

## Analisis Ketergantungan Gadget Di Tengah Pandemi Covid-19 Pada Siswa Kelas VIII SMP 19 Kota Tegal

Nesa Dwi Gita Safila <sup>a,1,\*</sup>, Muhammad Arif Budiman Sucipto <sup>b,2</sup>, Hanung Sudibyo <sup>b,3</sup>

<sup>a</sup> Universitas Pancasakti Tegal, Jl. Halmahera KM. 01, Mintaragen, Tegal Timur, Kota Tegal, Jawa Tengah 52121, Indonesia

<sup>b</sup> Universitas Pancasakti Tegal, Jl. Halmahera KM. 01, Mintaragen, Tegal Timur, Kota Tegal, Jawa Tengah 52121, Indonesia

<sup>c</sup> Universitas Pancasakti Tegal, Jl. Halmahera KM. 01, Mintaragen, Tegal Timur, Kota Tegal, Jawa Tengah 52121, Indonesia

<sup>1</sup> [nesadwigita@gmail.com](mailto:nesadwigita@gmail.com); <sup>2</sup> [arifups88@gmail.com](mailto:arifups88@gmail.com); <sup>3</sup> [hanungupstegal@gmail.com](mailto:hanungupstegal@gmail.com)

\* Corresponding Author



Received 2022- 11- 20; accepted 2022- 12- 09; published 2022- 12- 30

### ABSTRAK

Sistem pembelajaran online gadget yang membosankan siswa dalam jangka panjang justru dapat disalahgunakan siswa dan berujung pada kecanduan gadget. Ketergantungan pada perangkat yang terus-menerus digunakan dapat mempersulit pengelolaan waktu dan interaksi dengan orang lain. Kecanduan gadget dapat merugikan apabila penggunaan secara berulang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor, pengaruh dan intensitas penggunaan gadget pada siswa. Dalam penelitian ini pengambilan informasi menggunakan metode kualitatif dengan teknik pengambilan data subjek secara acak. Hasil yang diperoleh dari kedua subjek mengalami ketergantungan gadget dengan durasi intensitas tinggi 120 menit /hari dan penggunaan 75 menit atau lebih. Misalnya penggunaan intensitas tinggi dapat menyebabkan efek samping sebagai berikut kesulitan fungsi dalam sehari-hari, pola tidur yang terganggu, bahkan kurang istirahat membuat tubuh lelah dan menurun kualitas aktivitas. Simpulan bahwa intensitas kecanduan gadget yang dialami oleh siswa kelas VIII SMP 19 Kota Tegal dari kedua subjek yang memiliki intensitas tinggi dengan durasi lebih dari 120 menit /hari atau lebih.

### ABSTRACT

*Gadget online learning systems that bore students in the long term can actually be misused by students and lead to gadget addiction. Dependence on a device that is constantly used can make it difficult to manage time and interact with others. Gadget addiction can be detrimental if used repeatedly. The purpose of this study was to determine the factors, influence and intensity of using gadgets on students. In this study, information retrieval used qualitative methods with random subject data retrieval techniques. The results obtained from the two subjects experienced gadget dependence with a high-intensity duration of 120 minutes / day and use of 75 minutes or more. For example, high-intensity use can cause side effects as follows: difficulty in daily functioning, disrupted sleep patterns, even lack of rest makes the body tired and decreases the quality of activities. the conclusion that the intensity of gadget addiction experienced by class VIII students of SMP 19 Tegal City from both subjects who have high intensity with a duration of more than 120 minutes / day.*

### KEYWORDS

Kecanduan Gadget,  
Masa Pandemic,

This is an open-  
access article under  
the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)  
license



