

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) berkembang sangat pesat pada abad ke-21, khususnya di bidang sarana komunikasi (Sunita dan Mayasari, 2018). Teknologi canggih yang telah tercipta adalah *gadget*. *Gadget* merupakan suatu perangkat menarik serta menyediakan berbagai fitur untuk penggunaannya. *Gadget* memiliki beberapa jenis perangkat yaitu diantaranya *smartphone*, laptop, tablet dan *gadget* elektronik lainnya (Kumar dan Sherkhane, 2018). Beberapa jenis perangkat *gadget* ini memiliki fungsi dan kegunaannya masing-masing sehingga akan memudahkan penggunaannya untuk melakukan aktivitas sehari-hari.

Dari keunggulan dan ragam varian fungsi, pengguna *gadget* lebih memilih menggunakan satu perangkat yaitu *smartphone*. Hal ini dapat dikatakan bahwa *smartphone* merupakan suatu perangkat seluler yang dapat menunjukkan identitas diri sehingga dapat memberikan kepuasan seperti hiburan, pencarian data, manajemen waktu, keramahan dan penjagaan identitas sosial (Bian dan Leung, 2015). *Smartphone* dapat memberikan kenyamanan dan menyediakan fungsi dengan sedikit batasan waktu dan ruang dibanding dengan komputer atau laptop sehingga hal ini menjadi faktor penting yang mendorong pesatnya kemajuan *smartphone* (Turel dan Serenko, 2010).

Fenomena yang terjadi pada masyarakat khususnya remaja dalam penggunaan *smartphone* dikehidupan sehari-harinya. Penulis melakukan observasi pada hari Sabtu, 19 Maret 2021, Pukul 17.20 Wita yang mana lokasi observasi di sekitar tempat tinggal penulis. Kegiatan yang dilakukan oleh remaja dalam menggunakan *smartphone* yaitu untuk mencari informasi atau tempat mengerjakan tugas, mengisi waktu luang seperti bermain *game*, membuka sosial media, membuka situs hiburan atau *youtube*, *streaming* dan fitur lainnya. Alasan menggunakan *smartphone* dibanding menggunakan perangkat lainnya dikarenakan *smartphone* mudah untuk dibawa kemana-mana sehingga hal ini dapat memudahkan penggunanya dalam mengakses informasi yang dibutuhkan (Taja, 2018). Durasi waktu yang di habiskan dalam penggunaan *smartphone* pada remaja 2 – 6 jam sehari. Mereka kemudian mengatakan telah menghabiskan waktu 2 jam untuk mengerjakan aktivitas seperti mengerjakan tugas atau pekerjaan lainnya dan selebihnya itu mereka menggunakan *smartphonena* untuk membuka situs hiburan, situs belanja *online*, *streaming*, *youtube* dan bermain *game*.

Pemanfaatan *smartphone* dikalangan masyarakat umum, khususnya remaja memiliki dampak positif dan negatif. Dampak positif dari *smarphone* yaitu memudahkan untuk penggunanya dalam mengakses informasi, meningkatkan kemampuan kognitif dan meningkatkan kepercayaan diri terhadap individu. Dampak negatifnya yaitu dapat mengganggu kesehatan, individu menjadi kurang bersosialisasi, kurang

fokus sehingga dapat menyebabkan kecanduan (Nurningtyas dan Ayriza, 2021).

Pada tahun 2014, hasil survey Kementerian Komunikasi dan Informatika yang didukung oleh UNICEF menyatakan bahwa sebagian besar pengguna *smartphone* terjadi pada remaja yaitu sekitar 80% dari pengguna *smartphone* di Indonesia (Andriani, Sriati dan Yamin, 2019). Menurut Damanik, Harianja dan Simanjuntak (2019) masa remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai oleh perubahan mental, sosial, biologis serta kognitif. Pada tahap ini remaja akan menuju kemandirian sosial atau tidak bergantung dengan orang lain, dan membangun identitas untuk kehidupan di masa dewasa. Rasa keingintahuan dan rasa ingin mencoba hal baru yang terjadi pada remaja sangat kuat sehingga akan menyebabkan kecenderungan untuk mengakses informasi secara bebas tanpa pengawasan orang dewasa yang bijak (Lukiyana, 2020).

Menurut Choi dkk (2015) mengemukakan bahwa pemakaian *smartphone* yang berlebihan karena kepopulerannya maka akan menimbulkan permasalahan dan dapat menyebabkan kecanduan. Definisi kecanduan itu sendiri adalah ketergantungan yang dikaitkan oleh penggunaan zat psikotropika. Diagnosis kecanduan tidak muncul dalam klasifikasi seperti *Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental (DSM)-IV*, akan tetapi kecenderungan untuk mengganti ketergantungan menjadi kecanduan yang artinya kecanduan itu sendiri tidak hanya

disebabkan oleh zat psikotropika melainkan perilaku yang dilakukan oleh individu tanpa kontrol sehingga dapat merugikan diri sendiri (Starcevic, 2013).

Secara psikologis pemakaian *smartphone* yang melebihi batas dan tidak dapat dikendalikan akan menimbulkan kecanduan *smartphone* (Andriani, Sriati dan Yamin 2019). Menurut Kwon dkk (2013) menyatakan dalam penelitiannya bahwa kecanduan *smartphone* merupakan sikap seseorang yang mempunyai keterikatan atau ketergantungan pada *smartphone* sehingga dapat memunculkan permasalahan sosial seperti kesusahan dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari, menarik diri serta gangguan kontrol impuls.

