

## **DAMPAK PERILAKU DAN EMOSI NEGATIF REMAJA PENGGUNA *GAWAI* DI KABUPATEN MINAHASA**

**Angelika Rantung**

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado  
Email : angelikarantung@gmail.com

**Melkian Naharia**

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado  
Email : melkiannaharia@unima.ac.id

**Marsael M. Sengkey**

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado  
Email : mmsengkey@unima.ac.id

**Abstrak:** Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan dan menganalisis dampak perilaku dan emosi negatif pada remaja pengguna Gawai di Desa Tolok Kecamatan Tompaso Kabupaten Minahasa. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif dengan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi. Pemeriksaan data menggunakan triangulasi, yaitu triangulasi sumber, triangulasi teknik. Peneliti menemukan dampak yang ditimbulkan pada perilaku remaja seperti perilaku sosial, contohnya remaja menjadi kurang aktif bersosialisasi di dalam rumah maupun di lingkungan sekitar. Terhadap orang tua, remaja lebih suka menunda perintah orang tua atau membantah nasihat yang orang tua berikan. Dampak emosi negatif yang ditimbulkan saat menggunakan gawai secara berlebihan seperti emosinya lebih cepat naik atau marah jika diganggu pada saat dia sedang bermain gawai, merasa gelisah saat berada dikerumunan dan lebih memilih menyendiri sambil bermain gawai. Dapat disimpulkan bahwa penggunaan gawai yang berlebihan dapat menimbulkan perilaku dan emosi negatif pada remaja.

**Kata Kunci:** Dampak Gawai, Perilaku dan Emosi negatif, Remaja

**Abstract:** The purpose of this study was to describe and analyze the impact of negative behavior and emotions on young gadget users in Tolok Village, Tompaso District, Minahasa Regency. The research method used is qualitative research with a descriptive approach using interview, observation and documentation techniques. Examination of data using triangulation, namely triangulation of sources, triangulation of techniques. Researchers found the impact on adolescent behavior such as social behavior, for example, adolescents become less active in socializing at home and in the surrounding environment. Against parents, teenagers prefer to postpone parental orders or argue with parents' advice. The impact of negative emotions that arise when using the device excessively, such as his emotions rising faster or getting angry if disturbed when he is playing the device. In addition, the teenager feels restless when in a crowd and prefers to be alone while playing a gadget. It can be concluded that excessive use of gadgets can cause negative behavior and emotions in adolescents.

**Keywords:** *Impact of gadgets, behaviour and negatif emotions, adolescents*

## PENDAHULUAN

Saat ini, perkembangan teknologi berlangsung dengan cepat dan semakin maju. Terdapat banyak inovasi teknologi canggih yang telah muncul, mengakibatkan perubahan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan manusia. Di era modern seperti sekarang, individu diharuskan untuk beradaptasi dengan perkembangan zaman, di mana gaya hidup cenderung praktis, efisien, dan efektif sebagai respons terhadap kompleksitas serta peningkatan kebutuhan hidup (Metanfanuan, 2022). Oleh karena itu, berbagai perangkat diciptakan untuk membantu mempermudah dan mengurangi beban kerja manusia, salah satunya adalah perangkat gawai.

Perkembangan gawai saat ini sangat luar biasa, bahkan penggunaannya pun sudah merambah jauh ke desa termasuk menghilangkan batas usia pemakaiannya. Gawai merupakan perangkat elektronik kecil yang memiliki fungsi khusus, antara lain *smartphone*, *iphone*, *handphone*, *tablet*, dan sejenisnya (Refrenandes, 2022). Gawai juga merupakan barang canggih yang diciptakan dengan berbagai aplikasi yang dapat menyajikan berbagai media berita, jejaring sosial, hobi, bahkan hiburan. Sehingga dapat dikatakan bahwa gawai adalah media yang dipakai sebagai alat komunikasi modern untuk mempermudah kegiatan komunikasi manusia. Penggunaan gawai sebagai teknologi yang memang sangat membantu mempercepat kegiatan manusia, namun memberikan dampak buruk bagi mental manusia karena dengan segala kemudahan dan sajian-sajian yang menarik akan memakan waktu yang lama dalam penggunaannya. Gawai dalam pengertian umum dianggap sebagai suatu perangkat elektronik yang memiliki fungsi khusus pada setiap

perangkatnya, contohnya komputer, handphone, game dan lainnya.