## 1. Pendahuluan

Tahun 2019 tahun dimana kondisi belahan dunia sangat mengkhawatirkan, pada tahun tersebut dikenal sebagai virus corona, pertama kali muncul dan menyebar. Virus Corona atau Covid-19 yang masuk ke Indonesia pada Tahun 2020 telah memberikan dampak yang besar di berbagai bidang mulai dari ekonomi, pendidikan, hingga pemerintahan. Situasi ini membuat pemerintah mengambil beberapa langkah. Surat Edaran Kemendikbud Dikti No 1 Tahun 2020 mengeluarkan aturan penutupan sekolah zona merah membuat peraturan meliburkan sekolah zona merah menghimbau agar pembelajaran dilakukan pembelajaran jarak jauh atau daring. Pembelajaran dari yang dilakukan oleh siswa atau *study from home* belajar online (daring).

Dengan menerapkan sistem pembelajaran (belajar dari rumah) yang dilakukan oleh siswa dapat dengan mudah menerima materi yang disampaikan oleh guru (Handarini & Wulandari, 2020) sebagai alternatif jalur pembelajaran bagi siswa melalui pembelajaran virtual atau pembelajaran online. Pembelajaran daring adalah sistem belajar mengajar siswa dengan guru yang dilakukan dengan akses internet menggunakan media alat bantu gadget. Sistem pembelajaran daring ini memiliki keluasaan dan fleksibel pada tempat belajar dimanapun.

Pada saat siswa melakukan pembelajaran daring memerlukan media perangkat seperti HandPhone, Komputer, Laptop, atau media lainnya untuk bisa mengakses sistem pembelajaran secara daring. *Online learning students usually use learning applications such as Google Classroom, Zoom Meeting, WhapApp* (So,2016) pembelajaran yang dilakukan secara daring dapat menjadi alternatif dan efisien dilaksanakan melalui pembelajaran di rumah. Proses pembelajaran yang berkepanjangan selama pandemi Covid-19 secara daring menggunakan gadget dapat menyebabkan siswa mengalami kejenuhan pembelajaran yang seharusnya untuk aktivitas pembelajaran dengan gadget justru kebanyakan dari siswa menyalah gunakannya mengakibatkan kecanduan gadget.

Menurut Bintari (2020) siswa mengalami kecanduan gadget yang menggunakan secara terus-menerus dapat menyebabkan sulit membagi waktu dan interaksi dengan orang lain. Kecanduan gadget dapat merugikan dengan apabila penggunaan secara berulang. Siswa yang mengalami kecanduan gadget pasti kemanapun tidak akan jauh membawa gadget, dan lebih merasa nyaman bermain gadget daripada bersosialisasi dengan lingkungan (Iswidharmanjaya ,D & Agency, B :2014). Kecanduan gadget memberikan dampak negatif adalah aktivitas ketergantungan terhadap penggunaan gadget yang tidak terkendali.

Siswa yang mengalami kecanduan gadget hampir menghabiskan waktunya dengan gadget menyebabkan mengganggu aktivitas sehari-hari yang seharusnya siswa menggunakan gadget untuk pembelajaran daring tetapi justru digunakan untuk mengakses aplikasi lain diluar pembelajaran seperti media sosial, game, aplikasi hiburan, sehingga menimbulkan resiko yang dialami kecanduan gadget pada siswa. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi siswa menjadi kecanduan gadget dari faktor internal dan faktor eksternal. *On the internal factor caused by myself addicted to gadgets in students because of boredom in learning.*(Pratama et al., 2020) sedangkan faktor eksternal disebabkan oleh dari luar individu media gadget intensitas terus menerus secara dalam jangka waktu lama.

Maria & Novianti (2020) menyebutkan empat aspek-aspek siswa kecanduan gadget, empat aspek tersebut diantaranya: (1) kompulsif atau dorongan pada siswa gadget secara terus-menerus, (2) penarikan diri, suatu hal perasaan tidak nyaman jika tidak menggunakan gadget, (3) toleransi, sikap menerima keadaan dimana siswa akan berhenti menggunakan gadget jika sudah merasa puas, (4) hubungan interaksi dan kesehatan, kecanduan gadget cenderung menghiraukan lingkungan interaksi untuk mementingkan bermain gadget dan tidak menjaga kebersihan dan pola makan kesehatan.

