

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa, dengan ciri-ciri fisik, kognitif, sosial serta emosional yang lebih matang dan cepat untuk mempersiapkan diri menjadi orang dewasa. Rentang usia remaja sulit untuk ditetapkan, akan tetapi masa remaja pada umumnya diawali dengan perkembangan fisik sekunder pada usia 11-12 tahun hingga berhentinya perkembangan pada usia 18-20 tahun.<sup>1</sup> Selain pertumbuhan fisik, ciri remaja yang lain adalah memiliki keinginan untuk hidup mandiri, terus bermain, bahagia, haus akan pengakuan dari orang lain, dan menghindari orang, tempat serta seluruh perihal yang familier bagi mereka.<sup>2</sup>

Erikson menjelaskan bahwa remaja mengalami banyak kesulitan untuk memutuskan sesuatu pada usia belasan mengenai masa depan dan kehidupan orang dewasa. Menurut Piaget, remaja usia 12-15 tahun memasuki tahap IV perkembangan kognitif, yaitu remaja berpikir abstrak dan mengasah keterampilan agar dapat ikut serta dalam menyelesaikan masalah rumit. Tugas perkembangan remaja dimulai dari membentuk gagasan-gagasan menyangkut masa depan dan memiliki lebih banyak rencana dari keinginan serta kegiatan, menerima hubungan dekat dengan lawan jenis, pernikahan, karier dan keluarga, merencanakan tingkah laku sosial yang bertanggung jawab.<sup>3</sup>

Di Indonesia, intensitas penggunaan *gadget* banyak digunakan baik di perkotaan maupun pedesaan. Pada tahun 2016 intensitas penggunaan *gadget* masyarakat kota

---

<sup>1</sup>Jarmi, A., & Intan, S. "Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja" *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, Vol.2, No.3 2017, 31.

<sup>2</sup>Rosdahi, C. B., & Kowalski, M, *Buku Ajar Keperawatan Dasar* (10 ed., Vol. 02), (Jakarta: EGC, 2014), 56.

<sup>3</sup>*Ibid.*,

sebesar 90, 7% dan masyarakat pedesaan sebesar 79, 5% dengan akses internet sebesar 36, 0% dari seluruh kalangan. Kalangan pelajar menduduki peringkat ke-3 antara lain dari siswa madrasah, terutama yang berusia kurang dari 17 tahun sebesar 27, 9%.<sup>4</sup>

Kegunaan *gadget* di kehidupan sehari-hari sebenarnya relative baik apabila digunakannya sesuai dengan kebutuhan.<sup>5</sup> Dampak positif dari *gadget* sebagai alat komunikasi adalah mempermudah komunikasi, remaja bisa mendapatkan teman baru dari berbagai belahan dunia dan memperoleh hal-hal baru dari teman-teman virtual mereka, seperti pengetahuan akan kebudayaan dan ilmu baru yang sebelumnya tidak pernah mereka dapatkan.<sup>6</sup>

Berdasarkan laporan tahun 2018, pengguna *gadget* mengalami peningkatan pesat, yaitu sebesar 2,9 miliar orang di dunia. Dan pada tahun 2020, jumlah pengguna *gadget* sebanyak 3,5 miliar orang di dunia.<sup>7</sup> Sedangkan hasil survei Kementerian Komunikasi dan Informasi mengumumkan bahwa penggunaan *gadget di Indonesia* banyak digunakan kalangan pelajar, yaitu: siswa sekolah, terutama yang berusia kurang dari 17 tahun sebesar 27,9%. Intensitas penggunaan *gadget* berlebihan dapat menyebabkan remaja merasakan kesenangannya sendiri saat berselancar di media sosial serta kebiasaan membawa ponsel ataupun *gadget* ke manapun mereka pergi akan menyebabkan berkurangnya intensitas interaksi dengan lingkungan sekitarnya.<sup>8</sup> Didukung dengan adanya Covid-19 dimana remaja diharuskan untuk menggunakan *gadget* sebagai penunjang pembelajaran saat melakukan pendidikan online. Hal tersebut merupakan salah

---

<sup>4</sup>Kominfo, *Hasil Penelitian Puslitbang SDPPPI Tahun 2016*.

