

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Remaja adalah mereka yang berada dimasa transisi dari anak-anak menuju dewasa, masa remaja merupakan suatu fase perkembangan yang dinamis dan mengalami banyak perubahan serta persoalan dalam kehidupan remaja. Perubahan tersebut meliputi perubahan fisik, mental, sosial, dan emosional ( Eka M, 2020 ).

Penyesuaian diri remaja di panti asuhan merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh remaja untuk mempertemukan tuntutan diri sendiri dengan lingkungan, baik secara aktif maupun pasif yang melibatkan respon mental dan tingkah laku, sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara diri sendiri dengan lingkungan tempat tinggalnya yaitu panti asuhan ( Fani Kumalasari, 2012 ).

Gangguan mental emosional merupakan suatu keadaan yang mengindikasikan individu mengalami suatu perubahan emosional yang apabila terus berlanjut dapat berkembang menjadi keadaan patologis sehingga perlu dilakukan antisipasi untuk menjaga kesehatan jiwa masyarakat. Istilah lain gangguan mental emosional adalah distres psikologik dan distres emosional (Rofingatul, 2017).

Pada era globalisasi seperti ini, media interaksi seseorang untuk melakukan interaksi sosial, khususnya untuk melakukan kontak sosial maupun berkomunikasi antar satu dengan yang lainnya tidak-lah susah, hanya dengan menggunakan gadget seseorang bisa berinteraksi satu dengan yang lain. Gadget adalah sebuah istilah dalam bahasa Inggris yang mengartikan sebuah alat elektronik kecil dengan berbagai macam fungsi menurut Osland. Gadget sendiri dapat berupa komputer atau laptop, tablet PC dan juga telepon seluler atau handphone ( Junierissa Marpaung, 2018 )

Prevalensi Kecanduan gadget dan internet tidak hanya terjadi di Indonesia tetapi di seluruh dunia. Berdasarkan survei meta analisis kecanduan internet tertinggi terjadi di Timur Tengah (10.9%), kemudian Amerika Utara (8,0%) dan Asia (7,1%). Pada remaja Asia khususnya di China tingkat kecanduan internet yaitu

2,2- 9,6%, Jepang 3,1-6,2%, Filipina 4,9-21,1%, dan Hong Kong 3,0- 16,4% (Lau et al., 2017).

Indonesia menjadi negara kecanduan gadget nomor satu di dunia dengan menghabiskan waktu paling lama untuk melihat gadget. Menurut survei yang dilakukan di 34 provinsi di Indonesia, lebih dari 19% remaja di Indonesia diketahui mengalami kecanduan gadget.

Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2020 sebanyak 29% bahwa anak di Indonesia sudah menggunakan gadget, Sumatera Utara penggunaan gadget pada anak sebanyak 40 % (Dinni Mawarni, 2024)

Berdasarkan data yang telah dikumpulkan di 34 provinsi seluruh Indonesia, selama rentang survei 2-25 Juni 2020 oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) dan Indonesia Survey Center (ISC) tahun 2019-2020, ditemukan bahwa terdapat 196,714 juta jiwa pengguna internet dari 266.911 juta jiwa penduduk Indonesia. Sedangkan data terkini di awal 2022 menunjukkan bahwa pengguna internet di Indonesia sudah bertambah lagi mencapai 210 juta jiwa. Total jumlah penduduk Indonesia saat ini diestimasikan mencapai 272,68 juta jiwa, yang berarti bahwa penetrasi internet di Indonesia pada awal 2022 mencapai 77,02 persen (APJII, 2022). Dari hasil survei terlihat juga bahwa perangkat favorit penggunaan internet di Indonesia adalah smartphone yaitu jumlahnya mencapai 95.4%. Jika dilihat dari wilayah maka Sumatera Utara berada pada peringkat pertama pengguna internet terbanyak di wilayah pulau Sumatera (APJII, 2022).

Penggunaan gadget dapat menimbulkan perilaku menyimpang pada pemakainya terutama pada pemakainya terutama pada pemuda atau remaja yang masih bersifat labil. Perilaku menyimpang dalam penggunaan gadget kepada para pemakainya, khususnya para pemuda yang masih bersifat labil dan sedang mencari identitas diri. Perilaku remaja (Sidaria, 2018).

Gadget mempunyai pengaruh positif serta negatif bagi penggunanya, terutama pada remaja, pengaruh positif yang didapatkan adalah mempermudah para pelajar untuk memiliki koneksi jaringan internet melalui gadget memudahkan remaja dalam mendapatkan informasi terkait pembelajaran, seperti berbagai video edukasi yang diunggah ke saluran YouTube ( Setyaningsih & Setyowatie, 2023).

Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui aspek gangguan aktivitas sebesar 18%, aspek menjauhi kegiatan sosial sebesar 17%, aspek mengasingkan diri sebesar 19%, aspek hubungan dengan jaringan sosial sebesar 24% dan aspek pengguna yang berlebihan sebesar 22%. Berdasarkan analisis diatas maka diketahui aspek hubungan dengan jaringan sosial lebih besar dari yang lainnya. Oleh karena itu kecanduan gadget di MAN 2 Model Medan ditinjau dari aspek hubungan jaringan sosial yang sangat mempengaruhi ( R Mutia,2024).

