

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Kajian Teori

##### 1. Sejarah Gadget

Pada saat ini, *gadget* telah menjadi kebutuhan pokok manusia. Kata *gadget* berasal dari sebuah lelucon dimana fakta anekdot menyatakan bahwa permulaan istilah *gadget* berasal dari Kamus Inggris Oxford. Penggunaan kata *gadget* sendiri ditujukan untuk seseorang yang memiliki daya ingat rendah dimana kejadian seperti ini pernah terjadi pada tahun 1850-an. Secara etimologi *gadget* memiliki arti sengketa. Secara historis asal usul nama *gadget* juga diciptakan saat ada tiga orang yang sedang melakukan pembangunan yang besar. Dan nama orang tersebut adalah *gadget*, Gauthier dan Cie. Pembangunan besar yang mereka lakukan yaitu pembangunan patung Liberty pada tahun 1886. Ada beberapa versi yang terus bermunculan seiring berjalannya waktu. Adapun cerita lain terkait asal nama *gadget* yaitu istilah *gadget* berasal dari perang dunia I. Cerita itu mengatakan bahwa kata *gadget* digunakan di dalam bahasa kemiliteran terutama di dalam angkatan laut. Dan kata *gadget* itu juga sering muncul pada buku yang ditulis oleh Vivian Drake yang berjudul “*Above the Battle*” dimana buku itu diterbitkan pada tahun 1918.

Pada buku tersebut terdapat kutipan “*Our ennui was occasionally relieved by new gadgets. Gadget is the Flyng slang dor invention! Some gadgets were good, some comic and some extraordinary*”. Dimana saat itu, kata *gadget* berkonotasi menjadi sebah kekompakan serta pergerakan. Sampai pada tahun 1956, istilah *gadget* masih saja dibicarakan. Adalah lagi tulisan lain yang muncul yaitu sebuah esai dengan judul “*The Great Gizmo*” dimana penulisnya yaitu seorang kritikus arsitektur yang bernama Reyner Baham. Dia mengartikan istilah *gadget* menjadi sebuah benda yang memiliki keunikan dimana mempunyai suatu perangkat dengan kemampuan yang tinggi serta berkaitan dengan ukuran dan biaya.

Adapun di dalam esai tersebut dijelaskan kegunaan dari *gadget* yaitu mengubah sesuatu menjadi sesuatu yang dibutuhkan manusia serta dapat dipergunakan dengan kemampuan instalansi dan penggunaan yang handal.

## 2. Pengertian *gadget*

Di zaman milenial, perkembangan dunia teknologi dan informasi mulai mengalami perubahan yang sangat pesat dan terus berkembang seiring berjalannya waktu. Hal itu di tandai dengan kemajuan dalam bidang teknologi serta informasi salah satunya adalah *gadget*. Pada saat penemuan mereka, perangkat selalu didefinisikan sebagai teknologi yang lebih pintar dari biasanya. *Gadget* merupakan sebuah alat yang mempunyai kegunaan serta fungsi praktis tertentu yang berguna dan umumnya menawarkan sesuatu yang baru. Menurut Chusna (2017, hlm. 318) mengatakan bahwa “*gadget* adalah istilah bahasa Inggris untuk perangkat elektronik kecil dengan berbagai fungsi khusus. *gadget* dalam bahasa Indonesia yaitu acang adalah istilah yang berasal dari bahasa Inggris untuk menunjukkan alat atau alat yang memiliki tujuan tertentu dan fungsi praktis yang berguna yang biasanya diberikan kepada sesuatu yang baru.”.

Menurut Elsa (2014, hlm. 8) mengatakan bahwa “*gadget* ialah suatu penemuan terbaru dan teknologi dengan keterampilan yang lebih baik dengan tampilan terbaru yang bertujuan untuk kegunaan yang lebih praktis dan lebih berguna bagi manusia”. Menurut Putra, N. D. (2019, hlm, 1), mengatakan “*gadget* merupakan sebuah media yang disesuaikan menjadi inovasi atau benda baru yang digunakan manusia. Pada dasarnya *gadget/smartphone* merupakan teknologi komunikasi terbaru dari *handphone*”. Menurut Hulasoh (2020, hlm. 55), mengatakan bahwa “*smartphone* dibuat dalam upaya memudahkan manusia dalam mengelola serta mengembangkan pemikirannya melalui berbagai fitur yang disediakan”. Menurut Putra (2019, hlm. 1), mengatakan bahwa “*gadget* ialah suatu benda (alat atau barang elektronik) teknologi kecil yang memiliki fungsi khusus, yag tampilan dan kegunaannya selalu di perbaharui sesuai dengan perkembangan zaman”.

*Gadget* merupakan teknologi yang di pergunakan oleh manusia di dalam banyak hal terutama untuk memudahkan manusia untuk mengakses dan berkomunikasi serta belajar dengan mudah. Bisa juga dikatakan bahwa gadget merupakan media modern yang dapat diartikan sebagai suatu benda atau alat yang sangat berguna yang dapat digunakan untuk semua kalangan. Seperti perangkat elektronik lainnya, perangkat memiliki efek positif dan negatif. Gadget dapat menawarkan manfaat bagi orang dewasa dan anak-anak.

Wijanarko (2016, hlm. 3) mengatakan bahwa “*gadget*, baik itu laptop, iPad, tablet atau smartphome, adalah alat teknologi yang berisi berbagai aplikasi dan informasi tentang semua hal di dunia”. Dalam pengertian umum, *Gadget* dianggap sebagai perangkat elektronik yang memiliki fungsi tertentu di setiap perangkat. Contoh perangkat adalah komputer, ponsel, game, dan lain-lain. *Gadget* memiliki fitur dan manfaat yang relatif sesuai dengan penggunaannya.