<sup>5</sup> Wulandari, A., Idayatun, S., & Meyputri, C. U., "Pengembangan Aplikasi Hebat Fluida Berbasis Android Untuk SMA Kelas XI Pada Materi Fluida Statis" *Risenologi*, 6(1), 13–18.

<sup>6</sup> Azzahra, A. Z., Claretta, Haq, B. S., & Rizyndrawan, D. N. *Bunga Rampai Karya Ilmiah Siswa Laporan Temu Sosial Ilmiah Sman 8 Jakarta*. In M. A. Jonathan (Ed.). (Jakarta: Pustaka Kaji, 2020), 89.

<sup>7</sup> Worldwide, N. o. *Number of smartphone users worldwide from 2016 to 2021*, 2019.

<sup>8</sup>*Ibid.*,

satu faktor remaja harus sering berhubungan dengan *gadget* karena pendidikan dilakukan secara daring selama PPKM masih diberlakukan.

Dalam suatu kegiatan belajar mengajar di sekolah, siswa tidak hanya melakukan interaksi dengan guru, tetapi juga melakukan interaksi dengan teman-temannya. Dalam interaksi tersebut, akan terjadi pembelajaran bagaimana siswa membantu satu sama lain, menghargai satu sama lain, terjadinya pertentangan dan persaingan, dan yang lainnya. Oleh karena itu, interaksi sosial sangatlah penting dalam kegiatan belajar mengajar, terutama di masa pandemi seperti ini. Karena interaksi sosial juga memiliki andil yang besar dalam pembentukan karakter siswa, terutama di masa-masa remaja seperti ini.

Interaksi sosial merupakan hubungan-hubungan sosial yang dinamis, yang menyangkut hubungan antara orang perorang, antar kelompok manusia, serta antara orang perorang dan sekelompok manusia.<sup>9</sup> Masyarakat sebagai proses interaksi sosial, masyarakat dapat terbentuk lantaran adanya interaksi sosial antar individu atau kelompok. Melalui interaksi tersebut, akan lahir timbal balik yang akan membentuk sebuah hubungan individu atau kelompok dan menghasilkan masyarakat. Interaksi sosial merupakan inti dari seluruh kehidupan sosial, oleh sebab itu tanpa adanya interaksi sosial tidak akan mungkin ada kehidupan bersama.<sup>10</sup> Sedangkan kemampuan interaksi sosial merupakan kemampuan seseorang dalam berhubungan dengan individu atau kelompok lain ketika perilaku seseorang tersebut berpengaruh atau bisa mengubah dan membuat perilaku kelompok dan individu lain ataupun sebaliknya menjadi lebih baik dari sebelumnya, sehingga terjadi hubungan timbal balik antar individu dengan individu atau kelompok lain. Hal ini merupakan hal yang sangat penting, terlebih pada seseorang yang tengah berada di masa remaja, karena fase ini adalah fase transisi dari anak-anak menuju

---

<sup>9</sup> Soerjono Soekanto, *Sosiologi Suatu Pengantar*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013), 55.

<sup>10</sup> Kimball Young dan Raymond W. Mack: *Sociology and Social Life*, (New York: American Book Company, 1959), 137 dalam Soerjono Soekanto, *Sosiologi Suatu Pengantar*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013), 55.

dewasa, bukan hanya berkembang secara fisik akan tetapi juga secara kognitif dan sosial. Masa ini adalah masa yang sangat beresiko, dimana remaja masih belum memiliki pola pikir dan emosi yang stabil sehingga mereka membutuhkan pengawasan yang lebih dari orang tua. Kemampuan interaksi sosial remaja dapat diperoleh dari tingginya intensitas interaksi sosial dengan lingkungan sekitar remaja tersebut. Jika para remaja tidak mempunyai kemampuan interaksi sosial atau mungkin sama sekali tidak bisa berinteraksi sama sekali, hal ini tentunya dapat berpengaruh terhadap perkembangan kemampuan interaksi sosial remaja yang akan mempengaruhi kehidupannya di masa mendatang.