Memiliki gawai tentu merupakan suatu hal yang sah. Saat ini gawai bukan lagi menjadi barang tersier, bahkan untuk sebagian orang telah menjadi kebutuhan primer dalam kehidupan sehari-harinya. Gawai bisa saja disebut sebagai pelengkap, dengan fungsi melengkapi kehidupan profesional dan keseharian kita. Namun adalah sebuah kesalahan jika gawai beralih fungsi menjadi esensi dalam hidup, dimana pada era sekarang gawai telah memberi dampak besar bagi hampir seluruh aspek kehidupan kita sebagai pengguna.

Peralatan elektronik seperti gawai saat ini memiliki daya tarik yang tinggi di kalangan masyarakat, bahkan telah menjadi kebutuhan pokok yang tak terelakkan bagi setiap individu, termasuk di antara pejabat, kelompok sosial berpenghasilan tinggi, maupun mereka yang berada dalam lapisan masyarakat yang lebih rendah. Salah satu kelompok yang sangat antusias dalam menggunakan gawai adalah kalangan remaja dan anak-anak. Penggunaan gawai saat ini tidak lagi terbatas pada orang dewasa saja, melainkan juga melibatkan generasi muda (Ariston & Frahasini, 2018). Para remaja sangat menyukai penggunaan gawai karena perangkat ini bukan hanya sarana informasi, tetapi juga menjadi sumber hiburan yang signifikan. Keberadaan internet semakin memudahkan para pengguna gawai dalam mengakses informasi dan hiburan. Fitur hiburan, seperti berbagai jenis permainan yang dapat diunduh dengan mudah melalui internet, turut menyumbang dalam popularitas gawai sebagai pilihan hiburan yang menarik.

Remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana seorang remaja tidak merasa bahwa

dirinya berada di bawah orang yang lebih tua melainkan merasa sama atau sejajar (Ali & Astori, 2016). Menurut Piaget, secara psikologi masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan dalam tingkatan yang sejajar (Metanfanuan, 2022). Pada usia inilah penggunaan gawai akan sangat berdampak bagi perilaku dan psikologi remaja.

Manfaat yang diperoleh dari penggunaan gawai cukup signifikan, terutama bagi pola pikir remaja. Salah satu dampak positifnya adalah kemampuan untuk membantu dalam mengerjakan tugas sekolah, mengakses materi-materi pendidikan, dan meningkatkan fungsi otak asalkan dalam pengawasan yang tepat. Aplikasi-aplikasi yang dapat diakses melalui gawai juga berperan dalam merangsang imajinasi remaja. Keberagaman potensi dan keunggulan yang dimiliki oleh gawai berpotensi menjadi alternatif yang berharga untuk meningkatkan efektivitas proses belajar mereka. Dampak positif lainnya adalah munculnya perkembangan imajinasi pada remaja dan pelatihan otak yang dapat meningkatkan kapabilitas intelektual mereka dalam mengatasi berbagai tantangan (Zahro, 2022).

Meskipun terdapat banyak dampak positif dari penggunaan gawai, namun juga tidak bisa diabaikan dampak negatifnya. Radiasi dari gawai dapat memiliki potensi merusak jaringan syaraf otak anak jika penggunaannya sering berlebihan. Selain itu, penggunaan gawai juga dapat mengganggu perkembangan anak, aspek psikologis mereka, serta prestasi di sekolah. Remaja yang terlalu sering menggunakan gawai cenderung menjadi lebih terpaku pada dunia virtual mereka

dan kurang peduli terhadap interaksi dengan teman-teman atau orang lain di sekitarnya. Sikap ini berdampak pada perilaku individualis yang dapat mempengaruhi hubungan sosial mereka (Fitriana dkk., 2021).

