



Transformasi Sosial Remaja Akibat Adiksi Gadget

Andrey Heberon Sitompul¹

24321002@sttbi.ac.id

Karlita Soebekti²

24321012@sttbi.ac.id

Slamet Riyadi³

24321017@sttbi.ac.id

Sui Han⁴

24321015@sttbi.ac.id

Wiwiek Wijayanti⁵

24321020@sttbi.ac.id

Abstract

The phenomenon of gadget addiction among adolescents has become a crucial social issue in the last decade. This article is intended to discuss the social transformation that occurs in adolescents due to excessive use of gadgets, especially its impact on social interaction patterns, emotional development, and family dynamics. Using a descriptive qualitative approach through literature studies and limited field observations, this study found the conclusion that gadget addiction causes a shift in values in adolescent social relationships. Face-to-face interactions tend to decrease, replaced by instant but shallow digital communication. In addition, dependence on digital content causes reduced empathy, increased social isolation, and changes in sleep patterns and learning concentration. It is hoped that the results of these findings will specifically show how families and educational institutions in general carry out preventive interventions such as digital literacy and strengthening interpersonal communication in adolescents.

Keywords: social transformation; Christian youth; addiction; gadgets; social media, social interaction

Abstrak

Fenomena adiksi gadget di kalangan remaja telah menjadi isu sosial yang krusial dalam dekade terakhir. Artikel ini dimaksudkan membahas transformasi sosial yang terjadi pada remaja akibat penggunaan gadget secara berlebihan, khususnya dampaknya terhadap pola interaksi sosial, perkembangan emosional, dan dinamika keluarga. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif melalui studi kepustakaan dan observasi lapangan terbatas,

¹ Sekolah Tinggi Teologi Bethel Indonesia

² Sekolah Tinggi Teologi Bethel Indonesia

³ Sekolah Tinggi Teologi Bethel Indonesia

⁴ Sekolah Tinggi Teologi Bethel Indonesia

⁵ Sekolah Tinggi Teologi Bethel Indonesia

penelitian ini menemukan kesimpulan bahwa adiksi gadget menyebabkan pergeseran nilai dalam hubungan sosial remaja. Interaksi tatap muka cenderung menurun, digantikan oleh komunikasi digital yang bersifat instan namun dangkal. Selain itu, ketergantungan terhadap konten digital menyebabkan berkurangnya kemampuan empati, meningkatnya isolasi sosial, serta perubahan pola tidur dan konsentrasi belajar. Diharapkan hasil temuan ini dapat menjadi acuan bagi keluarga dan institusi pendidikan untuk melakukan intervensi preventif.

Kata-kata kunci: transformasi sosial; remaja Kristen; adiksi; gadget; media sosial, interaksi sosial

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman, perubahan terjadi pada sisi kehidupan manusia tanpa memandang usia, latar belakang termasuk suku, budaya dan agama. Salah satu faktor yang memengaruhi kehidupan manusia adalah perkembangan teknologi di mana teknologi juga dapat digunakan sebagai upaya untuk menyelesaikan banyak masalah pada kehidupan sehari-hari. Perkembangan teknologi turut memengaruhi kemerosotan moral masyarakat.⁶ Teknologi dapat digambarkan sebagai produk, proses atau instansi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan manusia dan menjadikan orang atau manusia sebagai inti yang penting dalam setiap teknologi. Oleh karena itu, teknologi sangat berperan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi manusia. Namun peran teknologi tidak selamanya berdampak positif karena penggunaan yang salah pun cenderung berdampak negatif baik bagi orang dewasa, pemuda, remaja maupun anak-anak. Itu sebabnya betapa pentingnya adanya pembatasan dalam penggunaannya.

Perkembangan teknologi ini telah membawa kehidupan manusia pada era yang disebut era disrupsi⁷ yang berlaku hampir di seluruh lingkungan keluarga, pekerjaan dan setiap hal yang bersinggungan dengan manusia satu dengan yang lainnya. Khususnya dalam lingkup keluarga, perkembangan teknologi digital menjadikan seluruh elemen keluarga mulai dari anak hingga orang tua sebagai pengguna media digital, salah satunya gadget.⁸ Tidak mengherankan jika penggunaan gadget berfungsi pertama kali memberikan keuntungan tersendiri bagi penggunanya dalam beberapa aspek, mulai dari aspek kebutuhan akan informasi dan pengetahuan, kebiasaan bersosialisasi jarak jauh bahkan data peringkat

⁶ Kalis Stevanus, "Tujuh Kebijakan Utama Untuk Membangun Karakter Kristiani Anak," *BIA: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen Kontekstual* 1, no. 1 (2018): 79–95, <http://www.jurnalbia.com/index.php/bia/article/view/21>.

⁷ Yonatan Alex Arifianto, Sari Saptorini, and Kalis Stevanus, "Pentingnya Peran Media Sosial Dalam Pelaksanaan Misi Di Masa Pandemi Covid-19," *HARVESTER: Jurnal Teologi Dan Kepemimpinan Kristen* 5, no. 2 (2020): 86–104, <http://e-journal.stharvestsemarang.ac.id/index.php/harvester/article/view/39>.

