JIUBJ

Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 22(2), Juli 2022, 1318-1321
Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat universitas Batanghari Jambi
ISSN 1411-8939 (Online), ISSN 2549-4236 (Print)
DOI 10.33087/jiubj.v22i2.2361

Analisis Hubungan Kondisi Psikologis dengan Kecanduan Gadget pada Remaja Selama Masa Pandemi Covid 19 di Kota Padang

Randy Refnandes*, Lili Fajria, Nelwati
Universitas Andalas, Indonesia
*Coressponding email: randyrefnandes@nrs.unand.ac.id

Abstrak. Penggunaan teknologi digital adalah istilah umum yang mencakup berbagai perangkat, layanan, dan jenis penggunaan.. Penelitian ini bertujuan untuk hubungan kondisi psikologis dengan kecanduan gadget pada remaja di Kota Padang. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional study* yang dilakukan April – September 2021. Penelitian ini dilakukan di komunitas. Instrumen. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Acidental sampling* dengan teknik purpose sampling sebanyak 244 responden. Hasil penelitian menunjukkan berjenis kelamin perempuan (71,3%), lebih dari separuh dengan responen berusia remaja akhir (64,4%). kecanduan game online sebagian besar responden mengalami kecanduan game online yaitu sebanyak 54,5%. hubungan antara tingkat kecemasan dengan kecanduan game online pada responden yang mengalami kecemasan berat sebagian besar mengalami kecanduan game online yaitu sebanyak 72,2%.berdasarkanhasil uji statistic *chi square* diperoleh hubungan yang signifikan antara kecemasan dan kecanduan game online dengan nilai p = 0,009. diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai data acuan atau pembanding untuk penelitian terkait faktor-faktor yang mempengaruhi depresi pada remaja.

Kata Kunci: COVID-19; Gadged; Remaja

Abstract*. The use of digital technology is a general term that includes various devices, services, and types of use. This study aims to determine the relationship between psychological conditions and gadget addiction in adolescents in Padang City. This research uses a cross sectional study design which will be conducted from April to September 2021. This research was conducted in the community. Instrument. The sample in this study used an Acidal sampling technique with a purpose sampling technique of 244 respondents. The results showed that they were female (71.3%), more than half of the respondents were in their late teens (64.4%). addicted to online games, most of the respondents experience online game addiction as much as 54.5%. the relationship between the level of anxiety with online game addiction in respondents who experience severe anxiety mostly experience online game addiction as much as 72.2%. It is hoped that the results of this study can be used as reference data or comparisons for research related to factors that influence depression in adolescents.*

Keywords*: COVID-19; gadgets; Teenager*

PENDAHULUAN

Penggunaan teknologi digital adalah istilah umum yang mencakup berbagai perangkat, layanan, dan jenis penggunaan. Sebagian besar penggunaan teknologi digital remaja saat ini terjadi pada perangkat seluler (Pew Research Centre, 2019). Samrtphone dan perangkat digital lainnya dapat menyelenggarakan berbagai macam layanan yang berbeda. Survei representatif terhadap remaja di AS menunjukkan bahwa layanan digital yang paling umum digunakan adalah YouTube (85%), diikuti oleh media sosial Instagram (72%), dan Snapchat (69%). Khususnya, terdapat dua jenis media sosial: situs jejaring sosial seperti Instagram atau TikTok dan pengirim pesan instan seperti WhatsApp atau Signal (Humphreys, 2018). Semua perangkat dan layanan menawarkan fungsi dan harga yang berbeda, yang menghasilkan jenis penggunaan yang berbeda (Verduyn, 2017). Saat berada di media sosial, remaja dapat mengobrol dengan orang lain, memposting, menyukai, atau berbagi. Penggunaan seperti itu umumnya dianggap aktif. Sebaliknya, remaja juga dapat terlibat dalam penggunaan pasif, sekadar mengintai dan menonton konten orang lain (Meier, 2016). Perbedaan biner antara penggunaan aktif dan pasif belum membahas apakah perilaku dianggap sebagai penundaan atau diarahkan pada tujuan (Reinecke ,2018). Misalnya, mengobrol dengan orang lain dapat dianggap penundaan jika itu berarti menunda pekerjaan pada tugas yang lebih penting (Meier, 2016).

