

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut Rahmawati & Yusuf (2022), *Smartphone* adalah perangkat teknologi digital yang digunakan tidak hanya sebagai alat komunikasi, tetapi juga untuk bersosialisasi, memperoleh informasi, bermain game, dan mengakses media sosial, sehingga menjadi bagian dari gaya hidup remaja saat ini. Dampak negatif lainnya terlihat pada aspek akademik, di mana penggunaan *smartphone* secara berlebihan menyebabkan menurunnya konsentrasi dan prestasi belajar (Nugroho, 2021). Dari sisi kesehatan fisik, Lestari dan Pranata (2023) menambahkan bahwa penggunaan *smartphone* dalam waktu lama dapat menyebabkan gangguan mata, postur tubuh yang buruk, hingga kurangnya aktivitas fisik. Berbagai dampak tersebut menunjukkan perlunya perhatian terhadap penggunaan *smartphone* yang tidak terkontrol, terutama pada remaja yang masih berada dalam tahap perkembangan emosional dan sosial.

Kecanduan *smartphone* adalah kondisi di mana seseorang mengalami ketergantungan berlebihan terhadap penggunaan *smartphone* yang ditandai dengan kesulitan mengontrol waktu penggunaan, merasa cemas atau gelisah saat tidak menggunakannya, serta mengabaikan aktivitas penting lainnya. Kecanduan *smartphone* disebabkan oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, baik dari aspek psikologis, sosial, teknologi, maupun kepribadian. Dari sisi psikologis, stres, kecemasan, dan perasaan kesepian mendorong remaja menggunakan *smartphone* sebagai bentuk pelarian dari tekanan emosional (Liu et al., 2020; Elhai et al., 2020). Secara sosial, tekanan dari teman sebaya dan kurangnya pengawasan orang tua memperkuat pola penggunaan *smartphone* yang berlebihan (Li et al., 2021; Ching et al., 2021). Sementara itu, dari aspek teknologi, fitur-fitur aplikasi yang dirancang untuk memicu ketertarikan berulang—seperti notifikasi, algoritma personalisasi, dan kemudahan akses—berperan besar dalam menumbuhkan kecanduan digital (Montag et al., 2021). Di samping itu, faktor kepribadian seperti impulsivitas,

rendahnya kontrol diri, dan rasa takut tertinggal informasi (fear of missing out/FoMO) turut meningkatkan risiko kecanduan pada remaja (Kim & Lee, 2020; Andreassen et al., 2016). Berbagai faktor ini saling mendukung terjadinya penggunaan smartphone yang tidak terkontrol dan berdampak negatif terhadap kesejahteraan remaja. .

Indonesia menjadi negara kecanduan Smartphone 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 Smartphone. (Putri et al., 2024). Menurut data yang dirilis oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia untuk periode tahun 2022–2023, jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 215,63 juta orang. Terjadi peningkatan sebesar 1,17% dari jumlah sebelumnya yang mencapai 210,03 juta orang (APJII, 2023). Secara regional, Jawa Barat menempati peringkat Pertama mencapai 35,1 juta. Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Cirebon (2024) Remaja Umur 10-14 tahun 206,04 ribu jiwa (8,4%) (KOMINFO,2018). Kecerdasan emosional (EI) adalah kemampuan untuk mengerti emosi diri sendiri dan orang lain. Beberapa keuntungan dari EI yang tinggi antara lain: Mengurangi stres dan kelelahan, Meningkatkan kepuasan kerja, Membangun empati dan keterampilan sosial yang baik, serta berdampak positif terhadap lingkungan sosial Yunalia dan Etika, (2020). Remaja menjadi susah mengontrol emosinya karena tidak bisa dipisahkan oleh gadget hingga mengabaikan sekelilingnya seperti saat orang tua meminta tolong remaja sering mengatakan nanti, remaja menjadi kurang berempati, atau kurang peka terhadap sekelilingnya (Ulfa Suryani & Yazia, 2023).