⁸ Dyna Herlina S, dkk, *Digital Parenting: Mendidik Anak di Era Digital* (Yogyakarta: Samudera Biru, 2018), 7-10

kesuksesan bisnis tanpa menghiraukan dampak negatif di masa depan. Demikian pula, data dari Global Wax menemukan bahwa adiksi gadget dapat meracuni proses struktur otak anak melalui aksi narkotik endogen hormon dopamine yang berfungsi menghentikan kematangan fungsi korteks prefrontal.⁹ Dampak lainnya adalah ketidakcocokan, kecenderungan perubahan perilaku menjadi lebih tertutup, enggan bersosialisasi. Makin meningkatnya intensitas penggunaan gadget berlebihan berdampak pada perkembangan perilaku dan emosi anak, terdapat hubungan antara adiksi penggunaan gadget dengan interaksi sosial anak-anak, tidak hanya berlaku pada usia anak-anak saja, tetapi juga pada usia kerakusan, sehingga perlu adanya batasan.

Gadget sendiri dipahami sebagai bagian dari alat komunikasi yang digunakan secara global sebagai perangkat elektronik yang membutuhkan banyak kemudahan dari ukuran kecil hingga yang sangat kecil yang pada akhirnya menjadi bersifat multifungsi, terlepas dari itu semua dengan kata lain gadget merupakan produk yang dari sisi anggaran memberikan nilai kenikmatan yang tinggi, bahkan tidak sedikit produk gadget yang menempatkan anak-anak dan remaja yang sering kali menjadi target pasar dan konsumen gadget,¹⁰ sehingga membuat mereka rentan terhadap kecanduan. Di satu sisi, kehadiran banyak gadget seperti *ipad*, *laptop*, *handphone* atau *smartphone* merupakan teknologi yang sangat hebat dengan berbagai macam aplikasi dan informasi mengenai segala sesuatu yang ada di dunia, namun di sisi lain, penggunaan gadget yang berlebihan akan membuat kecanduan dan berpengaruh terhadap perkembangan sosial remaja atau dengan kata lain penggunaan yang berlebihan akan membuat remaja mengalami perubahan sosial yang cenderung negatif karena minimnya waktu atau bahkan tidak memiliki waktu yang cukup untuk bersosialisasi dengan lingkungan luar.

Masalah kecanduan dapat menyebabkan masalah psikologis dan sosial seperti berkurangnya kemampuan daya ingat anak, euforia saat *online*, waktu penggunaan internet yang berlebihan, menjauh dari lingkungan sosial, merasa cemas dan tertekan saat *offline* atau tidak menggunakan gadget. Remaja menjadi sulit untuk mengontrol emosinya karena tidak bisa lepas dari gadget dan mengabaikan keberadaan lingkungan di sekitarnya termasuk orang tua, hal ini menegaskan bahwa kecanduan gadget sangat berpengaruh terhadap gangguan emosi pada remaja.¹¹ Penggunaan gadget dapat berdampak pada perkembangan perilaku

⁹ Jenny Gabriela, Belinda Mau, "Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Perilaku Anak Remaja Masa Kini," *Jurnal Excelsis Deo*, Vol. 5, No. 1 (2021), 99-110

¹⁰ A. Fathoni, "Pengaruh Gadget terhadap Perkembangan Anak Usia Dini," diakses pada 6 Maret 2025

¹¹ U. Suryani dan V. Yazia, "Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja," *Jurnal Keperawatan*: Vol. 15 No. 2, (Juni 2023), 517-524

anak karena gadget memiliki banyak fitur dan juga aplikasi yang sangat menarik sehingga meningkatkan daya tarik pada setiap orang yang bermain gadget termasuk remaja namun berdampak negatif seperti mudah marah, malas belajar, membangkang kepada orang tua dan lain sebagainya.¹² Kecanduan gadget terhadap perilaku sosial memberikan dampak negatif di mana remaja menjadi sulit mengontrol diri dari bermain gadget dan merasa ketergantungan sehingga kurang memiliki perilaku sosial yang negatif terhadap teman sebaya atau orang di sekitarnya.¹³ Penggunaan gadget yang berlebihan menyebabkan gangguan kesehatan sehingga perlu adanya peningkatan pengetahuan untuk meningkatkan pembelajaran dengan pendekatan media interaktif agar remaja lebih memahami akibat serius dari kecanduan gadget.¹⁴ Salah satu kasus adiksi gadget adalah menurunnya tingkat konsentrasi sehingga mengakibatkan kurang bersemangat belajar.¹⁵ Semangat belajar sangat berdampak pada capaian akademik.

