

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Emosi merupakan aspek psikologis individu yang menjadi dasar dalam memahami kecerdasan emosi, bagaimana emosi mampu meningkatkan prestasi, kinerja atau menggapai kesuksesan dalam hidup serta bagaimana emosi dapat dikelola menjadi emosi yang cerdas. Dengan demikian memahami emosi menjadi langkah awal dalam memahami hakikat kecerdasan emosional (Sa'diyah, 2013). Kecerdasan emosional adalah sesuatu yang harus dimiliki seorang manusia, karena manusia itu hidup penuh dengan tantangan dan hambatan. Goleman (2015) mengartikan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang dalam memotivasi dirinya sendiri, mampu menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati, berempati, berdoa, mengatur suasana hati serta menjaga agar stress tidak mengganggu kemampuan berfikir.

Pusat berfikir manusia atau biasa disebut otak memiliki tiga bagian utama yaitu otak besar (*cerebrum*), otak kecil (*cerebellum*), dan batang otak. Ketiga bagian otak ini bekerjasama menjalankan sistem tubuh. Otak besar adalah bagian yang memproses semua kegiatan intelektual kecerdasan otak manusia. Otak besar ini terdiri dari dua belahan, yaitu kiri dan kanan. Kedua belahan tersebut tentunya mempunyai struktur yang sangat kompleks dan fungsi yang berbeda. Otak kiri merupakan bagian

pengendalian IQ (*Intelligence Quotient*) sedangkan otak kanan merupakan bagian pengendalian EQ (*Emotional Quotient*) (Wahyuningsih & Sunni, 2020).

Pusat emosional pada otak berpusat di sistem limbik (Wulandari & Suyadi, 2019). Fungsi sistem limbik adalah pengaturan emosi. Sebelum pikiran rasional manusia berfungsi, maka pada perkembangan otak pikiran emosional yang terlebih dahulu (Arieska et al., 2018). Sistem limbik mencakup *amygdala*, *hipocampus*, dan *entorhinal korteks*, yang berperan utama dalam perilaku sosioemosional manusia (Zillmer et al., 2008). *Pre Frontal Cortex* mempunyai tugas dalam memori dan perilaku sosial, terdapat beberapa sub area pada *Pre Frontal Cortex* salah satunya adalah *Orbito Frontal Cortex* yang berhubungan langsung dengan *Amygdala* (Zelazo, et al., 2008).

Perkembangan otak anak yang begitu cepat akan berdampak pada aspek perkembangan seperti kognitif, bahasa, fisik motorik dan sosial emosional (Sutisna, 2016). Pada masa usia sekolah, anak-anak mulai mampu mengembangkan produktifitasnya yakni kemampuan menggunakan logika, beradaptasi dan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar yang terlihat pada kegiatan membentuk kelompok dengan teman dan kemampuan menguasai emosi, mampu berkompetisi dan mengerjakan tugas sederhana yang diberikan (Sunarto dikutip dari Saputri, 2017). Meggit (2013) mengungkapkan bahwa anak usia 10 – 12 tahun memiliki perkembangan emosional diantaranya yaitu jauh lebih mampu

mengekspresikan atau menahan emosi, dapat mulai mengalami perubahan emosi yang tiba-tiba dan dramatis, akan tetapi karena masa pubertas, anak usia 10-12 tahun cenderung menjadi sensitif terhadap kritikan (Meggit, 2013).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa 5-25% anak-anak mengalami gangguan perkembangan emosional dengan populasi anak sebesar 23.979.000. Anak yang mengalami gangguan berupa kecemasan sekitar 9%, mudah emosi 11-15% dan gangguan perilaku 9-15% (WHO, 2017). Di Singapura sebanyak 12,5 % anak usia 6-12 tahun memiliki masalah emosi dan perilaku sehingga menyebabkan anak kesulitan belajar dan beresiko gangguan depresi dan ansietas. Di Netherlands prevalensi anak yang mengalami gangguan emosional sebesar 8-9 % dan beresiko besar mengalami gangguan mental di tahap perkembangan berikutnya (Kruizinga dikutip dari Pangaribuan et al., 2022).

