

Dampak Penggunaan Gawai pada Sosial Emosional Remaja Sekolah Asrama

Nur Sholehah Dian Saputri^{1*}, Fikri Arif Gumelar²

¹Bimbingan dan Konseling, Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Jl. Wates km 10 Pedes, Argomulyo Sedayu Bantul, Yogyakarta.

²Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Semarang, Jl. Raya Banaran, Sekaran, Kec. Gn. Pati, Kota Semarang, Jawa Tengah

E-mail: nur.sholehah@mercubuana-yogya.ac.id

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.3573>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 14 Nov 2025

Revised: 20 Nov 2025

Accepted: 01 Dec 2025

Kata Kunci:

Sosial Emosional, Remaja Asrama

Keywords:

Social-Emotional, Adolescent Boarding House

ABSTRACT

Kemajuan teknologi telah menyebabkan penggunaan gawai semakin meluas di kalangan masyarakat, termasuk remaja. Berbagai jenis gawai seperti *smartphone*, tablet, dan komputer menyebabkan berbagai dampak seperti pengaruh terhadap prestasi, disiplin dan minat belajar, interaksi sosial dan komunikasi, serta emosi remaja. Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk memahami dampak penggunaan gawai pada sosial emosional remaja di SMAIT Al-Multazam 2 Lingsajati Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif fenomenologi yang dilakukan pada remaja di SMAIT Al-Multazam 2 Lingsajati yang merupakan sekolah berbasis asrama. Partisipan merupakan 15 siswa pengguna aktif gawai. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh remaja yang menjadi partisipan merupakan pengguna aktif gawai. Beberapa remaja kurang percaya diri dengan kondisi fisiknya. Partisipan dapat menyampaikan kekurangan dan kelebihan yang dimiliki dan sebagian terbuka dengan teman sebaya tentang dirinya. Dalam menghadapi situasi yang kurang menyenangkan atau marah, partisipan lebih memilih diam dan mengalihkan ke hal lain. Dari pemaparan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa penggunaan gawai di sekolah asrama memiliki dampak pada sosial emosional remaja.

Advances in technology have caused the use of gadgets to become more widespread among people, including teenagers. Various types of devices such as smartphones, tablets, and computers cause various impacts such as the influence on achievement, discipline, interest in learning, social interaction and communication, and adolescent emotions. The purpose of this study was to understand the impact of using gadgets on the social and emotional aspects of adolescents at SMAIT Al-Multazam 2 Lingsajati. This descriptive qualitative research is conducted on teenagers at SMAIT Al-Multazam 2 Lingsajati, a boarding-based school. Participants are 15 students who are active gadget users. The results of this study indicate that all adolescents who are participants are active users of devices (tablets). Some teenagers lack confidence in their physical condition. Participants can convey their strengths and weaknesses and are partly open with their peers about themselves. In facing unpleasant or angry situations, participants prefer to remain silent and divert to other things. From the presentation in this study, it can be concluded that the use of gadgets in boarding schools has an impact on adolescents' social emotionality.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: Nur Sholehah Dian Saputri, et al (2025). Dampak Penggunaan Gawai pada Sosial Emosional Remaja Sekolah Asrama, 4(2) 11775-11783. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.3573>

PENDAHULUAN

Sekolah asrama merupakan lembaga pendidikan yang memiliki kurikulum khusus. Pemerintah memberikan pilihan kurikulum yang beragam, namun sekolah asrama memiliki ciri khusus. Salah satu jenis sekolah asrama adalah sekolah asrama keagamaan yang memiliki ciri khusus yaitu memasukkan

nilai keagamaan dalam kurikulumnya. Oleh karena itu sekolah asrama islam perlu manajemen kurikulum khusus dengan mengintegrasikan kurikulum pemerintah yang merevolusi karakter dan memasukkan nilai islam. Kristiawan, (2016) Peran sekolah asrama sebagai sarana pendidikan dan sosialisasi memiliki arti tersendiri bagi para santrinya sebagai tempat mencari ilmu dan pengalaman serta tempat menjalin pertemanan dan berinteraksi sosial (Ibnu et al., 2022). Ciri khas sekolah asrama adalah sistem pendidikan dan pembelajaran yang berbeda seperti tempat tinggal dalam kompleks asrama dan beberapa aturan lain yang berlaku 24 jam (Ibnu et al., 2022). Sekolah asrama berbasis pondok pesantren berkontribusi bagi dunia pendidikan islam yaitu dalam menghasilkan alumni yang berkualitas yang berperan penting di masyarakat (Hamdi & Muhajir, 2021). Kegiatan yang dilakukan dalam sekolah asrama berlangsung dari pagi hingga malam hari yang membuat siswa memiliki kebiasaan teratur dalam kesehariannya (Suntiah et al., 2020). Di dalam sekolah asrama perlu ada kerjasama antara segala elemen untuk menciptakan kehidupan yang teratur dan membiasakan kebiasaan yang baik (Anugrah et al., 2022).