Semua penelitian di atas secara umum memberikan informasi mengenai kecanduan atau adiksi gadget yang memengaruhi perkembangan sosial remaja dan bagaimana cara penanganannya. Namun, dari hasil penelitian di atas, ditemukan bahwa belum ada penelitian yang spesifik membahas mengenai transformasi sosial remaja akibat adiksi gadget. Oleh karena itu, tujuan dari tulisan ini, dapat dirumuskan sebagai berikut: "Bagaimana adiksi gadget memengaruhi pola interaksi sosial, perkembangan emosional, dan dinamika keluarga pada remaja?" Penelitian ini penting karena dapat membantu orang tua, guru, dan institusi Kristen memahami perubahan sosial remaja akibat kecanduan gadget, sehingga intervensi lebih tepat sasaran.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan untuk mencapai tujuan dari penelitian di atas, peneliti memakai metode penelitian kualitatif melalui pendekatan analisis isi. Analisis isi adalah suatu bentuk analisis yang dipakai untuk menggambarkan dan menjabarkan secara keseluruhan karakteristik pesan yang terdapat pada suatu teks. Pendekatan analisis isi ini

¹² J. Gabriela, B. Mau, "Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Perilaku Anak Remaja Masa Kini," *Jurnal Excelsis Deo*, Vol. 5, No. 1 (June 2021), 99-110

¹³ Y. Mairianti, "Perilaku Sosial Remaja akibat Adiksi Gadget," *SKRIPSI: Prodi Pengembangan Masyarakat Islam*, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Univ. Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam-Banda Aceh, (2022), 1-6

¹⁴ R. Renylda dan L. Sativa Yan, "Upaya Meningkatkan Pengetahuan Remaja dalam Mengatasi Adiksi Gadget," *ADMA: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, Volume 3 No. 2, (2023); 221-230

¹⁵ M. Irsad Maulana KA, "Pengaruh Intensitas Penggunaan Gadget Terhadap Capaian Akademik: Studi Kasus Pada Peserta Didik MAN 1 OKU Timur," *Authorea Preprints*, Authorea, 2025, <https://www.authorea.com/doi/full/10.22541/au.175251205.52703641>.

berguna sebagai metode yang tidak mengganggu dan mempermudah peneliti untuk mengolah dan mempersingkat informasi dalam jumlah besar, memberikan informasi historis dan budaya yang berharga yang berhubungan langsung dengan topik yang diteliti.¹⁶ Seperti yang dijelaskan oleh Lumintang bahwa analisis ini merupakan teknik penelitian yang digunakan untuk membuat inferensi berdasarkan teks yang tertulis dan sistematis,¹⁷ Metode ini mencoba menganalisis isi atau tulisan mengenai literatur-literatur primer dan sekunder buku dan jurnal mengenai transformasi sosial remaja akibat kecanduan gadget yang telah diteliti. Dengan demikian, penelitian ini sangat penting karena dapat membantu orang tua, guru, dan institusi Kristen memahami perubahan sosial remaja akibat kecanduan gadget, sehingga intervensi lebih tepat sasaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Transformasi Sosial Remaja

Transformasi sosial mengacu pada perubahan sosial atau proses perubahan yang signifikan dan mendalam pada struktur, nilai dan norma sosial masyarakat yang dipicu oleh berbagai faktor seperti faktor teknologi, ekonomi, politik dan budaya. Selain itu, faktor perubahan sosial juga dapat muncul dari dalam masyarakat maupun dari luar masyarakat yang saling berhubungan satu sama lain.¹⁸ Sementara itu, Oburn mengemukakan perubahan sosial yaitu ruang lingkup perubahan sosial termasuk unsur-unsur kebudayaan baik bersifat material maupun non material.¹⁹ Dengan kata lain, transformasi atau perubahan sosial terjadi pada siapa saja, baik sebagai individu maupun masyarakat yang lebih besar dengan menggunakan berbagai faktor, salah satunya teknologi.

Di era teknologi yang sering disebut era digitalisasi telah membawa transformasi atau perubahan sosial yang signifikan secara perlahan namun pasti pada remaja, salah satunya penggunaan media sosial yang mempengaruhi perilaku sosial mereka. Weber berpendapat bahwa perilaku sosial adalah tindakan individu yang mempunyai arti atau makna subjektif

¹⁶ Chad Nelson and Robert H. Woods Jr, "Content Analysis," in *The Routledge Handbook of Research Methods in the Study of Religion*, ed. Steven Engler and Michael Stausberg. (London, New York: Routledge, 2013) 109–110

¹⁷ S. I. Lumintang & Danik A. Lumintang, *Theologia Penelitian dan Penelitian Theologis: Science-Ascience serta Metodologinya* (Jakarta: Geneva Insani Indonesia, 2016), 114 bnd Krippendorff, K, "Reliability in Content Analysis: Some Common Misconception and Recommendations," in *Human Communication Research* (2004); 411-433;

¹⁸ Septiarti et al, *Sosiologi dan Antropologi Pendidikan* (Yogyakarta, 2017), 158-159

