

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan periode perubahan pada pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, baik secara fisik, fisiologis, maupun intelektual, pada masa ini remaja dituntut untuk lebih mandiri, perkembangan masa remaja mengantarkan pada kebutuhan yang lebih beragam dengan tingkat kesulitan yang lebih tinggi (Susanto, 2018).

Menurut WHO (2021) masa remaja berlangsung kira kira 15-20 tahun. Masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologi, perubahan psikologi, dan perubahan sosial.

Salah satu tugas perkembangan remaja ialah berpikir dengan cara yang logis serta pemikiran idealis. Kemampuan berpikir ini akan menjadi terganggu apabila remaja sulit berkonsentrasi saat pembelajaran. Peran remaja sebagai siswa akan terhambat sehingga berakibat pada penurunan prestasi akademiknya. Ini akan menjadi kendala bagi remaja dalam menjalankan dan mencapai tugas perkembangan selanjutnya yaitu mempersiapkan diri untuk memiliki karier atau pekerjaan yang mempunyai konsekuensi ekonomi dan finansial (Muhith, 2015).

Konsentrasi merupakan kemampuan untuk memusatkan perhatian dan pikiran secara penuh pada persoalan yang sedang dihadapi (Rahmadani, 2019). Menurut Slameto dalam (Juwita, 2019) konsentrasi memiliki

pengaruh yang besar terhadap belajar, jika seseorang mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi, jelas belajarnya akan sia sia karena informasi yang diperoleh tidak mampu disimpan oleh memori otak dengan baik.

Cara membangun konsentrasi belajar diantaranya lingkungan belajar harus kondusif, kesiapan siswa dalam memfokuskan pikiran dan kesiapan belajar, menanamkan motivasi dan minat belajar dengan cara mengembangkan “imajinasi berfikir” dan “aktif bertanya” dan juga menyediakan waktu untuk refreshing (menyegarkan pikiran) ketika mengalami kejenuhan dalam belajar (sugesti, 2020).

Dampak yang didapatkan jika seseorang lemah dalam kemampuan untuk berkonsentrasi dalam belajar yaitu rendahnya kualitas dan prestasi belajar seseorang. Konsentrasi yang turun akan memberikan dampak negatif bagi anak sekolah, salah satunya tidak bisa menjawab pertanyaan gurunya saat di kelas. Apabila hal ini terus berlanjut akan menurunkan prestasi belajar siswa (sugesti, 2020).

Dengan kata lain konsentrasi merupakan prasyarat bagi anak agar dapat belajar dan berhasil mencapai tujuan pembelajarannya. Maka dari itu konsentrasi merupakan salah satu aspek yang mendukung siswa untuk mencapai prestasi baik dan apabila konsentrasi ini berkurang, maka dalam mengikuti pelajaran di kelas maupun belajar pribadi akan terganggu (Juwita, 2019).

Faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar siswa yaitu, faktor yang berasal dari dalam diri siswa (internal) yaitu fisik yang sehat,

kecerdasan, minat, bakat, dan motivasi belajar siswa. Sedangkan faktor yang berasal dari luar (eksternal) yaitu kecanduan akan teknologi. Kecanduan teknologi memiliki sejumlah kerugian dan dampak negatif bagi seseorang (Marbun, 2018).

Perkembangan teknologi dan informasi pada sekarang ini alami kemajuan yang sangat pesat. Teknologi informasi dan komunikasi yang marak digunakan pada sekarang ini ialah *Gadget*. *Gadget* merupakan benda dengan kemampuan canggih yang dilengkapi aplikasi menarik dan menyajikan berbagai macam fasilitas seperti, mengakses berita, jejaring sosial, hobi, serta hiburan (Aga et al., 2018).

Penggunaan *gadget* pada sekarang ini telah menyebar luas pada semua kalangan usia di masyarakat, dari anak-anak usia sekolah sampai yang sudah dewasa sudah tidak asing lagi dengan yang namanya gadget. Pada sebuah survey penetrasi pengguna internet di Indonesia yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2019-2020 lebih kurang mencapai 73.7% dari total populasi menggunakan gadget. Peningkatan penggunaan gadget atau alat yang dapat terkoneksi dengan internet secara mudah ini terus mengalami peningkatan tiap tahunnya (APJII, 2020)

Berdasarkan hasil penelitian, yang di dapatkan dari Statistika Telekomunikasi Indonesia (2020) fasilitas gadget memiliki peran yang cukup signifikan sebagai media untuk mengakses internet. Dalam kurun waktu 2019—2020, gadget menjadi media yang paling banyak dipilih

dalam mengakses internet. Telepon seluler mendominasi pilihan masyarakat untuk mengakses internet dengan porsi sekitar 96,95% pada tahun (2019), dan meningkat menjadi 98,31% pada tahun (2020). Pada tahun (2019) sebanyak 15,78% penduduk mengakses internet melalui laptop, namun menurun menjadi sekitar 13,61% pada tahun 2020. Sementara itu, akses internet melalui komputer desktop juga mengalami penurunan, pada tahun 2019 sebanyak 5,47% yang mengakses internet melalui komputer dekstop, menurun menjadi 4,52% pada tahun (2020).

