosional cukup, 25 siswa (27,7%) memiliki durasi penggunaan gadget singkat dengan kecerdasan emosional baik, 1 siswa (1,1%) memiliki durasi penggunaan gadget sedang dengan kecerdasan emosional kurang, 9 siswa (10%) memiliki durasi penggunaan gadget sedang dengan kecerdasan emosional cukup, 11 siswa (12,2%) memiliki durasi

penggunaan gadget sedang dengan kecerdasan emosional baik, 2 siswa (2,2%) memiliki durasi penggunaan gadget berlebih dengan kecerdasan emosional kurang, 16 siswa (17,7%) memiliki durasi penggunaan gadget berlebih dengan kecerdasan emosional cukup, 12 siswa (13,3%) memiliki durasi penggunaan gadget berlebih dengan kecerdasan emosional baik.

Berdasarkan hasil analisis uji Somers'D menggunakan program SPSS versi 26 di dapatkan bahwa $\rho \text{ value} = 0,025$ kurang dari 0,05 ($<\alpha = 0,05$) yang artinya H_0 di tolak H_1 diterima menunjukkan bahwa ada hubungan

kebiasaan penggunaan gadget dengan status mental kecerdasan emosional pada anak sekolah di SD Negeri 1 Tahuna, dan hasil hitung r menggunakan Somers'D didapatkan bawah $r = -0,210$ artinya nilai r masuk kategori $0,20 < |r| \leq 0,40$ Rendah atau lemah tapi pasti. Penelitian berpendapat bahwa tingginya penggunaan gadget berlebih mengakibatkan anak sulit untuk mengontrol emosinya. Keseringan menggunakan gadget pada anak juga berdampak bagi lingkungan social anak salah satunya anak tidak mau bergaul dengan teman-temannya dan menyukai suasana yang membuatnya ingin menyendiri ini mengakibatkan menurunnya fungsi bersosialisasi dengan hal baru, anak-pun mudah mengalami gangguan emosi seperti cepat marah jika tidak di ikuti keinginannya dan tidak mau mendengarkan perintah dari orang tua ketika anak kecanduan dalam bermain gadget, oleh sebab itu peran orang tua sangat penting dalam mengembangkan kecerdasan emosional anak. Menurut John & Joan (2008) mengatakan orang tua sebagai pelatih emosi, Langkah itu mempunyai pengaruh yang sangat positif terhadap perkembangan emosional anak. Penelitian berkesimpulan bahwa terdapat jumlah 25 siswa (27,7%) memiliki durasi penggunaan gadget singkat dengan kecerdasan emosional baik. Penelitian berpendapat ini menunjukkan siswa tersebut masih bisa mengontrol emosi Mereka pada saat bermain gadget angkat tersebut

menunjukkan bahwa masih ada siswa yang mempunyai kecerdasan emosional yang masih baik tapi harus terus di awasi oleh orang tua agar anak tidak menjadi kecanduan gadget, dan terdapat pula 2 siswa (2,2%) memiliki durasi penggunaan gadget berlebih dengan kecerdasan emosional kurang ini. Penelitian berpendapat bahwa kurangnya pengawasan orang tua dalam mengontrol penggunaan gadget pada anak yang melebihi dari 3 jam sehari dan ditambah lagi gadget menampilkan fitur-fitur games, social media, video, dan internet mengakibatkan anak lebih nyaman dengan bermain gadget dapat mengakibatkan anak susah tidur, mudah marah, tidak mau mengikuti perintah orang tua dan tidak mau bergaul dengan lingkungan sekitar.

Raihana (2018) dijelaskan bahwa pada anak, perkembangan emosi merupakan salah satu yang sangat penting untuk dikembangkan karena kemampuan anak dalam mengelola emosi dan mengenal emosi sangat dibutuhkan ketika anak memasuki lingkungan di sekitarnya. Penelitian terkait yang mendukung penelitian ini adalah Imron (2017) yang menyatakan bahwa penggunaan media digital memiliki efek terhadap kemampuan perhatian anak seperti peningkatan hiperaktivitas dan kesulitan dalam berkonsentrasi serta mereka juga lebih banyak merasa sedih dan bosan dengan teman-temannya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Durasi Penggunaan Gadget Pada Anak Tahun di SD Negeri 1 Tahuna adalah Kurang dari 2 jam (<2 jam) dalam kategori baik menunjukkan masih banyak anak mengurangi waktu bermain gadget berlebihan
2. Kecerdasan Emosional Pada Anak Usia di SD Negeri 1 Tahuna adalah Baik
3. Terdapat Hubungan Antara Durasi Penggunaan Gadget Dengan Kecerdasan Emosional Pada Anak Sekolah di SD Negeri 1 Tahuna