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut apakah ada hubungan menggunakan Gadget dengan status mental emosional pada anak anak panti asuhan puteri aisyyiah Medan.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan menggunakan Gadget dengan status mental emosional pada anak anak panti asuhan puteri aisyyiah Medan.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui penyebaran data menggunakan gadget di panti asuhan puteri aisyyiah Medan.
2. Untuk mengetahui status mental emosional pada anak – anak panti asuhan puteri aisyyiah Medan.
3. Untuk mengetahui durasi atau lama penggunaan penggunaan gadget pada anak – anak panti asuhan puteri aisyyiah Medan.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Bagi Mahasiswa**

Memberikan tambahan wawasan dan pengetahuan kepada mahasiswa khususnya tentang Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Status Mental Emosional Pada Anak-Anak Panti Asuhan Puteri Aisyiyah.

### **1.4.2 Manfaat Bagi Fakultas Kedokteran**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan informasi dan keputusan dalam pengembangan ilmu pengetahuan di Fakultas Kedokteran.

### **1.4.3 Manfaat Bagi Panti Asuhan**

Untuk membuat perencanaan kebijakan penggunaan gadget pada anak-anak panti asuhan di panti asuhan.

### **1.4.4 Manfaat Bagi Anak-Anak Panti Asuhan**

Dapat digunakan sebagai bahan masukan bahaya penggunaan gadget pada anak – anak panti asuhan.

### **1.4.5 Bagi Institusi Pendidikan**

Menjadi masukan bagi dunia pendidikan kesehatan pencegahan dan menghindari dampak menggunakan gadget.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Mental**

Pengertian Mental adalah keadaan sejahtera mental yang memungkinkan seseorang mengatasi tekanan hidup, menyadari kemampuannya, belajar dengan baik dan bekerja dengan baik, serta berkontribusi pada komunitasnya. Ini adalah komponen integral dari kesehatan dan kesejahteraan yang mendasari kemampuan individu dan kolektif kita untuk mengambil keputusan, membangun hubungan, dan membentuk dunia tempat kita tinggal. Kesehatan mental adalah hak asasi manusia yang mendasar. Dan ini penting untuk pengembangan pribadi, komunitas dan sosial-ekonomi (WHO, 2020 ).

#### **2.2 Emosional**

##### **2.2.1 Pengertian**

Pengertian Emosional adalah menimbulkan menimbulkan reaksi yang kompleks mengaitkan satu tingkat tinggi kegiatan dan perubahan – perubahan yang secara meluas, serta diselingi dengan perasaan yang kuat atau keadaan afektif (mood) atau perasaan afektif pada tingkat lemah ( dangkal) maupun pada tingkat yang luas (mendalam) terjadi pada diri seseorang (Desmita, 2011) Emosional adalah reaksi umum manusia. Emosional begitu terkait dengan perwujudan emosi. Bisa dibbilang, emosional adalah sifat yang hadir karena emosi. Biasanya, emosional adalah kondisi yang berada di luar kendali. Perasaan emosional adalah kondisi yang bisa memengaruhi kehidupan sehari-hari. Namun reaksi emosional adalah sesuatu yang juga bisa dikendalikan. Kondisi normal, yang semua orang pernah merasakannya. Berikut pengertian tentang emosional dan penyebabnya, sesuatu yang menyentuh perasaan. Ini bisa berupa ekspresi, respons, atau wujud apapun tentang emosi. keadaan emosional selalu diiringi dengan emosi, wujud dari emosi itu sendiri. Segala sesuatu yang berhubungan dengan cara menunjukkan perasaan emosi, terkadang bisa muncul karena dirangsang atau dibangkitkan. Kondisi

emosional adalah bagian penting dari diri. Tetapi emosi bisa menjadi kacau, rumit, dan terkadang membingungkan.

### **2.2.2 Ciri-ciri Emosional**

Ciri – ciri emosional adanya pengaruh atau faktor belajar terhadap perkembangan emosional menyebabkan emosi pada anak-anak sering kali sangat berbeda dengan emosi orang dewasa (Rosmala, 2005).

Penampilan emosional pada anak-anak mempunyai ciri khas antara lain :

- a. Emosional yang bersifat sementara dan lekas berubah. Peralihan emosional yang cepat pada anak-anak misalnya, anak marah mudah beralih ke senyum, dari tertawa kemudian menangis, atau dari cemburu beralih ke rasa sayang.
- b. Emosional yang kuat Emosional anak-anak bereaksi dengan intensitas yang sama, baik terhadap situasi yang menimbulkan rasa senang atau rasa tidak senang.
- c. Emosional sering kali tampak, Anak-anak sering kali memperlihatkan peningkatan emosionalnya dan sering menjumpai bahwa ledakan emosional
- d. sering kali berakhir dengan hukuman, sehingga disarankan untuk belajar menyesuaikan diri dengan situasi yang bisa membangkitkan emosionalnya.
- e. Emosional diekspresikan dalam perilaku emosional dapat diketahui melalui gejala perilaku. Anak-anak tidak memperlihatkan reaksi emosi secara langsung, tetapi anak-anak memperlihatkan emosional secara tidak langsung seperti kegelisahan, menangis, berbicara berbata bata, tingkah laku yang gugup seperti memainkan barang yang di sekitarnya.
- f. Emosional berubah kekuatannya, dengan meningkatnya usia anak, pada usia tertentu yang awalnya emosional, anak yang sangat kuat menjadi berkurang kekuatannya sedangkan emosional lainnya yang lemah berubah menjadi sangat kuat.

- g. Reaksi emosional bersifat individual, reaksi emosi ini memegang peranan penting dalam pertumbuhan rasa takut, atau jenis-jenis emosi yang lainnya yang terjadi dari pengalaman dirinya sendiri.