Kebijakan sekolah asrama merupakan otoritas sekolah masing-masing sesuai dengan kebijakan dan kurikulum yang berjalan. Dalam proses pembelajaran, internet di lingkungan sekolah asrama dapat menunjang Aktivitas pembelajaran yaitu sebagai sumber belajar selain menggunakan buku dan media lainnya (Paringja & Arif, 2021). Penggunaan internet, tentunya didukung dengan alat seperti gawai. Penggunaan gawai paling besar di Indonesia adalah jenis smartphone atau tablet pribadi, angkanya di 44,16% dibandingkan dengan penggunaan gawai jenis lainnya (2019). Pemanfaatan gawai dalam pembelajaran merupakan salah satu kebijakan yang berhubungan dengan proses pembelajaran dan sarana prasarana pembelajaran. Sebesar 62,41% sekolah memanfaatkan teknologi sebagai media dalam pembelajaran di kelas (Machmud, 2018). Penggunaan gawai dapat memperlancar interaksi antara guru dan siswa sehingga proses pembelajaran dapat efektif dan efisien (Azizah & Humaisi, 2021). Dengan berbagai aplikasi seperti Google, WhatsApp, Instagram, Facebook, dan lain sebagainya, pembelajaran dapat berjalan, guru dapat memberikan pembelajaran yang baik untuk siswa (Sun'iyah, n.d.) .

Gawai memiliki dampak pada proses tumbuh kembang remaja secara sosial emosional. Selain itu durasi penggunaan gawai juga berhubungan erat dengan mental emosional remaja (Wahyuni et al., 2019). Individu usia remaja identik dengan rasa ingin tahu yang besar dan kontrol terhadap perilaku adaptif yang rendah (Widyastuti et al., 2009). Berbagai dampak lainnya seperti penurunan akademik juga dapat terjadi jika penggunaan gawai tidak dibersamai dengan pengawasan (Enwereuzor et al., 2016). Kecemasan sosial juga dapat terjadi apabila penggunaan gawai berlebihan (Saputri et al., 2019). Namun terdapat penelitian lain, jika penggunaan gawai ditunjang dengan keterampilan sosial, maka akan berpengaruh positif terdapat prestasi belajar siswa (Dewanti, n.d.). Remaja memerlukan bantuan untuk meningkatkan keterampilan sosial karena hal itu merupakan hal baru dalam perkembangan mereka (Yeager, 2017). Remaja perlu meningkatkan keterampilan sosial emosional karena keterampilan tersebut berkontribusi pada kesejahteraan selanjutnya dan berhubungan dengan kehidupan yang positif di masa mendatang (Abrahams et al., 2019). Remaja memiliki potensi untuk mengalami masalah terkait interaksi sosial dan regulasi emosi (Rapee et al., 2019). *Cyberbullying* yang merupakan salah satu dampak dari penggunaan gawai juga dapat dihindari jika seorang remaja memiliki keterampilan sosial emosional yang baik (Zych et al., 2018). Penggunaan internet/gawai secara bijak merupakan satu-satunya pilihan untuk menghindari atau mengurangi gejala kecanduan internet dan berbagai permasalahan yang mungkin akan terjadi dalam sosial emosionalnya (Purwaningsih & Nurmala, 2021).

Banyaknya dampak pada sosial emosional remaja yang menggunakan sosial media membuat perlu adanya penelitian dan kajian khususnya untuk remaja di sekolah berbasis asrama. Sekolah berbasis asrama dengan ciri khas dalam kehidupannya membuat remaja yang bersekolah di sekolah asrama memiliki dinamika sosial emosional yang berbeda dengan remaja lain yang bersekolah di sekolah biasa. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak penggunaan gawai pada sosial emosional remaja di sekolah asrama.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif fenomenologi. Fenomena yang akan diungkap adalah dampak penggunaan gawai pada siswa yang menuntut ilmu dan tinggal di sekolah asrama pada perkembangan sosial emosionalnya. Data dikumpulkan dengan menggunakan wawancara dan

observasi. Wawancara dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dan peneliti kepada seluruh partisipan. Materi wawancara meliputi kondisi fisik, identitas individu, teman sebaya, kebiasaan dan kebudayaan serta penggunaan gawai di setiap hari. Selain wawancara, observasi terkait tingkah laku di sekolah dalam penggunaan gawai juga dilakukan oleh peneliti dan guru bimbingan dan konseling.