SARAN

1. Bagi Pihak Sekolah
Diharapkan bagi institusi sekolah khusus-nya di SD Negeri 1 Tahuna agar bisa lebih ketat pengawasan dalam penggunaan gadget bagi parah siswa siswi di sekolah dan bagi para guru-guru juga bisa berperan aktif dalam memberikan informasi dampak penggunaan gadget terhadap kemampuan anak dalam mengenali emosi diri sendiri, mengolah emosi diri sendiri, motivasi diri, mengenal emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain. Agar anak tidak mengarah ke sisi negative penggunaan gadget

2. Bagi Orang Tua

Diharapkan bagi orang tua siswa agar lebih berhati-hati dalam memberikan keluasaan pada anak untuk bermain gadget jika anak sudah melebihi batas maksimal yaitu lebih dari 3 jam dalam sehari berikan batasan untuk menggunakan gadget, dan utamakan untuk sering bermain dengan anak tanpa menggunakan gadget agar meperkuat hubungan orang tua dan anak, selalu memperhatikan gadget anak dengan cara apa saja yang di telusuri di social media agar anak tidak terjerumus dalam penggunaan gadget yang negative dan selalu memperhatikan emosi anak karena orang tua adalah kunci dari kecerdasan emosional anak.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan bagi penelitian yang akan meneliti Hubungan Kebiasaan Penggunaan Gadget Dengan Status Mental Kecerdasan Emosional Pada Anak Sekolah, diharapkan dapat memperluas lagi faktor-faktor penggunaan gawai yang mepengaruhi kecerdasan emosional apada anak agar penelitian ini bisa meperluas wawasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Behrman, et. al. 1999. Ilmu kesehatan anak nelson. Vol 1. Jakarta: EGC

- Fernald, L. 1999. *Imroduction to Psychology* 5th. Ed. India: A.I.T.B.S. Publisher & distri-butors Klaten. Diakses pada 22 Febuari 2020
- Hasanah, A. 2017. *Pengaruh Gadget Terhadap Kesehatan Mental Anak*. Journal of Islamic early childhood education. Vol 2 no 2. Diakses pada tanggal 17 mei 2020
- Imron,R. 2017.*Jurnal Hubungan Penggunaan Gadget dengan Perkembangan Sosial dan Emosional Anak Prasekolah*. Vol XIII No 2. Diakses pada tanggal 20 September 2020
- John,G, dan Joan,D. 2008. *Mengembangkan Kecerdasan Emosional Anak*. PT Gramedia Pustaka Utama. Jakarta
- Kominfo. 2017. *Pengaruh Gadget pada Anak*.
https://www.kominfo.go.id/content/detail/10161/pengaruh-gadget-pada-anak/0/sorotan_media. di Akses 21 febuari 2020.
- Marpaung, J .2018. Pengaruh Penggunaan Gaded Dalam Kehidupan. Jurnal KOPASTA 5(2) hal 55-64. Divisionof Counseling and Guidance. University of Riau Kepulauan, Batam. Diakses pada 22 Febuari 2020
- Puspitasari I. 2019. *Hubungan Durasi Penggunaan Gadget Dengan Kecerdasan Emosional Anak Usia 8-10 Tahun Di Mi Nurul Islam Tanjung Bendo Kabupaten Magetan*. Skripsi. Stikes Bhakti Husada Mulia. Madiun
- Raihana. 2018. *Dampak Kecanduaan Gadget Terhadap Perkembangan Emosi Dan Prilaku Anak Usia Dini*. Al Hikmah Proc Islamic Ear Child, Universitas Islam Riau
- Setianingsih. 2018. Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah Dapat Meningkatkan Resiko Gangguan Pemusatan Perhatian Dan Hiperaktivitas. GASTER Vol. XVI No. 2. Stikes Muhammadiyah