

## PENGARUH PENGGUNAAN *GADGET* TERHADAP PERKEMBANGAN PSIKOLOGIS REMAJA USIA 15-19 TAHUN DI KELURAHAN SUKARAJA KOTA PRABUMULIH

Marcella<sup>1</sup>, Amandin<sup>2</sup>, Romsa Endrekson<sup>3</sup>

Manajemen, Universitas Prabumulih, Prabumulih

E-mail: [\\*marcellaaw7@gmail.com](mailto:marcellaaw7@gmail.com)<sup>1</sup>, [romsaendrekson@gmail.com](mailto:romsaendrekson@gmail.com)<sup>2</sup>, [amandinpp50@gmail.com](mailto:amandinpp50@gmail.com)<sup>3</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan *gadget* terhadap perkembangan psikologis remaja usia 15-19 tahun di Kelurahan Sukaraja Kota Prabumulih. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 208 remaja. Teknik analisis data menggunakan regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS versi 25. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap perkembangan psikologis remaja. Hal ini dibuktikan dengan nilai koefisien regresi sebesar 0,403 dan hasil uji t yang menunjukkan nilai t hitung sebesar 8,939 lebih besar dari t tabel 1,652 dengan tingkat signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Selain itu, hasil koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,280 menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* memberikan kontribusi sebesar 28% terhadap perkembangan psikologis remaja, sedangkan 72% lain di luar penelitian. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi penggunaan *gadget*, maka semakin tinggi pula kecenderungan munculnya permasalahan dalam perkembangan psikologis remaja. Oleh karena itu, diperlukan kontrol dan pengawasan dalam penggunaan *gadget* agar tidak berdampak negatif terhadap kondisi psikologis remaja.

### Kata kunci

**Penggunaan *Gadget*, Perkembangan Psikologis, Remaja**

### ABSTRACT

*This study aims to examine the effect of gadget usage on the psychological development of adolescents aged 15–19 years in Sukaraja Village, Prabumulih City. The research employed a quantitative approach using a purposive sampling technique, involving 208 adolescent respondents. Data analysis was conducted using simple linear regression with the assistance of SPSS version 25. The results indicate that gadget usage has a positive and significant effect on adolescents' psychological development. This is evidenced by a regression coefficient of 0.403 and the t-test result, where the calculated t-value (8.939) is greater than the t-table value (1.652) with a significance level of  $0.000 < 0.05$ . Furthermore, the coefficient of determination ( $R^2$ ) of 0.280 shows that gadget usage contributes 28% to adolescents' psychological development, while the remaining 72% is influenced by other factors outside this study. In conclusion, higher levels of gadget usage are associated with a greater tendency for psychological development problems among adolescents. Therefore, proper control and supervision of gadget usage are necessary to prevent negative impacts on adolescents' psychological conditions.*

### Keywords

***gadget usage, psychological development, adolescents***

## 1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah menjadikan *gadget* sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, khususnya di kalangan remaja. Selain berfungsi sebagai sarana komunikasi, *gadget* juga dimanfaatkan untuk mengakses informasi, hiburan, media sosial, dan kegiatan pembelajaran. Data Kementerian Komunikasi dan Informatika menunjukkan bahwa aktivitas penggunaan *gadget* pada

remaja usia 15–19 tahun masih didominasi oleh komunikasi (93,46%), pencarian informasi (76,88%), dan hiburan (65,29%), sedangkan pemanfaatan untuk pembelajaran relatif lebih rendah. Sejalan dengan itu, laporan *We Are Social dan GlobalWebIndex* (2023), Badan Pusat Statistik (2023), serta APJII (2024) menunjukkan bahwa penetrasi internet di Indonesia terus meningkat, dengan tingkat penggunaan internet pada kelompok remaja mencapai lebih dari 98%.

Tingginya intensitas penggunaan *gadget* memberikan berbagai manfaat dalam kehidupan sehari-hari, namun penggunaan yang berlebihan juga berpotensi memengaruhi perkembangan psikologis remaja. Masa remaja merupakan fase transisi yang ditandai dengan perkembangan aspek kognitif, emosional, dan sosial sehingga lebih rentan terhadap berbagai pengaruh lingkungan digital. Penggunaan *gadget* yang tidak terkendali dapat mengurangi kualitas interaksi sosial secara langsung, meningkatkan ketergantungan terhadap media digital, serta memengaruhi kemampuan regulasi emosi dan pengambilan keputusan.