Terakhir, ada perbedaan penting lainnya di antara berbagai jenis penggunaannya yaitu penggunaan social dan non-sosial, penggunaan sosial menangkap semua jenis komunikasi interpersonal yang aktif, seperti mengobrol dan mengirim pesan teks, tetapi juga menyukai foto atau berbagi kiriman. Penggunaan non-sosial mencakup (jenis tertentu) membaca dan bermain, tetapi juga mendengarkan musik atau menonton video (Clark, 2018). Sistem teknologi informasi dan komunikasi telah memberikan fasilitas di dunia yang saat ini menjadikan dunia seperti bola dunia kecil secara global (Mamatha, 2016). Salah satu teknologi yang saat ini digunakan oleh manusia adalah gadget. Gadget adalah suatu benda atau barang yang dibuat khusus di era yang maju ini dengan tujuan membantu segala sesuatunya menjadi lebih mudah dan praktis dibandingkan dengan teknologi sebelumnya (Zubaidah,

2018). Umumnya anak-anak dan remaja dewasa ini sering menggunakan gadget yang intens. Mereka menggunakannya secara berlebihan yang dapat mempengaruhi fungsi sosial dan emosional mereka. Mayoritas anak-anak dan remaja memiliki smartphone, laptop, konsol game, tablet, iPod (Tabotabo, 2017).

Penggunaan gadget elektronik telah meningkat pesat di dunia kontemporer, terutama di kalangan anak-anak, sebagai akibat dari kecanduan (Master, 2016). Gadget yang diperkenalkansedinimungkin pada anak akan menimbulkan efek positif dan negative, hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti frekuensi, durasi, dan pengawasan orang tua (Youth, 2015). Penggunaan gadget sebagai bahan dasar pembelajaran pada anak akan berdampak positif seperti peningkatan kreativitas dan pemikiran anak. Bisa tampil bersama orang tua dan anak, serta tegas dalam memberikan batasan waktu bagi anak dalam bermain gadget (Jarot, 2015). Begitu pula sebaliknya, apabila pengawasan orang tua kurang dan tidak adanya upaya tegas dalam memberikan batasan waktu bermain gadget pada anak, dapat menimbulkan dampak negative (Sari, 2016). Anak-anak dapat berkembang menjadi karakter negatif seperti pemalu, kurang percaya diri, kesepian dan keras kepala (Zubaidah, 2018). Frekuensi atau intensitas anak dalam menggunakan gadget akan mempengaruhi perkembangan mental dan emosionalnya. Dari studi yang dilakukan oleh University of Western Australia, melalui survei terhadap 2.600 siswa sekolah tentang lamanya memandang layar gadget, ditemukan bahwa 45% anak berusia 8 tahun dan 80% anak berusia 16 tahun. Siswa menghabiskan lebih dari dua jam bermain gadget dalam sehari (IDAI, 2018).

Penelitian Wahyuni (2019) jenis gadget yang memiliki paling banyak dimiliki oleh anak adalah smartphone. Penelitian Rachman (2015) anak SD yang memiliki jenis gadget terbanyak adalah ponsel, pilihan terbanyak kedua adalah laptop karena ukurannya lebih besar sehingga cenderung lebih puas bermain game (Fajrin, 2015). Penelitian Wahyuni (2019) pada anak dengan kecanduan gedget yang memiliki kelainan jiwa mental didapatkan frekuensi tertinggi penggunaan gadget adalah 6-7 hari dalam seminggu, sedangkan durasi penggunaan gadget terbanyak adalah <5 jam dalam sehari. Menurut Sari dan Mitsalia (2016) penggunaan gadget dikategorikan intensitas tinggi bila menggunakan gadget dengan durasi lebih dari 120 menit/hari dan sekali pakai> 75 menit. Selain itu, dalam sehari bisa berkali-kali (lebih dari 3 kali pemakaian) penggunaan gadget dengan durasi 30-75 menit akan menyebabkan ketagihan dalam penggunaan gadget. Selanjutnya penggunaan gadget dengan intensitas sedang jika menggunakan gadget dengan durasi lebih dari 40-60 menit / hari dan intensitas penggunaan dalam sekali pakai 2-3 kali/hari untuk setiap pemakaian (Sari, 2016).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain atau pendekatan *cross sectional*. Menurut (Sugiyono, 2016), penelitian *cross sectional* yaitu suatu penelitian yang dilakukan pada satu waktu dan satu kali, untuk mencari hubungan antara variabel independen (faktor resiko) dengan variabel dependen (efek). Responden dikaji pada saat yang sama, artinya setiap subyek penelitian diteliti hanya satu kali saja dan faktor risiko serta dampak (efek) diukur menurut keadaan atau status pada saat ditemui.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n = 33)