### **2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Emosional**

- a. Keadaan anak yaitu keadaan individu pada anak, misalnya cacat tubuh ataupun kekurangan pada diri anak akan sangat mempengaruhi perkembangan emosional, bahkan akan berdampak lebih jauh pada kepribadian anak, rendah diri, mudah tersinggung, atau menarik diri dari lingkungannya.
- b. Faktor belajar, pengalaman belajar anak akan menentukan reaksi potensial mana yang mereka gunakan untuk marah. Pengalaman belajar yang menunjang perkembangan emosi antara lain :
  - a. belajar dengan coba-coba, anak belajar dengan coba-coba untuk mengekspresikan emosionalnya dalam bentuk perilaku yang memberi kepuasan sedikit atau sama sekali tidak memberi kepuasan.
  - b. belajar dengan meniru, dengan cara meniru dan mengamati hal-hal yang membangkitkan emosional orang lain, anak bereaksi dengan emosional dan metode yang sama dengan orang - orang yang diamati.
  - c. belajar dengan mempersamakan diri, anak meniru reaksi emosional orang lain yang tergugah oleh rangsangan yang sama dengan rangsangan yang telah membangkitkan emosional orang yang ditiru. Di sini anak hanya meniru orang yang dikagumi dan mempunyai ikatan emosional yang kuat dengannya.
  - d. belajar melalui mengondisikan dengan metode ini objek, situasi yang mulanya gagal memancing reaksi emosional kemudian berhasil dengan cara asosiasi. Mengondisikan terjadi dengan mudah dan cepat pada awal-awal kehidupan karena anak kecil kurang menalar, mengenal betapa tidak rasionalnya reaksi mereka.
  - e. belajar dengan bimbingan dan pengawasan. anak diajarkan cara bereaksi yang dapat diterima jika suatu emosional terangsang. Dengan pelatihan, anak-anak dirangsang untuk bereaksi terhadap rangsangan yang biasanya

membangkitkan emosional yang menyenangkan dan dicegah agar tidak bereaksi secara emosional terhadap rangsangan yang membangkitkan emosional yang tidak menyenangkan.

- c. Konflik – konflik dalam proses perkembangan, Setiap anak melalui berbagai konflik dalam menjalani fase-fase perkembangan yang pada umumnya dapat dilalui dengan sukses. Namun jika anak tidak dapat mengamati konflik-konflik tersebut, biasanya mengalami gangguan gangguan emosional.
- d. Lingkungan keluarga, Salah satu fungsi keluarga adalah sosialisasi nilai keluarga mengenai bagaimana anak bersikap dan berperilaku. Keluarga adalah lembaga yang pertama kali mengajarkan individu (melalui contoh yang diberikan orang tua) bagaimana individu mengeksplorasi emosionalnya. Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama bagi perkembangan anak. Keluarga sangat berfungsi dalam menanamkan dasar-dasar pengalaman emosional, karena keluarga merupakan pengalaman pertama didapatkan oleh anak. Keluarga merupakan lembaga pertumbuhan dan belajar awal (learning and growing) yang dapat mengantarkan anak menuju pertumbuhan dan belajar selanjutnya (Fatimah, 2006).

#### **2.2.4 Mekanisme Emosional**

Terdapat 5 tahap mekanisme emosional, yaitu:

- a. Elicitors, yaitu adanya dorongan peristiwa yang terjadi seperti adanya peristiwa pengambilan gadget yang secara tiba-tiba maka timbulah perasaan emosional.
- b. Receptors, yaitu kegiatan yang berpusat pada sistem syaraf seperti akibat pengambilan gadget yang secara tiba-tiba tersebut maka berfungsi sebagai indra penerima.
- c. State, yaitu perubahan spesifik yang terjadi dalam aspek fisiologis seperti gerakan refleks atau terkejut pada sesuatu yang terjadi.

- d. Experiencing, yaitu terjadinya perubahan pada daerah yang dapat diamati atau tindakan yang terdorong oleh perubahan fisiologis seperti tubuh tegang saat tatap muka (Ali & Yeni, 2014).

### 2.2.5 Jenis-jenis Emosional

Emosional diklasifikasikan menjadi dua kelompok, yaitu: emosional primer dan emosional sekunder.

- a. Emosional primer adalah emosional utama yang dapat menimbulkan emosional. Emosional primer muncul ketika manusia dilahirkan antara lain :
  - i. Gembira, anak mengungkapkan kegembiraannya dengan tersenyum dan tertawa, bertepuk tangan, melompat-lompat, memeluk benda atau orang yang membuatnya bahagia. Emosional gembira muncul ketika anak dalam merasakan suasana hati yang menyenangkan. Rasa gembira muncul setelah anak mendapatkan keberhasilan dari usaha yang diharapkan. Misalnya, ketika anak diberi hadiah oleh orang tua setelah anak mendapatkan juara kelas atau menang dalam mengikuti perlombaan.
  - ii. Sedih, perasaan sedih muncul ketika keinginannya tidak terpenuhi atau bisa juga disebabkan karena hilangnya sesuatu yang dicintai atau yang dianggap penting bagi dirinya. misalnya, kehilangan orang tua, binatang, ataupun benda mati seperti mainan. Anak mengungkapkan kesedihannya dengan menangis dan malas melakukan sesuatu seperti makan.
  - iii. Marah, rasa marah adalah ekspresi yang sering diungkapkan pada masa kanak-kanak dibandingkan dengan rasa takut. Perasaan ini muncul ketika anak merasakan sesuatu yang tidak nyaman dengan lingkungan sekitarnya. Kemarahan pun akan dikeluarkan oleh anak ketika telah melakukan aktivitas, namun anak menemukan halangan-halangan yang menjengkelkan dalam menyelesaikan pekerjaan atau masalah tersebut. Anak mengungkapkan rasa marah dengan ledakan

amarah yang ditandai dengan menangis berteriak, menggertak, menendang.