Penting untuk diakui bahwa kecenderungan individualisme ini dapat membuat anak-anak lupa untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Penggunaan gawai yang berlebihan juga dapat memicu perilaku pemalasan, terutama jika anak-anak terlalu fokus pada permainan online dan mengabaikan tanggung jawab belajar mereka. Ketika anak-anak terlalu terpaku pada dunia virtual, mereka dapat mengabaikan kebutuhan dasar seperti belajar dan berinteraksi secara sosial. Anak-anak bisa merasa terpicat oleh gawai mereka dan bahkan lebih memilih untuk bermain daripada mendengarkan perintah orang tua. Kecanduan gawai ini mungkin terjadi karena anak-anak merasa bahwa gawai dapat menghilangkan rasa bosan dengan fitur-fitur menarik yang ditawarkan, sehingga dampaknya dapat memengaruhi perilaku sosial mereka.

Penting untuk mengenali dan memahami potensi dampak negatif dari penggunaan gawai, terutama pada anak-anak dan remaja, serta mengambil langkah-langkah untuk mengelola penggunaan gawai secara seimbang agar dampak negatif ini dapat diminimalkan.

Perilaku sosial merupakan salah satu aspek yang perlu ditanamkan pada dalam diri remaja. Hurlock menyatakan bahwa perilaku sosial adalah aktifitas fisik dan psikis seseorang terhadap orang lain, atau sebaliknya dalam rangka memenuhi diri atau orang lain yang sesuai dengan tuntutan sosial (Saniyyah, 2021). Sejalan dengan pernyataan bahwa perilaku sosial

seseorang merupakan sifat relatif seseorang untuk menanggapi orang lain dengan cara-cara yang berbeda (Nasrinda, 2016). Misalnya dalam kerja sama ada orang yang melakukan dengan tekun, sabar dan selalu mementingkan kepentingan bersama dari pada kepentingan pribadinya. Perilaku sosial memusatkan pada hubungan antara individu dan lingkungannya yang terdiri dari bermacam-macam objek sosial atau non sosial. Apabila dalam penggunaan gawai yang terlalu lama, tidak menutup kemungkinan akan membentuk perilaku sosial baru bagi remaja yaitu acuh tak acuh terhadap lingkungan sosialnya, baik interaksi kepada orang tua, teman, maupun lingkungan sekitar. Perilaku yang dimaksud seperti sopan santun dalam bertindak maupun dalam berbicara. Ketika seorang remaja memiliki ketertarikan berlebih terhadap gawai, maka pembentukan perilaku mereka didapat dari apa saja yang mereka lihat dan pelajari dari penggunaan gawai. Selain dampak negatif terhadap perilaku sosial, gawai juga dapat memberikan dampak negatif terhadap psikologi remaja. Dampak terhadap psikologi anak dari penggunaan gawai yang berlebihan akan membuat remaja lebih emosional, pemberontak karena merasa terganggu saat sedang asik bermain *game*, malas mengerjakan rutinitas sehari-hari, dan tidak mau menyapa orang yang lebih tua. Hal ini pun terjadi di desa Tolok dimana saat peneliti melakukan observasi awal banyak dijumpai remaja yang menggunakan gawai karena orang tua sibuk bekerja serta harga gawai yang terjangkau di pasaran. Dalam penggunaannya, remaja membuka aplikasi *Youtube*, *TikTok*, *Facebook*, dan *Game Online*. Namun perilaku keseharian mereka sangat disayangkan, seperti tidak memberi salam saat bertemu orang yang lebih tua atau