Partisipan merupakan siswa kelas X di SMAIT Al-Multazam 2 Linggajati. Kriteria siswa adalah siswa kelas X di SMAIT Al-Multazam 2 Linggajati yang menggunakan gawai setiap hari. Partisipan berjumlah 15 siswa yang merupakan pengguna aktif gawai berjenis tablet. Kepada siswa, peneliti menyampaikan bahwa wawancara dan observasi dilakukan hanya untuk penelitian saja. Semua data terkait dengan guru dikodekan dan dirahasiakan. Peneliti juga menyampaikan bahwa hasil observasi tidak mempengaruhi apapun juga.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis data kualitatif. Data hasil wawancara kemudian direduksi dan disajikan dalam bentuk table dan dikelompokkan dalam subtema dalam kelompok kecil. Analisis data dilakukan dengan menentukan hubungan antar tema yang kemudian ditemukan pemahaman yang dianalisis dengan model model Bogdan & Biklen (Bogdan & Biklen, 2007)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penggunaan gawai

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar siswa yang merupakan remaja mengalami kelebihan waktu penggunaan gawai. Sebagian siswa yang menjadi informan bermain gawai untuk game dan media sosial dengan durasi waktu minimal 30 menit dan paling lama selama 7 jam saat berada di lingkungan sekolah. Berikut hasil penelitian yang telah dilakukan:

Tabel 1. Hasil reduksi terkait lama penggunaan gawai

Subtema	Hubungan antara sub tema
1. Penggunaan gawai dalam satu hari 30 menit	Saat berada di sekolah, sebagian siswa dapat bermain gawai untuk bermain game dan media sosial dengan durasi minimal 30 menit dan paling lama 7 jam. Penggunaan gawai perlu diberikan batas agar tidak meusak kinerja otak dan mengganggu ketiadaan sehari-hari.
2. Penggunaan gawai dalam satu hari satu sampai dua jam	
3. Penggunaan gawai dalam sehari lima sampai tujuh jam	
4. Penggunaan gawai tergantung keadaan	
1. Penggunaan gawai adalah untuk mengakses materi pelajaran	Saat berada di sekolah, sebagian siswa dapat bermain gawai untuk bermain game dan media sosial dengan durasi minimal 30 menit dan paling lama 7 jam. Penggunaan gawai perlu diberikan batas agar tidak meusak kinerja otak dan mengganggu ketiadaan sehari-hari.
2. Penggunaan gawai untuk mengakses sosial media	
3. Penggunaan gawai untuk bermain game	

Kondisi fisik

Dalam penelitian ini didapatkan data bahwa sebagian siswa yang menjadi informan menyadari kondisi fisik dan psikologis yang mengganggu aktivitasnya, namun sebagiannya lagi belum bisa menyampaikan secara pasti perihal masalah fisik dan psikologis yang mengganggunya. Lebih jelas, Berikut hasil penelitian yang telah dilakukan:

Tabel 2. Hasil reduksi terkait kondisi fisik

Subtema	Hubungan antara sub tema
1. Merasa memiliki kekurangan fisik dan <i>insecure</i> terhadap orang lain	Sebagian siswa menyatakan bahwa kondisi fisik dan psikologis mengganggu kegiatan sehari-hari. Masalah fisik yang mengganggu seperti masalah rambut, berat badan yang berlebih, kulit dan gigi serta sakit ringan. Masalah psikologis yang dialami perihal <i>overthinking</i> , mudah cemas, panik, dan malas.
2. Rambut merupakan bagian dari tubuh yang membuat kurang percaya diri	
3. Batuk dan pilek merupakan penyakit yang sering terjadi sehari-hari	
4. Kelebihan berat badan membuat <i>overthinking</i>	
5. Beberapa bagian dari tubuh seperti kulit dan gigi membuat seseorang merasa berbeda	
6. Kecemasan, <i>overthinking</i> , dan panic merupakan hal yang biasa saya alami	

Contoh salah satu jawaban dari siswa terkait kondisi fisik adalah:

“saya merasa tubuh saya terlalu over berat badan nya, dan sekarang saya sedang berusaha menurunkan berat badan, meskipun sulit, banyak godaan nya. Saya selalu punya masalah dengan gigi saya, dan kulit saya. Hal ini membuat kurang percaya diri....” (siswa 5)