Di masa pandemi Covid-19 seperti ini, intensitas penggunaan *gadget* remaja mengalami peningkatan pesat, bersamaan dengan berbagai macam tugas sekolah yang mengharuskan remaja untuk menggunakan *gadget* nya. Hal tersebut merupakan hal yang wajar terjadi. Akan tetapi pada saat *gadget* beralih fungsi digunakan untuk berbagai hal yang kurang berguna dapat memunculkan akibat lain yang mungkin akan terus bertambah besar. Meningkatkan intensitas penggunaan *gadget* dapat menyebabkan dampak negatif pada remaja tersebut.

Adapula dampak negatif dari penggunaan *gadget*, antara lain: gangguan kesehatan otak, gangguan pola tidur, terpapar radiasi, dan terobsesi pada dunia maya serta menutup diri dari lingkungan sosialnya.<sup>11</sup> Hal inilah yang kemudian menimbulkan berbagai gangguan kepribadian seperti sikap menyendiri, anti-sosial cenderung tidak peka dengan kebutuhan orang sekitar, individualistis, dan lain-lain.<sup>12</sup>

Menurut AAP (*American Academy of Pediatrics*) bahwa manusia dengan usia 8-18 tahun rata-rata menghabiskan 7 jam perhari untuk penggunaan *gadget* atau alat elektronik yang lain seperti televisi, komputer, telepon, dan video *game*. Hal tersebut

---

<sup>11</sup> D. Iswidharmanjaya, *Bila Si Kecil Bermain Gadget*, (Yogyakarta : Bisakimia, 2014), 137.

<sup>12</sup> Balitbang, SDM Kominfo, *Dinamika Perkembangan Pemanfaatan Teknologi Komunikasi Serta Implikasinya di Masyarakat*, (Jakarta: Media Bangsa, 2013), 451.

menunjukkan jika penggunaan *gadget* berlebihan memiliki dampak terhadap kesulitan belajar, kemampuan berinteraksi, bahkan dapat berdampak pada kesehatan karena pengguna *gadget* akan bergerak lebih sedikit. Oleh karena itu, AAP merekomendasikan durasi penggunaan *gadget* tidak lebih dari 5 jam perhari.<sup>13</sup>

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 15 Desember 2021 di MAN 2 Kediri, MAN 3 Kediri, dan MAN 4 Kediri dengan masing-masing 10 sampel pada setiap madrasah. Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan di MAN 2 Kediri menunjukkan: 3 siswa menggunakan *gadget* kurang dari 3 jam, 4 siswa menggunakan *gadget* kurang dari 5 jam, dan 3 siswa lainnya menggunakan *gadget* lebih dari 5 jam. Kemudian hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan di MAN 3 Kediri menunjukkan 10 siswa menggunakan *gadget* lebih dari 5 jam setiap harinya. Dan yang terakhir, hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan di MAN 4 Kediri menunjukkan 6 siswa menggunakan *gadget* kurang dari 5 jam setiap harinya, dan 4 siswa lainnya menggunakan *gadget* lebih dari 5 jam setiap harinya.

Dilihat dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, dapat ditarik kesimpulan jika peneliti akan melakukan penelitian di MAN 3 Kediri karena jumlah sampel dengan intensitas penggunaan *gadget* tinggi lebih banyak. Oleh karena itu, disini peneliti ingin melakukan penelitian lebih lanjut terhadap dampak penggunaan *gadget* dalam kehidupan sehari-hari para remaja. Adapun judul yang diangkat dalam penelitian ini adalah **“Pengaruh Penggunaan Gadget Berlebihan terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Siswa MAN 3 Kediri di Masa Pandemi Covid-19”**

## **B. Rumusan Masalah**

Sehubungan dengan paparan latar belakang tersebut, adapun rumusan masalah

---

<sup>13</sup>A. J. Hardi, *Literatur Review, Model Modifikasi Intervensi Pencegahan Obesitas*. (Sidoarjo : Indomedika Pustaka, 2019), 89.

pada penelitian ini yaitu:

1. Seberapa besar pengaruh dari penggunaan *gadget* berlebihan terhadap kemampuan interaksi siswa MAN 3 Kediri di masa pandemi Covid-19?
2. Faktor apa saja yang mempengaruhi tingginya penggunaan *gadget* siswa?