Fenomena tersebut juga ditemukan pada remaja di Kelurahan Sukaraja Kota Prabumulih. Aktivitas seperti penggunaan media sosial, menonton video, dan bermain gim hingga larut malam masih sering dilakukan sehingga memengaruhi pola perilaku sehari-hari. Kondisi ini ditunjukkan oleh munculnya perubahan suasana hati, menurunnya konsentrasi, serta kecenderungan mengurangi interaksi sosial secara langsung. Apabila berlangsung secara terus-menerus, kondisi tersebut berpotensi menghambat perkembangan psikologis dan kemampuan penyesuaian sosial remaja pada masa dewasa.

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan *gadget* terhadap perkembangan psikologis remaja usia 15–19 tahun di Kelurahan Sukaraja Kota Prabumulih. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian mengenai penggunaan *gadget* pada remaja serta menjadi bahan pertimbangan bagi orang tua, pendidik, dan pihak terkait dalam mendorong penggunaan *gadget* yang lebih bijaksana.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menganalisis pengaruh penggunaan *gadget* terhadap perkembangan psikologis remaja usia 15–19 tahun di Kelurahan Sukaraja, Kota Prabumulih. Dalam penelitian ini, desain korelasional digunakan karena peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan pada penggunaan *gadget* terhadap perkembangan psikologis remaja. Penelitian dilaksanakan pada November 2025 hingga Mei 2026.

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 434 remaja berusia 15–19 tahun yang berdomisili di Kelurahan Sukaraja, Kota Prabumulih terdiri dari 227 orang laki-laki dan 207 orang perempuan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*, menurut Sugiyono, (2022) *non probability sampling* adalah sebuah teknik pengambilan sampel dengan anggota populasi yang sudah terpilih untuk menjadi anggota sampel, artinya seluruh anggota populasi tidak memiliki peluang yang sama untuk dapat menjadi anggota sampel. Sedangkan teknik *purposive sampling* merupakan pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu, meliputi remaja berusia 15–19 tahun, aktif menggunakan *gadget* minimal satu tahun terakhir, serta bersedia menjadi responden penelitian. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (*error tolerance*) sebesar 5%, sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+(N \times e^2)}$$

Keterangan:

**n** = jumlah sampel

**N** = jumlah populasi

**e** = tingkat kesalahan (5%)

Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus Slovin diperoleh jumlah sampel sebanyak 208 responden. Data yang digunakan terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui penyebaran kuesioner menggunakan skala Likert lima poin kepada responden, sedangkan data sekunder diperoleh dari buku, jurnal ilmiah, serta dokumen pendukung yang relevan. Variabel penelitian adalah gagasan, kejadian atau karakteristik yang nilainya berfluktuasi selama berlangsungnya suatu penelitian. Variabel independen dalam penelitian ini adalah penggunaan *gadget* (X), sedangkan variabel dependen adalah perkembangan psikologis remaja (Y).

Instrumen penelitian diuji menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas untuk memastikan kelayakan instrumen penelitian. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan *IBM SPSS Statistics 25* melalui uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas dan uji heteroskedastisitas. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana, uji parsial (uji *t*), dan koefisien determinasi ( $R^2$ ) dengan tingkat signifikansi sebesar 5%. Untuk mengukur variabel independen terhadap variabel dependen maka digunakan dengan rumus.

$$KP = R^2 \times 100\%$$

Keterangan :

KP : Nilai koefisien determinasi

$R^2$  : Nilai koefisien korelasi

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1 Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini melibatkan 208 responden remaja berusia 15–19 tahun di Kelurahan Sukaraja, Kota Prabumulih. Karakteristik responden meliputi jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, dan durasi penggunaan *gadget*. Mayoritas responden adalah laki-laki (57,2%), berusia 19 tahun (35,1%), berpendidikan SMA/SMK (57,7%), serta menggunakan *gadget* selama 3–4 jam per hari (34,6%). Kemudian berdasarkan hasil analisis tanggapan responden, variabel penggunaan *gadget* dan perkembangan psikologis remaja berada pada kategori baik dengan skala interval sebesar 3,41-4,20.

#### 3.2 Uji Instrumen

Hasil uji validitas menunjukkan seluruh item pernyataan pada variabel penggunaan *gadget* maupun perkembangan psikologis memiliki nilai Corrected Item-Total Correlation lebih besar daripada *r* tabel (0,1144) sehingga seluruh item dinyatakan valid. Selanjutnya, hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,841 untuk variabel penggunaan *gadget* dan 0,709 untuk variabel perkembangan psikologis. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,60 sehingga instrumen penelitian dinyatakan reliabel.