Data dari *Centers For Disease Control* (2019), menunjukkan bahwa di *United States* tahun 2016-2019 yaitu 32,5% atau sekitar 20.000.000 anak mengalami masalah emosional. Indonesia pada tahun 2013-2018 memiliki prevalensi gangguan mental emosional pada umur 15 tahun keatas sebesar 9,8% dengan Provinsi Aceh sekitar 9,6% dan termasuk dalam kategori yang tinggi Riskesdas, (2018). Berdasarkan data tersebut. Kegagalan remaja dalam mengontrol emosi yang labil dapat mengakibatkan munculnya masalah mental emosional.

Remaja yang cerdas secara emosional dapat lebih percaya diri dan tenang saat menghadapi tantangan dalam kehidupan. Sangat penting mengetahui kecerdasan emosional remaja.

Mereka berada dalam fase perubahan fisik dan psikologis. Di satu sisi, remaja masih bergantung pada orang tua dengan mengacu pada kehidupan dan identitas mereka, namun di sisi lain, remaja berusaha untuk mandiri dari orang tua, untuk membangun identitas dan untuk menciptakan ruang untuk jati diri mereka sendiri. Selama fase transisi ini, gadget, menjadi sangat diperlukan bagi remaja, bahkan dalam segala situasi gawai menjadi sebuah alat untuk segala aktifitas. Saat ini terdapat 1,2 miliar anak muda berusia antara 15 dan 24 tahun, yang mewakili 16 persen populasi dunia. Pada tahun 2030, jumlah generasi muda diperkirakan meningkat sebesar 7 persen menjadi hampir 1,3 miliar PBB (2023). Menurut Badan Pusat Statistik (BPS), Indonesia memiliki jumlah penduduk 275.773,8 juta jiwa pada Desember 2023, dengan prevalensi 16,04 persen terjadi pada remaja usia 10-19 tahun.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di MTs Al Munthohir Di Putat Kabupaten Cirebon pada tanggal 24 Desember 2024, Berdasarkan wawancara data yang di dapatkan yaitu kepada 10 remaja di Mts Al Munthohir dengan memberikan 5 butir pertanyaan dari Kuesioner *Smartphone Addiction Scale Short Version (Sas-Sv)* diperoleh hasil sebanyak 3 remaja (30%) merasakan nyeri pada pergelangan tangan atau leher bagian belakang saat menggunakan *smartphone*, sebanyak 3 remaja (30%) merasa tidak sabaran dan gelisah saat tidak memegang *smartphone*, sebanyak 8 remaja (80%) merasa sulit berkonsentrasi saat di kelas, mengerjakan tugas, atau bekerja disebabkan oleh penggunaan *smartphone*, sebanyak 3 remaja (30%) selalu menggunakan *smartphone* lebih lama dari waktu yang saya rencanakan, sebanyak 7 remaja (70%) tidak sanggup apabila saya diharuskan untuk tidak memiliki *smartphone* Sejumlah 10 responden mengatakan bahwa mereka lebih banyak menghabiskan waktunya untuk menggunakan *smartphone* dibandingkan berinteraksi dengan orang lain. Dan Pertanyaan Tentang Kecerdasan Emosional mengambil sebagian yaitu 5 butir pertanyaan dari Kuesioner *Trait Emotional Intelligence Questionnaire–Short Form (TEIQue–SF)* diperoleh

hasil sebanyak 4 remaja mengalami kesulitan untuk mengatur emosi, sebanyak 3 remaja (30%) cenderung sering berubah pikiran, sebanyak 8 remaja (80%) kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan, sebanyak 3 remaja (30%) dapat menemukan cara mengontrol emosi, sebanyak 7 remaja (70%) dapat menyadari emosi yang sedang dirasakan.