bertamu di rumah orang, atau sekedar mengucapkan permisi ketika melewati orang lain.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di desa Tolok Kecamatan Tompaso Kabupaten Minahasa, peneliti menemukan seorang remaja yang kegiatan sehari-harinya selalu menggunakan gawai. Selain itu remaja tersebut kurang aktif di lingkungan sekitarnya, remaja tersebut lebih suka menyendiri sambil bermain gawai dibandingkan bermain dengan teman-teman sebaya dilingkungannya. Hal lain yang di temukan peneliti yaitu remaja tersebut sering membangkang dan tidak mau diatur oleh orang tuanya apalagi saat sedang menggunakan gawai. Cara remaja tersebut cukup kasar dalam berbicara, dimana hampir setiap kalimat terselip kata-kata kotor/makian kepada lawan bicaranya. Setelah diamati lebih lanjut, remaja tersebut mencontohi kata-kata teman bermain *game onlinenya* dan juga video-video yang menyajikan kata-kata kotor. Dari penggunaan yang seperti ini membuat remaja mencontohi hal-hal tersebut.

Hasil ini didukung oleh penelitian terdahulu dengan judul penggunaan gadget dengan perkembangan social dan emosional anak prasekolah di Kabupaten Lampung Selatan yang menyatakan bahwa gawai dapat menghambat perkembangan sosial pada anak serta dapat menimbulkan gangguan emosi negatif pada anak jika penggunaannya berlebihan (Imron, 2018). Selain itu penelitian dengan judul Pengaruh Penggunaan Gawai Terhadap Interaksi Sosial Pada Siswa Kelas X IPS SMA Kristen Satya Wacana Salatiga yang menyatakan bahwa gawai memungkinkan remaja menjadi kurang memiliki sosialisasi dan sikap sopan dengan lingkungan sekitarnya, mereka terlalu asyik menggunakan gawai tanpa peduli

dengan keadaan situasi sekitarnya (Bewu, 2019). Kemudian remaja yang menggunakan gawai secara berlebihan memberi dampak negatif bagi perilaku remaja, diantaranya ketidakstabilan emosional yang mengakibatkan remaja mudah marah, emosi, gelisah, dan bahkan mengurung diri. Kemudian penelitian dengan judul Pengaruh Penggunaan Gawai Terhadap Perkembangan Psikologi Anak Di Desa Kramat, yang menyatakan bahwa anak yang menggunakan gawai dengan durasi lebih dari 2 jam per hari berpengaruh pada perkembangan psikologi anak seperti mudah marah, suka membangkang, menurunkan tingkah laku dalam gawai serta berbicara sendiri pada gawai (Lailatuz, 2022).

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kualitatif. Metode kualitatif adalah metode (jalan) penelitian yang sistematis yang digunakan untuk mengkaji atau meneliti suatu objek pada latar alamiah tanpa ada manipulasi di dalamnya dan tanpa ada pengujian hipotesis, dengan metode-metode yang alamiah ketika hasil penelitian yang diharapkan bukanlah generalisasi berdasarkan ukuran-ukuran kuantitas, namun makna (segi kualitas) dari fenomena yang diamati (Prastowo, 2016). Penelitian kualitatif adalah penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang ilmiah dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci (Sugiyono, 2017). Jenis penelitian studi kasus deskriptif kualitatif yang digunakan pada penelitian ini dimaksudkan untuk memperoleh informasi yang menyeluruh mengenai dampak perilaku dan emosi negatif remaja pengguna

Gawai di Desa Tolok Kecamatan Tompaso Kabupaten Minahasa.

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 28 Maret 2023 dan 31 Maret 2023 di rumah subjek yang berada di Desa Tolok, Kecamatan Tompaso Kabupaten Minahasa. Subjek dalam penelitian ini adalah seorang remaja di Desa Tolok Kecamatan Tompaso Kabupaten Minahasa yang bernama "Jeniver".