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapula tujuan yang ingin dicapai peneliti pada penelitian ini, yaitu:

1. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari penggunaan *gadget* berlebihan terhadap kemampuan interaksi siswa MAN 3 Kediri di masa pandemi Covid-19.
2. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi tingginya penggunaan *gadget* siswa.

### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Akademik

Diharapkan penelitian ini dapat mengungkapkan tentang seberapa besar pengaruh dari penggunaan *gadget* berlebihan terhadap kemampuan interaksi siswa MAN 3 Kediri di masa pandemi Covid-19. Sehingga hasil penelitian ini dapat memberikan pembelajaran serta pengetahuan baru.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Peneliti

Peneliti akan bertambah wawasan serta pengetahuan yang lebih luas lagi sebagai bekal untuk penelitian selanjutnya.

- b. Bagi Mahasiswa/Khalayak Umum

- 1) Memperoleh pengetahuan tentang pengaruh dari penggunaan *gadget* berlebihan di masa pandemi Covid-19,
- 2) Dapat menerapkannya pada kehidupan sehari-hari agar tidak menggunakan

*gadget* secara berlebihan dan hanya sesuai kebutuhan saja.

#### **E. Ruang Lingkup dan Keterbatasan Penelitian**

Dalam setiap penelitian dibutuhkan pembatasan masalah agar permasalahan pada penelitian tidak meluas. Berikut ini adalah batasan-batasan masalah pada penelitian ini, antara lain:

1. Variabel yang diteliti pada penelitian ini adalah penggunaan *gadget* dan kemampuan interaksi sosial siswa kelas X IPS MAN 3 Kediri,
2. Siswa memiliki *gadget*,
3. Siswa bermain *gadget* lebih dari 6 jam dalam satu hari.

#### **F. Penelitian Terdahulu**

- a. Jurnal Musaidah yang berjudul "*The Influence of Gadgets on Wards Social Interaction of Adolescents at SMK Gunung Sari 1 Makassar*".<sup>14</sup> Hasil dari penelitian ini yaitu terdapat pengaruh positif penggunaan *gadget* terhadap imteraksi sosial siswa. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang tengah dilakukan oleh peneliti adalah peneliti ingin mengetahui pengaruh penggunaan *gadget* yang berlebihan terhadap kemampuan interaksi sosial siswa MAN di masa pandemi. Sedangkan Musaidah membahas mengenai pengaruh pemakaian *gadget* dengan intensitas normal terhadap interaksi sosial siswa.
- b. Jurnal Munisa peserta didik Fakultas Agama Islam dan Humaniora Universitas Pembangunan Panca Budi Medan yang berjudul "*Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Anak Usia Dini di TK Panca Budi Medan*".<sup>15</sup> Hasil dari penelitian ini yaitu interaksi sosial anak semakin rendah jika tingkat penggunaan *gadget* tinggi, dan sebaliknya interaksi sosial anak akan semakin tinggi jika tingkat

---

<sup>14</sup> Musaidah, "The Influence of Gadgets on Wards Social Interaction of Adolescents at SMK Gunung Sari 1 Makassar" *Journal of Health Science and Prevention Special Issue 2019*, 96-98.

<sup>15</sup> Munisa, "Pengaruh Penggunaan *Gadget* Terhadap Interaksi Sosial Anak Usia Dini di TK Panca Budi Medan" *Jurnal Abdi Ilmu*, Vol.13, No.1 Juni 2020, 102.

penggunaan *gadget* rendah. Yang membedakan penelitian ini dan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terletak pada sumber data, dimana peneliti fokus pada Siswa MAN atau remaja sebagai sumber data, sedangkan penelitian Munisa berfokus pada anak TK atau anak usia dini.