Seiring berkembangnya zaman, Pendidikan bukan hanya tentang buku sekarang. Namun melalui gadget kita bisa mengakses berbagai ilmu yang kita butuhkan. Beberapa hal yang juga bisa kita akses terkait pendidikan, politik, ilmu pengetahuan secara umum, agama, dan apa saja yang bisa kita ketahui tanpa harus ke perpustakaan, yang jaraknya bisa sangat jauh.

Dari pemaparan di atas dapat diketahui bahwasanya *gadget* ialah perangkat elektronik yang berukuran kecil yang dapat digunakan untuk mencari informasi serta berkomunikasi dengan orang lain yang dimana *gadget* sendiri dilengkapi berbagai fitur aplikasi yang bisa dimanfaatkan semua orang sesuai dengan kebutuhannya masing-masing.

### **3. Jenis-Jenis *Gadget***

Menurut Putra (2019,hlm.1), mengatakan bahwa “dimasa globalisasi ini jenis, fitur maupun bentuk *gadget* sudah memiliki berbagai macam jenis Komputer (termasuk laptop dan desktop), ponsel, video game, perangkat seperti PSP, perangkat video seperti MP4, perangkat audio seperti iPod, dan kamera. Dari sini terlihat bahwa gadget memiliki arti yang cukup luas.

Hampir semua perangkat elektronik kecil dengan kemampuan khusus yang dapat memamerkan teknologi baru dapat disebut gadget. Berikut beberapa jenis gadget yang umum digunakan, antara lain:

- a. *Handphone* perangkat elektronik yang dirancang serta digunakan manusia yang berukuran kecil yang sering digunakan yang bisa digunakan untuk menelpon sms dan *video call* serta bermain *game*.

**Gambar 2.1**

*Handphone*



Sumber: [https://3.bp.blogspot.com/-](https://3.bp.blogspot.com/-vQXrEO8k6OM/WdMaDF0YVDI/AAAAAAAAAZ8/535NRitwXiEb1B7hXu_NZZsWy60EZ2-mgCEwYBhgL/s1600/evolution-phone.png)

[vQXrEO8k6OM/WdMaDF0YVDI/AAAAAAAAAZ8/535NRitwXiEb1B7hXu\\_NZZsWy60EZ2-mgCEwYBhgL/s1600/evolution-phone.png](https://3.bp.blogspot.com/-vQXrEO8k6OM/WdMaDF0YVDI/AAAAAAAAAZ8/535NRitwXiEb1B7hXu_NZZsWy60EZ2-mgCEwYBhgL/s1600/evolution-phone.png)

- b. *Ipad* sebuah produk komputer yang berukuran sedang yang sering digunakan anak sekolah untuk belajar dan menggambar secara virtual.

**Gambar 2.2**

*Ipad*



Sumber: <https://www.gingsul.com/wp-content/uploads/2017/10/Harga-Apple-iPad-Air-2-WiFi-64GB-Terbaru-Spesifikasi-Fitur-Gambar-540x350.jpg>

- c. *Netbook* dan *laptop* perangkat teknologi berukuran besar dan yang sering digunakan untuk bekerja dan mengerjakan tugas, meeting dan pekerjaan kantor lainnya.

**Gambar 2.3**

**Netbook dan Laptop**



Sumber: [https://www.indoworx.com/file/2018/05/loperonline.com\\_.jpg](https://www.indoworx.com/file/2018/05/loperonline.com_.jpg)

- d. Kamera digital juga termasuk dalam perangkat jenis ini. Tujuan dari kamera digital ini adalah untuk merekam dan menangkap gambar dan video.

**Gambar 2.4**  
**Kamera**



Sumber: <https://4.bp.blogspot.com/-WJNQK2dfoT4/UntGcO-87sI/AAAAAAAAAnY/gRI5SbaRHtU/s1600/JUALKAMERADIGITALSONY-DSCRX10.png>

- e. Alat bantu dengar atau *hearing aid* sering menggunakan *earbud* atau *earphone*. Kedua alat ini juga termasuk dalam jenis gadget ini. Pengguna gadget dapat menggunakan kedua alat tersebut untuk mendengarkan musik dan video.

**Gambar 2.5**  
**Headset atau Headphone**



Sumber: <https://i1.wp.com/kreativv.com/wp-content/uploads/2020/03/headset-headphone-earphone.png?resize=850%2C500&ssl=1>

Dari pemaparan di atas ada banyak jenis *gadget*. Dari jenis jenis *gadget* di atas dapat diketahui maka *gadget* terbagi menjadi beberapa jenis yaitu *handphone*, *ipad*, *netbook* dan *laptop*. Jika menggunakan salah satu alat di atas, maka kita juga seorang yang menggunakan *gadget*. Di zaman yang moderen, dengan adanya *gadget* sangat membantu masyarakat dalam beraktivitas sehari-hari. Memahami *gadget*, kegunaan, dan jenisnya akan mempermudah kita agar lebih mengenal *gadget*. Kegunaan *gadget* yang dimiliki untuk memudahkan dalam melakukan berbagai aktivitas yang dimiliki. Namun dalam penggunaan *gadget*, kita harus dengan bijak dalam pemakaiannya agar tidak menimbulkan efek dalam kehidupan di masa depan.