Berdasarkan fenomena diatas dalam pembelajaran sejak pandemi Covid-19, intensitas penggunaan gadget semakin meningkat. Meningkatnya penggunaan gadget didasarkan pada penelitian yang didasarkan pada kebosanan proses pembelajaran.

## 2. Metode Penelitian

Survey ini menggunakan metode survai deskriptif kualitatif yaitu survai yang menggambarkan kondisi siswa yang diamati (Sugiyono, 2017). Teknik analisis kualitatif deskriptif metode ini diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Survai kualitatif ini menggunakan wawancara sebagai proses berkomunikasi dengan responden untuk memperoleh informasi secara mendalam. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui intensitas kecanduan gadget pada siswa Kelas VIII di SMP N 19 Kota Tegal.

Pengambilan sumber data penelitian ini menggunakan probability sampling. Teknik pengambilan sumber data atau responden secara acak. Penelitian ini terdiri dari 2 responden yang terdiri dari kelas VIII. Dengan karakteristik subjek siswa laki-laki (NF), dan perempuan (NM). Dalam penelitian ini menggunakan prosedur wawancara dengan instrumen-instrumen yang akan ditanyakan kepada responden.

Validasi data merupakan triangulasi data, dan sumber data dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Jenis primer diperoleh dari wawancara tatap muka atau telepon dengan narasumber 2 responden siswa Kelas VIII SMP N 19 Tegal, sedangkan data sekunder yang diperoleh dari sumber bacaan buku yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan.

Tahap data kualitatif analisis Interaktif. Miles & Huberman. Miles & Huberman (dalam Rohmadi & Nasucha, 2015) menjelaskan bahwa teknik analisis data terdapat empat tahap analisis, diantaranya pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara dan observasi, reduksi data kemudian triangulasi untuk mendukung informan. Data primer dan data sekunder tersedia dalam bentuk wawancara dan observasi. Prosedur yang dikumpulkan dari orang yang diwawancarai selama wawancara dirangkum dalam laporan dalam bentuk temuan deskriptif.

### 3. Hasil dan Pembahasan

#### 3.1. Hasil

Berdasarkan temuan yang dilakukan dalam proses penelitian Analisis Kecanduan Gadget Dimasa Pandemi Covid-19 Pada Siswa Kelas VIII SMP 19 Kota Tegal. Proses survai waktu dan Tempat proses penelitian dilakukan pada Hari Sabtu, 21 Mei 2022, tempat penelitian di rumah masing-masing setiap responden, survai ini bertujuan untuk mengetahui kekuatan penggunaan gadget. Pengambilan sumber data-data di dalam kegiatan penelitian dilakukan secara acak. Penelitian yang menjadi sumber penelitian yakni menggunakan dari 2 sumber subjek siswa pada Siswa Kelas VIII SMP 19 Kota Tegal.

Dari hasil survai menggunakan metode kualitatif dengan teknik wawancara secara mendalam melalui pertanyaan-pertanyaan yang ditanyakan dan harus dijawab oleh subjek. Hasil pertanyaan mengenai permasalahan kecanduan gadget yang dialami oleh siswa-siswi kelas VIII. Dari kedua Subjek atau responden yang diambil secara acak. Pada subjek pertama (NF) Subjek atau responden biasa melakukan aktifitas pembelajaran menggunakan daring pada saat pandemi sampai sekarang ini tetapi ada juga pembelajaran secara offline. Subjek (NF) lebih suka pembelajaran secara daring dari pada luring dikarenakan bisa memegang gadget pada saat melakukan pembelajaran berlangsung. aplikasi yang digunakan pada saat pembelajaran biasa menggunakan *Google Classroom*, *WhatsApp Group* tetapi responden mengalami kebosanan (*burnout*) pada saat pelajaran berlangsung dengan itu menjadi tidak fokus pada materi yang disampaikan oleh guru sehingga subjek justru membuka aplikasi selain pembelajaran seperti youtube, main game online *free faier*. Menurut responden sangat antusias dalam memainkan game tersebut, hal ini dibuktikan dengan pembelian *top up* melalui toko retail untuk membeli berbagai fitur yang ditawarkan di permainan game online tersebut.