Identitas Individu

Identitas individu perlu ditemukan agar seseorang dapat hidup dengan baik. Dalam penelitian ini peneliti bertanya mengenai identitas dengan cara menanyakan cara siswa memperkenalkan diri dengan lingkungannya. Sebagian besar siswa yang merupakan informan dapat menceritakan mengenai dirinya saat ada orang yang bertanya. Menurutny menceritakan mengenai diri merupakan salah satu cara untuk branding diri. Berikut hasil penelitian yang telah dilakukan:

Tabel 3. Hasil reduksi terkait identitas individu

Subtema	Hubungan antara sub tema
1. Nama, usia, asal dan hobi adalah hal yang pertama kali diceritakan ketika diminta berkenalan	Sebagian siswa menceritakan identitas dirinya seperti nama, usia, hobi dan kekurangannya. Siswa dapat mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan nya serta berani menyampaikan. Dalam perkembangan sosial, memahami identitas merupakan salah satu faktor yang penting. Remaja yang memiliki pemahaman sosial yang baik, dapat diartikan bahwa ia miliki keterampilan sosial yang baik
2. Memperkenalkan tempat tanggal lahir merupakan jawaban yang dapat disampaikan kepada orang yang sudah beberapa lama dikenal	
3. Mengenalkan status pelajar, sekolah atau kegiatan di sekolah dapat disampaikan ketika berkenalan	
4. Menyebutkan kelebihan atau kekurangan kepada orang lain saat memperkenalkan diri	
5. Menyebutkan cita-cita dan pencapaian adalah pilihan untuk dalam perkenalan	

Contoh salah satu jawaban dari siswa terkait identitas individu adalah:

“saya sering menyebutkan nama, hobi dan umur ketika mengenalkan diri saya ke orang lain. Saya kurang nyaman untuk menyebutkan hal sensitive pada diri saya seperti kekurangan dan kelebihan saya” (siswa 6)

Hubungan dengan teman sebaya

Dalam penelitian ini, terdapat beberapa jawaban terkait hubungan dengan teman sebaya. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa dapat menceritakan masalahnya, sebagian jarang bercerita dan ada juga yang tidak bisa menceritakan masalah yang dialaminya. informan mengetahui cara berkomunikasi yang baik dengan orang lain, menurutnya cara komunikasi yang baik dengan berbicara secara sopan dan tidak memotong pembicaraan dari lawan bicara serta mendengarkan apa yang disampaikan oleh lawan bicara. Berikut hasil penelitian yang telah dilakukan:

Tabel 4. Hasil reduksi terkait hubungan dengan teman sebaya

Subtema	Hubungan antara sub tema
1. Teman asrama merupakan tempat curhat paling nyaman	Sebagian siswa dapat menceritakan masalah yang dialami pada temannya menyesuaikan dengan masalah dan kedekatannya dengan teman. Siswa sudah mulai mengetahui cara berkomunikasi dengan teman sebaya dengan baik. Salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan sosial remaja adalah lingkungan dan interaksi dengan teman sebaya. Remaja dengan
2. Menghabiskan waktu dengan teman sekolah juga sering saya lakukan	
3. Beberapa masalah akan saya ceritakan kepada teman, namun hal yang menurut saya merupakan privasi tidak diceritakan ke orang lain	
4. Terbuka kepada orang lain itu tidak mudah dan tidak bercerita adalah sebuah kenyamanan	
5. Banyak waktu dihabiskan dengan orang terdekat yang dipercaya	
6. Cara berkomunikasi yang baik adalah sopan, santun dan tidak menyinggung lawan bicara	

7. 'basa-basi' pada awal pembicaraan diperlukan untuk membangun hubungan	komunikasi yang baik dengan teman sebaya memiliki
8. Memahami cara orang lain dalam berkomunikasi dapat membuat komunikasi lancar	perkembangan sosial yang baik
9. Dalam berkomunikasi, baiknya kita tidak menyela ketika lawan bicara dengan berbicara	

Contoh salah satu jawaban dari siswa terkait hubungan teman sebaya adalah:

“saya memang tidak banyaaak terbuka dengan orang lain dan tidak mudah untuk bercerita. Namun ketika saya bercerita, artinya saya nyaman sama dia”

“Sopan dan santun itu perlu ada dalam komunikasi dengan siapapun, termasuk dengan orang yang baru kita kenal “