Adapun teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Data yang muncul berupa kata-kata dan bukan merupakan rangkaian angka. Analisis data kualitatif terdiri dari tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan (Sugiyono, 2017), yaitu reduksi data, penyajian data dan verifikasi/ penarikan kesimpulan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Tolok, salah satu desa yang berada di Kecamatan Tompaso, Kabupaten Minahasa Provinsi Sulawesi Utara. Pada saat melakukan obserasi di Desa tolok, Kecamatan Tompaso, Kabupaten Minahasa Provinsi Sulawesi Utara, peneliti menemukan salah satu remaja yang dalam kegiatan setiap harinya tidak pernah lepas dari gawai. Hal ini membuat peneliti menjadi tertarik dalam mengamati remaja tersebut. Pada penelitian ini yang dilaksanakan di Desa Tolok bertujuan untuk mengetahui dampak prilaku dan emosi negatif remaja pengguna Gawai.

### **Dampak Perilaku Remaja Pengguna Gawai Di Desa Tolok Kecamatan Tompaso Kabupaten Minahasa**

Di era sekarang ini gawai semakin merajalela, dari bentuknya yang semakin tipis dan aplikasi didalamnya yang semakin beragam sehingga menjadi daya tarik yang kuat untuk

orang-orang untuk memilikinya, bukan hanya orang tua namun juga bagi remaja memiliki serta menggunakan gawai sangat banyak dampak yang akan ditimbulkan, mengingat remaja masih dalam fase pertumbuhan dan perkembangan yang dapat menjadi penentu dikemudian hari. dampak yang dapat ditimbulkan dari penggunaan gawai bukan hanya positif namun juga negatif.

Untuk mengetahui lebih lanjut tentang perubahan perilaku pada anak yang disebabkan oleh dampak gawai, maka peneliti mengajukan pertanyaan kepada informan yaitu subjek dan orang tua subjek.

Dari hasil wawancara bahwa orang tua subjek membelikan gadget sebagai hadiah kelulusan pada saat dia menyelesaikan studi di sekolah dasar. Selain itu karena faktor orang tua yang sudah bercerai dan subjek yang tinggal Bersama ibunya, agar mempermudah ayah JM menghubunginya, jadi ayah JM membelikan Handphone untuk JM agar mempermudah komunikasinya dengan anaknya. Kemudian pada *smartphone* JM terdapat aplikasi seperti facebook, whats app, tiktok, youtube, dan game. Dari semua aplikasi yang ada, JM lebih sering membuka atau bermain game. Dalam kegiatan JM setelah pulang sekolah yaitu bermain *smartphone*. JM menghabiskan waktunya bermain *smartphone* setiap hari kurang lebih 10 sampai 12 jam. Berdasarkan hal tersebut diketahui JM perilakunya telah berubah, hal ini juga diungkapkan oleh JM. Setelah subjek memiliki *smartphone*, perilaku subjek jauh berubah. Subjek menjadi anak yang kurang peka pada orang disekitarnya, tidak menghormati orang tua dan tidak sopan.

**Dampak emosi negatif remaja pengguna Gawai di Desa Tolok**

### **Kecamatan Tompaso Kabupaten Minahasa**

Selain berdampak pada perilaku remaja, gawai juga berpengaruh pada emosi remaja khususnya pada emosi negatif yang ditimbulkan setelah penggunaan gawai yang terlalu berlebihan. Dari hasil wawancara bahwa subjek selalu marah jika orang tua nya meminta bantuan seperti ke warung atau mengambilkan sesuatu jika subjek sedang bermain. Ketika orang tua nya menegur atau menasihati subjek agar rehat sejenak, subjek langsung mengamuk dan mengucapkan kata-kata kasar.

Hal ini membuat peneliti bertanya kembali kepada subjek dan informan mengenai kata-kata kasar yang diucapkan subjek. Dari hasil wawancara bahwa jika marah, subjek mengucapkan kata-kata kasar atau kata-kata yang tidak sopan kepada orang tua, hal ini dibenarkan oleh kedua orang tua siswa yang selalu mencoba menasihati subjek untuk tidak selalu bermain gawai atau *smartphone* yang membuat subjek marah dan melontarkan kata-kata kasar seperti, anjing, Babi, Pendo, Cuki.