¹⁹ William F. Ogburn, *A Handbook of Sociology* (London, 2002), 86 bnd Fadli E. Zamani, "Peran Pendidikan Teknologi dalam Proses Transformasi Sosial," *Dialektika: Jurnal Ilmu Sosial*, Volume 20, No. 1 (2022); 84-94

baginya yang diarahkan pada tindakan orang lain.²⁰ Sedangkan tindakan tersebut dapat diulang dengan sengaja sebagai akibat dari pengaruh situasi dalam situasi tertentu. Hal ini berkaitan dengan perilaku remaja yang lebih memilih lingkungan sosial dunia maya daripada dunia nyata dalam kehidupannya. Selain itu, perubahan sosial pada remaja terjadi karena mereka di era ini cenderung kepada sesuatu yang instan atau lebih mudah. Susilowati dan Pratama menuliskan beberapa perubahan pada remaja yang aktif di media sosial sebagai berikut: 1) remaja menjadi kurang bergaul, cenderung menutup diri di kamar dan hampir tidak memiliki waktu untuk bergaul dengan teman sebaya, 2) remaja menjadi eksis mengikuti perkembangan zaman, 3) kecanduan yang diawali dengan keingintahuan yang mendalam atau berlebihan terhadap suatu hal, khususnya media sosial, 4) remaja memiliki waktu istirahat yang lebih sedikit karena terlalu fokus untuk menghabiskan waktu di media sosial.²¹ Akibatnya masa remaja yang seharusnya adalah masa yang indah untuk mencari jati diri menjadi jauh dari jati diri remaja yang sesungguhnya yaitu tidak ada waktu menikmati masa remaja.

Adiksi Gadget

Kecanduan gadget merupakan kondisi di mana seseorang terlalu bergantung pada gadget atau perangkat teknologi lain seperti *smartphone*, tablet, komputer dll. dan meskipun hal ini sudah menimbulkan masalah, tidak berhenti menggunakannya yang mengacaukan semua keseimbangan hingga menjalani kehidupan sehari-hari.²² Ketergantungan terhadap gadget sehubungan dengan keterampilan interpersonal anak dan merugikan terhadap pencapaian pendidikan,²³ Dalam perilaku anak, dampaknya adalah perilaku yang lazim sepanjang waktu dan berhubungan erat antusiasme dengan gadget yang membuat mereka enggan mencari sumber-sumber di luar referensi berdigit. Adapun lebih lanjut terkait pencandunya, Amalia dan Hamid membagi pola frekuensi berinteraksi dengan *smartphone* pada kesehatan mental anak dan remaja. Adapun rupa-rupa perilaku yang paling sering ditemukan adalah cemas, depresi, dan perilaku yang telah menyakiti atau menyakiti diri sendiri.²⁴ Sementara dampak psikologis dari kecanduan gadget pada anak adalah kesepian,

²⁰ E. Susilowati, dan Nur A. Pratama, "Perubahan Perilaku Sosial Remaja dalam Menggunakan Media Sosial di Desa Cemantan Kecamatan Bahaur," *JSP: Jurnal Sosiopolitico*, Vol. 5 No. 2 (Agustus, 2023); 113-120

²¹ Ibid.,

²² Lin Y.H, et al, "Time Distortion Associated with Smartphone Addictioan: Identifying Smartphone Addiction via a Mobile Application," *Journal of Psychiatric Research*, 2016; 1-7

²³ Nurmalsari, "Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Tingkat Prestasi That are Easy to Carry Anywhere for," *Jurnal Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Komputer*, vol. 3 nomor 2 (2018); 111-118

²⁴ FR. Amalia dan Y.S.A Hamid, "Adiksi Smartphone, Kesehatan Mental Anak dan Peranan Pola Asuh," *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, vol. 3, no. 2 (2020); 221-240

gangguan pola tidur, depresi, tidak dapat memusatkan perhatian dan hiperaktif, juga pengaruh terhadap fisik anak berupa kelebihan berat badan/obesitas.²⁵ Fenomena kecanduan dan faktor negatif lain yang diberikan tidak hanya merupakan teknologi yang akan digunakan dengan bebas, karena pendekatan terhadap pengetahuan yang diberikan kepada kaum muda merupakan masalah pencanduan dan penggunaan gadget yang berlebihan.

Transformasi Sosial Remaja Akibat Adiksi Gadget

Remaja adalah transisi dari anak-anak menuju dewasa yang penuh dengan berbagai perubahan.²⁶ Sebagaimana dikutip Santrock, perubahan masa remaja dapat didefinisikan sebagai berikut: perubahan biologis, perubahan kognitif, dan perubahan sosio-emosional bersamaan dengan proses yang mengarah pada kematangan seksual dan kesuburan yaitu kemampuan untuk menghasilkan seorang anak melalui pembuahan.²⁷ Itulah sebabnya masa remaja juga dikenal dengan pubertas, yang berlangsung dimulai dari usia 11 atau 12 tahun yang berakhir pada akhir masa remaja atau dewasa pada awal dua puluhan, adanya perubahan yang dramatis dan saling terkait antara ketiga aspek tersebut.²⁸ Remaja cepat berkembang perubahan fisik dan menjadi nyaman bersama orang yang juga cepat berubah, itulah kenapa perkembangan kepribadian yang penting di mana remaja mencakup pencarian identitas yaitu proses bagi remaja itu sendiri untuk menjadi unik dan penting dalam eksistensi sebagai individu.²⁹ Itu sebabnya masa remaja merupakan proses yang sangat rentan terhadap perubahan.