Pengaruh dari kecanduan *smartphone* terjadi pada kemajuan otak anak sebab penciptaan hormon dopamine yang terlalu berlebihan sehingga akan mempengaruhi perkembangan otak anak, seperti terganggunya fungsi PFC (*Pre Frontal Cortex*) yang artinya adalah mengendalikan amarah, pengawasan diri, tanggung jawab, mengambil keputusan serta pesan moral yang lainnya (Prabowo, Fakhruddin dan Rohman, 2020). Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Noviana (2016) mendapatkan data sebanyak 51,1% remaja yang menggunakan *smartphone* dengan durasi waktu 3 – 5 jam sehari dan 22,2% remaja menggunakan *smartphone* lebih dari 6 jam dalam sehari.

Secara khusus, remaja dapat digolongkan dalam kategori yang memiliki resiko utama dalam hal kecanduan *smartphone*. Masa remaja merupakan

fase dimana keadaan otak individu yang berkembang dan memiliki kerentanan terhadap kecanduan sehingga dapat meningkatkan resiko dalam diri individu tersebut (Bae, 2017). Penelitian serupa yang dilakukan oleh Kwon dkk (2013) menemukan bahwa remaja lebih memiliki kerentanan kecanduan daripada orang dewasa, sebab usia remaja merupakan masa ingin mencoba hal-hal baru dalam hidup serta kurangnya keterbukaan terhadap apa yang dipikirkan dan dirasakan.

Kecanduan *smartphone* dapat berdampak terhadap gangguan emosi pada remaja, sebab ia akan merasakan kemarahan yang tidak terkendali ketika *smartphone* yang ia miliki hilang sehingga menyebabkan individu akan merasa sangat khawatir, depresi dan kesulitan untuk tidur karena terus memikirkan *smartphone* yang ia miliki (Aljomaa dkk, 2016). Menurut Assari (2021) mengungkapkan bahwa individu yang mengalami kecanduan terhadap *smartphone*, memiliki kecenderungan untuk mengabaikan kegiatan atau belajar, memisahkan diri dari teman dan keluarga serta terikat dan bergantung terhadap *smartphone* yang dimiliki untuk berkomunikasi dengan orang lain.

Tingkatan kecanduan *smartphone* yang terjadi pada remaja, akan berpengaruh terhadap pikiran, waktu serta tenaga yang terbuang begitu saja sehingga kecenderungan untuk berinteraksi secara langsung dengan individu lain akan berkurang dan keahlian dalam mengidentifikasi emosi diri maupun orang lain akan hilang (Ratri Desiningrum, Indriana dan Siswati 2017). Menurut Nisya (2012) mengemukakan bahwa lingkungan sosial merupakan

pengaruh penting terhadap remaja untuk berinteraksi serta menyesuaikan diri secara efektif guna untuk menghindari pengaruh buruk yang dapat merugikan diri maupun orang lain.

Kemampuan seseorang untuk menghargai orang pada intinya tercipta dengan seiring bertambahnya usia, karena dampak dari suatu perkembangan sosial, mental, perasaan dan faktor individu yang mempengaruhi kemampuan untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungannya (BarOn, 2010). Menurut penelitian Guerra-Bustamante dkk (2019) menyatakan bahwa kemampuan kecerdasan emosional yang terjadi pada remaja mampu untuk mengarahkan pertimbangan dan memikirkan emosi yang dirasakan serta membantu untuk meningkatkan kesejahteraan.

Remaja yang matang secara emosi serta ikut dalam kebutuhan orang lain dapat mengekspresikan emosinya dengan spontan dan individu yang cerdas secara emosional mampu menentukan dan pemecahan masalah yang dibutuhkan (Jannah, 2013). Menurut Goleman (2000) mengemukakan pengertian kecerdasan emosional ialah kemampuan yang ada dalam diri seseorang untuk secara cerdas mengatur kehidupan emosinya (*to manage our emotional life with intelligence*); melindungi keserasian amarah serta pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*); lewat pemahaman diri, pengaturan diri, dorongan diri, empati serta keahlian sosial. Susunan terkait kecerdasan emosional dapat dianggap sebagai seperangkat sifat stabil pada seseorang dengan kepribadiannya, keterampilan sosial-emosional, aspek motivasi dan berbagai kemampuan

kognitif untuk menghadapi segala tuntutan serta tekanan (Trigueros dkk, 2019).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang penelitian tentang pengaruh kecanduan *smartphone* terhadap kecerdasan emosional pada remaja maka dapat dirumuskan beberapa masalah yaitu:

1. Bagaimana pengaruh dari kecanduan *smartphone* pada remaja?
2. Bagaimana pengaruh dari kecanduan *smartphone* terhadap kecerdasan emosional pada remaja?
3. Apakah saja dampak dari kecanduan *smartphone*?

## **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui pengaruh dari kecanduan *smartphone* terhadap remaja.
2. Untuk mengetahui pengaruh antara kecanduan *smartphone* terhadap kecerdasan emosional pada remaja.
3. Untuk mengetahui dampak dari kecanduan *smartphone*.

## **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan dan dapat menambah pengetahuan dalam program studi Psikologi, serta dapat

memberikan kajian terkait pengaruh kecanduan *smartphone* terhadap kecerdasan emosional pada remaja.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan oleh mahasiswa sebagai acuan untuk mengurangi penggunaan *smartphone* agar tidak mengalami kecanduan yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosional.

### b. Bagi Program Studi Psikologi

Sebagai salah satu acuan institusi pendidikan untuk mengembangkan kegiatan mahasiswa dan juga mahasiswa dapat mengendalikan diri dalam menggunakan *smartphone*.

### c. Bagi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Penelitian ini menjadi acuan untuk lebih mengembangkan kegiatan mahasiswa, dosen dan elemen di lingkungan kampus untuk mengurangi penggunaan *smartphone*.