Hasil wawancara dari informan bahwa subjek mempelajari kata-kata kasar tersebut dari lingkungan sekitar contohnya sekolah dan lingkungan rumah, selain kata-kata kasar tersebut dia dapatkan dari hasil menonton video-video melalui gawai yang ada di aplikasi contohnya tiktok, youtube, facebook serta dari game yang dia mainkan. Kemudian selain dari gawai, ternyata kata-kata kasar yang dia ucapkan juga berasal dari mendengarkan pada saat kedua orang tuanya berkelahi.

### **Pembahasan**

Hasil observasi dan wawancara mengindikasikan bahwa subjek telah

terjebak dalam kebiasaan menggunakan gawai, khususnya *smartphone*, setiap hari dengan intensitas yang sangat tinggi, melebihi 8 hingga 12 jam per hari. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang mengungkapkan bahwa intensitas penggunaan gadget dianggap tinggi ketika melebihi 120 menit per hari. Berdasarkan temuan ini, peneliti menyimpulkan bahwa subjek mengalami kecanduan terhadap penggunaan gawai.

Selain itu, dampak dari penggunaan gawai yang berlebihan juga terlihat pada pola tidur subjek. Subjek cenderung tidur larut malam akibat terlalu asyik dengan gawai, dan ini mengakibatkan kesulitan untuk bangun pagi. Masalah tidur ini berdampak pada keterlambatan subjek dalam pergi ke sekolah dan juga mengganggu konsentrasi belajar subjek di sekolah karena kelelahan dan kantuk selama jam pelajaran.

Kondisi ini mencerminkan bahwa kebiasaan menggunakan gawai yang berlebihan dapat memiliki dampak negatif yang signifikan pada berbagai aspek kehidupan subjek, termasuk pola tidur, kedisiplinan sekolah, dan performa akademis. Oleh karena itu, penting untuk mengatasi kecanduan gawai ini dengan langkah-langkah yang tepat, seperti mengatur waktu penggunaan gawai, membatasi intensitas penggunaan, serta memberikan pemahaman mengenai dampak negatif yang mungkin timbul akibat kebiasaan tersebut.

Temuan ini serupa dengan hasil penelitian yang mengindikasikan bahwa salah satu konsekuensi negatif dari penggunaan internet adalah ketergantungan remaja pada akses online untuk memenuhi kepuasan, yang berujung pada penggunaan waktu berlarut-larut dan bahkan menciptakan kecanduan (Fauziawati, 2015). Seseorang yang terjat dalam

kecanduan cenderung menggunakan internet dalam jangka waktu yang panjang dan tanpa henti. Karakteristik remaja yang penuh rasa ingin tahu serta mudah terpengaruh membuat mereka cenderung tertarik untuk mencoba hal-hal baru, terutama dalam konteks penggunaan gawai (*smartphone*).

Rasa ingin tahu yang kuat dan hasrat untuk mencoba hal-hal baru pada remaja sering kali tercermin dalam penggunaan gawai mereka, terutama dalam hal eksplorasi internet. Namun, penting bagi orang tua untuk menjaga pengawasan yang efektif untuk meminimalkan dampak negatif pada remaja. Fitur-fitur pada gadget, seperti akses ke internet, dapat menjadi sumber potensial dari dampak negatif pada remaja. Konten-konten tanpa penyaringan yang ada di internet dapat memiliki implikasi yang merugikan bagi remaja dan bahkan dapat memicu perubahan perilaku yang menuju perilaku kenakalan remaja.

Setelah peneliti mengetahui bahwa subjek menggunakan gadget dengan berlebihan, peneliti melanjutkan dengan mencari tahu dampak perilaku dan emosi seperti apa yang terdapat pada subjek setelah menggunakan gadget secara berlebihan. Adapun dampak yang ditimbulkan dari penggunaan gadget terhadap perilaku dan emosi negatif remaja adalah sebagai berikut:

### **Dampak Perilaku Remaja Pengguna Gadget Di Desa Tolok Kecamatan Tompaso Kabupaten Minahasa**

Perilaku merupakan seperangkat perbuatan atau tindakan seseorang dalam melakukan respon terhadap sesuatu dan kemudian dijadikan kebiasaan karena adanya nilai yang diyakini. Perilaku manusia pada hakekatnya adalah tindakan atau aktivitas dari manusia baik yang diamati maupun tidak dapat diamati oleh

interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap, dan tindakan (Triwobowo, 2015). Perilaku seseorang dapat berubah-ubah melalui lingkungan sekitarnya atau dampak dari suatu benda (Notoatmodjo, 2010).