Di era globalisasi pada perkembangan teknologi dan informasi, manusia dapat mengakses berbagai informasi dengan mudah di seluruh dunia, dan tanpa disadari hal tersebut menyebabkan terjadinya transformasi atau perubahan sosial dan budaya manusia, salah satunya transformasi perilaku sosial remaja. Remaja yang hidup berdampingan dengan gadget atau teknologi digital, akan menjadikan gadget sebagai bagian dari kesehariannya, melalui gadget mereka akan mendapatkan informasi baik mengenai gaya hidup atau tren

²⁵ K.M Rini dan T. Huriah, "Prevalensi dan Dampak Kecanduan Gadget pada Remaja" *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, vol. 5, no. 1 (2002); 185-194

²⁶ Kalis Stevanus and Vivilia Vivone Vriska Macarau, "Peran Pendidikan Agama Kristen Dalam Keluarga Terhadap Pembentukan Karakter Remaja Di Era 4.0," *Jurnal Dinamika Pendidikan* 14, no. 2 (September 2021): 2, <https://doi.org/10.51212/jdp.v14i2.56>.

²⁷ J. Santrock, *Adolescence: Perkembangan Remaja* (Jakarta: Erlangga, 2003)

²⁸ R. Handayani dan Eka P. A. Surya, "Transformasi Sosial di Era Digital: Pengaruh Teman Sebaya dan Media Sosial terhadap Perilaku Remaja," *JEBS: Jurnal Ekonomika dan Bisnis*, Volume 4, Nomor 5 (September-Oktober, 2024); 1373-1377

²⁹ Papalia, Olds dan Feldman, *Human Development* (Jakarta: 2011) bnd R. Handayani dan Eka P. A. Surya, "Transformasi Sosial di Era Digital: Pengaruh Teman Sebaya dan Media Sosial terhadap Perilaku Remaja," *JEBS: Jurnal Ekonomika dan Bisnis*, Volume. 4, No. 5 (September-Oktober, 2024); 1373-1377

budaya dari berbagai daerah dan negara.³⁰ Hal ini membuat remaja pada suatu saat mulai mengubahnya dari segi penampilan, cara berbicara dan sikap terhadap lingkungan.

Transformasi atau perubahan sosial yang terjadi pada remaja akibat kecanduan gadget dapat dilihat dari dua sisi yaitu positif dan negatif. Gadget membuat remaja mudah berkomunikasi dengan orang lain dari area berbeda, lebih banyak pengetahuan yang bisa didapatkan remaja karena adanya teknologi gadget yang memungkinkan akses berbagai informasi, dan banyaknya media sosial lainnya akan membuka kesempatan pertemanan remaja akan sangat terbuka.³¹ Namun, di lain sisi, kecanduan gadget akan merusak remaja seperti merosotnya konsentrasi mereka dalam proses belajar, kurang mampu dalam berperilaku bersosialisasi, disorientasinya kesehatan mereka, dan masih banyak yang lainnya.³² Gadget membuat mereka kehilangan jiwa solidaritas remaja karena mereka tidak peduli dengan hal tersebut, mereka memilih untuk selalu *up date* dengan gaya hedonis, mereka tampil seakan dewasa dengan budaya yang dewasa karena tidak memahami bagaimana cara berpakaian yang benar atau perilaku di masyarakat, mereka cenderung terlihat memburuk karena mereka tidak lagi memedulikannya, mereka semakin cenderung tidak mau disiplin karena mereka tidak menghargai budaya lagi. Bila dilihat, situasi ini, yang menyebabkan remaja merasa malu dan malas yang mengakibatkan perilaku merendahkan diri, menunjukkan sejauh mana peran gadget dalam kondisi remaja mengubah perilaku dan berinteraksi dengan orang lain.³³ Dalam hal di atas tentu masalah ini harus diatasi dan orang tua sangat dibutuhkan untuk memandu remaja karena mereka bisa dengan mudah berkomunikasi dengan remaja. Orang tua perlu memiliki waktu untuk berbincang dan mengetahui apa yang menjadi kebutuhan remaja saat ini. Remaja juga tidak hanya membutuhkan bantuan orang tua agar bisa mendapatkan kepercayaan diri dan mulai bersosialisasi dengan orang lain.