Subjek (NF) menggunakan gadget menurutnya penting karena untuk kelas online, komunikasi, tetapi subjek tidak bisa jauh dari gadget praktis mudah dibawa kemana pun setiap aktivitas dan merasa ketergantungan akan bermain gadget karena merasa gelisah dan mudah marah jika suatu hal yang membuatnya merasa terganggu pada saat menggunakan gadget. Pola tidur yang dilakukan oleh subjek termasuk bukan tidur sehat kurang dari 8 jam tidur malam sampai pagi hari, karena subjek tidur pada saat malam hari di jam 12 malam hanya 6 jam tidur yang dilakukan karena terganggu oleh gadget. Dari kurangnya jam tidur responden merasakan lemas. Kapasitas subjek bermain gadget yang terlalu lama kurang lebih 12 jam membuat kurang mempunyai waktu dengan keluarganya, jam tidur tidak teratur, dan pembelajaran pun terganggu.

Pada subjek kedua (NM), sama halnya dengan subjek pertama lebih memilih pembelajaran daring dikarenakan bisa bermain gadget. Pembelajaran daring menggunakan aplikasi *Google Classroom*

dan WhatsApp Grup, subjek (NM) mengalami kebosanan pada saat pembelajaran sehingga membuka aplikasi selain yang ditentukan oleh gurunya, aplikasi yang biasanya digunakan pada saat merasa bosan main Tiktok, Instagram, Facebook, Youtube, Shoppe. Menurut subjek (NM) menggunakan gadget sangat penting karena digunakan untuk komunikasi dengan keluarga, teman-teman, pemebelajaran online, dan membuka sosial media. Subjek (NM) merasa gelisah, cemas jika gadget sampai tertinggal dan marah jika ada yang mengganggu pada saat memegang gadget. Pada saat penggunaan gadget hampir kemanapun subjek bawa. Kapasitas subjek dalam satu hari bermain gadget kurang lebih mencapai 10 jam perhari. Pola jam waktu tidur malam di jam 11 subjek tidak beraturan dikarenakan susah tidur yang menyebabkan bermain gadget terlebih dahulu sehingga pada saat bangun tidur masih merasakan ngantuk.

Dari data tersebut yang diperoleh dari kedua subjek perlu diperkuat kembali dengan data triangulasi, dimana mengecek kembali kebenaran data atau informasi yang diperoleh dengan melakukan wawancara kepada orang tua atau pihak terkait dari subjek agar melihat dan mengetahui apakah benar adanya dari permasalahan yang dialami oleh siswa yakni kecanduan gadget.

Bahwasanya data yang diperkuat dari wawancara dari orang tua kedua subjek menyatakan bahwa. Dari subjek pertama (NF) benar adanya hampir kemanapun membawa dan menggunakan gadget untuk sekolah dan bermain game dirumah bahkan dengan teman-temannya diluar hampir seharian tanpa lepas dari gadget. Tidak jauh berbeda dengan subjek kedua (NM) menurut data yang diperoleh wawancara dari orang tua bahwasanya subjek munculnya rasa bosan sehingga menyebabkan kurang bersemangat pada saat pembelajaran karena pembelajaran yang monoton sehingga tidak adanya ketertarikan pada siswa yang menyebabkan beralih dengan bermain gadget dikarenakan banyak aplikasi yang canggih dan membuat penghibur siswa pada saat merasakan bosan pembelajaran. Daya tarik aplikasi seperti sosial media dan game online menjadi menyebabkan siswa-siswi untuk terus menerus menggunakan gadget tanpa ada rasa lelah dan dalam jangka waktu yang lama. (Suhana, 2018).

