

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, berlangsung antara usia 10-24 tahun. Fase ini ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, sosial dan emosional yang cepat. Keberhasilan seorang remaja dalam mencapai potensi yang optimal dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan. Masa remaja sebagian besar diarahkan pada persoalan hubungan teman sebaya. Remaja akan banyak menghabiskan waktu bersama teman-teman sebaya dari pada bersama anggota keluarga. Remaja mulai berusaha melepaskan diri dari pengaruh dan dominasi orang tua, dan mulai bergerak mencari identitas dalam kelompok-kelompok yang berjenis kelamin sama, dan rata-rata usia sama. Interaksi yang terus menerus, dan intens akan membentuk suatu hubungan persahabatan (Kusmiran, 2011:4).

Penting memahami masa remaja karena remaja masa dimana seseorang akan selalu tertarik pada hal-hal baru. Apalagi dengan teknologi yang semakin canggih, banyak remaja kecenderungan untuk memiliki alat komunikasi guna mengakses informasi yang terhubung dengan dunia luar. Teknologi informasi yang saat ini menjadi *trend* yaitu *gadget*. Seiring dengan perkembangan dan kemajuan teknologi penggunaan *gadget* sedang marak terjadi dikalangan anak-anak, remaja dan orang dewasa. Ketergantungan ini membuat para remaja sulit lepas dari *gadget*, pola pikir remaja yang cenderung terbuka lebih mudah menerima hal-hal baru yang bersifat inovatif dibandingkan orangtua sehingga intensitas pemakaian di kalangan mereka dapat merubah pola interaksi sosialnya (Noor, 2014:2).

*Gadget* salah satu perangkat atau *instrument* elektronik yang memiliki tujuan dan fungsi praktis terutama untuk membantu pekerjaan manusia sebagai alat komunikasi yang modern, contohnya : *laptop*,

*handphone, smartphone, android, tablet* dan lain-lain. Indonesia sebagai salah satu negara maju yang mengikuti perkembangan zaman, dan telah menjadi korban dari munculnya produk komunikasi berupa *gadget*. Masyarakat Indonesia banyak yang menggemari *gadget* karena terpengaruh dengan *trend* yang ada di dunia. Memasuki era moderanisasi seperti sekarang ini, masyarakat banyak yang menggunakan *gadget* sebagai salah satu media atau sarana berkomunikasi (Iswidharmanjaya, 2014:7).

Data dari *Pew Research Center* menunjukkan bahwa 46 % dari pengguna *smarthphone* di Amerika Serikat mengaku bahwa mereka “Tidak bisa hidup tanpa *smarthphone*”. Disamping itu, dalam tiga tahun dari 2011-2014, persentase kepemilikan *smarthphone* di kalangan orang dewasa di Amerika Serikat meningkat pesat dari 35 % menjadi 64 % dan 15 % dari populasi warga Amerika Serikat berumur 18 dan 29 tahun terindikasi ketergantungan pada *smarthphone* guna mengakses internet (Simangunsong, 2017:54).

Menurut perusahaan survei *e-Marketing* pengguna *gadget* tahun 2016 mencapai 65,52 juta. Tahun 2017 akan ada 74,9 juta. Tahun 2018 dan 2019 akan terus berkembang mulai dari 83,5 juta hingga 92 juta pengguna *gadget*. Jika dilihat dari kota dan desa pada 4 pulau (Jawa, Sumatera, Kalimantan, dan Bali), penggunaan *gadget* di kota >55% pada masing-masing pulau. Sedangkan untuk perbandingan masing-masing pulau tersebut paling banyak di pulau Jawa sebesar 71%. Berdasarkan usia, pengguna *gadget* terbanyak adalah usia 12-24 tahun yaitu sebanyak 31% khususnya pada remaja (Damayanti, 2017:2).

Persentase *gadget* di Surakarta yang hampir digunakan setiap harinya paling tinggi penggunaannya adalah penggunaan *smartphone*. Jumlah persentasenya sebesar 32% dimana jumlah ini melebihi seperempat penggunaan *gadget* lainnya seperti *Laptop, pc, handphone*, pemutar musik dan *tab*. Situasi ini dapat dikatakan bahwa remaja SMA Kota Solo usia 14-19 tahun tidak bisa lepas dari *smartphon*nya (Negara, 2015 : 10). Remaja menggunakan *gadget* dalam sehari kurang lebih 3 jam. Penggunaan

*gadget* oleh remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor budaya, faktor sosial, faktor pribadi dan faktor psikologis (Damayanti, 2017:2).