³⁰ I. Krisnaningrum, Masrukhi dan Hamdan T. Atmaja, "Perilaku Sosial Remaja Era Globalisasi di SMK Muhammadiyah Kramat, Tegal," *JESS: Journal of Educational Social Studies*, Vol. 6 No. 3 (2017): 92-98

³¹ Puji A. Husna, *Pengaruh Penggunaan Media Gadget pada Perkembangan Karakter Anak* 324. Yosi Mairianti, "Perilaku Sosial Remaja akibat Adiksi Gadget," *Skripsi: Prodi Pengembangan Masyarakat Islam*, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam-Banda Aceh, (2022), 35-38

³² Rozalia, "Hubungan Intensitas Pemanfaatan Gadget dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas V Sekolah Dasar," hal. 725-726 Y. Mairianti, "Perilaku Sosial Remaja akibat Adiksi Gadget," *Skripsi: Prodi Pengembangan Masyarakat Islam*, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam-Banda Aceh, (2022), 35-38

³³ Sariyani D. Tamba et al, "Perubahan Sosial Remaja akibat Penggunaan Media Sosial di Desa Sitingo Kecamatan Sitingo Kabupaten Dairi," *Gardu: Jurnal Sosiologi Agama*, Vol. 1, No. 1 (Juni-Desember, 2023); 6-10 bnd Dalillah, "Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Perilaku Sosial di SMA Darussalam Ciputat," *Skripsi: Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*, Jakarta, (2019); 10-11

Upaya lain yang harus dilakukan terhadap transformasi sosial yang dialami remaja akibat kecanduan gawai adalah melalui pendidikan. Pendidikan ini bisa dilakukan baik secara formal juga non formal, misalnya dengan memberi kesempatan kepada remaja untuk mengembangkan potensi. Tentang pendidikan inilah yang Suyanto sampaikan bahwa “guru sangat berpeluang besar mengubah kondisi anak yang gelap gulita, menjadi cerdas dan fasih membaca, membaca, dan beraktivitas dan pada akhirnya tampil sebagai anak bangsa yang membanggakan bagi masyarakat dan bangsanya”.³⁴ Pendidikan karakter bagi remaja perlu diberikan karena remaja melalui pembentukan karakter termotivasi untuk mengembangkan potensi kemampuan dasar agar berhati baik, berperilaku baik, berpikir baik, menguatkan dan membangun perilaku yang baik.³⁵ Dengan demikian, jelaslah bahwa masih ada banyak hal yang mungkin dapat dilakukan untuk membantu remaja akibat kecanduan gadget agar perubahan sosial yang dialami remaja lebih pada aspek-aspek yang positif, yang pada akhirnya mendorong remaja untuk tampil dengan jati dirinya yang sebenarnya.

KESIMPULAN

Penggunaan gadget secara berlebihan dapat menyebabkan kecanduan dan berdampak negatif terhadap perkembangan sosial remaja. Hal ini karena waktu yang seharusnya digunakan untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar menjadi sangat terbatas atau bahkan hilang sama sekali. Perilaku remaja, penggunaan media sosial yang intens membuat mereka cenderung menarik diri dari dunia nyata karena lebih memilih untuk tampil dan beraktivitas di ruang digital. Jadi, transformasi sosial akibat kecanduan gadget dapat membawa dampak positif maupun negatif. Dari sisi positif, gadget mempermudah komunikasi dengan berbagai pihak, memberikan akses terhadap informasi yang luas, serta membuka peluang pertemanan yang lebih besar melalui media sosial. Dalam situasi tertentu, transformasi sosial yang dialami remaja juga bisa diarahkan ke arah positif, asalkan terdapat upaya yang tepat untuk mendampingi mereka agar kembali menemukan jati dirinya yang sebenarnya.

Kontribusi Penelitian

Tulisan ini berkontribusi dalam mengungkap dinamika transformasi sosial remaja akibat adiksi gadget, memberikan pemahaman mendalam tentang perubahan perilaku,

³⁴ Suyanto, *Tantangan Profesionalisme Guru di Era Global*, Pidato Dies Natalis ke-43, Universitas Negeri Yogyakarta, Mei 2007 bnd Fadli Emsa Zamani, “Peran Pendidikan Teknologi dalam Proses Transformasi Sosial,” *Dialektika: Jurnal Ilmu Sosial*, Volume 20, Nomor 1 (2022); 84-94

³⁵ Nanda Ayu Setiawati, “Pendidikan Karakter sebagai Pilar Pembentukan Karakter Bangsa,” *Prosiding Seminar Nasional Tahunan Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Medan*, Volume 1, nomor 1 (2017); 349

interaksi sosial, dan nilai-nilai remaja Kristen di era digital serta tindakan preventifnya maupun terapinya tepat untuk mendampingi mereka agar kembali menemukan jati dirinya yang sebenarnya. Dengan demikian, kegunaan penelitian adalah pertama untuk memberikan pemahaman mendalam tentang transformasi sosial yang terjadi akibat adiksi gadget. Kedua adalah menyediakan data yang relevan untuk pengambilan kebijakan pendidikan dan kesehatan mental remaja. Ketiga adalah menjadi dasar bagi program intervensi sosial yang lebih tepat sasaran bagi remaja.