No.	Karakteristik Responden	*f*	%
1	Jenis Kelamin		
	a. Laki-laki	70	28,7
	b. Perempuan	174	71,3
Total		244	100,0
2	Usia		
	Remaja awal (11-16 tahun)	87	35,6
	Remaja akhir (17-20 tahun)	157	64,4
Total		244	100,0

Sumber: data olahan

Tabel 1 dapat diketahui bahwa lebih dari separuh responden penelitian berjenis kelamin perempuan (71,3%), lebih dari separuh dengan responen berusia remaja akhir (64,4%). Tabel 2 diperoleh hubungan antara tingkat kecemasan dengan kecanduan game online pada responden yang mengalami kecemasan berat sebagian besar mengalami kecanduan game online yaitu sebanyak 72,2%.berdasarkanhasil uji statistic *chi square* diperoleh hubungan yang signifikan antara kecemasan dan kecanduan game online dengan nilai p 0,009

Tabel 2. Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Kecanduan Game Online

Kecemasan	Kecanduan Game Online						P *Value*
	Tidak		Ya		Total		
	f	%	*f*	%	*f*	%	
Tidak ada	81	53,6	70	46,4	151	100	
Ringan	10	40,0	15	60,0	25	100	
Sedang	10	31,2	22	68,8	32	100	0,009
Berat	10	27,8	26	72,2	36	100	
Total	111	45,5	133	54,5	244	100	

Sumber: data olahan

Berdasarkan penelitian ini diperoleh hasil tingkat kecemasan responden sebagian kecil mengalami tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 14,8%. Remaja yang menderita kecemasan berlebihan secara teratur mengalami berbagai gejala fisik juga. Mereka mungkin mengeluh tentang ketegangan otot dan kram, sakit perut, sakit kepala, nyeri pada tungkai dan punggung, kelelahan, atau ketidaknyamanan yang terkait dengan perubahan pubertas. Mereka mungkin bernoda, memerah, berkeringat, hiperventilasi, gemetar, dan mudah terkejut (Bonnaire. 2019). Kecemasan selama masa remaja biasanya berpusat pada perubahan penampilan dan perasaan tubuh remaja, penerimaan sosial, dan konflik tentang kemandirian. Ketika dibanjiri kecemasan, remaja mungkin tampak sangat pemalu. Mereka mungkin menghindari aktivitas mereka yang biasa atau menolak untuk terlibat dalam pengalaman baru. Mereka mungkin memprotes setiap kali mereka terpisah dari teman. Atau dalam upaya untuk mengurangi atau menyangkal ketakutan dan kekhawatiran mereka, mereka mungkin terlibat dalam perilaku berisiko, eksperimen obat-obatan, atau perilaku seksual impulsive (Cooper, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh kecanduan game online sebagian besar responden mengalami kecanduan game online yaitu sebanyak 54,5%. Game online dapat dapat memberikan dampakpositif dan negative terhadap kehidupan (Granic, 2019). Studi menunjukkan bahwa keterlibatan tinggi dalam game tidak selalu bermasalah, dan game sebagian besar tampak adaptif (Billieux, 2019). Game umumnya kurang berbahaya daripada banyak perilaku potensial lainnya yang digunakan untuk mengatasi stres seperti alkohol dan penggunaan narkoba atau makan berlebihan (Razzoli, 2019). Selama pandemic pembatasan keluar rumah yang di galakkan oleh WHO dengan "Bermain Bersama" Maret 2020, menyarankan video game sebagai aktivitas sosial yang aman (WHO, 2020). Salah satu konsekuensi dari kebijakan ini adalah meningkatnya kecanduan game internet, terutama di kalangan remaja. Perjudian bermasalah adalah kondisi kecanduan, dengan prevalensi jauh di bawah satu persen hingga hampir enam persen (Potenza, 2019). Faktor risiko masalah perjudian termasuk jenis kelamin laki-laki, usia yang lebih muda, tingkat pendidikan yang lebih rendah, masalah kesehatan mental, perilaku adiktif, dan faktor risiko kontekstual seperti kondisi hidup yang kurang beruntung (Passanisi, 2017). Faktor risiko psikologis seperti keyakinan keliru kognitif termasuk kehilangan kendali dapat meningkatkan perjudian bermasalah.