#### **4. Fungsi *Gadget* Bagi Pelajar**

*Gadget* merupakan teknologi baru yang keberadaannya saat ini menjadi sesuatu yang sangat penting. *gadget* memiliki banyak fungsi yang menjadikan perangkat elektronik ini sangat penting. Adapun kegunaan dari *gadget* salah satunya ialah sebagai media komunikasi. Semua pengguna *gadget* bisa merasakan fitur ini. Dengan menggunakan *gadget* memudahkan untuk berkomunikasi jarak jauh. Pada saat itu setiap orang banyak menggunakan

*smartphone*, jam tangan pintar, dan objek lainnya. Selain itu, penggunaan *gadget* mempermudah masyarakat untuk mendapatkan informasi. Dengan *gadget*, masyarakat dapat dengan mudah mengakses internet sehingga masyarakat dapat memperoleh informasi dengan lebih mudah.

Fungsi dan keunggulan gadget secara umum antara lain komunikasi, pengetahuan manusia semakin luas dan maju. Jika orang berkomunikasi secara langsung di zaman kuno, itu berkembang melalui tulisan melalui surat. Di era globalisasi, orang dapat menggunakan ponsel untuk berkomunikasi dengan mudah, cepat, nyaman dan efektif. Gadget sosial memiliki banyak fungsi dan kegunaan yang cocok untuk kita berbagi berita, berita dan cerita. Dengan penggunaan ini, Anda dapat menambah teman dan membesarkan kerabat jauh tanpa menghabiskan waktu yang relatif lama untuk berbagi.

Fungsi lainnya adalah sebagai sarana hiburan. *Gadget* ini dirancang khusus untuk menghibur pengguna. Sama seperti Anda dapat mendengarkan musik dengan iPod, Anda juga dapat membuka video dengan iPod. Selain itu, fungsi perangkat sudah menjadi gaya hidup. Penggunaan perangkat dapat mempengaruhi gaya hidup seseorang. Keistimewaan lain dari *gadget* ini adalah dapat digunakan untuk menambah informasi. *Gadget* memudahkan pengguna untuk mengakses berbagai hal. Karena itu, *gadget* dapat meningkatkan kesadaran. Meski memiliki fungsi yang baik, gadget dapat memberikan dampak negatif. Oleh karena itu, sebagai pengguna *gadget*, Anda perlu memahami dampak positif dan negatif dari penggunaan *gadget*.

*Gadget* juga memiliki fungsi bagi siswa. Dengan *gadget (smartphone)*, siswa dapat merasakan banyak manfaat. Dikarenakan *gadget (smartphone)* juga merupakan media pembelajaran multimedia yang artinya dapat berfungsi untuk beragam kepentingan, termasuk sumber belajar berbasis teknologi. Penggunaan multimedia sebagai media pembelajaran akan sebanding dengan fungsinya. Siswa belajar dari tutorial yang ada di dalam *gadget* yang akan beradaptasi dengan kemampuan mereka. Dengan adanya *gadget*, siswa dapat belajar kapan saja, di mana saja, tanpa batasan waktu yang dijadwalkan. Jenis informasi pendidikan yang biasa diakses melalui *smartphone/gadget* antara



lain “portal akademik, artikel ilmiah, informasi beasiswa, wikipedia.org, detik.com, *googlebook, ejournal*”.

## 5. Pengertian Remaja

“Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah” Ellysa (2017, hlm. 1). Adapun menurut Terresa dalam Diananda (2019, hlm. 118) mengatakan bahwa “remaja awal pada rentang usia 13 sampai dengan 17 tahun, pada fase ini perubahan yang terjadi sangat pesat dan mencapai puncaknya. Ketidakseimbangan emosional dan ketidakstabilan dalam banyak hal terdapat pada usia ini. Ia mencari identitas diri karena masa ini, statusnya tidak jelas”. Selain itu, terjadi pada remaja bahwa pola hubungan sosial mulai berubah seiring bertambahnya usia. Seiring waktu, remaja akan menyerupai orang dewasa muda dan merasa diberdayakan untuk membuat keputusan sendiri. Pada fase perkembangan ini, fokusnya adalah mencapai kemandirian dan identitas, berpikir menjadi lebih logis, lebih abstrak, dan idealis, dan lebih banyak waktu dihabiskan di luar keluarga.

Seorang remaja yang lebih tua, 17 sampai 21 tahun, ingin menjadi pusat perhatian dan menampilkan dirinya secara berbeda dari remaja awal. Remaja pada usia ini sangat idealis, ambisius, bersemangat, dan energik. Dia juga berusaha untuk mengidentifikasi dirinya dan ingin mencapai kemandirian emosional. Pada remaja lanjut, ada perubahan fisik yang terjadi sangat cepat selama masa pubertas. Misalnya, perubahan karakteristik seksual, seperti pembesaran payudara, perkembangan pinggang pada anak perempuan, sedangkan anak laki-laki ditandai dengan pertumbuhan kumis, janggut, dan perubahan suara yang lebih dalam.

Dari paparan di atas dapat disimpulkan bahwasanya remaja pada usia 10-24 tahun serta belum menikah termasuk kepada fase usia remaja yang mengalami banyak perubahan. Pada masa ini, remaja juga akan mengalami

pemikiran yang sangat idealis, memiliki cita-cita yang besar, akan bergairah, dan memiliki energi yang besar.