- c. Jurnal Dindin Syahyudin Program Pasca Sarjana Teknologi Pendidikan Institut Pendidikan Indonesia yang berjudul “*Pengaruh Gadget Terhadap Pola Interaksi Sosial dan Komunikasi Siswa*”.<sup>16</sup> Hasil dari penelitian ini adalah adanya dampak negatif pada siswa dari penggunaan *gadget* seperti kecanduan yang menyebabkan siswa malas belajar, malas beraktivitas, dan menambah pengeluaran untuk membeli pulsa atau paket data. Yang membedakan penelitian ini dan penelitian yang tengah dilakukan oleh peneliti adalah peneliti ingin mengetahui pengaruh penggunaan *gadget* yang berlebihan terhadap kemampuan interaksi sosial siswa, sedangkan Dindin Syahyudin ingin mengetahui pengaruh penggunaan *gadget* terhadap pola interaksi sosial dan komunikasi siswa.
- d. Jurnal Yuliana Bewu yang berjudul “*Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Pada Siswa Kelas X IPS SMA Kristen Satya Wacana Salatiga*”.<sup>17</sup> Hasil dari penelitian ini menunjukkan jika tidak ada pengaruh yang signifikan penggunaan *gadget* terhadap interaksi sosial siswa kelas X SMA Kristen Satya Wacana Salatiga. Perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah waktu dan hasil dari penelitian.
- e. Jurnal Muhammad Iqbal Ulil Amri yang berjudul “*Dampak Penggunaan Gadget terhadap Kemampuan Interaksi Anak Sekolah Dasar pada Situasi Pandemi Covid-*

---

<sup>16</sup> Dindin Syahyudin, “Pengaruh Gadget Terhadap Pola Interaksi Sosial dan Komunikasi Siswa” *Jurnal Kehumasan*, Vol.2, No.1 Agustus 2019, 273.

<sup>17</sup> Yuliana Bewu, “Pengaruh Penggunaan *Gadget* Terhadap Interaksi Sosial Pada Siswa Kelas X IPS SMA Kristen Satya Wacana Salatiga” *Jurnal Psikologi Konseling*, Vol. 15 No.2, Desember 2019, 462-473.



19".<sup>18</sup> Hasil dari penelitian ini adalah adanya dampak positif dan negatif dalam penggunaan *gadget* terhadap kemampuan interaksi anak sekolah dasar. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu objek penelitian dan hasil dari penelitian.

## G. Penegasan Istilah

### 1. Pengaruh

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan, atau perbuatan seseorang.<sup>19</sup> Kesimpulan yang dapat ditarik dari penjelasan tersebut adalah pengaruh merupakan suatu kekuatan yang bisa tumbuh dari manusia maupun benda mati.

### 2. *Gadget*

#### a. Pengertian *Gadget*

*Gadget* merupakan salah satu alat telekomunikasi nirkabel yang mempunyai kegunaan khusus. Dalam Bahasa Indonesia *gadget* memiliki arti gawai merupakan perangkat yang mempunyai tujuan serta fungsi praktis yang dirancang khusus agar lebih canggih dari teknologi yang sudah ada sebelumnya. Selain berfungsi menjadi alat komunikasi, *gadget* juga bisa digunakan untuk mendapatkan informasi, media hiburan seperti musik dan game, alat dokumentasi, hingga sarana bisnis.

#### b. Jenis-Jenis *Gadget*

*Gadget* mempunyai berbagai macam jenis dengan fungsi yang berbeda-beda pula seperti *handphone*, laptop, kamera digital, *music player*, jam digital

---

<sup>18</sup> Muhammad Iqbal, "Dampak Penggunaan *Gadget* terhadap Kemampuan Interaksi Anak Sekolah Dasar pada Situasi Pandemi Covid-19" *Jurnal Pendidikan Dasar*, Vol. 2 No. 2, Desember 2020, 14-23.