- iv. Takut, rasa takut ini sudah dirasakan anak semenjak bayi. Ketika bayi mendengar suara gaduh-gaduh atau ribut dan suara keras bayi akan merasa takut. Ketika beranjak ke masa anak-anak perasaan takut muncul ketika seseorang menghadapi sesuatu yang mengancam keselamatan dirinya. Ancaman tersebut dihindari agar selamat dari bahaya yang mengancamnya. Rasa takut muncul apabila di sekelilingnya gelap, dengan perasaan rasa takut itu anak akan berangan-angan dengan adanya hantu, makhluk-makhluk yang menyeramkan dan merasakan ada seorang yang mengikutinya. Rasa takut juga dapat dalam bentuk fobia (ketakutan yang semu) misalnya takut terhadap ketinggian, takut terhadap binatang yang tidak disukainya.
- b. Emosional sekunder adalah emosional yang timbul sebagai gabungan dari emosional - emosional primer dan bersifat lebih kompleks. Emosional Sekunder antara lain :
- i. Rasa malu, perasaan malu muncul ketika seseorang merasa melakukan sesuatu tidak pantas. Perasaan malu bentuk ketakutan yang ditandai dengan penarikan diri dari hubungan dengan orang lain yang tidak dikenal atau tidak sering dijumpa.
  - ii. Iri hati, Emosional iri hati pada yang dialami anak-anak sering muncul dari rasa tidak puas terhadap apa yang dimilikinya, dengan mengungkapkan keinginan untuk memiliki barang seperti yang dimiliki orang lain dan merasa sakit hati terhadap mengenai kemampuan atau barang yang dimiliki orang lain.
  - iii. Cemburu, rasa cemburu timbul dari kemarahan yang menunjukkan sikap jengkel dan ditunjukkan kepada orang lain. Rasa cemburu sering kali terjadi karena rasa takut yang dipadukan dengan rasa marah. Rasa cemburu yang muncul pada anak-anak seringkali terjadi dari kondisi lingkungan rumah dan sekolah.

- iv. Cemas, rasa cemas merupakan keadaan mental yang tidak berkenaan dengan kondisi yang mengancam atau yang dibayangkan. Rasa cemas ditandai dengan rasa kekhawatiran, perasaan yang tidak dapat dihindari oleh seseorang dan perasaan tidak berdaya karena merasa tidak mampu dalam menemukan.
- v. Khawatir, perasaan khawatir biasanya dijelaskan sebagai khayalan ketakutan atau gelisah tanpa alasan. Rasa khawatir ini ditimbulkan oleh pikiran anak itu sendiri. Rasa khawatir itu timbul karena membayangkan situasi yang berbahaya.
- vi. Cinta atau kasih sayang, Anak-anak mulai belajar mencintai seseorang, binatang maupun benda yang menyenangkan. Anak-anak mengungkapkan rasa kasih sayang secara fisik dengan memeluk, menepuk dan mencium objek kasih sayangnya (Sit, 2012).

#### **2.2.6 Alat Penilaian Perkembangan Emosional**

Alat penilaian perkembangan yang sering digunakan untuk menilai, perkembangan emosional pada anak adalah sebagai berikut:

- a. KMME, mental emosional adalah sesuatu yang berhubungan dengan proses tumbuh kembang. Adanya gangguan mental emosional akan mengakibatkan gangguan perkembangan anak dan akan mempengaruhi dalam penyesuaian diri terhadap lingkungan sekitar. Dasar perkembangan merupakan fondasi bagi setiap individu untuk memahami ruang lingkup gerak. Pada prinsipnya perkembangan motorik yang baik yakni jika seorang mampu untuk mengalami perubahan baik fisik maupun psikis sesuai dengan masa pertumbuhan dan perkembangannya. Kematangan motorik ini sangat bergantung pada integrasi sistem syaraf dan sistem kerangka otot. Anak yang mampu mencapai perkembangan motorik yang terkoordinasi sangat ditentukan oleh keadaan dan kemauan anak itu sendiri. Alat yang digunakan dalam mendeteksi masalah mental emosional adalah Kuesioner Masalah Mental Emosional (KMME) yang terdiri dari 12 pertanyaan untuk mengenali masalah mental emosional

pada anak (Depkes RI, 2015). Cara mengisi terdapat 2 kolom pernyataan “Ya” dan “Tidak” kemudian catat jawaban “Ya” lalu hitung jumlah jawaban “Ya”, jika ada jawaban “Ya” maka kemungkinan anak mengalami masalah mental emosional.