## **6. Ciri-ciri Remaja**

Kehidupan remaja memiliki ciri-ciri tertentu yang membedakannya dari tahap awal dan tahap selanjutnya. Pubertas selalu menjadi masa yang sulit bagi remaja dan orang tuanya. Menurut Sidik Jatmika dalam Saputro (2018, hlm. 26) Mengatakan bahwa “Kesulitan tersebut berasal dari fenomena remaja itu sendiri dengan beberapa perilaku khusus, yaitu remaja semakin terbiasa untuk mengekspresikan kebebasannya dan hak untuk menyampaikan pendapatnya. Tak pelak, hal ini dapat menimbulkan ketegangan dan konflik, serta dapat mengasingkan remaja dari keluarga dan lingkungan di sekitarnya”.

Selama masa pertumbuhan, lebih mudah bagi orang untuk dipengaruhi oleh teman daripada di masa kanak-kanak. Ini mengurangi pengaruh orang tua. Remaja berperilaku dan memiliki kegembiraan yang berbeda, bahkan bertentangan dengan perilaku dan kegembiraan keluarga. Seperti biasa, remaja melakukan hal mereka dengan fashion, gaya rambut, musik, yang semuanya harus selalu up to date. Selain itu, remaja mengalami perubahan fisik yang luar biasa, baik dalam pertumbuhan maupun seksualitas. Perasaan seksual bisa menakutkan, membingungkan, dan menjadi sumber rasa bersalah dan frustrasi. remaja sering menjadi terlalu percaya diri, yang, bersama dengan emosi mereka yang umumnya meningkat, membuatnya sulit untuk mengikuti nasihat dan instruksi orang tua. Sidik Jatmika dalam Saputro (2018, hlm. 26) menjelaskan bahwa “kesulitan yang sering dialami remaja, betapapun membosankannya mereka dan orang tuanya, adalah bagian normal dari perkembangan remaja”. Beberapa kesulitan atau bahaya yang mungkin dihadapi kaum muda antara lain:

- a. Perubahan kondisi mental. Pada suatu waktu ia mungkin tampak pendiam, pemarah dan pendiam, tetapi di lain waktu ia tampak berbeda, ceria, berseri-seri dan percaya diri. Perilaku tak terduga dan berubah-ubah ini bukanlah hal yang luar biasa. Ini seharusnya hanya menjadi perhatian

dan kewaspadaan umum ketika Anda telah menjerumuskan remaja bermasalah ke sekolah atau dengan teman-teman mereka.

- b. Keingintahuan seksual dan coba-coba. Ini normal dan sehat. Keingintahuan dan gairah seksual adalah normal dan sehat. Ingat, ketertarikan seksual juga merupakan ciri normal perkembangan remaja. Keingintahuan dan nafsu seksual jelas mengarah pada bentuk perilaku seksual, seperti ketidakhadiran.
- c. Perilaku antisosial, seperti mengganggu, berbohong, kejam, dan menunjukkan perilaku agresif. Alasan dapat sangat bervariasi tergantung pada budaya. Namun, penyebab yang mendasarinya adalah pengaruh buruk dari teman dan disiplin orang tua yang tidak tepat, terutama ketika terlalu keras atau terlalu baik, dan seringkali tidak ada, penyalahgunaan narkoba, psikosis, bentuk psikosis yang paling dikenal adalah skizofrenia (semi gila benar-benar gila).

## **B. Hubungan Gadget dan Remaja**

### **1. Dampak positif dari bermain *gadget***

Dalam penggunaan *gadget* sendiri, mempunyai beberapa dampak yang dapat dirasakan oleh penggunanya. Pada anak remaja terdapat beberapa dampak positif menurut Chusna (2017, hlm. 324) sebagai berikut:

- a. Mempermudah komunikasi

Dalam hal ini gadget dapat mempermudah komunikasi dengan orang lain yang jauh dari kita melalui SMS, telepon atau aplikasi apapun yang terdapat pada gadget kita.

- b. Menambah pengetahuan

kita dapat mengakses atau mencari halaman pengetahuan dengan mudah menggunakan aplikasi yang ada di gadget kita seperti aplikasi Detik, Kompas.com, dll.

- c. Menambah teman

Dengan banyaknya jejaring sosial yang bermunculan akhir-akhir ini, gadget kita memudahkan kita untuk menambah teman melalui jejaring sosial yang ada..

d. Munculnya metode-metode pembelajaran baru

Metode pembelajaran ini dapat mempermudah proses pembelajaran bagi siswa dan guru. Seiring kemajuan teknologi, diciptakan metode baru yang memungkinkan siswa memahami materi abstrak karena materi dapat dibuat abstrak dengan bantuan teknologi.

## 2. Dampak Negatif dari bermain *gadget*

Selain mempunyai dampak positif, *gadget* juga memiliki dampak negatif. Adapun dampak negatif yang terdapat pada *gadget* menurut Chusna (2017, hlm. 325) yaitu:

a. Merusak mata

Dengan terus-menerus melihat ke layar fokus perangkat, mata menjadi kering dan dapat menjadi sangat terinfeksi.

b. Mengubah postur tubuh

Menurut Kristen Lord, seorang ahli terapi fisik mengatakan bahwa tubuh bereaksi terhadap kebiasaan sehari-hari. Saat melihat ponsel, leher dan bahu juga terpengaruh.