Laporan RISKESDAS Indonesia Tahun 2018 menyebutkan bahwa angka gangguan mental emosional di Indonesia sebesar 9,6%. Angka tersebut mengalami peningkatan dibandingkan hasil pada tahun 2013 yaitu sebesar 6,0% (BPPK, 2018). Beberapa penelitian menyebutkan masalah yang muncul pada saat dewasa justru paling sering bermula dan mulai terjadi pada usia Sekolah Dasar (SD) dengan munculnya masalah mental emosional, seperti : memiliki perilaku antisosial seperti sulit diatur, menunjukkan sikap bermusuhan, tidak patuh, masalah mental yang kedua

adalah lebih agresif, dan memiliki hubungan yang buruk dengan teman (Perou et al., 2013).

Terdapat 5 aspek kecerdasan emosional menurut Salovey (dalam Goleman, 2007) yaitu bagaimana seseorang mengenali emosi dirinya sendiri, mengelola emosi dirinya, memotivasi diri sendiri, mengenal emosi orang lain, dan bagaimana mereka membina hubungannya dengan orang lain.

Terdapat situasi yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosional, mulai dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berasal dari jasmani yang diukur dari kesehatan individu tersebut, dan psikologis yang mencakup pengalaman, perasaan, kemampuan berpikir, dan motivasi. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang bukan berasal dari diri individu yaitu stimulus yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam kecerdasan emosional tanpa distorsi, dan lingkungan yang mempengaruhi proses yang melatarbelakangi kecerdasan emosional (Goleman, 2015). Menurut Zen dan Novita (2018) pola asuh orang tua termasuk pada lingkungan yang berpengaruh dalam kecerdasan emosional, hal ini terdapat dalam hasil penelitiannya yaitu kenaikan atau penurunan kecerdasan emosional dipengaruhi oleh tingkat pola asuh orang tua (Zen M.F & Novita, 2018).

Aktivitas fisik juga berpengaruh terhadap kecerdasan emosional, hal ini terdapat dalam penelitian Riyanto & Mudian (2019), kecerdasan emosi anak dipengaruhi oleh aspek fisik anak. Kegiatan aktifitas fisik

berkaitan dengan pengaruh mental-emosional. Keadaan fisik seseorang yang berdampak terhadap kemampuan kecerdasan emosi berada di dalam anatomi syaraf emosi dan otak yang berada di korteks (Riyanto & Mudian, 2019).

Gadget termasuk dalam lingkungan yang mempengaruhi kecerdasan emosional (Mulyantari et al, 2019). Menurut Wulandari (2018) gadget adalah alat elektronik yang mudah dibawa ke mana saja untuk keperluan komunikasi dan mengetahui informasi. Prevalensi pengguna gadget telah meningkat dari setiap tahunnya, dimana pada tahun 2019 mencapai 3,2 miliar, meningkat 5,6% dari tahun sebelumnya. Prevalensinya diprediksi akan terus meningkat hingga mencapai 3,9 miliar pada tahun 2022 di dunia (Newzoo 2019 dikutip dari Ivana et al., 2021). Didunia, prevalensi penggunaan gadget di Indonesia telah mencapai posisi ke-4, dengan prevalensi 69%, setelah Nigeria dengan prevalensi 81%, India 79%, dan Afrika Selatan 78% (Ivana et al., 2021). Menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2019, Pulau Jawa adalah pengguna gadget peringkat pertama yang mengakses ke internet dengan persentase 56,4%, disusul pulau Sumatera dengan prevalensi 22,1% (APJII, 2019).