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh hubungan antara tingkat kecemasan dengan kecanduan game online pada responden yang mengalami kecemasan berat sebagian besar mengalami kecanduan game online yaitu sebanyak 72,2%.berdasarkanhasil uji statistic *chi square* diperoleh hubungan yang signifikan antara kecemasan dan kecanduan game online dengan nilai p 0,009. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Malaeb et al. (2021) analisis data dengan nilai p < 0,05 (p= 0,000), artinya terdapat hubungan yang bermakna antara kecanduan media sosial dengan kesehatan mental remaja. Sejalan dengan penelitian Malaeb et al. (2021) dapat dilihat bahwa penggunaan media sosial yang bermasalah secara signifikan berhubungan dengan masalah kesehatan mental mental seperti kecemacan. dilihat dari hasil analisis data dengan nilai p < 0,05 (p= 0,000). Penelitian yang dilakukan oleh Barthorpe et al. (2020) dikatakan bahwa semakin banyak waktu yang dihabiskan dimedia sosial maka dapat meningkatkan resiko melukai diri sendiri, depresi dan harga diri rendah.

Sejalan dengan penelitian P.Putra (2017) di Lampung juga menyebutkan terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan game online dengan kecemasan dengan nilai r=0,296 dengan p value <0,05 yang menunjukkan terdapat hubungan positif antara kecanduan game online dengan tingkat kecemasan pada remaja. Menurut Lustig (2017), kecanduan merupakan kesenangan ekstrem yang berbahaya (terkait dengan sistem dopaminergik) dan kebahagiaan (terkait dengan sistem serotoninergik). Kecemasan yang berkelanjutan dapat memperburuk keadaan ini dengan meningkatkan tingkat kortisol dan dengan demikian menciptakan dopamin dengan mengaktifkan sistem saraf simpatik dan menurunkan reseptor 5HT -1a, yang menurunkan sinyal serotonin dan meningkatkan kemungkinan depresi (Lustig, 2017). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menghubungkan kecemasan dengan kecanduan game online (Wenzel et al., 2009; Griffiths et al., 2012). Pada dasarnya, dari sudut pandang filogenetik, kemungkinan besar kesenangan telah berkontribusi lebih dari kebahagiaan (Pollard, 2003; Lustig, 2017), yang dapat menjelaskan dorongan yang lebih kuat dari kepuasan jangka pendek atas pencarian euthymia jangka menengah dan panjang. Singkatnya, ini menunjukkan bahwa mengidentifikasi kemungkinan kebingungan antara keadaan emosional yang disebutkan terkait dengan aktivitas adiktif dapat berkontribusi untuk memperdalam pemahaman tentang gangguan semacam ini dan akibatnya untuk mengeksplorasi pilihan terapi baru. Kecemasan disebabkan oleh beberapa faktor seperti faktor psikologis yang mendasari perkembangan pada seorang remaja, yang mana perkembangan psikologis remaja dapat dilihat dari usia remaja itu sendiri (Natalie et al, 2016). Responden pada penelitian ini rata-rata responden bemsia 16,18 tahun yang dikategorikan sebagai remaja tengah.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa lebih dari separuh responden penelitian berjenis kelamin perempuan (71,3%), lebih dari separuh dengan responen berusia remaja akhir (64,4%) **.** distribusi frekuensi tingkat kecemasan responden sebagian kecil mengalami tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 14,8%. distribusi frekuensi kecanduan game online sebagian besar responden mengalami kecanduan game online yaitu sebanyak 54,5%. hubungan yang signifikan antara kecemasan dan kecanduan game online dengan nilai p 0,009.

DAFTAR PUSTAKA

Billieux J, Flayelle M, Rumpf H-J, Stein DJ. 2019, High involvement versus pathological involvement in video games: a crucial distinction for ensuring the validity and utility of gaming disorder. *Curr Addict Rep*. 6(3), 323–30. doi:10.1007/s40429-019- 00259-x.