c. Kulit wajah kendur

Menurut dr. Sam Bunting, dokter kulit, banyak wanita di usia 30-an yang memiliki masalah kulit wajah, terutama rahang, yang mulai memudar. “Selama bertahun-tahun, elastisitas kulit menurun, seiring dengan kebiasaan menunduk saat menggunakan ponsel dalam waktu lama. Ini memperburuk kualitas kulit”

d. Mengganggu pendengaran

Hampir semua orang yang menggunakan ponsel atau tablet tampaknya menggunakan ponsel untuk mendengarkan musik, tetapi hal ini tidak baik jika Anda terus melakukannya, terutama lagu dengan volume yang terlalu tinggi.

e. Mengganggu saat istirahat

Komputer, laptop, tablet, dan ponsel mengganggu hormon melatonin, yang juga mengganggu tidur. Sebuah studi dari Mayo Clinic di Arizona merekomendasikan agar semua orang mengecilkan kecerahan ponsel

mereka agar tidak terlalu mengganggu di malam hari. Saat Anda beristirahat, mematikan ponsel atau meninggalkannya dari tempat tidur adalah ide yang bagus.

f. Sulit berkonsentrasi pada dunia nyata

Merasa kecanduan atau kecanduan perangkat mudah bosan dengan anak-anak. Ketakutan atau kemarahan akan muncul ketika Anda memutuskan sambungan dari perangkat favorit Anda. Jika anak Anda nyaman bermain dengan perangkat kesayangannya, ia akan lebih tenang dan senang bermain dengan perangkat tersebut sendirian. Pada akhirnya, anak akan kesulitan berinteraksi dengan dunia nyata, berteman, dan bermain dengan teman sebayanya.

g. Terganggunya fungsi PFC

Kecanduan teknologi dapat lebih mempengaruhi perkembangan otak anak. PFC atau (Pre Frontal Cortex) adalah bagian dari otak yang mengontrol emosi, pengendalian diri, tanggung jawab dan pengambilan keputusan layaknya game online. Otak memproduksi hormon dopamin dalam jumlah berlebihan, yang menyebabkan PFC terganggu

h. Introvert

Kecanduan anak-anak terhadap perangkat membuat mereka berpikir bahwa perangkat adalah segalanya bagi mereka. Mereka menjadi bingung dan gelisah ketika terputus dari perangkat. Mereka menghabiskan sebagian besar waktu mereka bermain dengan perangkat. Hal ini tidak hanya cenderung introvert kurangnya kedekatan antara orang tua dan anak.

### 3. Faktor Penyebab Remaja Kecanduan *gadget*

Firdaus & Marsudi (2021, hlm. 21) menjelaskan tentang empat faktor penyebab remaja kecanduan gadget, sebagai berikut:

- a. Faktor Internal, pengendalian diri yang rendah, kebiasaan penggunaan ponsel yang tinggi, dan kenikmatan pribadi yang tinggi dapat memprediksi kerentanan individu terhadap kecanduan perangkat.

- b. Faktor Situasional, Faktor ini terdiri dari faktor penyebab yang menyebabkan penggunaan perangkat (ponsel) merasa nyaman dalam situasi yang tidak nyaman, seperti stres, kesedihan, kesepian, ketakutan, kejenuhan belajar, kesejahteraan mental dan kurangnya aktivitas di waktu luang dapat menjadi penyebab kecanduan perangkat.
- c. Faktor Sosial, terdiri dari faktor penyebab kecanduan handphone sebagai sarana berinteraksi dan menjaga kontak dengan orang lain.
- d. Faktor Eksternal, yaitu faktor yang berasal dari luar individu. Faktor ini terkait dengan tingginya terpaan media ponsel dan berbagai fasilitasnya.

#### **4. Cara Mengatasi Dampak Negatif Penggunaan *gadget***

Penggunaan perangkat bukanlah hal baru bagi remaja. Selain digunakan sebagai alat untuk kehidupan manusia atau komunikasi dengan dunia luar, perangkat juga dapat membantu mengisi waktu luang, mis. B. menggunakan internet, bermain game, mendengarkan musik, menyimpan foto/video. Namun tidak jarang penggunaan *gadget* menimbulkan efek negatif, seperti melihat foto/video yang tidak sesuai pelajaran bahkan sampai lupa waktu belajar.

Syukri & Logahan (2019, hlm. 30) menjelaskan tentang cara mengatasi dampak negatif penggunaan *gadget* sebagai berikut:

“Tahap pertama dengan cara mengurangi waktu pemakaian *gadget* dari pemakaian biasanya, Kedua mematikan notifikasi yang tidak penting, Ketiga, menghapus aplikasi yang membuat diri kita menjadi asik dengan *gadget* dan menjadi malas untuk melakukan aktivitas, keempat lakukan hal hal positif yang membuat diri kita sedikit melupakan *gadget* walaupun sulit untuk di lupakan. Penggunaan *gadget* yang berlebihan membuat remaja menjadi malas dalam berinteraksi secara langsung dengan lingkungan sekitarnya, hal tersebut dapat terjadi apabila remaja dapat mengatasi penggunaan *gadget* yang berlebihan.”

Anggraeni & Hendrizal (2018, hlm. 284) menjelaskan tentang cara-cara mengurangi dampak negatif *gadget* pada anak sebagai berikut:

- 1) Mengetahui penilaian permainan yang dikonsumsi anak. Klasifikasi dalam hal ini berarti jenis permainan apa yang dimainkan anak-anak. 2) Jangan memasang perangkat elektronik di kamar anak. 3) Menetapkan

aturan yang disepakati dengan anak, misalnya menetapkan batas waktu penggunaan perangkat anak. 4) Orang tua mengawasi media yang

dikonsumsi anak, hal. Misalnya B. dalam kaitannya dengan *game*, film.  
 5) Diskusikan dengan anak-anak apa yang dapat mereka lihat dan dapatkan dari permainan atau acara televisi yang mereka tonton. 6) Siapkan kontrol orang tua di *Play Store*.

