



The Relationship Between Gadget Use Intensity and Parent–Adolescent Attachment Among Students at Senior High School X

Hubungan Intensitas Penggunaan Gawai dengan *Attachment* antara Orang Tua dan Anak Usia Remaja pada Siswa SMA X



Reynaldi Febriansyah^a
Dessy Pramudiani^b
Nurul Hafizah^c

Article history:

Submitted: 05 May 2026

Revised: 26 May 2026

Accepted: 04 June 2026

Keywords: *Attachment*, Gawai, Intensitas, Penggunaan Gawai, Remaja, SMA Negeri 1 Kota Jambi

Abstract

Adolescent gadget use continues to increase along with technological advancements and easier internet access. Gadgets are used for communication, accessing information, social media, entertainment, and learning. According to the APJII survey, internet penetration in Indonesia has reached 79.51%. The high intensity of gadget use is presumed to affect the quality of attachment between parents and adolescents. This study aimed to determine the relationship between the intensity of gadget use and parent–adolescent attachment among students at SMA Negeri 1 Kota Jambi. This quantitative study employed a correlational approach involving 80 students selected using purposive sampling. The intensity of gadget use was measured using a scale developed by the researcher, while attachment was assessed using the *Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA)*. Data were analyzed using SPSS version 25. The results showed a very weak negative and statistically non-significant relationship between the intensity of gadget use and attachment ($r = -0.029$; $p = 0.796$), indicating that increased gadget use was not accompanied by a meaningful change in attachment. It was concluded that high gadget use intensity was not a factor associated with lower parent–adolescent attachment. Other factors, such as parenting style, communication, and time spent together with the family, may play a more important role.

Abstrak

Penggunaan gawai pada remaja terus meningkat seiring perkembangan teknologi dan kemudahan akses internet. Gawai dimanfaatkan untuk komunikasi, memperoleh informasi, media sosial, hiburan, dan pembelajaran. Survei APJII menunjukkan penetrasi internet di Indonesia mencapai 79,51%.

^a Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Indonesia

^b Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Indonesia

^c Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Indonesia

Tingginya penggunaan gawai diduga dapat memengaruhi kualitas *attachment* antara orang tua dan remaja. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan gawai dengan *attachment* antara orang tua dan anak usia remaja di SMA Negeri 1 Kota Jambi. Penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional ini melibatkan 80 siswa yang dipilih menggunakan *purposive sampling*. Intensitas penggunaan gawai diukur menggunakan skala yang dikembangkan peneliti, sedangkan *attachment* diukur menggunakan *Inventory of Parent and Peer Attachment* (IPPA). Data dianalisis menggunakan SPSS versi 25. Hasil penelitian menunjukkan hubungan negatif yang sangat lemah dan tidak signifikan antara intensitas penggunaan gawai dengan *attachment* ($r = -0,029$; $p = 0,796$), sehingga peningkatan intensitas penggunaan gawai tidak diikuti perubahan *attachment* yang bermakna. Disimpulkan bahwa intensitas penggunaan gawai yang tinggi tidak menjadi faktor yang menurunkan *attachment* antara orang tua dan remaja. Faktor lain, seperti pola asuh, komunikasi, dan waktu bersama keluarga, diduga lebih berperan.

Journal of Social Science and Humanities (JoSSH) ©2026.
This is an open access article under the CC BY-NC-SA license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).

Corresponding author:

Reynaldi Febriansyah

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Indonesia

Email address: reynaldifebriansyah857@gmail.com

1 Pendahuluan

Perangkat gawai kini menjadi bagian yang tidak terlepas dari kehidupan kita karena perangkat gawai dapat membantu dalam berbagai bidang, seperti bidang pekerjaan, bidang pendidikan serta untuk diri sendiri. Akan tetapi gawai dapat menimbulkan dampak buruk terutama jika individu menggunakannya dalam jangka waktu yang berlebihan dan menyalahgunakan fungsinya. Menurut (Nasution dkk., 2017) fungsi gawai dibagi menjadi tiga, berikut adalah tiga fungsi utama yang berkaitan dengan penggunaan gawai: (1) Versatility, yaitu kemampuan perangkat untuk mendukung kecerdasan, misalnya dengan aplikasi pencarian informasi seperti Google atau Opera Mini, kalkulator bawaan, serta aplikasi tambahan yaitu KBBI dan kamus berbahasa Inggris; (2) Essentiality, yang mencakup pentingnya komunikasi, yang mencakup panggilan suara, pesan teks, media sosial, serta penyimpanan data di memori telepon atau kartu memori tambahan; dan (3) Entertainment, yaitu untuk menenangkan pikiran, seperti permainan, aplikasi musik, pemutar video, serta recorder.