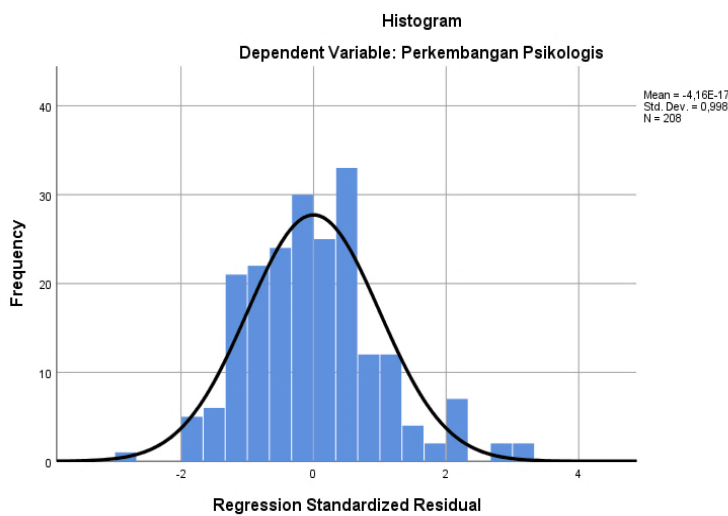
Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Alpha Cronbach's	Cronbach's Alpha Standar	Keterangan
Penggunaan Gadget (X)	0,841	0,60	Reliabel
Perkembangan Psikologis (Y)	0,709	0,60	Reliabel

Sumber : Hasil Pengolahan Data Menggunakan SPSS Versi 25, 2026

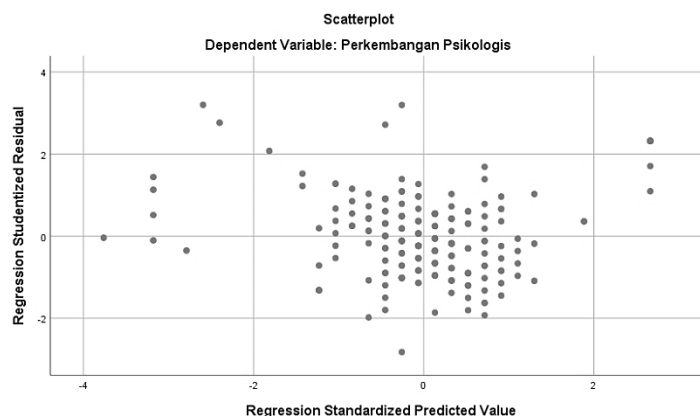
3.3 Uji Asumsi Klasik

Hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov memperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,064 > 0,05$  sehingga data berdistribusi normal. Uji heteroskedastisitas melalui grafik scatterplot menunjukkan penyebaran titik secara acak tanpa membentuk pola tertentu, sehingga model regresi dinyatakan bebas dari gejala heteroskedastisitas. Adapun hasil pengujian normalitas dengan menggunakan Kurva dan P- plot yang dapat dilihat pada gambar berikut ini.



Hasil Uji Normalitas

Berdasarkan gambar dari grafik histogram diatas dapat di ketahui bahwa data terdistribusi secara normal karena membentuk lonceng yang mempunyai derajat kemiringan yang sama antara sisi kiri dan kanan.



Hasil Uji Heterokedastisitas

Dari gambar diatas terlihat bahwa sebaran titik tidak membentuk suatu pola/alur tertentu sehingga dapat disimpulkan tidak terjadi heteroskedastisitas. Asumsi

klasik tentang heteroskedastisitas dalam model ini terpenuhi, yaitu terbebas dari heteroskedastisitas.

### 3.4 Analisis Regresi Linear Sederhana

Hasil analisis regresi linear sederhana menghasilkan persamaan:

$$Y = 22.273 + 0.403X$$

Koefisien regresi sebesar **0,403** menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan penggunaan *gadget* diikuti peningkatan sebesar **0,403** pada skor perkembangan psikologis.

Model	Coefficients <sup>a</sup>					Collinearity Statistics	
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Tolerance	VIF
	B	Std. Error	Beta				
1 (Constant)	22,273	1,654		13,466	,000		
Penggunaan Gadget	,403	,045	,529	8,939	,000	1,000	1,000

a. Dependent Variable: Perkembangan Psikologis

Sumber : Hasil Pengolahan Data Menggunakan SPSS Versi 25, 2026

### 3.5 Uji Hipotesis

Hasil pengujian parsial (uji t) antara variabel penggunaan *gadget* terhadap perkembangan psikologis remaja usia 15-19 tahun menunjukkan nilai t hitung sebesar 8,939 > t tabel 1,652 serta memiliki nilai signifikan sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 artinya Penggunaan *Gadget* berpengaruh signifikan terhadap Perkembangan Psikologis remaja usia 15-19 tahun di Kelurahan Sukaraja Kota Prabumulih. Dari uji t diatas maka dikatakan hipotesis H<sub>1</sub> **diterima** yang menerangkan penggunaan *gadget* berpengaruh secara signifikan terhadap perkembangan psikologis remaja usia 15-19 tahun dan H<sub>0</sub> **ditolak**.