Dari kedua pendapat tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa orang tua memiliki peran yang sangat penting didalam mengawasi penggunaan *gadget* oleh anak. karena *gadget* juga dapat menyebabkan remaja menjadi lebih sering menyendiri karena terlalu sering bermain *game*, dan aplikasi lainnya. sehingga remaja susah berkreasi serta menjadi malas belajar dan berkomunikasi dengan lingkungan sekitarnya secara langsung.

## **C. Pengelolaan waktu belajar**

### **1. Pengertian Pengelolaan Waktu Belajar**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia kata ini berasal dari kata “manage”, yang berarti “proses, cara, perbuatan mengelola” menurut Sabri (2012, hlm. 180) mengatakan bahwa “Manajemen kepentingan atau manajemen waktu adalah kegiatan membagi pekerjaan sesuai minat atau prioritas agar tujuan dapat tercapai dalam jangka waktu tertentu. Perencanaan, pengorganisasian, mobilisasi dan pengendalian produktivitas waktu”.

“Manajemen waktu meliputi perencanaan, pengorganisasian, penggerakan dan pemantauan produktivitas waktu. Melalui manajemen atau manajemen waktu ini, seseorang berusaha untuk mengurus kegiatan yang diinginkan (berdasarkan kepentingan, prioritas dan manfaat), menghindari kegiatan yang tidak diinginkan. Waktu adalah hidup itu sendiri, yang berkurang setiap waktu. Waktu adalah waktu dan tempat berbelanja dan merupakan modal sejati manusia, baik individu, kelompok, organisasi maupun masyarakat”. Sabri (2012, hlm 181).

Sama dengan hal tersebut, menurut Purwanto (2008, hlm. 6) berpendapat bahwa “Manajemen waktu adalah proses harian yang digunakan untuk membagi waktu, membuat jadwal, daftar tugas, mendelegasikan tugas, dan sistem lain yang membantu menggunakan waktu secara efektif.”. Sedangkan menurut Yuhana & Aminy (2019, hlm. 182) mengatakan bahwa



“secara luas belajar dapat diartikan sebagai suatu proses perubahan tingkah laku yang disebabkan oleh interaksi siswa dengan lingkungan. Perilaku ini meliputi pengetahuan, pemahaman, keterampilan, sikap, dan lain-lain. Sehingga kita dapat mengidentifikasi hasil belajar melalui penampilan”.

Dari pemaparan di atas dapat diketahui jika manajemen waktu belajar merupakan salah cara atau usaha agar dapat mengelola waktu belajar, membagi atau mengatur waktu untuk hal hal yang ingin dilakukan dan merupakan bentuk interaksi antara remaja dan lingkungannya, dan bentuk penyusunan waktu agar lebih terarah dan terjadwal supaya menggunakan waktu secara efektif dan efisien.

## **2. Faktor-Faktor Yang Mendukung Remaja Dapat Mengelola Waktu Belajar**

Mekanisme di dalam mengelola waktu merupakan langkah bertahap yang harus dilakukan dimulai dari perencanaan hingga evaluasi. Pada remaja sendiri, manajemen waktu sudah dapat mulai dapat diterapkan. Sebab pada usia remaja, ia telah memiliki prioritas utama sebagai siswa yaitu belajar. selain belajar, di usia anak remaja juga masih ingin untuk bermain-main bahkan tak jarang anak remaja yang melupakan tanggung jawabnya untuk belajar dan hanya asik bermain saja. Menurut Rihardi dalam Nurhidayati (2016, hal. 27) mengatakan bahwa faktor-faktor yang mendukung remaja untuk dapat mengelola waktu belajar pada anak remaja yang merupakan seorang siswa adalah sebagai berikut:

- a. Faktor dari dalam diri yang melakukan kesalahan
- b. Faktor pandangan hidup
- c. Faktor lingkungan sekolah

Mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi manajemen waktu, hal ini dapat dilakukan sebagai upaya untuk meningkatkan keterampilan manajemen waktu di lingkungan anak, khususnya di lingkungan sekolah yang dilakukan dalam kegiatan pembelajaran dengan layanan bimbingan kelompok.

### 3. Faktor Yang Menghambat Remaja Dapat Mengelola Waktu Belajar

Anak diusia remaja masih sangat senang bermain dan terkadang tidak menghiraukan tugas ataupun prioritas mereka. Banyak anak remaja saat ini yang tidak dapat mengelola waktu belajar mereka. Apa lagi situasi pandemi Covid-19 saat ini memaksa anak sekolah untuk belajar dari rumah. Kebanyak anak remaja yang bersekolah menjadi tidak belajar di rumah akibat lebih mementingkan bermain daripada belajar. Hal tersebut dapat terjadi bila anak remaja tidak dikontrol oleh kedua orang tua. Bila anak remaja tidak dipantau oleh orang tua, anak remaja menjadi tidak mampu mengelola waktu belajarnya dan hal tersebut dapat menjadi fatal karena dapat menjadi karakter malas pada remaja. Usia remaja biasanya masih duduk dibangku sekolah. Maka dari itu, remaja memiliki kewajiban untuk belajar. Maka dari itu peranan orang tua sangat dominan dalam mengarahkan dan mendidik anak agar tahu dan ingat apa prioritas mereka yaitu belajar. adapun menurut Slameto dalam Briliantoro (2018, hlm. 20) mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi belajar sehingga dapat memotivasi ataupun menghambat anak remaja dalam mengelola waktu belajar adalah sebagai berikut:

- a. Faktor internal, yaitu faktor yang terdapat dalam diri individu. Faktor internal dibagi menjadi tiga bagian, yaitu faktor fisik, faktor psikologis dan faktor kelelahan. Faktor fisik meliputi kesehatan dan kecacatan. Faktor psikologis meliputi kecerdasan, perhatian, minat, bakat, watak, kedewasaan. Faktor kelelahan meliputi kelelahan fisik dan kelelahan spiritual.
- b. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar, termasuk faktor yang terbagi menjadi tiga bagian, yaitu faktor keluarga, faktor sekolah dan faktor masyarakat. Faktor keluarga meliputi cara orang tua mendidik, hubungan antar anggota keluarga, lingkungan rumah, dan kondisi ekonomi keluarga. Faktor akademik meliputi metode pengajaran dalam mengajar, kurikulum, hubungan guru-murid, dan hubungan murid-murid. Selain faktor komunitas, termasuk teman

bergaul, aktivitas remaja di masyarakat, dan media untuk memberikan informasi positif dan negatif.

#### **4. Hubungan Penggunaan *Gadget* dan Pengelolaan Waktu Belajar Remaja**

Bagi remaja, penggunaan *gadget* sudah sangat familiar. Apalagi kegiatan sekolah secara daring seperti saat ini, peran *gadget* sangat diperlukan guna pelaksanaan pembelajaran. Jenis *gadget* yang dimiliki setiap remaja pada umumnya adalah *smartphone*. Penggunaan *gadget* jenis *smartphone* secara efisien, mampu memberikan dampak positif bagi anak remaja seperti mampu menambah wawasan dan pola pikir anak. Hal tersebut didukung dengan pernyataan Mardi dalam Kurniawati (2020, hlm. 80) mengatakan bahwa '*smartphone* dapat dijadikan sebuah sarana guna menambah pengetahuan siswa mengenai kemajuan teknologi sehingga siswa tidak dikatakan menutup mata akan kemajuan di era globalisasi. *Smartphone* membuat segalanya menjadi praktis dan ekonomis'.

Anak usia remaja rata-rata sangat gemar bermain gadget terutama *smartphone*. Saat ini, fitur *game online* telah banyak diciptakan karena banyaknya peminat dari *game online* itu sendiri. Namun tak jarang anak remaja saat ini lebih fokus bermain *gadget* dan melupakan prioritas utamanya sebagai siswa yaitu belajar. Sebagai pelajar sudah seharusnya anak remaja mampu mengelola waktunya. Pengelolaan waktu sendiri dilakukan agar anak remaja mampu membagi waktu antara belajar dan bermain. Dengan begitu keseimbangan dapat terjadi sehingga anak remaja dapat menggunakan waktu dengan maksimal. Hal tersebut didukung oleh pendapat Lakein dalam Briliantoro (2018, hlm. 11) yang mengatakan bahwa "pengelolaan waktu atau manajemen waktu diperlukan pertimbangan dalam melakukan aktivitas berdasarkan tingkat kepentingannya sehingga individu mampu memilah-milah kegiatan berdasarkan tingkat kepentingannya, sehingga individu tersebut mampu memilah-milah kegiatan yang hendak dilaksanakan berdasarkan kebutuhan dan kinginannya".

Dari pemaparan di atas dapat diketahui bahwasanya hubungan

penggunaan *gadget* dan pengelolaan waktu belajar adalah sangat berkaitan. Sebab dalam menggunakan *gadget* harus memperhatikan pengelolaan waktu dalam penggunaannya. Bila penggunaan *gadget* dilakukan secara berlebihan maka waktu yang ada hanya terbuang untuk *gadget* saja. Sehingga kegiatan yang lain seperti belajar, dapat terbengkalai dan tugas sekolahpun tidak dapat diselesaikan. Jika sudah seperti itu, pengelolaan waktu belajar akan berantakan. Maka dari itu diperlukan pengawasan oleh keluarga terutama kedua orang tua supaya dapat membimbing dan menunjukkan anak remaja cara penggunaan *gadget* agar pengelolaan waktu belajar dapat terlaksana dengan baik.

### **5. Manfaat Dari Pengelolaan Waktu Belajar**

Dapat mengatur waktu dan meningkatkan produktivitas waktu, membantu kita tidur lebih nyenyak dan memungkinkan kita untuk lebih menyeimbangkan waktu belajar. dan menciptakan keseimbangan kehidupan kerja yang lebih baik. Mengelola waktu dengan teknik manajemen waktu yang efektif membantu membebaskan lebih banyak waktu untuk hal-hal yang paling penting. Bisa lebih banyak waktu di luar pekerjaan untuk dihabiskan bersama keluarga dan teman, menikmati hobi baru, atau menghabiskan waktu untuk sesuatu yang penting.

Kita menggunakan waktu paling efektif ketika kita bisa fokus pada pelajaran. Alih-alih mencoba melakukan segalanya dan mengejar ketinggalan lagi dan lagi, manajemen waktu yang efektif akan membantu Anda memfokuskan waktu Anda pada beberapa kegiatan produktif. Ketika kita memfokuskan waktu kita pada tugas dan daftar tugas yang panjang, waktu Anda dipenuhi dengan banyak hal, seperti waktu untuk berpikir. Ketika kita menggunakan teknik manajemen waktu yang efektif, yang harus kita lakukan adalah lebih banyak berpikir. Waktu untuk merencanakan, waktu untuk strategi dan waktu untuk tujuan yang paling penting.