- b. Strength Difficulties Questionnaire (SDQ) Strength Difficulties Questionnaire (SDQ) adalah sebuah instrumen skrining perilaku singkat untuk anak dan remaja (3-17 tahun) yang memberikan gambaran singkat dari perilaku yang berfokus pada kekuatan dan juga kesulitan mereka (Black, Pulford, Christie, & Wheeler, 2010). Kuesioner singkat sangat berguna ketika digunakan dalam survei berskala besar di mana item sebaiknya terbatas untuk memastikan adanya respons yang dicari (Ullebo, Posserud, Heiervang, Gillberg, & Obel, 2011). SDQ terdiri dari 25 item yang dialokasikan pada lima sub skala. Keempat sub skala termasuk ke dalam kelompok sub skala kesulitan, yaitu sub skala emotional symptom, sub skala conduct problem, sub skala hyperactivity inattention, dan sub skala peer problem. Sedangkan sub skala yang kelima termasuk dalam kelompok sub skala kekuatan, yaitu sub skala prosocial. Masing masing sub skala SDQ terdiri dari lima item. Pertanyaan berupa pertanyaan negatif dan positif, untuk pertanyaan negatif skor 0 : Tidak pernah, 1 : Jarang, 2 : Selalu pertanyaan positif 0 : Selalu, 1 : Jarang, 2 : Tidak pernah. Skor dari masing-masing sub skala dapat dihitung dengan menjumlahkan skor dari masing masing item yang relevan pada sub skala tersebut. Skor untuk sub-skala Emotional symptom (Normal : 0-5, Borderline : 6, Abnormal : 7-10), sub-skala Conduct Problem (Normal : 0-3, Borderline : 4, Abnormal : 5-10), sub-skala Hyperactivity Inattention (Normal : 0-5, Borderline : 6, Abnormal : 7-10), sub skala Peer Problem (Normal : 0-3, Borderline, 4-5, Abnormal : 6-10), dan sub skala Prosocial (Normal : 6-10, Borderline : 5, Abnormal : 0-4). Skoring SDQ yang digunakan dapat berdasarkan skor pada masing-masing sub skala, skor total kesulitan yang merupakan total dari empat skor sub skala kesulitan (emotional symptom, conduct problem,

hyperactivity inattention, peer problem) Normal :115, Borderline : 16-19, Abnormal :20-40 dan skor total sub skala kekuatan (prososial) Normal :6-10, Borderline : 5, Abnormal : 1-4.

### **2.3 Anak-anak Panti Asuhan**

Masa remaja dianggap sebagai masa labil yaitu di mana individu berusaha mencari jati dirinya dan mudah sekali menerima informasi dari luar dirinya tanpa ada pemikiran lebih lanjut (Hurlock, 1980). Remaja yang berusaha menemukan identitas dirinya dihadapkan pada situasi yang menuntut harus mampu menyesuaikan diri bukan hanya terhadap dirinya sendiri tetapi juga pada lingkungannya, dengan demikian remaja dapat mengadakan interaksi yang seimbang antara diri dengan lingkungan sekitar. Penyesuaian diri menuntut kemampuan remaja untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga remaja merasa puas terhadap diri sendiri dan lingkungannya (Willis, 2005). Penyesuaian diri akan menjadi salah satu bekal penting dalam membantu remaja pada saat terjun dalam masyarakat luas. Penyesuaian diri juga merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa dan mental individu. Banyak remaja yang tidak dapat mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena ketidak mampuannya dalam menyesuaikan diri, baik dengan lingkungan keluarga, sekolah, pekerjaan dan masyarakat pada umumnya. Sehingga nantinya cenderung menjadi remaja yang rendah diri, tertutup, suka menyendiri, kurang adanya percaya diri serta merasa malu jika berada diantara orang lain atau situasi yang terasa asing baginya. Begitu juga pada remaja yang tinggal di panti asuhan, lingkungan panti asuhan menjadi lingkungan sosial yang utama dalam mengadakan penyesuaian diri. Keberadaannya di panti asuhan membuat mereka mampu belajar mendapatkan pengalaman bersosialisasi pertama kalinya baik dengan teman-teman panti atau pengasuh. Remaja dituntut dapat berkembang dan menyesuaikan diri agar menjadi modal utama mereka ketika berada dalam masyarakat luas. Apabila remaja tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, maka remaja akan memiliki sikap negatif dan tidak bahagia. Penelitian Hartini, N, 2000 (Jurnal Dinamika Sosial, vol 1, no.1, h.109- 118) yang hasil penelitiannya menunjukkan gambaran kebutuhan

psikologis anak Panti Asuhan Putra Immanuel Surabaya memiliki kepribadian yang inferior, pasif, apatis, menarik diri, mudah putus asa, penuh dengan ketakutan dan kecemasan. Sehingga anak panti asuhan akan sulit menjalin hubungan sosial dengan orang lain. Disamping itu, mereka menunjukkan perilaku yang negativis, takut melakukan kontak dengan orang lain, lebih suka sendirian, menunjukkan rasa bermusuhan dan lebih egosentrisme. Remaja membutuhkan dukungan dari lingkungan. Dukungan sosial yang diterima remaja dari lingkungan, baik berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang membuat remaja menganggap bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang lain. Jika individu diterima dan dihargai secara positif, maka individu tersebut cenderung mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri dan lebih menerima dan menghargai dirinya sendiri. Sehingga remaja mampu hidup mandiri ditengah-tengah masyarakat luas secara harmonis (Kartika, D, 1986, dalam jurnal psikologi, Vol.1 No.2, h.112.