Hal ini serupa dengan hasil penelitian yang dilaksanakan di desa Tolok Kecamatan Tompaso Kabupaten Minahasa, peneliti mendapatkan seorang remaja yang perilakunya berubah setelah menggunakan gadget dengan berlebihan. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh orangtua remaja tersebut, perilaku yang berubah dari remaja yaitu perilaku social. Subjek cenderung kurang aktif dalam bersosialisasi maupun kurang aktif secara fisik. Hal ini dibenarkan oleh orang tua subjek yang mengungkapkan bahwa setelah subjek mempunyai gadget, subjek lebih suka menyendiri dan enggan bersosialisasi ataupun bermain dengan teman-teman dilingkungkannya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa dampak negatif dari gadget antara lain menyebabkan pengguna mengalami keterampilan bersosialisasi dan menghambat kemampuan bahasa anak (Marpaung, 2018). Anak yang terbiasa dengan gadget, cenderung suka diam diri, suka menirukan bahasa yang didengar, menutup diri, dan sulit melakukan komunikasi dengan teman atau lingkungannya.

Perilaku lainnya yang dipengaruhi oleh penggunaan gadget ialah perilaku terhadap orang tua. Hasil wawancara dengan orang tua subjek bahwa perilaku subjek cenderung menjadi malas dan kasar, contohnya saat subjek yang sedang bermain gadget kemudian diperintahkan oleh ibunya untuk membeli sesuatu atau mengerjakan sesuatu, mereka banyak yang mengatakan “sebentar lagi, nanti saja,

dan tunggu dulu”. Ketika game-nya selesai baru mereka melaksanakan perintah orang tua namun terkadang jika subjek kalah dalam bermain game terkadang subjek mengatakan kata kasar atau memukuli benda yang ada disekitarnya sehingga membuat kesenjangan antara anak dan orang tua. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Hidayat dalam penelitiannya yang mengatakan bahwa salah satu dampak negatif dari gadget ialah dapat membuat anak lebih mementingkan gadget daripada perintah orang tua. Ketika orang tua memerintahkan untuk melakukan sesuatu, namun anak tidak memperdulikannya dan tetap melanjutkan permainannya.

### **Dampak emosi negatif remaja pengguna Gadget di Desa Tolok Kecamatan Tompaso Kabupaten Minahasa**

Emosi merupakan konsep yang sangat kompleks sehingga sulit untuk merumuskannya dalam satu definisi yang berlaku secara universal. Berdasarkan teori James-Lange, emosi dirasakan sebagai respons terhadap perubahan fisik dalam tubuh. Sementara itu, pandangan yang diungkapkan oleh Franken menyatakan bahwa emosi adalah hasil dari interaksi antara faktor subjektif (proses kognitif), faktor lingkungan (pengalaman belajar), dan faktor biologis (proses hormonal) (Baihaqi, 2007). Dengan kata lain, emosi muncul saat individu berinteraksi dengan lingkungannya dan merupakan hasil dari upaya untuk beradaptasi dengan situasi yang dihadapi.

Berdasarkan hasil penelitian yang ditemukan peneliti di Desa Tolok Kecamatan Tompaso Kabupaten Minahasa terjadi perubahan emosi terhadap remaja yang menggunakan gadget secara berlebihan. Hal ini diungkapkan oleh orang tua remaja bahwa



subjek yang sebelumnya selalu baik dan selalu menuruti kata orang tua menjadi remaja yang pemarah serta lebih sering menyendiri dari pada berkumpul dengan keluarga atau teman-teman yang ada di sekitar lingkungannya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang mengungkapkan bahwa remaja yang kecanduan gadget dapat berpengaruh pada perilaku lebih mudah marah, gelisah, dan mengurung diri (Fitriana dkk, 2021).

### KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dampak gawai terhadap perilaku dan perubahan emosi pada remaja tersebut yaitu: 1) Dampak yang ditimbulkan pada perilaku seperti menjadi pribadi yang tertutup, remaja lebih sering bermain gawai sendirian dibandingkan bermain dengan teman sebayanya di lingkungan tempat tinggalnya. Selain itu interaksi secara langsung dengan orang lain menjadi kurang karena remaja lebih memilih berinteraksi menggunakan gawai. Remaja juga tidak fokus pada saat berbicara dengan lawan bicara, pada saat peneliti melakukan wawancara, remaja lebih memilih melihat gawainya dari menatap peneliti. Kemudian remaja juga sering menunda-nunda perintah yang diberikan orang tua dan waktu istirahat remaja berkurang dikarenakan selalu bermain gawai hingga sampai tengah malam; 2) Perubahan emosi yang terjadi pada remaja pengguna gawai yaitu emosi negatif, seperti suka marah jika diganggu hingga sampai mengucapkan kata-kata kasar dan memberontak kepada orang tuanya, selain itu remaja merasa gelisah jika berada dikerumunan dan lebih memilih menyendiri sambil bermain gawai, serta remaja juga merasa takut jika gawainya diambil orang tua dikarenakan perilaku

remaja yang jauh berubah dibandingkan sebelum mempunyai gawai.

### DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Astori, M. (2016). Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ariston, Y., & Frahasini, F. (2018). Dampak Penggunaan Gadget Bagi Perkembangan Sosial Anak Sekolah Dasar. *Journal of Educational Review and Research*, 1(2), 86-91.
- Baihaqi, M. I. F. (2007). Psikiatri Konsep Dasar dan Gangguan-Gangguan. Bandung: PT Refika Aditama.
- Bewu, Yuliana. (2020). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Pada Siswa Kelas X IPS SMA Kristen Satya Wacana Salatiga. *Jurnal Psikologi Konseling*, 15 (2), 2020.
- Fauziawati, W. (2015). Upaya mereduksi kebiasaan bermain game online melalui teknik diskusi kelompok. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 115-123.
- Fitriana, F., Ahmad, A., & Fitria, F. (2021). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Remaja Dalam Keluarga. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 5(2), 182-194.
- Imron, R. (2018). Hubungan penggunaan gadget dengan perkembangan sosial dan emosional anak prasekolah di Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 148-154.
- Lailatuz, Zahroh. (2022). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Psikologi Anak

- di Desa Kramat. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4 (2), 2022.
- Marpaung, J. (2018). Pengaruh penggunaan gadget dalam kehidupan. *KOPASTA: Journal of the Counseling Guidance Study Program*, 5(2).
- Metanfanuan, Tia. (2022). Sosialisasi Dampak Gadget Pada Psikologi Anak-anak. *Journal of Dedication to Papua Community*, 5 (1), 15-21, 2022.
- Nasrima, S. (2016). Pembinaan Perilaku Sosial Remaja Penghuni Yayasan Islam Media Kasih Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Kewarganegaraan*. 1 (1), 195
- Notoatmodjo, S. (2010). Ilmu perilaku kesehatan. *Jakarta: rineka cipta*, 200, 26-35.
- Prastowo, Andi. (2016). *Memahami Metod-Metode Penelitian: Suatu Tinjauan Teoretis dan Praktis*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Refrenandes, Randy. (2022). Analisis Hubungan Kondisi Psikologis dengan Kecanduan Gadget pada Remaja Selama Masa Pandemi Covid-19 di Kota Padang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22 (1), 13-18-1321, 2022.
- Saniyyah, Latiftus. (2021). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Sosial Anak Di Desa Jekulo Kudus. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3 (4), 2132-2140, 2021.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.