Rekomendasi Bagi Orang Tua Kristen

Perkembangan teknologi digital membawa manfaat besar, namun juga tantangan tersendiri, terutama bagi remaja yang sedang berada pada masa transisi psikososial. Salah satu tantangan terbesar adalah meningkatnya ketergantungan terhadap gadget, yang mencakup *smartphone*, tablet, dan komputer. Berdasarkan hasil temuan penelitian ini, penggunaan gadget secara berlebihan dapat menyebabkan gangguan hubungan sosial, penurunan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi, serta penurunan kualitas belajar. Kenyataannya di lapangan membuktikan bahwa adiksi gadget pada remaja menyebabkan pergeseran pola interaksi sosial dari langsung ke digital, menurunkan empati, meningkatkan isolasi sosial, dan mengubah konsentrasi belajar.

Remaja cenderung rentan terhadap dampak gadget karena kontrol diri yang belum optimal dan ketertarikan tinggi terhadap dunia digital. Oleh sebab itu, keterlibatan orang tua menjadi faktor yang sangat penting dalam membantu anak remajanya mengelola penggunaan gadget secara sehat dan seimbang. Oleh karena itu, orang tua harus hadir secara emosional, mampu menetapkan batasan yang jelas, serta menyediakan alternatif aktivitas sehat bagi anak akan berkontribusi besar dalam membentuk remaja yang seimbang secara sosial, mental, dan akademik. Upaya pencegahan selalu lebih efektif daripada penanganan setelah kecanduan terjadi. Apabila sudah mendesak sekali kondisi anak, sebaiknya diperlukan bantuan psikolog atau psikiater anak dapat menjadi solusi untuk kasus kecanduan berat.

Rekomendasi Penelitian Lanjutan

Artikel ini hanya membatasi pada penelitian dampak negatif adiksi gadget dari sisi perubahan sosial remaja saja sehingga peneliti lain dapat mendalami untuk mengkaji tentang pengaruhnya terhadap hasil belajarnya. Sebab itu, penting suatu penelitian lapangan guna menganalisis keterkaitan antara durasi penggunaan gadget dan penurunan kualitas hubungan

sosial dan menggali peran pendidikan keluarga dan institusi pendidikan dalam membentuk kebiasaan digital yang sehat pada remaja.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih atas jasa Dr. Susanna Kathryn sebagai dosen pengampu yang memeriksa isi dan membimbing teknis penulisannya.

REFERENSI

- Amalia, FR. dan Y.S.A Hamid, “Adiksi Smartphone, Kesehatan Mental Anak dan Peranan Pola Asuh,” *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, vol. 3, no. 2 (2020); 221-240
- Arifianto, Yonatan Alex, Sari Saptorini, and Kalis Stevanus. “Pentingnya Peran Media Sosial Dalam Pelaksanaan Misi Di Masa Pandemi Covid-19.” *Harvester: Jurnal Teologi Dan Kepemimpinan Kristen* 5, no. 2 (2020): 86–104. <http://e-journal.sttharvestsemarang.ac.id/index.php/harvester/article/view/39>.
- Gabriela, Jenny dan Belinda Mau, “Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Perilaku Anak Remaja Masa Kini,” *Jurnal Excelsis Deo*, Vol. 5, No. 1 (2021), 99-110
- Handayani, R. dan Eka P. A. Surya, “Transformasi Sosial di Era Digital: Pengaruh Teman Sebaya dan Media Sosial terhadap Perilaku Remaja,” *JEBS: Jurnal Ekonomika dan Bisnis*, Volume 4, Nomor 5 (September-Oktober, 2024); 1373-1377
- Herlina, S Dyna, dkk, *Digital Parenting: Mendidik Anak di Era Digital* (Yogyakarta: Samudera Biru, 2018), 7-10
- Husna, Puji A. *Pengaruh Penggunaan Media Gadget pada Perkembangan Karakter Anak* 324. Yosi Mairianti, “Perilaku Sosial Remaja akibat Adiksi Gadget,” *Skripsi: Prodi Pengembangan Masyarakat Islam*, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam-Banda Aceh, (2022), 35-38
- KA, M. Irsad Maulana. “Pengaruh Intensitas Penggunaan Gadget Terhadap Capaian Akademik: Studi Kasus Pada Peserta Didik MAN 1 OKU Timur.” *Authorea Preprints*, Authorea, 2025. <https://www.authorea.com/doi/full/10.22541/au.175251205.52703641>.
- Krisnaningrum, I., Masrukhi dan Hamdan T. Atmaja, “Perilaku Sosial Remaja Era Globalisasi di SMK Muhammadiyah Kramat, Tegal,” *JESS: Journal of Educational Social Studies*, Vol. 6 No. 3 (2017): 92-98
- Lin Y.H, et al, “Time Distortion Associated with Smartphone Addictioan: Identifying Smartphone Addiction via a Mobile Application,” *Journal of Psychiatric Research*, 2016; 1-7
- Lumintang, S. I. dan Danik A. Lumintang, *Theologia Penelitian dan Penelitian Theologis: Science-Ascience serta Metodologinya* (Jakarta: Geneva Insani Indonesia, 2016), 114 bnd Krippendorff, K, “Reliability in Content Analysis: Some Common Misconception and Recommendations,” *in Human Communication Research* (2004); 411-433;
- Mairianti, Y. “Perilaku Sosial Remaja akibat Adiksi Gadget,” *SKRIPSI: Prodi Pengembangan Masyarakat Islam*, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Univ. Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam-Banda Aceh, (2022), 1-6