## **2.4 Konsep Gadget**

### **2.4.1 Definisi Gadget**

Gadget Sebuah istilah berasal dari bahasa Inggris, Gadget adalah sebuah benda kecil genggam yang mempunyai berbagai tujuan fungsi khusus. Gadget merupakan media elektronik modern yang berukuran kecil (Al-Ayouby, 2017) Gadget merupakan media elektronik modern yang digunakan sebagai alat komunikasi. Semakin berkembangnya jaman teknologi, gadget semakin mempermudah dalam berkomunikasi antar manusia. Gadget alat teknologi yang mempunyai kemampuan yang lebih baik dan fitur-fitur yang memiliki tujuan maupun fungsi yang lebih praktis dan berguna. Menurut (Sutrisno, 2012) gadget merupakan alat memiliki tujuan dan fungsi praktis berbasis perangkat instrumen elektronik untuk membantu dan mempermudah dalam melakukan pekerjaan manusia ataupun kehidupan sehari-hari. Hasil riset Neuroscience dari Donald Hilton Jr, ahli bedah otak drai Texas, menemukan anak tampak begitu lekat dengan gadget. Anak selalu membawa gadget kemanapun anak tersebut pergi, anak merasa aman apabila selalu terhubung dengan orang lain. Anak lebih mementingkan

komunikasi dengan orang-orang yang jauh dari pada dengan orang-orang di lingkungan sekitarnya (Kompas.com, 2011). Aplikasi gadget yang semakin canggih menyediakan berbagai media berita, jejaring sosial, informasi gaya hidup, hiburan atau game yang sangat menarik sehingga menjadi perhatian masyarakat terutama pada anak-anak.

#### **2.4.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penggunaan Gadget**

Menurut (Fadilah, 2015), faktor-faktor yang mempengaruhi dalam penggunaan gadget meliputi: 1. Iklan yang terpapar di televisi dan media sosial Perkembangan masa kini sangat dipengaruhi oleh terpaparnya iklan di televisi maupun di media sosial. Sehingga sering kali penasaran dengan hal baru terhadap terpaparnya iklan tersebut. 2. Gadget menampilkan fitur-fitur yang menarik Di dalam gadget memiliki fitur-fitur yang canggih sehingga membuat ketertarikan pada setiap penggunaannya. Sehingga membuat penasaran dalam 3. Kecanggihan dari gadget Kecanggihan gadget dapat mempermudah dalam memenuhi kebutuhannya termasuk dalam kebutuhan komunikasi sehingga tidak ada hambatan untuk berbagi komunikasi kepada semua orang. 4. Keterjangkauan harga gadget Orang-orang dengan status ekonomi menengah ke atas sampai status ekonomi menengah ke bawah sudah memiliki gadget. engoperasikan gadget. 5. Lingkungan Lingkungan membuat adanya penekanan dari teman sebaya dan juga masyarakat. Hal ini menjadi banyak orang yang menggunakan gadget, sehingga masyarakat lainnya menjadi enggan untuk meninggalkan gadget. 6. Faktor budaya Faktor budaya sangat mempengaruhi perilaku seseorang. Sehingga orang-orang banyak yang mengikuti trend yang terjadi di dalam budaya lingkungannya yang mengakibatkan keharusan untuk memiliki gadget. 7. Faktor sosial Kelompok masyarakat, keluarga serta status sosial sangat mempengaruhi faktor sosial. Terutama dalam keluarga karena peran keluarga sangat penting dalam pembentukan perilaku anak sebagai fondasi utama. 8. Faktor pribadi Kepribadian anak yang selalu ingin terlihat lebih dari teman-temannya, biasanya cenderung mengikuti trend sesuai perkembangan teknologi.

### 2.4.3 Dampak Penggunaan Gadget

- a. Dampak Positif Penggunaan gadget mempunyai dampak tersendiri bagi penggunanya, baik orang dewasa maupun anak-anak tetapi tergantung dengan bagaimana menggunakan dan memanfaatkan gadget tersebut. Adapun beberapa dampak positif gadget pada anak yaitu : (Al-Ayouby, 2017).
  - i. Mengembangkan imajinasi Melihat suatu objek kemudian menggambarannya sesuai imajinasinya yang melatih daya pikir tanpa dibatasi oleh kenyataan.
  - ii. Melatih kecerdasan. Dengan mengembangkan tulisan, angka, gambar yang membantu melatih proses belajar.
  - iii. Meningkatkan rasa kepercayaan diri. Ketika anak mendapatkan juara kelas akan termotivasi bahwa dia bisa menggapai prestasi.
  - iv. Kreatif. Dalam gadget tersedia aplikasi game dengan tipe strategi ataupun bongkar pasang, anak semakin akan terarah untuk mengembangkan kemampuan kreativitasnya dalam kehidupan sehari-hari bahkan dapat memecahkan masalah dan melakukan segala sesuatu.
  - v. Inovator. Dengan berkembangnya teknologi, semakin banyak waktu dan kesempatan aplikasi yang tersedia dalam gadget serta saling mengajar dan belajar antar teman dalam dunia maya, untuk generasi sekarang banyak mendapatkan kesempatan untuk bereksplorasi mengembangkan apa yang sudah ada dan banyak menemukan peluang untuk menghasilkan temuan yang baru.
- b. Dampak Negatif Menurut (Alamiyah, Zamzamy, & Rasyidah, 2017), dampak negative penggunaan gadget sebagai berikut :
  - i. Kesehatan mata Dapat menimbulkan gangguan kesehatan. Semakin sering menggunakan gadget akan mengganggu kesehatan terutama pada mata, seperti mata lelah, merah, penglihatan yang buram, mata kering dan iritasi ringan karena terpapar radiasi yang ada pada gadget.