Data yang di rilis oleh APJII tahun 2024 menampilkan jumlah pengguna internet di provinsi Jambi memaparkan sebanyak 85,91% penduduk provinsi Jambi sudah memiliki akses internet dan kontribusinya dalam perkembangan internet sebanyak 1,43% yang menandakan tingginya tingkat penggunaan internet namun tidak memberikan banyak kontribusi terhadap penggunaan internet itu sendiri. Mayoritas remaja lebih memanfaatkan internet untuk hiburan dan media sosial, menjadi pengguna pasif dibandingkan menciptakan konten yang produktif seperti konten edukatif atau inovasi teknologi. Penggunaan perangkat oleh anak tanpa pengawasan dan kontrol orang tua dapat mempengaruhi mereka, efek ini dapat mengganggu proses pertumbuhan dan perkembangan. Selain itu, kondisi ini juga berdampak pada kesehatan fisik dan mental (Sepdianto dkk, 2022).

Teori tentang Attachment ini diperkenalkan oleh Bowlby dan Ainsworth kepercayaan antara bayi dan ibu sebagai pengasuh utama berkembang melalui hubungan emosional yang erat. Interaksi yang penuh kehangatan dan kedekatan membantu keduanya memahami satu sama lain, merespons kebutuhan secara tepat, serta membangun ikatan yang semakin kuat (Proborini dkk, 2021). Attachment berfungsi untuk memprediksi perkembangan kepribadian, hubungan sosial, kehidupan dalam berorganisasi, serta tingkatan stress (Rubinstein dkk, 2012) yang berdasarkan hasil penelitian (Intan, 2021) melihat bagaimana penggunaan gawai memengaruhi kelekatan antara remaja dan orang tua mereka. Penelitian ini menunjukkan bahwa intensitas penggunaan gawai dapat memberikan dampak signifikan terhadap kualitas hubungan Attachment antara remaja dan orang tua, serta memengaruhi perkembangan emosional dan sosial remaja.

Tinjauan Pustaka

Attachment

Teori tentang attachment digagas oleh Bowlby dan Ainsworth. Hubungan afeksional antara bayi dan pengasuh utama, yaitu ibu, membangun rasa saling percaya di antara mereka. Kelekatan dan kedekatan antara ibu dan bayi memungkinkan terjadinya pemahaman timbal balik, memberikan respons yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing, serta mempererat hubungan. Kelekatan ini berfungsi sebagai model internal yang kemudian diadaptasi dalam konteks sosial yang lebih luas. Attachment terhadap orang tua yang berlangsung selama periode remaja dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap perkembangan kesejahteraan dan kompetensi sosial remaja, yang terlihat melalui harga diri yang tinggi, penyesuaian emosional yang baik, serta kesehatan fisik yang optimal. Remaja yang memiliki attachment aman cenderung merasa dicintai, dihargai, dan mendapatkan perhatian penuh dari orang lain. Mereka menganggap bentuk attachment sebagai suatu respon, kepedulian, dan dapat dipercaya. Selain itu, mereka merasa tenang di dalam keintiman, percaya diri, optimis, dan memiliki skill untuk menjalin hubungan baik dengan orang lain (Purnama & Wahyuni, 2017).

Menurut (Togatorop dkk, 2021) terdapat 3 aspek Attachment yakni komunikasi, kepercayaan dan keterasingan yang kemudian di definisikan dalam (Putri, 2022) sebagai berikut (1) Communication atau komunikasi, komunikasi merupakan sebuah aspek yang ditujukan untuk memperkuat ikatan emosional orang tua dengan remaja, (2) Trust atau kepercayaan, kepercayaan merupakan sebuah aspek yang menekankan pada keyakinan remaja pada orang tuanya bahwasanya mereka dapat membantu serta memenuhi kebutuhannya, (3) Alienation atau keterasingan, keterasingan merupakan sebuah aspek yang terkait dengan penghindaran serta penolakan terhadap seorang figur orang tua.

