

## BAB V

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 5.1 Hasil Penelitian

##### 5.1.1 Tingkat Kecanduan *Smartphone* Pada Siswa Di SMPN 05 Cikarang Selatan

Tabel 5.3 Tingkat Kecanduan *Smartphone* pada siswa di SMPN 05  
Cikarang Selatan

Kecanduan <i>Smartphone</i>	Frekuensi	Persentase
Rendah	71	26,3%
Tinggi	199	73,7%
Total	270	100%

Berdasarkan tabel diatas maka dapat dilihat mengenai tingkat kecanduan *smartphone* pada responden, yaitu tingkat kecanduan tinggi sebanyak 199 responden (73,8%).

##### 5.1.2 Tingkat Gejala Gangguan Mental Emosional Pada Siswa di SMPN 05 Cikarang Selatan

Tabel 5.4 Tingkat Gejala Gangguan Mental Emosional Pada Siswa  
di SMPN 05 Cikarang Selatan

Tingkat Gejala Gangguan Mental Emosional	Frekuensi	Persentase
Normal	29	10,7%
<i>Borderline</i>	47	17,4%
Abnormal	194	71,9%
Total	270	100%

Berdasarkan tabel diatas diperoleh data tingkatan gejala gangguan emosional pada responden sebagian besar adalah dengan karakteristik abnormal yaitu berjumlah 194 responden (71,9%).

### 5.1.3 Hubungan Kecanduan Smartphone Dengan Gejala Gangguan Mental Emosional

Tabel 5.4 Hubungan Kecanduan *Smartphone* Dengan Gejala Gangguan Mental Emosional pada Remaja Di SMPN 05 Cikarang Selatan (n=270)

Tingkat Kecanduan <i>Smartphone</i>	Gejala Gangguan Mental Emosional			CI	P Value
	<i>Abnormal</i>	<i>Borderline</i>	Normal		
Tinggi	153	28	18	0,183	0,003
Rendah	41	19	11		

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang mengalami kecanduan *smartphone* tinggi dengan gejala gangguan mental emosional sebagian besar adalah abnormal yaitu sebanyak 153 responden. Hasil uji statistic menggunakan *spearman rank* didapatkan derajat signifikansi sebesar  $p = 0,003$  dengan derajat signifikansi yang digunakan  $\alpha = <0,05$  dan koefisien korelasi 0,183.

## 5.2 Pembahasan

### 5.2.1 Kecanduan Smartphone

Kecanduan *smartphone* terbagi menjadi 5 indikator, yaitu indikator *daily life disturbance*, *withdrawl*, *cyberspace oriented relationship*, *overused* dan *tolerance*. Di masa pandemi Covid-19 ini, masyarakat dari berbagai usia akan menggunakan *smartphone* untuk melakukan

berbagai macam aktivitas. Penggunaan *smartphone* yang terlalu lama ini akan mengakibatkan pergelangan tangan dan leher merasa tidak nyaman, merasa pandangan kabur, dan merasa pusing sampai sakit kepala. Hal-hal tersebut merupakan tanda dari indikator *daily life disturbance*. Indikator yang kedua adalah *withdrawal*. *Withdrawal* ditandai dengan seseorang akan merasa kehilangan dan merasa cemas jika tidak memegang *smartphone* nya. Ketiga adalah indikator *cyberspaced oriented relationship* yang artinya adalah seseorang lebih memilih untuk berinteraksi dengan *smartphone* nya daripada orang lain. *Overused* merupakan indikator kecanduan *smartphone* yang ke empat. *Overused* artinya penggunaan secara berlebihan, dimana seseorang secara berlebihan dalam menggunakan *smartphone* nya. Indikator yang terakhir adalah *tolerance*. *Tolerance* adalah keadaan seseorang yang secara sadar menggunakan *smartphone* nya secara berlebihan, tetapi dia selalu gagal untuk menghentikannya.

Berdasarkan hasil penelitian, kecanduan *smartphone* terbanyak yang terjadi pada responden dalam penelitian ini adalah berada pada tingkat kecanduan tinggi. Sebanyak 199 responden diidentifikasi mengalami kecanduan *smartphone* tinggi setelah dilakukan pengolahan pada data kuesioner yang telah di isi oleh responden sebelumnya. Kecanduan *smartphone* tinggi artinya individu tersebut memiliki ketergantungan yang tinggi dengan *smartphone* sehingga dapat

mempengaruhi kegiatan sehari-harinya dan memberikan efek negatif bagi dirinya sendiri maupun orang lain (Yuwanto, 2010).