Tidak adanya ketertarikan pada siswa saat pembelajaran karena pembelajaran yang tidak berfariatif, dan tuntutan penugasan yang kurangnya penjelasan materi dari guru yang membuat siswa bosan disitu akan muncul rasa enggan, lesu,lemas, tidak fokus serta tidak adanya semangat yang muncul justru lebih tertarik pada gadget.

Berdasarkan fenomena permasalahan yang dialami oleh siswa pada saat Covid-19 kebosanan pada saat pembelajaran yang mengakibatkan kecanduan dengan gadget pada saat pembelajaran daring. Peningkatan kapasitas penggunaan gadget yang dialami oleh siswa ini karena salah satu kebosana akademik yang dialami oleh siswa pada saat pembelajaran daring yang memiliki hubungan dimana kebosanan dan memilih untuk lebih tertarik dengan gadget

### 3.2. Pembahasan

Dalam penelitian tersebut terdapat empat perilaku terkait masalah kecanduan gadget yang dialami oleh siswa kelas VIII SMP N 19 Tegal terdapat empat perilaku diantaranya (1) *compulsion* (keinginan untuk melanjutkan) perilaku ini yang berasal pada dalam diri setiap siswa untuk melakukan hal menggunakan gadget secara terus menerus (2) *withdrawal* (penarikan diri) dimana perilaku individu tidak bisa menjauhkan diri lepas dari berkenaan dengan gadget, sehingga menyebabkan timbulnya rasa ketidaknyamanan dan kecemasan. (3) *Tolerance* (Toleransi). yang dimaksudkan disini durasi waktu pada penggunaan terutama pada penggunaan gadget, siswa yang tergila-gila dengan gadget tidak akan akan berhenti kecuali mereka merasa puas. 4. Masalah interpersonal dan kesehatan. mengenai hubungan interaksi siswa dan kesehatan. siswa yang kecanduan gadget tidak peduli berinteraksi dengan orang lain karena mereka kebanyakan gadget. Bahkan orang yang tidak peduli kesehatannya tidak memprioritaskan kesehatan karena kurang tidur.

Dari sisi toleransi, dampak penggunaan gadget terhadap perilaku anak sangat besar, lebih dari separuh anak tidak menghabiskan waktunya untuk menggunakan gadget Menurut Sari, (2016), digunakan lebih dari 120 menit /hari dan diatas 75 menit tergolong tinggi. Selain itu, pada sehari bisa dilakukan berulang (lebih dari 3 kali) pemakaian gadget dengan durasi 30-75 menit akan menimbulkan kecanduan dalam pemakaian gadget. Selain itu, penggunaan perangkat intensitas sedang termasuk dalam

kategori penggunaan perangkat yang berlangsung dari 40-60 menit per hari dan intensitas penggunaan digunakan 2-3 kali per hari. Seringnya penggunaan gadget memberikan berdampak buruk pada komunikasi dengan orang lain yang mempengaruhi perkembangan sosial dengan orang lain yang cenderung mengutamakan gadget daripada lingkungan (Puspita:2020)

Menurut penelitian Sadikin dan Hamidah (2020) menjelaskan bahwa meskipun penggunaan gadget dapat mendukung setiap pembelajaran online bagi semua orang, namun efek negatif yang memerlukan perhatian dan tindakan aktif adalah kecanduan gadget. Penelitian Kumar dan Sherkhane (2018) subjek yang ketergantungan pada gadget mengalami efek samping sebagai berikut: 61% mengalami sulit beraktivitas, 12% sulit tidur, dan 10,5% kesulitan berkonsentrasi bahkan kurangnya istirahat menyebabkan tubuh kelelahan dan secara langsung menurunkan kualitas dalam melakukan aktivitas.