Bonnaire, C., and Baptista, D. 2019. Internet gaming disorder in male and female young adults: the role of alexithymia, depression, anxiety and gaming type. *Psychiatry Res*. 272, 521–530. doi: 10.1016/j.psychres.2018.12.158

Cooper, S., Robinson, A. J., and Mazei-Robinson, M. 2017. Reward circuitry in addiction. Neurotherapeutics 14, 687–697. doi: 10.1007/s13311-017-0525

Clark JL, Algoe SB, Green MC. 2018, Social network sites and well-being: the role of social connection. *Curr Dir Psychol Sci*. 27(1), 32-37. doi:10.1177/0963721417730833

Granic I, Lobel A, Engels RC. 2019, The benefits of playing video games. *Am Psychol*. 69(1), 66–78. doi: 10.1037/a0034857.

Humphreys L, Karnowski V, von Pape T, 2018. Smartphones as metamedia: a framework for identifying the niches structuring smartphone use. *Int J Commun*. 12, 2793-2809.

IDAI. 2018. *Masalah Kesehatan Mental Emosional Remaja*. 2013. Diakses pada tanggal: 31 Juli 2018. Diunduh dari: http://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/masalahkesehatanmental-emosional-remaja.

Mamatha SL, Hanakeri PA, Aminabhavi VA. 2016. Impact of gadgets on emotional maturity, reasoning ability of college students. *Int J Applied Res*. 2(3), 749-55

Master KM, Kaur CP, Narasimhan A, Mizrab N, Ali M, Shaik RB. 2016. Impact of Electronic Gadgets On Psychological Behavior Of Middle School Children In UAE. Uni Emirates Arab. *Gulf Medical Journal*. 5(S2):S54–S60

Meier A, Reinecke L, Meltzer CE. 2016, Facebocrastination? Predictors of using Facebook for procrastination and its effects on students' well-being. *Comput Hum Behav*. 64, 65-76. doi:10.1016/j. chb.2016.06.011.

Pew Research Center. Teens, Social Media & Technology 2018. Pew Res Cent Internet Sci Tech. https://www.pewresearch.org/internet/2018/05/31/teens-social-media-technology-2018/. Published May 31, 2018. Accessed December 12, 2019.

Potenza MN, Balodis IM, Derevensky J, Grant JE, Petry NM, Verdejo-Garcia A, Yip SW. 2019, Gambling disorder. *Nat Rev Dis Primers*. 5(1), 1–21. doi: 10.1038/s41572-019-0099-7.

Passanisi A, Craparo G, Pace U. 2017, Magical thinking and decision-making strategies among late adolescent regular gamblers: a mediation model. *J Adolesc*. 59, 51–8. doi:10.1016/j.adolescence.2017.05.016.

Reinecke L, Meier A, Beutel ME, et al. 2018, The relationship between trait procrastination, Internet use, and psychological functioning: results from a community sample of German adolescents. *Front Psychol.* 9:913. doi:10.3389/fpsyg.2018.00913.

Razzoli M, Pearson C, Crow S, Bartolomucci A. 2017, Stress, overeating, and obesity: insights from human studies and preclinical models. Neurosci Biobehav Rev. 76(Pt A), 154–62. doi:10.1016/j.neubiorev. 2017.01.026.

Sari TP, Mitsalia AA. 2016. Pengaruh penggunaan gadget terhadap personal sosial anak usia pra sekolah di TKIT Al Mukmin. Profesi (Profesional Islam), *Media Publikasi Penelitian*. 13(2).

Tabotabo LM. 2017. Factors Contributing to Excessive Use of Screen Gadgets and Its Effect to Social and Emotional Functioning. *Asian Journal of Mathematical Sciences (AJMS)*. 1(2).

Verduyn P, Ybarra O, Résibois M, Jonides J, Kross E. 2017, Do social network sites enhance or undermine subjective well-being?: A critical review. *Soc Issues Policy Rev*. 11(1), 274-302. doi:10.1111/ sipr.12033.

Youth. 2015, *The Strengths and Difficulties Questionnaire*. Diunduh dari: http://www.sdqinfo.com/a0.html. Diakses pada tanggal: 28 Juli 2018.

Zubaidah Z. 2018. Hubungan Durasi Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Anak Prasekolah di TK PGRI 33 Sumurboto, Banyumanik, *Doctoral dissertation*, Faculty of Medicine, (add year of defence).