

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Perkembangan media elektronik mengalami kemajuan pesat, ditandai dengan hadirnya beragam bentuk dan fitur pada telepon seluler (ponsel). Pengguna ponsel kini tidak terbatas pada remaja dan orang dewasa saja, melainkan anak-anak usia dini pun sudah mulai terbiasa menggunakannya. Kecanduan telepon seluler (ponsel) adalah penggunaan yang berlebihan hingga mengganggu aktivitas sehari-hari penggunanya. Kondisi ini biasanya menyebabkan seseorang terlalu asyik dengan ponsel, cenderung tidak peduli terhadap lingkungan sekitar, dan sering kali mudah marah apabila ada yang mencoba mengalihkan perhatiannya (Kusuma Rini & Huriah, 2020).

Penggunaan ponsel dapat memberikan dampak negatif yang mendalam bagi anak usia dini. Mereka bisa terpapar konten yang tidak sesuai, mengalami gangguan kesehatan fisik seperti masalah penglihatan, kekakuan otot, hingga cedera tulang belakang akibat posisi duduk yang salah. Lebih dari itu, ketergantungan pada ponsel bisa menghambat perkembangan sosial mereka. Menurut Pebriana (2017), ponsel berdampak buruk terhadap interaksi sosial anak, yang dapat merusak hubungan mereka dengan lingkungan sekitar.

Anak-anak kerap mengalami berbagai macam tingkat emosi, seperti takut, bahagia, kecewa, sedih, penasaran, cinta dan kasih sayang, cemas, marah, hingga merasa bersalah, dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kecanduan ponsel. Tingkat emosional anak yang fluktuatif sering kali diperburuk oleh penggunaan ponsel yang berlebihan. Kecanduan ponsel dapat membuat anak lebih sulit mengelola emosinya, terutama jika mereka terlalu sering terpapar konten yang tidak sesuai atau terlalu tergantung pada ponsel untuk mencari hiburan dan kenyamanan (Hanifa & Lestari, 2021).

Hal ini dapat memperburuk kemampuan anak dalam menghadapi dan mengatasi masalah emosional secara langsung. Selain itu, kecanduan ponsel juga bisa memicu perilaku negatif seperti membolos untuk bermain ponsel, menyontek menggunakan perangkat, atau bahkan mengalami ledakan emosi seperti marah jika akses terhadap ponsel mereka dibatasi. Penting bagi orang tua dan pendidik untuk membimbing anak dalam menggunakan ponsel secara bijak. Dengan mengatur waktu layar dan memberikan alternatif kegiatan yang mendukung interaksi sosial serta perkembangan emosional, anak dapat belajar mengelola emosinya dengan lebih baik dan mengurangi dampak negatif kecanduan ponsel (Hanifa L, 2021).

Di Indonesia, penggunaan ponsel oleh anak-anak sekolah dasar semakin meningkat sejalan dengan perkembangan teknologi digital dan kemudahan akses internet. Anak-anak kini dapat dengan mudah menikmati berbagai konten hiburan, permainan, hingga media sosial melalui

perangkat pribadi mereka. Namun, tanpa pengawasan yang tepat, penggunaan ponsel dapat berujung pada kecanduan. (Uttami, 2024) menurut bahwa anak-anak yang menggunakan ponsel lebih dari tiga jam setiap hari cenderung mengalami gangguan emosi, seperti mudah marah, merasa cemas, dan kesulitan mengendalikan perilaku. Kondisi ini menunjukkan bahwa kecanduan ponsel bukan sekadar kebiasaan negatif, melainkan masalah serius yang dapat memengaruhi kesehatan emosional anak.

Penelitian yang dilakukan di wilayah Surabaya, Jawa Timur, terhadap siswa sekolah dasar menunjukkan adanya keterkaitan yang signifikan dengan lama penggunaan ponsel dan tingkat kecerdasan emosional. Di SDN Simokerto VI/139 Surabaya, tercatat bahwa 47,5% anak yang menggunakan ponsel selama  $\leq 2$  jam per hari memiliki kecerdasan emosional yang tinggi. Nilai  $p < 0,001$  memperkuat bahwa korelasi tersebut bersifat signifikan secara statistik. Hasil ini mengindikasikan bahwa penggunaan ponsel yang dibatasi dengan bijak dapat menunjang stabilitas emosi, sedangkan pemakaian berlebihan justru berpotensi menimbulkan gangguan emosional (Sari et al., 2021). Penelitian yang dilakukan di SDN Jember Lor 3 dengan melibatkan 153 siswa berusia 10–12 tahun menemukan adanya hubungan signifikan antara pola asuh keluarga dan tingkat penggunaan ponsel, meskipun kekuatannya tergolong sangat lemah ( $\rho = 0,042$ ;  $r = -0,164$ ). Hasil studi menunjukkan bahwa 61,4% orang tua menerapkan pola asuh demokratis, sementara 49,7% anak memiliki tingkat penggunaan ponsel dalam kategori sedang.