- ii. Masalah tidur Terlalu sering bermain gadget sehingga anak menjadi nyaman pada akhirnya membuat rutinitas dan jam tidur menjadi terganggu.
- iii. Kesulitan daya konsentrasi Ketika terlalu banyak memainkan gadget dapat membuat anak menjadi tidak fokus dalam pelajaran dan teringat dengan gadget.
- iv. Menurunnya prestasi belajar. Gadget bisa mengakibatkan lupa waktu. Ketergantungan pada gadget menurunkan prestasi anak-anak seperti malas menulis dan membaca, misalnya anak sering melihat video di aplikasi Youtube cenderung melihat gambarnya saja tanpa harus menulis apa yang dicari.
- v. Perkembangan fisik Waktu akan terbuang sia-sia. Ketika anak-anak sedang asyik bermain gadget akan sering lupa waktu. Mereka akan menjadi malas bergerak dan beraktivitas. Hal ini, mengakibatkan pertumbuhan fisik akan terhambat.
- vi. Perkembangan sosial Banyak anak yang mulai kecanduan dengan gadget dan lupa bersosialisasi misalnya anak kurang bermain di lingkungan sekitarnya ataupun dengan teman temannya. g. Perkembangan kognitif Pemikiran proses psikologis anak terhambat yang berkaitan dengan individu seperti mempelajari, memperhatikan, mengamati, membayangkan, memperkirakan, menilai dan memikirkan lingkungannya.
- vii. Perkembangan bahasa Ketika anak terlalu lama bermain gadget dalam kegiatan sehari-harinya akan mengganggu perkembangan otak. Sehingga menimbulkan hambatan dalam kemampuan berbahasa (anak cenderung diam, sering menirukan bahasa yang digunakan dan tidak lancar dalam berkomunikasi dengan teman atau lingkungannya) serta menghambat kemampuan dalam mengekspresikan pikirannya.
- viii. Perkembangan emosional Kondisi anak dalam penggunaan gadget yang berlebihan akan mengakibatkan ketidak mampuan anak dalam mengolah emosinya karena tidak terbiasa berinteraksi dengan

lingkungan sekitar. Anak akan meluapkan amarahnya ketika keinginannya tidak terpenuhi.

- ix. Mempengaruhi perilaku anak. Semakin terbukanya akses internet dalam gadget yang menampilkan berbagai hal yang semestinya belum waktunya dilihat oleh anak- anak. Misalnya akses konten yang tidak baik seperti adegan kekerasan yang anak lihat dalam game dan film, serta pornografi, karena dipercayai mempengaruhi pola perilaku yang negatif dan anak akan mencontohkan karakter yang dapat menimbulkan tindakan kekerasan terhadap teman.

#### **2.4.4 Indikator Penggunaan Gadget**

##### **a. Intensitas Penggunaan Gadget**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, intensitas adalah suatu keadaan tingkatan atau ukuran intensnya. Intensitas merupakan melakukan sesuatu dengan kadar yang berlebihan atau keseringan. Intensitas dapat dilihat dengan mengetahui tingkat lamanya (durasi) dan seringnya (frekuensi) ketika melakukan suatu kegiatan secara berulang-ulang. Dalam Jurnal Penelitian “The American Academy of Pediatrics (AAP)” menyatakan bahwa ketika anak-anak menghabiskan waktu dengan bermain gadget atau selalu terpapar layar harus ada batas waktu, yaitu satu atau dua jam per hari dan mencegah paparan layar pada anak usia dibawah dua tahun (A.S. Page, et.all., 2010). Menurut (Loebis, 2016) ukuran yang menjadi dasar penilaian pemakaian gadget pada anak usia 3-5 tahun disebut kecanduan bila pemakaiannya lebih dari satu jam. (Trinika, 2015) menambahkan bahwa pemakaian gadget dengan frekuensi yang tergolong tinggi pada anak usia 3-6 tahun adalah setiap hari menggunakan gadget. Melakukan observasi terhadap anak usia 3-6 tahun, frekuensi pemakaian gadget paling sedikit 1 sampai 3 hari per minggu, 4 sampai 6 hari per minggu. Sedangkan durasi pemakaian gadget paling rendah 5-15 menit dalam sehari dan paling lama 5 jam dalam sehari. Rata-rata anak menggunakan gadget 1 sampai 3 hari dalam seminggu dan 20-30 menit dalam sehari. Pemakaian gadget yang baik pada anak usia 3-6 tahun sebaiknya tidak boleh lebih dari 30 menit dan pemakaiannya 1-2 kali per harinya. Menurut (Wendy, Goh,

& Vivian, 2015) melakukan penelitian, bahwa anak mengaplikasikan game di komputer mempunyai batasan waktu berkisar antara 5 menit sampai 5 jam dalam sehari. Batasan waktu paling umum berkisar antara 30 menit sampai 2 jam per hari. Rata-rata anak menggunakan gadget untuk telepon berkisar antara 20-37 menit per hari dan online 27-44 menit per hari (Rosen et al., 2014). (Starsburger, 2011) berpendapat bahwa seorang anak hanya boleh berada di depan layar <1 jam setiap harinya. Pendapat tersebut didukung oleh yang (Sigman, 2010) mengemukakan bahwa waktu ideal lama anak dalam menggunakan gadget yaitu 30 menit hingga 1 jam dalam sehari. Sedangkan menurut Asosiasi Dokter Anak Amerika dan Canada, 2 jam per hari untuk anak usia 6-18 tahun. Akan tetapi, faktanya di Indonesia masih banyak anak-anak yang menggunakan gadget 4 – 5 kali lebih banyak dari jumlah yang direkomendasikan. Pemakaian gadget yang terlalu lama dapat berdampak bagi kesehatan anak, selain radiasinya yang berbahaya, penggunaan gadget yang terlalu lama dapat mempengaruhi tingkat agresif pada anak. Anak akan cenderung malas bergerak dan lebih memilih duduk atau terbaring sambil menikmati camilan yang nantinya dapat menyebabkan anak kegemukan atau berat badan bertambah secara berlebihan. Selain itu, anak menjadi tidak peka terhadap lingkungan di sekelilingnya. Anak yang terlalu asyik dengan gadgetnya berakibat lupa untuk berinteraksi ataupun berkomunikasi dengan orang sekitar maupun keluarga dan itu akan berdampak sangat buruk apabila dibiarkan secara terus menerus. Berdasarkan keterangan peneliti di atas membagi intensitas penggunaan gadget menjadi 3 kriteria, antara lain : 1. Rendah durasi 1-30 menit per hari dan frekuensi 1-3 hari per minggu. 2. Sedang durasi 31-60 menit per hari dan frekuensi 4-6 hari per minggu. 3. Tinggi durasi >60 menit per hari dan frekuensi setiap hari.