<sup>19</sup> Depdiknas, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi ke Empat*, (Jakarta: Gramedia, 2015), 1045.

canggih, dan lain-lain.<sup>20</sup> Di bawah ini merupakan jenis-jenis *gadget* yang seringkali digunakan dalam kehidupan sehari-hari, antara lain:

- 1) Ponsel/*smartphone*, merupakan alat komunikasi elektronik nirkabel yang bisa dibawa kemana-mana yang memiliki kemampuan dasar sama dengan telepon konvensional pada umumnya. Akan tetapi, seiring berkembangnya zaman, spesifikasi ponsel juga semakin berkembang dengan berbagai macam jenis ponsel seperti ponsel yang menggunakan *iOS*, *windowsphone*, *android*, dan lain-lain. Ponsel atau *smartphone* ini adalah jenis *gadget* yang paling banyak digunakan,
- 2) Laptop, merupakan jenis *gadget* hasil modifikasi dari komputer agar lebih simpel dan praktis. Tidak berbeda dari ponsel, pengembangan laptop juga gencar dilakukan untuk mendapatkan spesifikasi yang lebih baik sehingga bukan hal asing jika semakin banyak bermunculan merk baru tentunya dengan teknologi yang semakin canggih,
- 3) Tablet bisa disebut sebagai hasil dari modifikasi dari laptop. Dengan ukuran kecil dan sederhana sehingga memudahkan untuk dibawa kemanapun, tablet mempunyai kemampuan yang sangat kompleks sama halnya dengan laptop. Bentuk tablet tidak jauh berbeda dengan ponsel *touchscreen* hanya saja dengan ukuran yang lebih besar.

c. Dampak *Gadget*

1) Dampak Positif

- a) Mempermudah interaksi dan komunikasi dengan banyak orang menggunakan media sosial, sehingga dapat memperbanyak teman dan pengetahuan baru,

---

<sup>20</sup> Isna Nadhila, *Mempermudah Hidup Manusia Dengan Teknologi Modern*, (Jakarta: Penamadani, 2013), 13.

- b) Memudahkan remaja dalam pembelajaran dan menambah wawasan. Ada berbagai situs yang berisi berbagai informasi dan ilmu pengetahuan, bahkan bisa berkonsultasi secara langsung pada bapak/ibu guru dengan menggunakan *gadget* tanpa harus tatap muka, terlebih di masa pandemi seperti ini,
  - c) Menghilangkan kepenatan remaja melalui fitur hiburan yang disediakan seperti permainan, pemutar musik, pemutar video, dan yang lainnya.
- 2) Dampak Negatif
- a) Remaja menggunakan *gadget* mereka untuk bermain media sosial. Mereka seringkali lupa waktu setelah bermain media sosial, dan berakhir menghabiskan banyak waktu untuk membuka media sosial dibandingkan belajar atau melakukan kegiatan yang lain,<sup>21</sup>
  - b) Remaja menjadi abai pada sekitarnya, mereka lebih memilih untuk memainkan *gadget* mereka dibandingkan melakukan interaksi dengan masyarakat sekitar. Tentunya hal ini akan berpengaruh pada kemampuan interaksi sosial remaja,
  - c) Penggunaan *gadget* berlebihan tidak menutup kemungkinan untuk terjadinya kecanduan. Pada awalnya remaja hanya menggunakan *gadget* untuk bermain game atau media sosial, namun lama-kelamaan remaja menemukan kesenangannya pada *gadget* sehingga menjadi kebiasaan,
  - d) Mengakses internet menggunakan *gadget* merupakan kegiatan mudah yang siapa saja bisa melakukannya, sehingga mempermudah remaja mengakses situs yang tidak selayaknya diakses. Oleh sebab itu, para orang

---

<sup>21</sup>Balitbang, SDM Kominfo, *Dinamika Perkembangan Pemanfaatan Teknologi Komunikasi Serta Implikasinya di Masyarakat*, (Jakarta: Media Bangsa, 2013), 451.

tua harus terus mengawasi anak-anak mereka agar hal-hal yang tidak diinginkan tidak terjadi.

d. Intensitas Penggunaan *Gadget*

Intensitas penggunaan *gadget* atau durasi penggunaan *gadget* bisa dilihat melalui tingkat keseringan remaja menggunakan *gadget* dalam satu harinya. Jika intensitas penggunaan *gadget* tinggi dapat mempengaruhi kehidupan sosial remaja, mereka akan cenderung mengabaikan orang-orang di sekitarnya dan lebih fokus pada *gadget* yang mereka miliki.