Kebiasaan dan kebudayaan dalam mengatasi emosi

Dalam penelitian ini terdapat jawaban yang mirip dalam hal penanganan emosi. Peneliti melakukan penelitian dengan menanyakan langkah yang akan digunakan ketika sedang dalam situasi emosi. Siswa yang menjadi informan memiliki cara yang beragam dalam merespon kondisi saat dia sedang marah. informan memiliki respon yang berbeda saat menerima pesan melalui media sosialnya. Berikut hasil penelitian yang telah dilakukan:

Tabel 5. Hasil reduksi terkait kebiasaan dan kebudayaan dalam mengatasi emosi

Subtema	Hubungan antara sub tema
1. Cara terbaik dalam keadaan emosi adalah dengan diam	Dalam kondisi marah, sebagian siswa merespon dengan diam. Namun untuk meluapkan emosi sebagian siswa mengaku sering berbicara kasar, menggerutu, berteriak, tidur dan merenung. Terdapat beragam respon yang disampaikan, artinya setiap orang memiliki cara yang beragam dalam menghadapi situasi. <i>Self defense mechanism</i> yang dilakukan setiap orang dilakukan untuk mempertahankan diri dalam keadaan sosial sehingga perkembangan sosial emosional dapat berkembang dengan baik.
2. Menggerutu saat sedang marah sering saya lakukan	
3. Tidur merupakan cara meredakan marah	
4. Berusaha tenang saat emosi sedang naik	
5. Menahan amarah dan tidak membalas menurut saya adalah sikap terpuji	
6. Teman di dunia nyata lebih penting dibandingkan teman di sosial media	Teman di media sosial dianggap lebih penting dan setiap pesannya perlu di bahas, dalam hal sosialisasi, hal ini merupakan tanda bahwa sosialisasi di media sosial remaja lebih baik dibandingkan di dunia yang sebenarnya.
7. Jika terdapat pesan di media sosial, saya akan meminta izin kepada lawan bicara di depan saya	
8. Pesan dalam media sosial perlu dibalas secepatnya	
9. Pesan yang penting di media sosial akan menjadi prioritas meskipun ada teman di depan saya	
10. Saya dapat dengan sabar membalas pesan teman saya di sosial media	

Contoh salah satu jawaban dari siswa terkait kondisi fisik adalah:

“saya selalu diam ketika emosi. Saya malas untuk membalas orang yang jahat dengan saya. Jadi saya cenderung diam”

Sosialisasi dengan lingkungan

Dalam hal sosialisasi dengan lingkungan, peneliti bertanya terkait sosialisasi dengan keluarga dan juga orang di sekitar informan yang dirasa asing. Hasil penelitian yang berhubungan dengan sosialisasi dengan lingkungan menunjukkan Sebagian besar siswa yang merupakan informan termasuk orang yang suka bersosialisasi dengan keluarga di rumah karena keluarga merupakan tempat paling nyaman untuk berbagi cerita dan paling dipercaya dalam menjaga rahasia serta paling mengerti akan keadaannya.. Dalam hal sosialisasi dengan orang asing mendapatkan beberapa hasil yaitu Sebagian besar siswa yang merupakan informan memiliki cara yang beragam saat berkomunikasi dengan orang yang baru ditemui,

dan ada juga yang melihat terlebih dahulu lawan bicaranya dan ada juga yang tidak akan memulai obrolan Ketika bertemu dengan orang yang baru ditemui.berikut rincian hasil penelitian terkait sosialisasi dengan lingkungan :

Tabel 6. Hasil reduksi terkait sosialisasi dengan lingkungan

Subtema	Hubungan antara sub tema
1. Berkomunikasi dengan orang tua adalah hal yang nyaman	Dalam lingkungan tempat tinggal, responden memiliki cara yang beragam dalam berkomunikasi sebagian besar siswa berkomunikasi dengan keluarga inti dan merasa keluarga adalah tempat untuk pulang. Kedekatan dalam keluarga menjadi faktor penting dalam perkembangan sosial emosional remaja.
2. Menyampaikan keinginan kepada orang tua adalah hal yang wajar dilakukan	
3. Kakak atau adik atau tempat yang nyaman untuk bercerita saat di rumah	
4. Karena kesibukan anggota keluarga, bercerita adalah hal yang mustahil	
5. Tidak semua masalah saya perlu diketahui oleh keluarga	
1. Jika ada orang baru dalam lingkungan, saya mencoba untuk memperkenalkan diri	Responden mempunyai cara yang beragam saat komunikasi dengan orang yang baru ditemui, ada yang memulai dengan menjabat tangan, memperkenalkan nama, dan membuat suasana asik saat berkomunikasi dengan orang yang baru ditemui.
2. Berbicara dengan orang yang asing merupakan hal yang cukup berat	
3. Setiap perkenalan memiliki tujuan, oleh karena itu tujuan yang tidak jelas membuat saya terganggu	
4. Komunikasi dengan orang asing bisa dilakukan dengan menyebutkan nama dan pertanyaan ringan lainnya	
5. Jika orang terlihat tidak nyaman saat berbicara dengan saya, saya akan berhenti berbicara	
6. Saya akan membuat pembicaraan asik	