Persentase penduduk usia 5 tahun ke atas yang mengakses internet berdasarkan kabupaten/kota di Provinsi Sumatera Barat tahun 2020 adalah yang tertinggi di kota Bukittinggi dengan penggunaan sebanyak 73,84%, kemudian kota Padang Panjang sebanyak 71,48%, dan kota Padang

sebanyak 63,61% (Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat, 2020). Penggunaan *smartphone* menjadi alat yang sangat dominan sebagai alat untuk mengakses internet setiap hari (APJII, 2019). Jadi tingginya akses internet menjadi tingginya pula penggunaan gadget di daerah tersebut.

Menurut Rozalia (2017) sesuai dengan perkembangannya saat ini penggunaan gadget lebih banyak dikonsumsi oleh anak-anak usia sekolah dasar dan menengah, karena bagi mereka, gadget tidak hanya merupakan alat elektronik yang digunakan untuk media informasi dan komunikasi. Akan tetapi, penggunaan media sosial juga yang menjadi salah satu faktor yang berpengaruh dalam penggunaan gadget, ditambah lagi dengan adanya tuntutan belajar seperti mencari materi disekolah, atau untuk mencari tugas rumah yang diberikan guru, dan melihat berita. (Rozalia, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Firdaus, penggunaan gadget pada siswa kelas V SD N 1 Sirmoboyo tergolong menjadi tiga frekuensi yaitu tinggi apabila penggunaan gadget 2 – 3 jam dalam sehari, sedang apabila penggunaan gadget 1 jam 30 menit dalam sehari, dan rendah apabila penggunaan gadget 30 – 45 menit dalam sehari. Penggunaan gadget lebih mengarah pada media sosial, Youtube dan juga membantu siswa mencari jawaban dari tugas yang diberikan guru di internet (Firdaus et al., 2020). Ditambah lagi dengan adanya masa pandemi Covid-19, adanya kebijakan belajar dirumah membuat anak menjadi lebih sering berinteraksi dengan gadget yang dilakukan secara daring, membuat peningkatan penggunaan gadget meningkat (Maria & Novianti, 2020).

Untuk sekolah dasar beban belajar dalam jumlah waktu pembelajaran per minggu untuk kelas I (satu) sampai dengan kelas III (tiga) masing-masing minimum sebanyak 32 jam (1152 Jam pembelajaran), untuk kelas IV (empat) – VI (enam) sebanyak 36 jam (1296 Jam Pelajaran) (Kaldik Provinsi Sumatera Barat Sumbar, 2021). Lamanya jam belajar menjadi lamanya penggunaan gadget seorang anak.

Akademi Dokter Anak Amerika dan Perhimpunan Dokter Anak Kanada menegaskan anak umur 6-18 tahun dibatasi 2 jam saja perhari. Anak-anak dan remaja yang menggunakan teknologi melebihi batas waktu yang dianjurkan, memiliki risiko kesehatan serius. (Rowan, 2013). Di Indonesia sendiri menurut survey yang dilakukan oleh Lembaga *Nielsen on Device Meter* pada tahun 2013 masyarakat Indonesia menggunakan gadget selama 180 menit atau 3 jam lebih perharinya, berdasarkan hasil survey tersebut negara Indonesia menempati urutan pertama untuk intensitas penggunaan gadget terlama di dunia (Pandji, 2014).

Penggunaan gadget memberikan dampak positif pada pola pikir anak yaitu membantu anak dalam mengatur kecepatan bermainnya, mengolah strategi dalam bermain, dan meningkatkan kemampuan otak kanan anak selama dalam pengawasan yang baik. Akan tetapi lebih dominan dampak negatifnya yaitu menghambat kemampuan anak dalam mengekspresikan pikiran, serta menghilangkan ketertarikan anak pada aktifitas bermain atau kegiatan lain (Chusna, 2017). Dampak negatif penggunaan gadget menurut Ariston & Frahasini, anak menjadi

ketergantungan terhadap gadget, sehingga dalam menjalankan segala aktivitas hidupnya anak menjadi sulit berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya (Ariston & Frahasini 2018).