Dari perspektif waktu, orang tua harus memantau penggunaan gadget. Penggunaan gadget secara berlebihan pada anak dapat merugikan karena dapat menurunkan daya konsentrasi dan meningkatkan ketergantungan anak dalam melakukan banyak hal yang seharusnya dapat seharusnya dilakukan sendiri. Dampak lainnya adalah akses internet semakin terbuka dengan gadget yang menampilkan segala sesuatu yang tidak boleh dilihat oleh anak (Chusna, 2017). Oleh karena itu, ketika anak mulai kecanduan gadget berdampak pada kurangnya sosialisasi mereka dengan lingkungan.

#### 4. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat ditarik simpulan bahwa intensitas kecanduan gadget yang dialami oleh siswa kelas VIII SMP 19 Kota Tegal dari kedua subjek yang memiliki intensitas tinggi dengan durasi lebih dari 120 menit /hari atau lebih, dan bersifat sekaligus pemakaian berkisar lebih dari 75 menit. Misalnya, menggunakan kekuatan tidak dapat memiliki efek samping berikut kesulitan belajar dalam sehari-hari, pola tidur terganggu, konsentrasi yang buruk, bahkan kurang istirahat dapat membuat tubuh letih dan menurunkan kualitas aktivitas.

#### References

- Bintari, R. H. (2020). Kecanduan Gadget Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Siswa Kelas Xii Mipa Sman 1 Sutojayan Kabupaten Blitar Prodi Keperawatan Institut Tekonologi Sains dan Kesehatan RS dr . Soepraoen Malang LATARBELAKANG Saat ini dunia kategori tinggi , 120 orang siswa ( 50 %). *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti* Vol 8 No 2 2020, 8(2). <https://doi.org/10.47794/jkhws.v8i2>
- Chusna, P. A. (2017). Pengaruh Media Gadget Pada Perkembangan Karakter Anak. *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan*, 17(2), 315-330. <https://doi.org/10.21274/dinamika/2017.17.2.315-330>
- Handarini, O. I., & Wulandari, S. S. (2020). Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH). *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(3), 465–503.
- Iswidharmanjaya,D & Agency, B. (2014). Panduan bagi orang tua agar memahami faktor-faktor penyebab anak kecanduan gadget. Jakarta
- Kumar, A. K & Sherkhane, M. S. (2018). Assessment of gadgets addiction and its impact on health among undergraduates. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 5(8):3624-3628
- Maria, I., & Novianti, R. (2020). The Effects of Using Gadgets during the Covid-19 Pandemic on Children' s Behaviour. *Atfaluna: Journal of Islamic Early Childhood Education*, 3(2), 74–81. <https://doi.org/10.32505/ataluna.v3i2.1966>
- Pratama, M. O., Harinitha, D., Indriani, S., Denov, B., & Mahayana, D. (2020). Influence Factors of Social Media and Gadget Addiction of Adolescent in Indonesia. *Jurnal Sistem Informasi*, 16(1), 16–24. <https://doi.org/10.21609/jsi.v16i1.918>

- 
- Puspita, Sylvie. (2020). Fenomena Kecanduan Gadget Pada Usia Dini. Surabaya:Cipta Publishing
- Sadikin, A & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19. BIODIK: Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi, 6(2), 214-224
- Sari, T. P., & Mitsalia, A. A. (2016). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Personal Sosial Anak Usia Pra Sekolah Di Tkit Al Mukmin. Profesi, 13(Maret), 72-78. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26576/profesi.124>
- So, S. (2016). Mobile instant messaging support for teaching and learning in higher education. Internet and Higher Education. <https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2016.06.001>
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D. Cetakan Ke-25. Bandung: CV Alfabeta.
- Suhana, M. (2018). Influence of Gadget Usage on Children's Social-Emotional Development. In International Conference of Early Childhood Education, 169, 224-227