Contoh salah satu jawaban dari siswa terkait sosialisasi dengan keluarga adalah:

“ saya suka bercerita ke kakak karena menurut saya keluarga adalah tempat untuk pulang...”
(siswa 1)

Pembahasan

Menurut data.ai bertajuk *state of mobile*, waktu ideal untuk melakukan aktivitas online atau bermain gadget dalam sehari adalah 257 menit atau sekitar 4 jam 17 menit (*Digital Global-Overview-Report.Pdf.*, 2023). Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar siswa yang merupakan remaja mengalami kelebihan waktu penggunaan gawai. Penggunaan gawai yang melebihi waktu dapat menyebabkan berbagai dampak seperti kecemasan sosial (Saputri et al., 2019), gangguan tidur, dan gejala depresi (Lemola et al., 2015). Selain itu penggunaan gawai dapat mempengaruhi interaksi sosial remaja. Remaja yang ketergantungan dengan gawai, lebih nyaman untuk berada di rumah untuk memainkan gawai dibanding berinteraksi dilingkungannya (Sudarmika & Lestari, 2022). Dalam penelitian ini siswa menggunakan gawai di luar belajar dengan membuka sosial media dan game. Dampak fisik yang ada salah satunya adalah berat badan yang berlebih dan sulit turun serta beberapa penyakit ringan lainnya.

Kondisi fisik memiliki pengaruh pada perkembangan emosional individu termasuk remaja (Widodo & Widiani, 2017). Pertumbuhan fisik yang pesat diiringi dengan perkembangan mental pesat, terutama pada masa remaja awal. Semua perkembangan tersebut menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya pembentukan sikap, nilai, dan kepentingan baru. Kondisi fisik yang berbeda-beda membuat perkembangan emosional remaja juga berbeda-beda. Dalam penelitian ini didapatkan data bahwa sebagian siswa yang menjadi informan menyadari kondisi fisik dan psikologis yang mengganggu aktivitasnya, namun sebagiannya lagi belum bisa menyampaikan secara pasti perihal masalah fisik dan psikologis yang mengganggunya.

Selanjutnya adalah identitas. Identitas merupakan hal yang penting setiap individu, dan setiap individu berjuang melakukan pencarian identitas (Fuadia, 2022). Remaja merupakan masa pencarian identitas. Selama masa remaja awal, menjadi anggota suatu kelompok masih penting bagi anak laki-

laki dan perempuan. Lambat laun, mereka mulai mendambakan identitasnya dan tidak lagi puas menjadi seperti teman-temannya dalam segala hal seperti sebelumnya. Status remaja yang ambigu ini menimbulkan dilema yang menyebabkan remaja mengalami “krisis identitas” atau permasalahan ego-identitas remaja (Saputro, 2018). Remaja merupakan masa dimana individu mengalami perubahan dalam hidupnya salah satunya karena hubungan dengan teman sebaya. Remaja memiliki sedikit minat atau perhatian terhadap teman dengan jenis kelamin yang berbeda dan bergaul dengannya (Saputro, 2018). Dengan hal sebut, lingkaran pertemanan remaja menjadi berubah. Dalam penelitian ini, remaja telah memiliki teman untuk bercerita, namun beberapa hal tidak disampaikan karena alasan privasi.

Selanjutnya, remaja memiliki ciri dalam kematangan emosi. Kematangan emosi remaja mengalami perkembangan contohnya dari tidak toleran dan bersikap superior menuju ke arah toleran dan merasanyaman. Luwes dalam bergaul dan memiliki control atas dirinya sendiri merupakan salah satu ciri remaja. Emosi remaja lebih dapat diungkapkan secara konstruktif dan kreatif (Jahja, 2011). Dalam menghadapi emosi, remaja memiliki berbagai cara untuk mengatasinya, salah satunya diam dan evaluasi diri sehingga remaja dapat menghadapi emosi dengan tenang.