#### b. Sikap Penggunaan Gadget

Penggunaan gadget yang berlebihan dapat mempengaruhi sikap anak dalam penggunaan gadget. Anak akan menjadi lebih suka bermain gadget di rumah daripada bermain dengan teman-temannya, anak menjadi malas untuk bergerak karena fokus bermain gadget, dan anak menjadi kurang memperhatikan ketika diajak bicara (Sapardi, 2018). Sikap anak yang akan mementingkan diri sendiri dan menjadi lebih pembangkang seperti tidak mau meminjamkan sesuatu yang

dibawanya dan tidak patuh lagi terhadap perintah tua bisa dipicu karena anak sering menggunakan gadget (Gunawan, 2017). Sikap anak menjadi agresi seperti perilaku menyerang balik secara fisik (non verbal) maupun kata-kata (verbal) merupakan salah satu bentuk reaksi anak terhadap rasa kecewa karena tidak terpenuhi keinginan menggunakan gadget dan sikap berselisih atau bertengkar jika diganggu saat bermain gadget atau gadgetnya direbut (Gunawan, 2017).

## **2.4. Kerangka Teori**

### **1. Penggunaan Gadget**

#### **1.1 Pengertian Gadget**

- Definisi gadget menurut para ahli
- Jenis gadget yang umum dipakai anak-anak (smartphone, tablet, dll.)

#### **1.2 Fungsi dan Manfaat Gadget**

- Edukasi dan hiburan
- Komunikasi dan informasi

#### **1.3 Penggunaan Gadget pada Anak Panti Asuhan**

- Pola penggunaan (durasi, waktu)
- Tujuan penggunaan
- Faktor pengaruh: pengasuh, teman sebaya, konten digital

#### **1.4 Dampak Penggunaan Gadget**

- Positif: keterampilan digital, akses informasi
- Negatif: kecanduan, isolasi sosial, gangguan tidur, masalah emosi

### **2. Status Mental Emosional Anak**

#### **2.1 Pengertian**

- Definisi dari aspek psikologis & kesehatan jiwa
- Komponen: kecemasan, depresi, stres, regulasi emosi

#### **2.2 Ciri-ciri Gangguan Mental Emosional**

- Gejala perilaku: menarik diri, mudah marah, menangis berlebihan
- Gejala psikis: cemas, sedih, kurang percaya diri

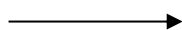
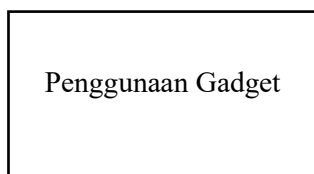
#### **2.3 Faktor yang Mempengaruhi**

- Kehilangan figur orang tua

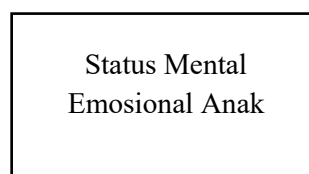
- Lingkungan sosial panti
- Pola pengasuhan & perhatian emosional

## 2.5 Kerangka Konsep

Variabel Independen



Variabel Dependen



Variabel	Konsep	Indikator
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penggunaan Gadget</li> <li>- Status Mental</li> <li>- Emosional</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aktivitas anak dalam menggunakan perangkat digital (smartphone/tablet)</li> <li>- Keadaan Psikologis dan Emosional anak dalam kehidupan sehari hari</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jenis Penggunaan Gadget Perhari</li> <li>- Jenis Konten yang diakses</li> <li>- Tujuan penggunaan (hiburan, belajar, komunikasi)</li> <li>- Waktu penggunaan (siang/malam)</li> <li>- Tingkat Kecemasan</li> <li>- Kecendrungan mudah marah/emosional</li> <li>- Kesepian atau isolasi sosial</li> <li>- Konsentrasi dan motivasi belajar</li> <li>- Pola Tidur</li> </ul>

## 2.6 Hubungan Konseptual

Penggunaan gadget yang tidak terkontrol dan tidak diawasi secara baik dapat berdampak negatif pada status mental emosional anak-anak, khususnya mereka yang tinggal di lingkungan panti asuhan yang memiliki keterbatasan dalam pengawasan individual. Penggunaan gadget yang berlebihan cenderung meningkatkan risiko stres, kecemasan, isolasi sosial, dan gangguan tidur, yang pada akhirnya mempengaruhi kondisi emosional dan psikologis anak.

## 2.6 Gambar Kerangka Konsep