Intensitas Penggunaan Gawai

Intensitas berasal dari bahasa Latin intention, yang berarti ukuran kekuatan atau tingkatan. Dalam KBBI, intensitas didefinisikan sebagai keadaan tingkat atau ukuran yang intens. Singkatnya, intensitas adalah tingkatan yang dapat diukur. Istilah penggunaan mengacu pada proses atau cara mempergunakan sesuatu. Dalam KBBI, penggunaan berarti sebagai "proses atau cara menggunakan sesuatu" (Maulina dkk, 2021). Menurut (Ditaelis dkk, 2024) Seseorang dapat dianggap memiliki intensitas penggunaan perangkat elektronik yang tinggi apabila total waktu penggunaannya melebihi 120 menit per hari, dengan durasi lebih dari 75 menit pada setiap kali penggunaan. Fenomena yang terjadi di masyarakat menunjukkan bahwa penggunaan gawai pada anak sering dikaitkan dengan berbagai masalah, seperti kecenderungan bermain game secara berlebihan, penggunaan internet yang tidak terkontrol, terlalu sering mengakses YouTube, serta paparan terhadap konten yang mengandung unsur pornografi (Adam dkk, 2024).

Menurut (Khoiriah & Fatonah, 2022) terdapat 4 aspek dalam intensitas yaitu (1). Perhatian yaitu ketertarikan individu pada sesuatu. saat perhatian mulai sejalan dengan minatnya, hal itu akan menjadi lebih menarik dan intens. Individu cenderung melimpahkan perhatian pada hal-hal yang mereka sukai, sehingga mereka dapat nyaman dalam beraktivitas saat mengakses gawai. (2). Penghayatan yaitu memahami suatu informasi, serta minat seseorang untuk mengakses dan memahami pengetahuan yang telah disimpan. seseorang sering kali meniru, mempraktikkan, dan terpengaruh oleh hal-hal atau informasi yang diperoleh dari penggunaan gawai. (3). Durasi adalah rentang waktu atau lamanya individu terlibat dalam suatu kegiatan. (4). Frekuensi merujuk pada jumlah aktivitas seseorang yang dilakukan secara berulang, baik secara sengaja maupun tidak. Frekuensi berkaitan dengan hal-hal yang dapat diukur berdasarkan hitungan waktu.

Remaja

Kata remaja berasal dari bahasa Latin adolescere yang berarti bertumbuh menuju kematangan atau kedewasaan. Menurut Anna Freud, fase ini tidak hanya ditandai oleh perubahan psikoseksual, tetapi juga oleh perubahan dalam hubungan individu dengan orang tua serta perkembangan cita-cita yang dimilikinya, cita-cita tersebut berperan penting sebagai dasar orientasi individu dalam merencanakan masa depan (Ciri dkk, 2017). Selama masa remaja, individu sering kali berada dalam tahap pencarian jati diri yang intens, di mana mereka berusaha menemukan siapa diri mereka sebenarnya. Erikson dalam (Vikandari I & Marheni A, 2024) mengungkapkan hubungan yang baik dengan keluarga, terutama dengan orang tua, sangat penting dalam membantu remaja mengekspresikan diri dan membentuk identitas mereka. Dukungan orang tua menjadi kunci dalam proses ini, dan hubungan emosional yang erat antara remaja dan orang tua, yang terbentuk sejak masa bayi, berperan penting dalam

perkembangan identitas yang sehat. Hubungan ini juga dapat melindungi remaja dari berbagai tantangan yang mereka hadapi selama masa perkembangan.

Sepanjang kehidupan manusia, attachment memberikan kontribusi terhadap proses perkembangan melalui adanya dukungan emosional dan hubungan yang dekat, terutama yang terjalin antara orang tua dan remaja. Attachment yang aman berfungsi sebagai landasan bagi anak dalam membangun rasa percaya kepada orang tua maupun lingkungan sosialnya. Kondisi ini juga berkaitan dengan kemampuan yang lebih baik dalam menggunakan strategi coping, terbentuknya harga diri yang positif pada remaja, serta berbagai manfaat perkembangan lainnya. Di sisi lain, kelekatan yang tidak aman dapat mengurangi rasa percaya anak dan berpotensi memunculkan berbagai masalah psikologis di kemudian hari, seperti kecemasan, agresivitas, dan berbagai konsekuensi negatif lainnya (Wahyuningsih dkk, 2021).

Gawai

Berdasarkan KBBI, istilah "gawai" diartikan sebagai alat atau perangkat. Dalam penggunaannya saat ini, istilah tersebut umumnya mengacu pada berbagai perangkat elektronik, contohnya telepon pintar, tablet, dan komputer yang dimanfaatkan dalam aktivitas sehari-hari. Dengan demikian, gawai dapat dipahami sebagai perangkat yang digunakan untuk berbagai keperluan, termasuk komunikasi, hiburan, pencarian informasi, maupun kebutuhan lainnya. Dalam (Domitila dkk, 2021) Gawai merupakan salah satu perangkat komunikasi berukuran kecil dan mudah dibawa yang dirancang untuk memudahkan manusia dalam berinteraksi.