Pada survei yang dilakukan oleh *American Optometric Association* (AOA) 2015 menyimpulkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dapat menyebabkan ketegangan mata yang dapat mencakup mata terasa perih, gatal, atau lelah, dan juga sakit kepala, penglihatan kabur atau ganda, nyeri pada leher (Hegde, A. M; Suman, Prachi;Jeyakumar, 2019).

Pada penelitian Chopra (2020) juga menyimpulkan bahwa 53% anak yang menggunakan gadget secara berlebihan mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi selama kelas atau dirumah saat belajar, sehingga melaporkan penurunan nilai mereka secara keseluruhan (Chopra et al., 2020). Dalam penelitian (Suman, 2018) mencatat 53% orang tua melaporkan adanya penurunan drastis pada nilai sekolah anak-anak mereka, dan kurang konsentrasi belajar pada saat di rumah maupun di kelas akibat dari penggunaan gadget.

Pada penelitian (Gunawan et al., 2021) menyatakan bahwa kecanduan Internet & Gadget sangat sering ditemukan pada remaja (12-25)

tahun dibandingkan kelompok usia lainnya. Tingkat kecanduan internet pada remaja 41,7%, dan kecanduan gadget 34% untuk semua responden remaja. Pada penelitian (Arifin Larasati Aurora; Rahmadi, 2017) juga menyatakan bahwa 38,8% siswa mengalami kecanduan gadget dengan tingkat tinggi.

Pada penelitian lain yaitu penelitian (Kumar, Aravind K; Sherkhane, 2018) dari 200 subjek yang diteliti 72,2% pengguna gadget berusia 16-20 tahun, 50,2% diantaranya menggunakan gadget lebih dari 7 jam sehari. 61% diantaranya mengalami kesulitan dalam kinerja sehari-hari.

Faktor kecanduan gadget juga muncul dari diri remaja, yaitu faktor *neurosains*. Penelitian membuktikan bahwa pengaruh otak yang diakibatkan oleh kecanduan gadget hampir sama dengan kecanduan narkoba. Hal ini karena gadget dapat merangsang otak memproduksi *dopamine* atau zat kimia yang membuat seseorang merasa senang dan tanpa disadari akan membuat seseorang tersebut melakukan interaksi dengan gadget secara terus menerus. Jika dopamin sudah mendominasi otak, maka seseorang mulai sulit untuk mengendalikan diri dan mengabaikan dampak-dampak negatif yang mereka alami (Putri, 2018).

Faktor selanjutnya yaitu desain teknologi. Perkembangan teknologi yang semakin pesat memunculkan banyak inovasi-inovasi baru. Para produsen dalam industri ini berlomba-lomba untuk menghasilkan aplikasi atau konten semenarik mungkin agar pengguna tidak bosan. Selain itu, sistem pembelajaran daring pada masa pandemi kemarin ini juga

mengharuskan siswa untuk memakai gadget untuk proses pembelajaran, sehingga pada saat situasi sudah mulai normal kembali siswa menjadi ketergantungan dengan aplikasi-aplikasi yang ada di dalam gadget yang digunakan sebagai media pembelajaran (Putri, 2018)

Gadget juga memberikan dampak lainnya, misalnya gangguan penglihatan, mengalami nyeri di pergelangan tangan atau bagian leher, mengganggu kualitas tidur, menjadikan seseorang tidak fokus dengan topik pembicaraan karena asik bermain dengan gadgetnya (Audina, 2019).

Penggunaan gadget yang tidak sesuai dengan kebutuhan dikhawatirkan akan mengganggu konsentrasi belajar pada remaja sehingga berpengaruh terhadap pemahaman konsep. Rangsangan yang ditimbulkan akibat penggunaan gadget tidak selamanya membawa pengaruh positif, Menurut Karomah dalam (Juwita, 2019) penggunaan gadget pada anak bisa memberikan dampak positif dan negatif tergantung pada cara menggunakannya. Penggunaan gadget harus dengan batasan dan sesuai dengan kebutuhan anak tersebut (Juwita, 2019).

Pada tahun 2012 *International Journal Of Neuroscience* juga menerangkan bahwa gadget dapat mengganggu fungsi kerja otak manusia yaitu dengan melemahnya daya kerja otak atau lemah otak. Kondisi tersebut akhirnya berdampak pada penurunan konsentrasi anak serta rendahnya antusiasme anak dalam proses pembelajaran (Juwita, 2019).