Tingkat intensitas (keseringan) memanfaatkan gadget pada anak usia sekolah akan menyebabkan anak cenderung berperilaku negatif, karena adanya gangguan mental, yaitu menjadi orang yang sulit menyesuaikan diri dengan baik terhadap perkembangan yang ada. Mereka juga mudah terpengaruh atau belum memiliki kemampuan yang memadai untuk memilah-milah mana yang baik, benar, menguntungkan, menyehatkan serta mana yang tidak baik, tidak benar, merugikan, mencelakai, merusak berdasarkan hasil penelitian Citra (2019).

Menurut Suwarsih dalam hasil seminar Pengaruh gadget pada perkembangan anak tahun 2016 mengatakan bahwa, salah satu perilaku terkait emosi anak saat sedang bermain gadget adalah anak cenderung bersikap membela diri dan marah ketika ada upaya untuk menghentikan penggunaan gadget (Nahak et al, 2019). Selain itu, pengaruh gadget terhadap perkembangan anak adalah menurunkan daya aktif anak, kemampuan anak untuk berinteraksi dengan orang lain, serta anak menjadi lebih individual sehingga kurang memiliki sikap peduli terhadap teman bahkan orang lain. Hal ini disebabkan karena adanya radiasi dari gadget yang dapat merusak jaringan saraf dan otak pada anak (Chusna, 2017).

Pada Gadget terdapat gelombang elektromagnetik atau radiasi yang merupakan energi yang ditransmisikan atau dikeluarkan dalam bentuk



gelombang elektromagnetik. Pancaran radiasi tersebut akan memberikan dampak khususnya pada bagian telinga. Selain itu radiasi ini juga menimbulkan beberapa masalah lain seperti gangguan pada saraf otak yang menyebabkan menurunnya memori otak, bahkan mengalami susah tidur. (Malik, 2020).

Apabila gadget digunakan, maka akan mengeluarkan radiasi yang dipancarkan dari gadget itu sendiri, walaupun variasi intensitas radiasi yang dikeluarkan gadget berbeda tergantung penggunaannya yang dapat merambat tanpa melalui medium perantara. Pengeluaran dan perambatan energi tersebut menembus ruang dalam bentuk gelombang elektromagnetik (Berlianti et al, 2021).

Kecanduan gadget akan meningkatkan prevalensi resiko gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas karena akan mempengaruhi pelepasan hormon dopamin yang berlebihan sehingga menyebabkan penurunan kematangan *Pre Frontal Cortex* (PFC) (Paturel, 2014). Pada bagian *hipocampus*, radiasi elektromagnetik dapat menghambat frekuensi pelepasan neuron pada *Cornu Ammonis area 1 (CA1) hipocampus* yang akan menyebabkan penurunan kemampuan belajar dan memori (Prasetia & Rudiyanto, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Sari et al., (2021) Faktor lama dalam bermain gadget atau durasi dalam bermain gadget akan mempengaruhi kecerdasan emosi anak, semakin lama durasi anak dalam bermain gadget maka kecerdasan emosi anak semakin menurun. Durasi yang masih dalam

tahap wajar tidak akan membuat anak kecanduan akan gadget sehingga kecerdasan emosi anak tidak akan terpengaruh. Hasil penelitian dari Lahiwu et al., (2021) tingginya penggunaan gadget akan mengakibatkan anak sulit mengontrol emosinya. Keseringan menggunakan gadget juga akan berdampak bagi lingkungan sosial anak, salah satunya anak tidak mau bergaul dengan temannya dan menyukai suasana yang membuatnya ingin menyendiri hal ini akan mengakibatkan menurunnya fungsi bersosialisasi dengan hal baru.

Studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 8 orang siswa kelas IV dan V di SDN 02 Percontohan Bukittinggi yang memiliki jumlah siswa lebih banyak dibandingkan sekolah dasar lainnya yang ada di Bukittinggi. Selain itu SDN 02 Percontohan memiliki lokasi yang strategis yang terdapat di pusat kota Bukittinggi yang memiliki akses internet tertinggi di Sumatera Barat. Peneliti mengambil SDN 02 Percontohan Bukittinggi karena pada saat diamati dilingkungan sekolah terdapat kurangnya interaksi sosial diantara para siswa tersebut, hal ini juga didukung oleh wawancara dari Kepala Sekolah di SDN 02 Percontohan Bukittinggi bahwa kebanyakan siswa di sekolah ini memilih menyendiri, sering tidak menanggapi perintah gurunya, pikirannya mudah teralihkan dengan hal lain.