Jika seorang Muslim dapat mengatur waktunya dengan baik, ia akan mengoptimalkan hidupnya. namun jika tidak bisa, maka ia tidak akan bisa mencapai apapun, karena waktu adalah modal dasar bagi kehidupan seorang muslim yang saleh Sabri (2012, hlm. 183). Allah Subhanahu Wata'ala (SWT)

berfirman: "Sesungguhnya pada silih bergantinya siang dan malam dan pada apa yang Allah ciptakan di langit dan di bumi, terdapat tanda-tanda (kekuasaan-Nya) yang benar bagi orang-orang yang bertakwa" (QS Yunus: 6).

#### **D. Penelitian terdahulu**

Peneliti sebelumnya telah melakukan penelitian tentang penggunaan perangkat, oleh:

1. Dian Kurniawati, (2020) tentang "Pengaruh penggunaan perangkat terhadap kinerja siswa." Hasil dari penelitian ini adalah penggunaan perangkat dapat mempengaruhi kinerja siswa. Dan ketika siswa menjadi kecanduan aplikasi yang berada di perangkat game, media sosial, internet, dan aplikasi lain yang biasa digunakan, dapat menyebabkan siswa menurunkan tingkat kemahirannya. Kesamaan penelitian saat ini dengan penelitian sebelumnya adalah peneliti mengeksplorasi penggunaan perangkat. Sedangkan perbedaannya adalah peneliti sebelumnya melihat pengaruh penggunaan perangkat terhadap kinerja siswa, sedangkan peneliti sekarang ingin melihat masalah penggunaan perangkat untuk mengatur waktu belajar.
2. Ela Husaloh, Rahma Andini Syamsuddin, Alvin Praditya, Lisdawati, Supardi, (2020) tentang "Pengaruh *Gadget* Terhadap Prestasi Belajar Remaja di Era Milenial Pada Lembaga Bimbingan Belajar Daarul 'Uluum Petukangan Utara, Pesanggrahan, Jakarta Selatan. adapun hasil penelitian adalah para wali murid (orang tua) murid mampu memahami pentingnya pengaruh *gadget* terhadap prestasi belajar sehingga parawali murid (orang tua) perlu untuk mengawasi anak-anak mereka dalam menggunakan *gadget* sehari-harinya. Persamaan dengan penelitian yang sekarang adalah bahwa peneliti sedang mengeksplorasi penggunaan *gadget*. Sedangkan perbedaannya adalah peneliti terdahulu meneliti tentang pengaruh penggunaan *gadget* terhadap prestasi siswa, sedangkan yang diteliti peneliti sekarang adalah masalah penggunaan *gadget* terhadap pengelolaan waktu belajar anak di Rukun Tetangga 2 Desa Mekar Jaya Kecamatan Manggar.

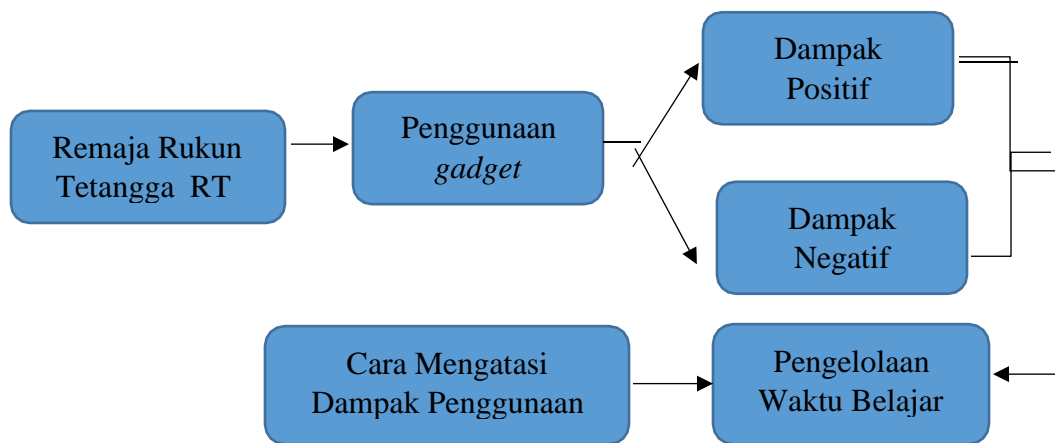
## E. Kerangka Pemikiran

Menurut Polacik, 2009 mengatakan bahwa kerangka pemikiran adalah sebuah konsep dimana dijelaskan alur logika berjalannya sebuah penelitian secara garis besar. Kerangka pemikiran dari penelitian ini ialah sebagai berikut:

Penelitian ini membahas tentang bagaimana dampak dari penggunaan *gadget* terhadap pengelolaan waktu belajar remaja di Rukun Tetangga 02 Desa Mekar Jaya Kecamatan Manggar. Penelitian ini akan mendeskripsikan lebih mendalam bagaimana dampak negatif dan positif *gadget* terhadap pengelolaan waktu belajar remaja di Desa Mekar Jaya Kecamatan Manggar. hal tersebut dapat dilihat dari penggunaan *gadget* oleh anak remaja yang tetap memprioritaskan sebagian waktunya untuk belajar.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat peneliti gambarkan sebagai berikut:

**Gambar 2.6 Kerangka Pemikiran**



Sumber: *Diolah Peneliti (2021)*