Hasil penelitian (musariffah, 2018) mengemukakan bahwa ada hubungan signifikan antara gadget dengan minat belajar pada siswa. Hasil penelitian (Arifin Larasati Aurora; Rahmadi, 2017) juga melaporkan bahwa ada hubungan penggunaan gadget dengan konsentrasi belajar.

Berdasarkan data dari Dinas Pendidikan Sumatera Barat, Sekolah Menengah Atas yang ada di Kabupaten Lima Puluh Kota berjumlah 17 sekolah. Menurut data Dinas Pendidikan Sumatera Barat, SMA N 1 Kecamatan Guguk merupakan salah satu sekolah terbaik dan banyak diminati di Kabupaten Lima Puluh Kota. SMAN ini memiliki siswa dengan jumlah 886 siswa yang tercatat pada tahun ajaran 2021/2022. Peringkat sekolah ini termasuk dalam kategori baik, namun SMA ini mengalami penurunan peringkat dalam 3 tahun terakhir dari peringkat 2 ke peringkat 4. Sekolah ini memperbolehkan siswanya untuk membawa *smartphone* ke sekolah untuk dijadikan sebagai media yang membantu dalam proses belajar mengajar.

Hasil wawancara peneliti dengan 5 orang siswa SMAN 1 Kecamatan Guguk tentang apa sarana yang digunakan untuk mengisi waktu luang dan apa yang dilakukan bila ada masalah yang dihadapi, 5 siswa menjawab menggunakan *gadget (smarthpnone)* untuk mengisi waktu luangnya. Bila ada masalah atau merasa bosan pada saat proses belajar siswa menggunakan *gadget (smarthpnone)* karena dalam *smartphone* banyak aplikasi-aplikasi seperti goggle, musik, game dan media sosial. Peneliti juga menanyakan apakah siswa mampu melepaskan diri dari menggunakan *gadget*

(*smarthpone*). Empat orang siswa mengatakan sulit karena selain untuk mencari bahan pelajaran dan hiburan, *gadget (smarthpone)* juga untuk berkomunikasi dan bermedia sosial dengan teman-temannya. Peneliti juga menanyakan bagaimana konsentrasi siswa terhadap setiap pembelajaran yang diajarkan, 3 siswa mengaku bahwa hanya bisa fokus belajar selama 1-3 jam saja setelah itu *gadget* sudah mempengaruhi pikiran mereka. Siswa juga mengatakan bahwa apabila sedang mengerjakan tugas mereka selalu menggunakan aplikasi yang ada didalam *gadget* untuk membantu dalam mengerjakan tugas. Selama menggunakan *gadget* siswa mengaku bahwa kurang berminat untuk belajar.

Berdasarkan uraian tersebut, terlihat bahaya penggunaan *gadget* secara berlebihan dapat beresiko menurunkan tingkat konsentrasi belajar siswa dalam proses pembelajaran. Maka dari itu peneliti merasa perlu untuk meneliti lebih lanjut “Hubungan Kecanduan *Gadget* dengan Tingkat Konsentrasi Belajar Remaja Di SMA N 1 Kecamatan Guguak”

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Bagaimana Hubungan Kecanduan *Gadget* dengan Tingkat Konsentrasi Belajar Remaja di SMA N 1 Kecamatan Guguak.

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan umum

Penelitian bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan kecanduan gadget terhadap tingkat konsentrasi belajar pada remaja di SMA N 1 Kecamatan Guguak.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran kecanduan gadget remaja di SMA N 1 Kecamatan Guguak.
- b. Untuk mengetahui gambaran konsentrasi belajar remaja di SMA N 1 Kecamatan Guguak.
- c. Untuk mengetahui hubungan antara kecanduan *gadget* dengan tingkat konsentrasi belajar remaja di SMA N 1 Kecamatan Guguak.

D. MANFAAT PENELITIAN

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian dapat berguna bagi peneliti sehingga peneliti dapat lebih mengetahui hubungan kecanduan gadget dengan tingkat konsentrasi remaja sehingga dapat mengaplikasikannya terhadap keluarga maupun masyarakat. Penelitian ini juga menambah wawasan dan pengetahuan peneliti dalam melakukan penelitian yang terkait dengan hubungan kecanduan gadget dengan tingkat konsentrasi belajar remaja.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Sebagai masukan/ informasi tentang hubungan kecanduan gadget dengan tingkat konsentrasi belajar remaja sehingga pelayanan kesehatan dapat menyusun suatu program/intervensi dalam mengurangi kecanduan gadget untuk mencegah penurunan tingkat konsentrasi belajar pada remaja.

3. Intistusi Pendidikan

Hasil penelitian diharapkan dapat menggambarkan hubungan kecanduan gadget dengan tingkat konsentrasi belajar remaja dan sebagai tambahan kepustakaan tentang hubungan kecanduan gadget dengan tingkat konsentrasi belajar remaja.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat digunakan sebagai acuan dan data dasar untuk peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan kecanduan kecanduan gadget dengan tingkat konsentrasi belajar remaja