Anak-anak yang dibesarkan dengan pola asuh yang terbuka dan memberi kebebasan cenderung punya kontrol diri yang lebih baik dalam menggunakan ponsel. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa penggunaan ponsel dengan frekuensi dan durasi tinggi (misalnya 3–4 jam per hari) berpotensi meningkatkan risiko ketergantungan apabila tidak disertai pengawasan keluarga. Oleh karena itu, keterlibatan aktif keluarga dalam mengatur, mendampingi, dan membatasi penggunaan ponsel pada anak usia sekolah dasar menjadi faktor krusial untuk menjaga keseimbangan emosional dan sosial mereka (Fajriyanti et al., 2023).

Dari data yang sudah didapatkan oleh peneliti saat melakukan studi pendahuluan, bahwa dari total siswa di SDN Sempolan 01 Jember , 26 peserta didik, 16 di antaranya, atau setara dengan 57%, sangat aktif dalam menggunakan ponsel. Sedangkan 9 peserta didik termasuk dalam kategori sedang, karena mereka menggunakan ponsel pada malam hari, dan adapun 3 peserta didik termasuk dalam kategori rendah karena mereka masih harus bergantian menggunakan ponsel dengan anggota keluarga lainnya.

Berdasarkan hasil survey yang didapatkan, peneliti ingin meneliti lebih lanjut tentang data tersebut untuk memahami dampak jangka panjang dari kecanduan ponsel pada anak dengan tingkat emosionalnya.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana kecanduan ponsel pada siswa usia 10-12 tahun di SDN Sempolan 01 Jember?
2. Bagaimana tingkat emosional pada siswa usia 10-12 tahun di SDN Sempolan 01 Jember?
3. Apakah ada hubungan kecanduan ponsel dengan tingkat emosional pada anak usia 10-12 tahun di SDN Sempolan 01 Jember?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan kecanduan ponsel dengan tingkat emosional pada anak usia 10-12 tahun

### **2. Tujuan Khusus**

- a) Mengidentifikasi kecanduan ponsel pada anak usia 10-12 di SDN Sempolan 01
- b) Mengidentifikasi tingkat emosional pada anak usia 10-12 di SDN Sempolan 01
- c) Menganalisis hubungan kecanduan ponsel dengan tingkat emosional pada anak usia 10-12 di SDN Sempolan 01

## **D. Manfaat**

### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Penelitian ini menyajikan gambaran awal mengenai keterkaitan antara intensitas penggunaan ponsel dan tingkat kecerdasan emosional anak sekolah dasar.

- b. Penelitian ini dapat menjadi acuan dalam memahami bagaimana penggunaan ponsel yang berlebihan dapat memengaruhi aspek-aspek emosional anak usia sekolah dasar, seperti pengendalian emosi, empati, dan kemampuan berinteraksi sosial

## 2. Manfaat Praktis

### a. Untuk Anak

Anak dapat lebih menyadari dampak penggunaan ponsel terhadap emosi mereka, sehingga mendorong mereka untuk mengelola waktu layar dengan lebih bijak.

### b. Untuk Guru

Guru dapat menggunakan temuan penelitian untuk mengembangkan strategi pengajaran yang lebih baik, termasuk cara mengintegrasikan teknologi secara sehat dalam pembelajaran.

### c. Untuk Orang Tua

Orang tua bisa lebih memahami dampak dari penggunaan ponsel terhadap kesehatan emosional anak, sehingga mereka dapat lebih waspada dan terlibat.

### d. Untuk Peneliti Selanjutnya

Memberikan gambaran tentang metode dan temuan yang bisa dikembangkan, diperluas, atau dibandingkan dengan populasi dan variabel yang berbeda