Pada remaja di SMPN 05 Cikarang selatan, indikator kecanduan *smartphone* yang banyak muncul dan dialami oleh responden adalah *withdrawal* dan *overused*. Jawaban responden menunjukkan bahwa mereka merasa cemas apabila tidak memegang *smartphone* nya dan mereka merasa kesulitan apabila harus tidak memiliki *smartphone*. Selain itu mereka juga menggunakan *smartphone* nya lebih lama dari waktu yang sudah direncanakan. *Overused* yang dialami oleh responden disebabkan karena penggunaan untuk bermain *video game* dan bermain sosial media.

Hasil penelitian milik Amalya et al., (2019) juga menyebutkan bahwa remaja menggunakan *smartphone* nya untuk tujuan bermain sosial media dan bermain *video game*. Waktu mereka dalam penggunaan *smarphone* dihabiskan untuk memainkan *video game* maupun sosial media.

Seseorang dapat mengalami kecanduan *smartphone* tinggi disebabkan oleh beberapa faktor, salah satu faktornya berasal dari faktor eksternal yaitu karena tingginya paparan media *smartphone*. Sejak terjadinya pandemi Covid-19 pada awal maret tahun lalu, masyarakat di tuntut untuk dapat beraktivitas dari rumah. Hal ini menyebabkan masyarakat diharuskan untuk menggunakan *smartphone* ataupun *laptop* nya untuk beraktivitas dari rumah karena adanya

pekerjaan dari kantor maupun dari sekolah. Aktivitas penggunaan *smartphone* dari rumah selama pandemi akan meningkat secara drastis daripada biasanya.

Hasil penelitian milik Agusta, (2016) menyebutkan bahwa aspek-aspek faktor eksternal penyebab kecanduan *smartphone* yaitu terdiri dari sensasi, kepercayaan diri, kontrol diri, paparan media, kebutuhan intraksi sosial dan situasi. Aspek paparan media yang tinggi merupakan aspek faktor eksternal tertinggi ke-empat yang terjadi pada responden dalam penelitian tersebut.

### **5.2.2 Gejala Gangguan Mental Emosional**

Gejala gangguan mental emosional terdiri dari 5 aspek yaitu aspek emosional, aspek perilaku mengganggu, aspek hiperaktif-inatensi, aspek relasi teman sebaya, dan aspek ketidakperdulian. Aspek yang pertama adalah aspek emosional yang ditandai dengan selalu merasa khawatir, selalu merasa sedih atau tidak bahagia, dan sering mengeluh badannya merasa sakit atau tidak nyaman. Kemudian aspek perilaku mengganggu yaitu dimana individu sering melakukan suatu perilaku yang bersifat negatif dan bertentangan secara terus menerus. Aspek ketiga adalah hiperaktif-inatensi, pada aspek ini ditandai dengan individu sulit untuk diam dan sulit dalam memperhatikan suatu hal. Selanjutnya adalah aspek relasi dengan teman sebaya, hal ini ditandai dengan individu merasa kesulitan dalam bersosialisasi dengan teman-teman sebayanya. Yang terakhir adalah aspek ketidakperdulian, yang

ditandai dengan individu merasa tidak ingin untuk membantu orang lain dan tidak memikirkan perasaan orang lain (Istiqomah, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian, gangguan mental emosional pada responden sebagian besar berada pada tingkat abnormal. Gejala gangguan mental emosional yang paling banyak dialami oleh responden terjadi pada gejala gangguan emosional dan gejala gangguan relasi dengan teman sebaya. Sementara itu, gejala gangguan mental emosional yang paling sedikit dialami oleh responden adalah gejala ketidakpedulian.

Perkembangan emosi pada remaja masih cenderung labil. Pada usia remaja awal, pengungkapan ekspresi emosi seperti perasaan marah, sedih ataupun bahagia masih belum terkendali (Ahmad & Mubiar, 2011). Sehingga pada usia remaja awal lebih rentan untuk muncul gejala gangguan emosional.

Hasil penelitian ini sesuai dengan jurnal milik Wahyuni et al., (2019) yang menyebutkan bahwa seseorang yang mengalami gangguan mental emosional akan memiliki gejala seperti ketidakstabilan emosional, perilaku yang mengganggu, hiperaktivitas, gangguan relasi dengan teman sebaya dan ketidakpedulian. Penelitian lain milik Wiguna et al., (2010) juga menyebutkan bahwa seseorang dengan gangguan mental emosional cenderung terganggu relasi dengan teman sebayanya.

Individu dengan gangguan mental emosional cenderung memiliki karakteristik perilaku yang kompleks dan seringkali ciri-cirinya sama dengan kebanyakan anak normal pada umumnya, sehingga sampai saat ini belum ada penelitian yang menyebutkan secara spesifik mengenai ciri-ciri gangguan mental emosional berdasarkan tingkatan normal, *borderline*, maupun abnormal (Istiqomah, 2017).