### 3.6 Koefisien Determinasi

Hasil uji koefisien determinasi menunjukkan nilai R Square sebesar 0,280, yang berarti penggunaan *gadget* mampu menjelaskan 28% variasi perkembangan psikologis remaja, sedangkan 72% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

Hasil Uji Koefisien Determinasi (R<sup>2</sup>)

Model Summary <sup>b</sup>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,529 <sup>a</sup>	,280	,276	3,331

a. Predictors: (Constant), Penggunaan *Gadget*  
 b. Dependent Variable: Perkembangan Psikologis

Sumber : Hasil Pengolahan Data Menggunakan SPSS Versi 25, 2026

### 3.7 Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* berpengaruh positif dan signifikan terhadap perkembangan psikologis remaja usia 15–19 tahun di Kelurahan Sukaraja Kota Prabumulih. Meskipun koefisien regresi bernilai positif, hasil interpretasi menunjukkan bahwa peningkatan intensitas penggunaan *gadget* cenderung diikuti perubahan psikologis yang mengarah pada dampak kurang baik, seperti meningkatnya ketergantungan terhadap *gadget*, berkurangnya interaksi sosial secara langsung, serta menurunnya kemampuan pengendalian diri. Hal ini sejalan dengan penelitian Mahardika (2024) penggunaan smartphone dan kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar siswa kelas VIII SMPN 1 Maja, menjelaskan bahwa pengaruh

penggunaan smartphone dan kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar berdampak positif. Penggunaan smartphone yang seimbang ditunjang kecerdasan emosional dapat meningkatkan motivasi belajar. Di pihak lain dalam penelitian Aprilaini & Sari (2023) pengaruh kecanduan *gadget* terhadap kesehatan mental remaja, memberikan dampak negatif dari hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan *gadget* berhubungan signifikan dengan kecemasan, gangguan tidur, dan ketidakstabilan emosi remaja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa penggunaan *gadget* memiliki pengaruh terhadap kondisi psikologis remaja, baik dalam aspek motivasi belajar maupun kesehatan mental.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa data penelitian dan pembahasan pada bab IV dapat disimpulkan, penggunaan *gadget* (X) berpengaruh positif dan signifikan terhadap perkembangan psikologis (Y) remaja usia 15-19 tahun di Kelurahan Sukaraja Kota Prabumulih yang ditunjukkan oleh hasil uji hipotesis  $t$  hitung  $8,939 > t$  tabel  $1,652$  pada tingkat signifikan  $0,000 < 0,05$ . Pengaruh positif tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi penggunaan *gadget* maka semakin besar pengaruhnya terhadap perkembangan psikologis remaja. Namun pengaruh tersebut cenderung mengarah pada dampak psikologis yang kurang baik, seperti kurangnya interaksi sosial, penurunan konsentrasi, meningkatnya ketergantungan terhadap *gadget* dan ketidakstabilan emosi. Hasil uji determinasi ( $R$  square) menunjukkan besarnya pengaruh penggunaan *gadget* (X) terhadap perkembangan psikologis (Y) remaja usia 15-19 tahun di Kelurahan Sukaraja Kota Prabumulih adalah sebesar  $0,280$ . Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* mampu menjelaskan variasi perkembangan psikologis remaja sebesar  $28,0\%$ , sedangkan sisanya  $72,0\%$  dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Aprilaini, D., & Sari, M. (2023). Pengaruh kecanduan gadget terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal Liberosis*, *5*(2), 112–121.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2024). Profil Internet Indonesia 2024. APJII. <https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Telecommunication Statistics in Indonesia 2022*. BadanPusatStatistik.<https://www.bps.go.id/en/publication/2023/08/31/131385d0253c6aae7c7a59fa/statistik-telekomunikasiindonesia.html>
- Fitriana, F., Ahmad, A., & Fitria, F. (2021). Pengaruh penggunaan gadget terhadap perilaku remaja dalam keluarga. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, *5*(2), 182–196. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i2.7898>
- Mahardika, E. A. (2024). Penggunaan smartphone dan kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar siswa kelas VIII SMPN 1 Maja. *PANDU: Jurnal Pendidikan Anak dan Pendidikan Umum*, *2*(4). <https://doi.org/10.59966/pandu.v2i4.1250>
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Cet. 29). Bandung, Indonesia: Alfabeta. ISBN 979-8433-64-0.
- We Are Social, & GlobalWebIndex. (2023). *Digital 2023: Indonesia*. We Are Social. <https://wearesocial.com/wp-content/uploads/2023/03/Digital-2023-Indonesia.pdf>