Hasil pengamatan awal di MTs Al Munthohir Putat, Kabupaten Cirebon, menunjukkan bahwa sejumlah remaja mengalami kecanduan dalam penggunaan *smartphone*. Mereka cenderung merasa gelisah dan tidak nyaman ketika tidak menggunakan *smartphone*. Remaja sering membawa *smartphone* ke mana pun mereka pergi dan merasa kesulitan untuk melepaskannya, bahkan saat makan atau menjelang tidur. Kecanduan ini menyebabkan, Perubahan perilaku seperti menjadi mudah tersinggung, mudah marah, sulit berkonsentrasi, serta berkurangnya interaksi sosial dengan teman sebaya karena lebih banyak menghabiskan waktu dengan *smartphone*. *smartphone* digunakan sebagai sarana hiburan, komunikasi, dan pembelajaran. Kecanduan *smartphone* secara signifikan mengganggu perkembangan kecerdasan emosional remaja, terutama dalam hal pengelolaan emosi, kesadaran diri, kemampuan menjalin hubungan sosial, manajemen waktu, serta pemeliharaan kesehatan fisik dan mental. Oleh karena itu, dibutuhkan intervensi dan dukungan yang tepat untuk membantu remaja mengatasi kecanduan ini dan mengembangkan kecerdasan emosional yang sehat.

Menurut Dossey & Keegan (2021), disebutkan bahwa perawat memiliki peran dalam promosi kesehatan jiwa, termasuk membantu remaja mengembangkan kecerdasan emosional dan mencegah pengaruh negatif dari lingkungan digital. ketergantungan digital atau kecanduan gadget dapat menyebabkan gangguan dalam pengaturan emosi, seperti, Sulit mengendalikan marah, Kurang empati, Sulit fokus saat berinteraksi sosial. (Kuss & Griffiths 2017).

Berdasarkan fenomena diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Kecanduan *smartphone* Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja Di Mts Al Munthohir Putat Kabupaten Cirebon.

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini yaitu: “Bagaimana Hubungan Kecanduan *smartphone* dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja di MTs Al Munthohir Putat Kabupaten Cirebon”?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk menganalisis Hubungan Kecanduan *smartphone* dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja di MTs Al Munthohir Putat Kabupaten Cirebon.

1.3.2 Tujuan Khusus

- A. Untuk Mengidentifikasi Angka Kejadian Kecanduan *smartphone* Pada Remaja di Mts Al Munthohir Putat Kabupaten Cirebon
- B. Untuk Mengidentifikasi Kecerdasan Emosional Pada Remaja di Mts Al Munthohir Putat Kabupaten Cirebon
- C. Untuk Menganalisis Hubungan Kecanduan *smartphone* Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja Di Mts Al Munthohir Putat Kabupaten Cirebon

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- A. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai sumber informasi dan bacaan untuk para mahasiswa di Perpustakaan

- B. Bagi Peneliti

Sebagai acuan dan pengembangan bagi penelitian

selanjutnya serta dapat dijadikan pedoman dalam pelaksanaan intervensi keperawatan Anak dan juga dapat dikembangkan lebih lanjut terkait kecanduan *smartphone* dengan Kecerdasan Emosional pada remaja.

1.4.2 Manfaat Praktis

A. Bagi Remaja

Dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang Membantu remaja memahami dampak dari kecanduan *smartphone* terhadap perkembangan kecerdasan emosional mereka, sehingga dapat lebih bijaksana dalam menggunakan teknologi.