### **5.2.3 Hubungan Kecanduan Smartphone Dengan Gejala Gangguan Mental Emosional**

Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan *smartphone* dengan gejala gangguan mental emosional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecanduan *smartphone* tinggi dengan gangguan mental emosional responden sebagian besar berada pada tingkat abnormal.

Kecanduan *smartphone* yang dialami responden, sebagian besar terjadi pada indikator *overused* dan *withdrawal*. Sementara itu, gejala gangguan mental emosional yang dialami oleh sebagian besar responden adalah gejala gangguan emosional dan gejala gangguan dengan teman sebaya. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki keterkaitan antara satu sama lain, dimana orang yang mengalami kecanduan *smartphone* maka akan menunjukkan gejala gangguan mental emosional berupa gangguan pada emosionalnya. Namun, kecanduan *smartphone* yang terjadi pada remaja di SMPN 05

Cikarang Selatan bukan berarti bahwa mereka menjadi tidak peduli dengan orang lain maupun lingkungan di sekitarnya. Hal ini dapat ditunjukkan oleh hasil dari penilaian gejala ketidakpedulian yang hanya dialami oleh beberapa responden.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Wahyuni et al., (2019) menyebutkan bahwa, remaja yang mengalami kecanduan *smartphone* tinggi lebih beresiko untuk terkena gangguan mental emosional karena frekuensi dan durasi penggunaan *smartphone* merupakan salah satu penyebab seseorang terkena gangguan mental emosional. Hasil penelitian lain milik Amalya et al., (2019) juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan *smartphone* dengan gangguan mental dan emosional pada remaja di wilayah Bandung wetan.

Menurut Suhana, (2018) & Wiguna et al., (2010) salah satu dampak dari penggunaan *smartphone* adalah mengalami gangguan mental emosional. Hal ini disebabkan karena ketika sudah menggunakan *smartphone* maka individu tersebut akan kehilangan kontrol dirinya sehingga akan menjadi acuh tak acuh dengan orang lain maupun lingkungannya. Individu yang mengalami kecanduan *smartphone* dan mengalami gangguan mental emosional maka individu tersebut akan menjadi mudah terjadi perubahan emosionalnya, adanya gangguan dalam relasi sosialnya, dan tidak peduli dengan lingkungan maupun orang lain (Yuwanto, 2010).

Individu yang kecanduan *smartphone* cenderung hanya berfokus pada *smartphone* nya saja tanpa memperdulikan lingkungan sekitar maupun orang lain. Hal ini akan menyebabkan kurangnya stimulasi individu tersebut terhadap mental emosionalnya. Kurangnya stimulus pada sisi mental emosionalnya tersebutlah yang akan menyebabkan individu dengan kecanduan *smartphone* menjadi mengalami gangguan mental emosional. Hasil penelitian lain juga menyebutkan bahwa kurangnya stimulus pada emosional akan menyebabkan emosional anak menjadi tidak stabil, karena stimulus emosional didapatkan etika individu tersebut melakukan interaksi dengan lingkungannya (Suhana, 2018).

Salah satu anggota tubuh manusia yang dapat mengontrol emosi manusia adalah otak. Di dalam otak terdapat bagian otak terdalam yang disebut PFC atau *Pre Frontal Cortex*. Bagian otak tersebutlah yang mengatur dan mengontrol emosi, kontrol diri, tanggung jawab, pengambilan keputusan dan nilai moral lainnya pada manusia. Individu yang mengalami kecanduan pada teknologi seperti *smartphone*, otak mereka akan memproduksi hormone dopamine secara berlebihan yang akan membuat fungsi *PFC* menjad terganggu dan anak menjadi acuh tak acuh. Ketergantungan mereka pada *smartphone* membuat mereka menganggap bahwa *smartphone* adalah segalanya bagi mereka. Mereka akan menjadi khawatir dan merasa kehilangan apabila tidak bersama *smartphone* nya. Sebagian besar waktu mereka dihabiskan untuk

bermain *smartphone*, hal ini berakibat pada interaksi individu tersebut dengan orang lain maupun lingkungannya menjadi berkurang dan individu tersebut menjadi acuh tak acuh (Suhana, 2018).

Hasil koefisien korelasi yang lemah dapat disebabkan karena faktor penyebab gangguan mental emosional yang lainnya seperti merasa tidak nyaman disekolah, adanya perlakuan *bullying*, tingkat pendidikan, usia, dan sebagainya.