Menurut Sari dan Mitsalia intensitas penggunaan *gadget* yang berdurasi lebih dari 120 menit dalam sehari serta pada sekali pemakaian dengan durasi lebih dari 75 menit dapat diklasifikasikan sebagai intensitas penggunaan tinggi. Penggunaan *gadget* dengan rentang durasi 30 hingga 75 menit dapat menyebabkan kecenderungan pada penggunaan *gadget*.<sup>22</sup> Berikut ini adalah klasifikasi penggunaan *gadget* berdasarkan durasi dan intensitas penggunaan *gadget*:

Tabel 1.1

Durasi dan Intensitas Penggunaan *Gadget*

<b>Kategori</b>	<b>Durasi</b>	<b>Intensitas</b>
Tinggi	75-120	Lebih dari 3 kali per hari
Sedang	40-60	2-3 kali per hari
Rendah	5-30	Max 1-2 kali per hari

(Sumber: Sari dan Mitsalia, 2016)

3. Interaksi Sosial

<sup>22</sup> A. J. Hardi, *Literatur Review, Model Modifikasi Intervensi Pencegahan Obesitas*. (Sidoarjo : Indomedika Pustaka, 2019), 89.

Interaksi sosial adalah kegiatan yang mempertemukan antar individu, antar kelompok, ataupun kelompok manusia dengan individu dan sebaliknya. Bentuk interaksi sosial tidak hanya bersifat kerja sama, melainkan juga bisa berbentuk pertikaian, persaingan, tindakan, dan lain-lain.<sup>23</sup>

Menurut H. Bonner interaksi sosial adalah suatu hubungan antara dua atau lebih individu manusia, dimana kelakuan individu yang satu mempengaruhi, mengubah, atau memperbaiki kelakuan individu yang lain, atau sebaliknya.<sup>24</sup> Pemaparan tersebut sesuai dengan kelangsungan timbal balik dalam interaksi sosial masyarakat, baik antar individu, individu dengan kelompok, ataupun kelompok dengan individu. Seseorang bisa menyesuaikan diri dengan orang lain, membiarkan dirinya dipengaruhi oleh orang lain tersebut. Begitupula sebaliknya, orang lain tersebut juga bisa dipengaruhi oleh individu satu. Oleh karena itu, hubungan antar yang melakukan interaksi adalah hubungan timbal balik yang saling mempengaruhi.

#### 4. Dampak Pandemi Covid-19

Dikarenakan diberlakukannya peraturan *social distancing* oleh pemerintah guna memperlambat laju penyebaran Covid-19, otomatis ruang gerak kita tidak bebas seperti dahulu kala. Banyak pekerja yang diharuskan melakukan pekerjaan dari rumah atau WFH (*Work From Home*), akan tetapi tidak sedikit pula pekerja yang harus dipulangkan karena pandemi Covid-19 ini. Para pelajar dan mahasiswa harus melakukan pembelajaran daring selama pandemi yang membuat pembelajaran tidak dapat dilakukan secara maksimal seperti saat tatap muka, dan masih banyak lagi dampak dari pandemi Covid-19 ini. Karena dampak pandemi Covid-19 ini hampir melumpuhkan seluruh sektor kehidupan yang ada.

---

<sup>23</sup> Basrowi, *Pengantar Sosiologi*, (Bogor: Ghalia Indonesia, 2014), 138.

<sup>24</sup> Garungan, *Psikologi Sosial*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2010), 62.