SMK Batik 2 Surakarta merupakan SMK yang berlokasi di Jl. Slamet Riyadi, Kleco, Surakarta Jawa Tengah. SMK Batik 2 Surakarta memiliki 5 Program keahlian yaitu akuntansi, pemasaran, kecantikan, multimedia, dan administrasi perkantoran. Dari 5 Program Keahlian yang sangat berpengaruh dengan zaman milinnial yaitu multimedia. Perkembangan teknologi dan informasi yang pesat membuat segala sesuatu menjadi jauh lebih mudah serta praktis. Banyaknya temuan baru di dunia teknologi mempermudah dalam berbagai aktivitas yang dilakukan dalam keseharian manusia.

Persentase alat elektronik yang digunakan siswa-siswi di SMK Batik 2 Surakarta yang hampir digunakan setiap harinya paling tinggi penggunaannya adalah *gadget/smartphone*. Siswa-siswi SMK Batik 2 Surakarta menggunakan *gadget* tertinggi dalam sehari. Hal ini dikarenakan dengan media teknologi dan informasi seperti *gadget* dapat mempermudah siswa untuk mencari dan mengakses informasi dengan mudah selain untuk mencari informasi, siswa juga memanfaatkan *gadget* untuk *chatting*, serta yang paling sering digunakan siswa yaitu sosial media seperti : *facebook, instgram, path* dan bermain *game online*. Situasi ini dikatakan bahwa SMK Batik 2 Surakarta tidak lepas dari *gadget*. Hal ini dikarenakan, remaja pada usia 15-18 tahun masa dimana seseorang akan selalu tertarik pada hal-hal baru. Apalagi dengan teknologi yang semakin canggih.

Menurut Iswidharmanjaya, (2014:15) ada dua dampak penggunaan *gadget* yaitu dampak positif dan dampak negatif. Dampak positif dari penggunaan *gadget* diantaranya, membantu memudahkan seseorang dalam melakukan aktivitas sehari-hari untuk berinteraksi dengan orang lain, jika seseorang penat dengan aktivitas sehari-hari, seseorang tersebut bisa bermain *game online* maupun *offline* melalui *gadget*, mempermudah kita

untuk menyelesaikan tugas-tugas secara cepat, dan sebagai media berbisnis secara *online*.

Sedangkan dampak negatif dari penggunaan *gadget* pada remaja diantaranya, penurunan konsentrasi saat belajar karena remaja lebih banyak menghabiskan waktu untuk berkomunikasi sosial media dibandingkan belajar, penurunan kemampuan untuk bersosialisasi, kecanduan, dan dapat menimbulkan gangguan kesehatan mata dan gangguan tidur, serta meningkatkan risiko penyakit kanker dan gangguan mental dan psikologis (Iswidharmanjaya, 2014:15).

Berdasarkan penelitian menurut Manik dan Nurrahima, (2018) hasil penelitian menunjukkan bahwa anak pra sekolah yang menggunakan *gadget* berlebih memiliki status gizi yang baik dengan kategori BB/U yang baik (80,0%), TB/U normal (83,8%), BB/TB normal (62,9%). Karena status gizi dapat seimbang ketika orang tua mampu mengatur pola makan mereka, tingkat kebutuhan gizi anak-anak juga sesuai dengan kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh. Berdasarkan penelitian menurut Fajar, *et.al* (2017), hasil penelitian menunjukkan bahwa anak prasekolah dengan intensitas penggunaan *gadget* tinggi dan pola makan tidak baik yang berisiko 2,1 kali lebih besar mengalami status gizi yang tinggi.

Status gizi (*nutritional status*), yaitu tanda-tanda atau penampilan yang diakibatkan dari *nutriture* yang dilihat melalui variabel tertentu (indikator status gizi) seperti berat badan, tinggi badan, dan lain-lain (Triwibowo, 2015:76). Pada remaja yang mengalami gizi lebih atau gemuk berisiko terjadinya penyakit degeneratif semakin tinggi, seperti hipertensi, diabetes melitus, dan lain-lain (Supariasa, *et al* 2012:18).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui wawancara pada bulan Desember 2018 di SMK Batik 2 Surakarta terhadap 8 siswa diperoleh bahwa semua siswa menggunakan *gadget* dengan durasi  $\geq 6$  jam dalam sehari, 4 siswa mengatakan ketika bermain *gadget* makan tidak tepat waktu dan 4 siswa lain mengatakan ketika bermain *gadget* sambil makan-makanan ringan. Data lain menunjukkan bahwa 2 siswa

mengatakan mengalami penurunan berat badan 1 kg, dan 2 siswa lainnya mengatakan mengalami kenaikan berat badan 1 kg. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan intensitas penggunaan *gadget* terhadap status gizi pada siswa SMK Batik 2 Surakarta.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan uraian singkat dalam latar belakang diatas maka perumusan masalah ini adalah “Adakah Hubungan Intensitas Penggunaan *Gadget* Terhadap Status Gizi Pada Siswa SMK Batik 2 Surakarta?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan intensitas penggunaan *gadget* terhadap status gizi siswa SMK Batik 2 Surakarta.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat intensitas penggunaan *gadget* terhadap siswa SMK Batik 2 Surakarta.
- b. Mengetahui tingkat status gizi siswa SMK Batik 2 Surakarta.
- c. Menganalisa hubungan antara intensitas penggunaan *gadget* terhadap status gizi siswa SMK Batik 2 Surakarta.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi Siswa