Wawancara peneliti dengan siswa didapatkan data bahwa 8 siswa menggunakan gadget yang lebih sering yaitu *handphone* dan siswa-siswa tersebut mengatakan menggunakan gadget untuk bermain game, media

sosial serta mencari jawaban tugas yang diberikan oleh guru. Penggunaan gadget pada masing-masing siswa bervariasi, ada yang menggunakan gadget hingga lebih dari 5 jam dalam sehari, 2 hingga 3 jam dalam sehari, dan ada juga yang penggunaannya hanya 1 jam dalam sehari karena dibatasi oleh orang tua mereka.

Dari hasil studi pendahuluan juga didapatkan bahwa 6 dari 8 siswa mengatakan belum bisa memotivasi dirinya untuk menyelesaikan tugas terlebih dahulu dan lebih memilih menggunakan gadget, sehingga mereka belum bisa memotivasi diri mereka sendiri dalam belajar. 3 dari 8 siswa mengatakan lebih menyukai bermain game daripada bermain bersama teman-temannya, mereka mengatakan bahwa game yang ada pada gadget lebih menarik dan membuatnya tidak mudah bosan. 3 dari 8 siswa mengatakan bahwa ketika tidak diperbolehkan bermain gadget oleh orang tua, maka mereka akan marah dan berdiam diri.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti ingin melihat bagaimana hubungan intensitas penggunaan gadget dengan kecerdasan emosional pada anak usia sekolah di SDN 02 Percontohan Bukittinggi.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian melalui pertanyaan penelitian berikut ini, yaitu “Apakah Terdapat Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Gadget dengan Kecerdasan Emosional Pada Anak Usia Sekolah di SDN 02 Percontohan Bukittinggi?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dilakukannya penelitian ini adalah mengetahui Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget dengan Kecerdasan Emosional Pada Anak Usia Sekolah di SDN 02 Percontohan Bukittinggi.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketuainya rerata kecerdasan emosional pada anak usia sekolah di SDN 02 Percontohan Bukittinggi.
- b. Diketuainya rerata intensitas penggunaan gadget pada anak usia sekolah di SDN 02 Percontohan Bukittinggi.
- c. Diketuainya hubungan intensitas penggunaan gadget dengan kecerdasan emosional pada anak usia sekolah di SDN 02 Percontohan Bukittinggi.
- d. Diketuainya hubungan koefisien korelasi intensitas penggunaan gadget dengan kecerdasan emosional pada anak usia sekolah di SDN 02 Percontohan Bukittinggi.
- e. Diketuainya hubungan koefisien determinasi intensitas penggunaan gadget dengan kecerdasan emosional pada anak usia sekolah di SDN 02 Percontohan Bukittinggi.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat bagi peneliti**

Manfaat penelitian bagi peneliti adalah untuk menambah wawasan dan menambah ilmu pengetahuan dalam melakukan proses penelitian

mengenai hubungan intensitas penggunaan gadget terhadap kecerdasan emosional.

2. Manfaat bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan sebagai bahan pembelajaran dan dapat menambah pengetahuan serta dapat dijadikan sebagai saran referensi kepustakaan dibidang ilmu keperawatan terkhusus bidang ilmu keperawatan anak.

3. Manfaat bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini digunakan sebagai acuan penelitian selanjutnya untuk mengembangkan teori yang lebih baru dalam mengungkap aspek aspek terkait dengan variabel penelitian.

4. Manfaat bagi Tempat Penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat untuk kebaikan masa depan dalam berbagai hal, seperti memberikan edukasi pada anak sekolah mengenai kecerdasan emosional dan penggunaan gadget.