B. Bagi MTs Al Munthohir

Dapat dijadikan sebagai evaluasi untuk lebih memberikan edukasi dan pengetahuan kepada remaja pentingnya pengelolaan kecanduan *smartphone* pada siswa agar tidak mengganggu perkembangan emosional dan akademik mereka.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh Kim dan Jung (2020) berjudul "*Emotional intelligence and smartphone addiction among university students: Mediating effects of self-esteem*" bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa, serta melihat peran mediasi harga diri (*self-esteem*) dalam hubungan tersebut. Penelitian ini melibatkan 365 mahasiswa di Korea Selatan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dan metode *random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *Smartphone Addiction Scale–Short Version (SAS-SV)* dan *Wong and Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS)*. Analisis data dilakukan menggunakan *Structural Equation Modeling (SEM)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional

berpengaruh negatif terhadap kecanduan *smartphone* dan *self-esteem* berperan sebagai mediator yang signifikan. Meskipun subjek penelitiannya adalah mahasiswa, temuan ini relevan karena menunjukkan bahwa rendahnya kecerdasan emosional meningkatkan risiko kecanduan *smartphone*. persamaan pada penelitian dengan penelitian ini yaitu variabel independent, dan dependen, menggunakan pendekatan kuantitatif ,Instrumen. Sedangkan perbedaan dengan penelitian ini adalah Responden, waktu, tempat, desain penelitian, dan teknik pengambilan sampel.

2. Penelitian oleh Purnamasari dan Wahyuni (2022) berjudul "*Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kecanduan Smartphone pada Remaja*" bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat kecanduan *smartphone* pada remaja. Penelitian ini dilakukan pada 120 siswa SMA di Yogyakarta dengan pendekatan kuantitatif korelasional dan metode *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *Smartphone Addiction Scale–Short Version (SAS-SV)* dan *Trait Emotional Intelligence Questionnaire–Short Form (TEIQue–SF)*. Analisis data menggunakan uji *Spearman Rank* dan menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan kecanduan *smartphone*. persamaan pada penelitian dengan penelitian ini yaitu, responden,instrumen, desain penelitian, analisis data, pendekatan pendekatan kuantitatif ,Instrumen. Sedangkan perbedaan dengan penelitian ini adalah variabel independent, dan dependen , waktu, tempat, , dan teknik pengambilan sampel.
3. Kartika dan Ramadhan (2024) dalam penelitiannya yang berjudul "*Emotional Intelligence as a Predictor of Smartphone Addiction among Adolescents*" bertujuan untuk mengetahui

apakah kecerdasan emosional dapat menjadi prediktor kecanduan *smartphone* pada remaja. Penelitian ini melibatkan 150 siswa SMP dan SMA dengan metode *cluster random sampling* dan menggunakan desain kuantitatif analitik. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Smartphone Addiction Scale–Short Version (SAS-SV)* dan *Trait Emotional Intelligence Questionnaire–Short Form (TEIQue–SF)*. Data dianalisis menggunakan uji *regresi linier sederhana* dan hasilnya menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap kecanduan *smartphone*. Persamaannya adalah responden, Variabel, instrument, pendekatan kuantitatif. Sedangkan perbedaan dengan penelitian ini adalah, analisis data, waktu, tempat, desain penelitian, dan teknik pengambilan sampel.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Febriani dan Pratama (2023) berjudul "*Kecanduan Smartphone dan Kaitannya dengan Regulasi Emosi pada Remaja*" bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat kecanduan *smartphone* dengan kemampuan regulasi emosi pada remaja. Penelitian ini melibatkan 135 siswa SMA di Jakarta dengan pendekatan kuantitatif korelasional dan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan meliputi *Smartphone Addiction Scale–Short Version (SAS-SV)* untuk mengukur tingkat kecanduan, dan *Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)* untuk mengukur kemampuan regulasi emosi. Analisis data menggunakan uji *Spearman Rank* dan menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan, di mana semakin tinggi kecanduan *smartphone* maka semakin rendah kemampuan regulasi emosi. Meskipun tidak secara langsung menggunakan instrumen kecerdasan emosional, penelitian ini tetap relevan karena regulasi emosi merupakan bagian integral dari

kecerdasan emosional. Persamaan dari peneliti dengan penelitian ini adalah responden, variabel independen, Jenis Penelitian menggunakan jenis penelitian deskriptif analitik, analisis data, Sedangkan Perbedaannya adalah variabel dependen, waktu, tempat, instrument, dan teknik pengambilan sampel.