Memberikan pengetahuan dan pendidikan kesehatan tentang dampak penggunaan *gadget* terhadap status gizi kepada siswa

### 2. Bagi Guru

Untuk memberikan sumbangan ilmu ilmiah dalam upaya preventif berupa pendidikan dampak penggunaan *gadget* terhadap status gizi kepada siswa.

### 3. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan orang tua akan bahaya dampak buruk dalam penggunaan *gadget*.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk melanjutkan penelitian ini dengan menambahkan variabel yang terkait dengan intensitas penggunaan *gadget*.

## E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini dapat diketahui dari penelitian terdahulu yang berhubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti sekarang diantaranya :

1. **Fajar, et. al (2017)**, dengan **Judul** : "Intensitas penggunaan *gadget* pada anak prasekolah yang kelebihan berat badan di Yogyakarta".  
**Tujuan penelitian** : Mengetahui hubungan intensitas penggunaan *gadget* terhadap kejadian *obesitas* anak usia prasekolah di Yogyakarta. **Jenis Penelitian** ini adalah : Menggunakan *cross-sectional* dilakukan di Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) dan Taman Kanak-Kanak (TK) di Yogyakarta dengan Pemilihan secara *purposive probability sampling*. **Hasil penelitian** ini adalah Anak Prasekolah dengan Intensitas penggunaan *gadget* yang tinggi berisiko 1,3 kali lebih besar mengalami *obesitas* (p: 0,028, RP = 1,25). Anak prasekolah dengan intensitas penggunaan *gadget* tinggi dan pendidikan ayah tinggi, perilaku *sedentari* tinggi, sosial ekonomi cukup, serta pola makan tidak baik berisiko 2,1 kali lebih besar mengalami *obesitas*. **Kesimpulan** : Kejadian *obesitas* pada anak prasekolah lebih banyak terjadi pada anak dengan intensitas penggunaan *gadget* yang tinggi. **Persamaan** : Terdapat pada variabel bebas yaitu intensitas penggunaan *gadget*, metode penelitian *cross Sectional* dan analisis *chi square*. **Perbedaan** : terdapat pada variabel

terikat yaitu Status gizi pada remaja, sampel siswa SMK, tempat SMK Batik 2 Surakarta

2. **Fienny, et.al (2016)**, dengan **Judul** : “Hubungan Aktivitas Menonton Televisi Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah 6-8 Tahun Di SDN Merjosari 02 Malang”. **Tujuan penelitian** : Mengetahui antara hubungan aktivitas menonton televisi dengan status gizi pada anak usia sekolah 6-8 tahun di SDN Merjosari 02 Malang. **Hasil penelitian** : Responden yang mempunyai aktivitas menonton televisi pada hari Minggu dalam kategori lama sebanyak 15 orang (75%), Senin 11 orang (55%), Selasa 13 orang (65%), dan sebagian besar status gizi responden dalam kategori gemuk yakni laki-laki 6 orang (30%) dan perempuan 7 orang (37%). **Kesimpulan** : Tidak ada hubungan antara aktivitas menonton televisi dengan status gizi pada anak usia sekolah 6-8 tahun. **Persamaan** : Pada variabel terikat yaitu status gizi, dan metode penelitian *cross Sectional*. **Perbedaan** : Pada variabel bebas yaitu intensitas penggunaan *gadget*, Analisis *spearman rank*, sampel siswa SMK dan tempat SMK Batik 2 Surakarta.
3. **Zogara (2018)**, dengan **Judul** : “*Screen Based Activity* dan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar di Kota Kupang”. **Tujuan penelitian** : Untuk menganalisis hubungan *screen based activity* dengan status gizi anak sekolah dasar di Kota Kupang. **Hasil penelitian** : Responden yang menghabiskan waktu > 28 jam seminggu untuk melakukan *screen based activity* sebanyak 30,59 % memiliki status gizi normal. **Kesimpulan** : Tidak ada hubungan antara status gizi dengan *screen based activity*. **Persamaan** : Pada variabel terikat yaitu status gizi, dan metode penelitian *cross Sectional*. **Perbedaan** : Pada variabel bebas yaitu intensitas penggunaan *gadget*, Analisis *deskriptif*, sampel siswa SMK dan tempat SMK Batik 2 Surakarta.