Lingkungan merupakan factor penting dalam pertumbuhan remaja (Sulfasyah & Arifin, 2017). Terdapat banyak kenakalan remaja dan sosialisasi teman sebaya yang salah akibat dari lingkungan yang kurang kondusif untuk berkembang. Adapun beberapa peran yang dapat dilakukan orang tua dalam mengatasi kenakalan remaja meliputi proses pembinaan dan bimbingan yang dilakukan oleh keluarga (Andriyani, 2020). Keluarga yang harmonis dengan komunikasi yang baik akan membantu remaja menyesuaikan diri dan sosialnya. Sebagian besar siswa yang merupakan informan termasuk orang yang suka ngobrol dengan keluarga di rumah karena keluarga merupakan tempat paling nyaman untuk berbagi cerita dan paling dipercaya dalam menjaga rahasia serta paling mengerti akan keadaannya. Sebagian siswa jarang/kadang-kadang ngobrol dengan keluarga karena takut di judge, keluarga sibuk dan tidak ada pembahasan yang mesti diobrolkan dan terdapat 1 orang tidak pernah ngobrol dengan keluarga.

SIMPULAN

Dari hasil analisis yang dilakukan, diketahui remaja yang hidup di sekolah asrama menggunakan gawai secara berlebihan (berdasarkan waktu penggunaan). Hal itu membuat dampak pada fisik remaja yang seharusnya mengalami pertumbuhan namun beberapa penyakit ringan terjadi. Begitu juga pada dampak psikologis yang melami gangguan seperti kecemasan dan beberapa permasalahan psikologis lainnya. Siswa telah sadar mengenai identitasnya namun belum dapat menjelaskan secara jelas siapa dirinya. Hubungan sosialisasi dengan orang lain seperti lingkungan keluarga, orang baru dan teman di asrama cukup berjalan baik meskipun tidak intens dan hangat karena hanya bersosialisasi sesuai dengan kebutuhan saja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada Bapak Guru bimbingan dan konseling SMAIT Al-Multazam 2 Linggajati yang telah berkenan meluangkan waktu menjadi kolaborator penelitian ini. Terimakasih kepada Universitas Mercu Buana Yogyakarta dan Universitas Negeri Semarang yang memberikan kesempatan, fasilitas dan dorongan untuk penulisan jurnal ini.

REFERENSI

- Abrahams, L., Pancorbo, G., Primi, R., Santos, D., Kyllonen, P., John, O. P., & De Fruyt, F. (2019). Social-emotional skill assessment in children and adolescents: Advances and challenges in personality, clinical, and educational contexts. *Psychological Assessment, 31*(4), 460–473. <https://doi.org/10.1037/pas0000591>
- Andriyani, J. (2020). Peran lingkungan keluarga dalam mengatasi kenakalan remaja. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam, 3*(1), 86. <https://doi.org/10.22373/taujih.v3i1.7235>
- Anugrah, R. T., Vitranti, R., Khabibah, S. U., Fatrisia, I., Karni, K., Adani, S. P., & Pramono, D. (2022). Social and cultural problems in islamic boarding school; comparative study in five boarding school in java-sumatra. *Jupiis: jurnal pendidikan ilmu-ilmu sosial, 14*(1), 35. <https://doi.org/10.24114/jupiis.v14i1.30507>

- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2019). PENETRASI & PERILAKU PENGGUNA INTERNET INDONESIA. Koinfo.
https://web.koinfo.go.id/sites/default/files/Laporan%20Survei%20APJII_2017_v1.3.pdf
- Azizah, D. N., & Humaisi, M. S. (2021). Kebijakan Sekolah terhadap Penggunaan Gadget dalam Pembelajaran IPS Terpadu. *ASANKA: Journal of Social Science And Education*, 2(1), 117–131.
<https://doi.org/10.21154/asanka.v2i1.3052>
- Bogdan, R., & Biklen, S. K. (2007). *Qualitative research for education: An introduction to theories and methods* (5th ed). Pearson A & B.
- Dewanti, T. C. (n.d.). Hubungan keterampilan sosial dan penggunaan gadget smartphone dengan prestasi belajar siswa sma negeri 9 malang. *Digital Global-Overview-Report.pdf*. (2023).
- Enwereuzor, I. K., Ugwu, L. I., & Ugwu, D. I. (2016). Role of smartphone addiction in gambling passion and schoolwork engagement: A Dualistic Model of Passion approach. *Asian Journal of Gambling Issues and Public Health*, 6(1), 9. <https://doi.org/10.1186/s40405-016-0018-8>
- Fuadia, N. (2022). Perkembangan Sosial Emosi Pada Anak Usia Dini. *Wawasan: Jurnal Kediklatan Balai Diklat Keagamaan Jakarta*, 3(1), 31–47. <https://doi.org/10.53800/wawasan.v3i1.131>
- Hamdi, S., & Muhajir, A. (2021). Eksistensi dan Kontribusi Pondok Pesantren Sabilul Muhtadin sebagai Pesantren Tertua di Kabupaten Kotawaringin Timur. *Al-Fikri: Jurnal Studi Dan Penelitian Pendidikan Islam*, 4(1), 55. <https://doi.org/10.30659/jspi.v4i1.17540>
- Ibnu, N., Iswanti, I., & Zulmuqim, M. (2022). Islamic Boarding School Reform and Multicultural Education. *LITERATUS*, 4(1), 381–390. <https://doi.org/10.37010/lit.v4i1.755>
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan* (2011th ed.). Kencana.
- Kristiawan, M. (2016). Telaah revolusi mental dan pendidikan karakter dalam pembentuk sumber daya manusia Indonesia yang pandai dan berakhlak mulia. *Ta'dib*, 18(1), 13–25.
- Lemola, S., Perkinson-Gloor, N., Brand, S., Dewald-Kaufmann, J. F., & Grob, A. (2015). Adolescents' Electronic Media Use at Night, Sleep Disturbance, and Depressive Symptoms in the Smartphone Age. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(2), 405–418. <https://doi.org/10.1007/s10964-014-0176-x>
- Machmud, K. (2018). The Smartphone Use in Indonesian Schools: The High School Students' Perspectives. *Journal of Arts and Humanities*, 7(3), 33. <https://doi.org/10.18533/journal.v7i3.1354>
- Paringja, A. F., & Arif, S. (2021). Pembelajaran Sejarah Berbasis Internet Dan Gawai Di Sma Negeri 3 Martapura Kabupaten Oku Timur. 2(2).
- Purwaningsih, E., & Nurmala, I. (2021). The Impact of Online Game Addiction on Adolescent Mental Health: A Systematic Review and Meta-analysis. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(F), 260–274. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.6234>
- Rapee, R. M., Oar, E. L., Johnco, C. J., Forbes, M. K., Fardouly, J., Magson, N. R., & Richardson, C. E. (2019). Adolescent development and risk for the onset of social-emotional disorders: A review and conceptual model. *Behaviour Research and Therapy*, 123, 103501. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2019.103501>
- Saputri, N. S. D., Izzaty, R. E., & Retnawati, H. (2019). Have school counselors assessed students' anxiety? *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 4(4), 148–156. <https://doi.org/10.23916/0020190424840>
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sudarmika, D., & Lestari, I. R. (2022). Realitas Sosial Smartphone dalam Interaksi Sosial Remaja. *Oratio Directa (Prodi Ilmu Komunikasi)*, 4(1). <http://www.ejurnal.ubk.ac.id/index.php/oratio/article/view/212>
- Sulfasyah, S., & Arifin, J. (2017). Implikasi Pendidikan Nonformal Pada Remaja. *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, 4(2). <https://doi.org/10.26618/equilibrium.v4i2.506>
- Sun'iyah, S. L. (n.d.). Sinergi peran guru dan orang tua dalam mewujudkan keberhasilan pembelajaran pai tingkat pendidikan dasar di era pandemi covid-19.

- Suntiah, R., Fikri, M., & Assidiqi, M. H. (2020). Perbandingan Akhlak Siswa Berasrama dengan Non Asrama SMA Boarding School. *Atthulab: Islamic Religion Teaching and Learning Journal*, 5(1), 24–36. <https://doi.org/10.15575/ath.v5i1.5216>
- Wahyuni, A. S., Siahaan, F. B., Arfa, M., Alona, I., & Nerdy, N. (2019). The Relationship between the Duration of Playing Gadget and Mental Emotional State of Elementary School Students. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(1), 148–151. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.037>
- Widodo, D., & Widiani, E. (2017). Hubungan Kondisi Fisik Dengan Kecerdasan Emosional Pada Lanjut Usia Di Kelurahan Tlogomas Kota Malang. *Nursing News*, 2.
- Widyastuti, Y., Rahmawati, A., & Purnamaningrum, Y. E. (2009). Kesehatan reproduksi. *Fitramaya*.
- Yeager, D. S. (2017). Social and Emotional Learning Programs for Adolescents. *The Future of Children*, 27(1), 73–94. <https://doi.org/10.1353/foc.2017.0004>
- Zych, I., Beltrán-Catalán, M., Ortega-Ruiz, R., & Llorent, V. J. (2018). Competencias sociales y emocionales de adolescentes involucrados en diferentes roles de bullying y cyberbullying. *Revista de Psicodidáctica*, 23(2), 86–93. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2017.12.001>