- Maulana KA, M. Irsad “Pengaruh Intensitas Penggunaan Gadget Terhadap Capaian Akademik: Studi Kasus Pada Peserta Didik MAN 1 OKU Timur,” *Authorea Preprints*, Authorea, 2025,
<https://www.authorea.com/doi/full/10.22541/au.175251205.52703641>.
- Nelson, Chad and Robert H. Woods Jr, “Content Analysis,” in *The Routledge Handbook of Research Methods in the Study of Religion*, ed. Steven Engler and Michael Stausberg. (London, New York: Routledge, 2013) 109–110
- Nurmalasari, “Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Tingkat Prestasi That are Easy to Carry Anywhere for,” *Jurnal Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Komputer*, vol. 3 nomor 2 (2018); 111-118
- Ogburn, *A Handbook of Sociology* (London, 2002), 86 bnd Fadli E. Zamani, “Peran Pendidikan William F. Teknologi dalam Proses Transformasi Sosial,” *Dialektika: Jurnal Ilmu Sosial*, Volume 20, No. 1 (2022); 84-94
- Papalia, Olds dan Feldman, *Human Development* (Jakarta: 2011) bnd R. Handayani dan Eka P. A. Surya, “Transformasi Sosial di Era Digital: Pengaruh Teman Sebaya dan Media Sosial terhadap Perilaku Remaja,” *JEBS: Jurnal Ekonomika dan Bisnis*, Volume. 4, No. 5 (September-Oktober, 2024); 1373-1377
- Renylda, R. dan L. Sativa Yan, “Upaya Meningkatkan Pengetahuan Remaja dalam Mengatasi Adiksi Gadget,” *ADMA: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, Volume 3 No. 2, (2023); 221-230
- Rini, K.M dan T. Huriah, “Prevalensi dan Dampak Kecanduan Gadget pada Remaja” *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, vol. 5, no. 1 (2002); 185-194
- Rozalia, “Hubungan Intensitas Pemanfaatan Gadget dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas V Sekolah Dasar,” hal. 725-726 Y. Mairianti, “Perilaku Sosial Remaja akibat Adiksi Gadget,” Skripsi: Prodi Pengembangan Masyarakat Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam-Banda Aceh, (2022), 35-38
- Santrock, J. *Adolescence: Perkembangan Remaja* (Jakarta: Erlangga, 2003)
- Septiarti et al, *Sosiologi dan Antropologi Pendidikan* (Yogyakarta, 2017), 158-159
- Setiawati, Nanda Ayu. “Pendidikan Karakter sebagai Pilar Pembentukan Karakter Bangsa,” *Prosiding Seminar Nasional Tahunan Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Medan*, Volume 1, nomor 1 (2017); 349
- Stevanus, Kalis. “Tujuh Kebijakan Utama Untuk Membangun Karakter Kristiani Anak.” *BIA': Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen Kontekstual* 1, no. 1 (2018): 79–95.
<http://www.jurnalbia.com/index.php/bia/article/view/21>.
- Stevanus, Kalis, and Vivilia Vivone Vriska Macarau. “Peran Pendidikan Agama Kristen Dalam Keluarga Terhadap Pembentukan Karakter Remaja Di Era 4.0.” *Jurnal Dinamika Pendidikan* 14, no. 2 (September 2021): 2.
<https://doi.org/10.51212/jdp.v14i2.56>.
- Suryani, U. dan V. Yazia, “Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja,” *Jurnal Keperawatan*: Vol. 15 No. 2, (Juni 2023), 517-524
- Susilowati E. dan Nur A. Pratama, “Perubahan Perilaku Sosial Remaja dalam Menggunakan Media Sosial di Desa Cemantan Kecamatan Bahaur,” *JSP: Jurnal Sosiopolitico*, Vol. 5 No. 2 (Agustus, 2023); 113-120
- Suyanto, *Tantangan Profesionalisme Guru di Era Global*, Pidato Dies Natalis ke-43, Universitas Negeri Yogyakarta, Mei 2007 bnd Fadli Emsa Zamani, “Peran

Pendidikan Teknologi dalam Proses Transformasi Sosial,” *Dialektika: Jurnal Ilmu Sosial*, Volume 20, Nomor 1 (2022); 84-94

Tamba, Sariani D. et al, “Perubahan Sosial Remaja akibat Penggunaan Media Sosial di Desa Sitinjo Kecamatan Sitinjo Kabupaten Dairi,” *Gardu: Jurnal Sosiologi Agama*, Vol. 1, No. 1 (Juni-Desember, 2023); 6-10 bnd Dalillah, “Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Perilaku Sosial di SMA Darussalam Ciputat,” Skripsi: Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Jakarta, (2019); 10-11