Gawai atau gadget dapat memberikan berbagai pengaruh dalam kehidupan individu, baik yang bersifat positif maupun negatif. Dalam (Oktavia & Mulabbiyah, 2019) dampak positif penggunaannya sebagai berikut:

1. Berkembangnya kemampuan imajinasi, yaitu ketika anak melihat suatu gambar kemudian berusaha menggambar kembali sesuai dengan imajinasinya. Aktivitas ini dapat melatih kemampuan berpikir kreatif anak tanpa dibatasi oleh kondisi yang ada di dunia nyata.
2. Mengembangkan kemampuan kognitif, karena anak lebih sering terpapar pada berbagai tulisan, angka, dan gambar yang dapat menunjang proses pembelajaran serta pemahaman mereka.
3. Rasa percaya diri yang meningkat, karena ketika anak memenangkan suatu permainan, mereka akan termotivasi untuk menyelesaikan permainan tersebut.
4. Kemampuan literasi dan numerasi yang berkembang

Adapun dampak negatif penggunaan gadget seperti:

1. Pribadi yang tertutup. Ketika anak mengalami ketergantungan terhadap gawai, mereka akan menganggap gawai tersebut sebagai hal yang sangat penting dalam hidupnya dan merasa cemas jika gawai itu dijauhkan.
2. Gangguan pada kesehatan otak. Pada masa anak-anak, bagian depan otak (frontal lobe) belum berkembang secara sempurna sebagaimana pada orang dewasa. Menurut para ahli kesehatan, proses pematangan bagian depan otak umumnya baru mencapai tahap optimal sekitar usia 25 tahun.
3. Gangguan pada kesehatan mata. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketika seseorang membaca pesan teks atau mengakses internet menggunakan smartphone, perangkat tersebut sering kali diletakkan pada jarak yang lebih dekat dengan mata. Kondisi ini menyebabkan otot mata bekerja lebih intensif dibandingkan biasanya. Oleh karena itu, penggunaan gawai perlu mendapat perhatian khusus, terutama pada anak yang menggunakan kacamata.
4. Penggunaan gawai yang berulang, misalnya untuk bermain video game dalam intensitas tinggi, dapat menyebabkan masalah pada kesehatan tangan anak. Salah satu dampaknya adalah munculnya rasa lelah pada tangan, khususnya di area jari. Kondisi ini dalam dunia medis disebut sebagai vibration syndrome.
5. Gangguan tidur. Anak yang kecanduan gawai tanpa pengawasan orang tua cenderung terus bermain, dan jika dilakukan secara terus-menerus tanpa batasan waktu, hal ini dapat mengganggu pola tidurnya.
6. Kecenderungan untuk menyendiri. Ketika anak terlalu asyik bermain dengan gawai, mereka merasa bahwa itu adalah segalanya dan tidak peduli dengan apa pun di sekitarnya, karena fokus mereka hanya pada permainan.
7. Perilaku kekerasan. Menurut penelitian, perilaku kekerasan yang terjadi pada anak disebabkan oleh paparan materi kekerasan yang sering mereka konsumsi, baik melalui game maupun media yang menampilkan kekerasan

2 Metodologi Penelitian

Penelitian kuantitatif merupakan suatu metode penelitian empiris yang mengumpulkan dan menganalisis data dalam bentuk numerik atau angka. Sementara itu, penelitian kualitatif menggunakan data nonnumerik yang umumnya berupa kata-kata, deskripsi, atau informasi yang tidak dinyatakan dalam bentuk angka (Syahrizal & Jailani, 2023). Dalam penelitian ini, peneliti mengadopsi salah satu jenis penelitian kuantitatif yang bersifat

korelasional menurut (Hasbi dkk, 2023) Penelitian korelasional merupakan suatu jenis penelitian yang bertujuan untuk mengetahui serta mengukur hubungan antara dua atau lebih variabel tanpa memberikan perlakuan atau melakukan manipulasi terhadap variabel yang diteliti.

Di dalam penelitian ini, terdapat 2 variabel utama yang akan dianalisis, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel-variabel ini diidentifikasi untuk memahami hubungan antara intensitas penggunaan gawai dan Attachment antara orang tua dan anak usia remaja. Variabel bebas: Intensitas Penggunaan Gawai. Variabel ini mengacu pada frekuensi dan durasi penggunaan gawai oleh siswa. Pengukuran variabel ini dilakukan melalui kuesioner yang dirancang untuk mengidentifikasi seberapa sering dan berapa lama siswa menggunakan gawai. Skala pengukuran meliputi pilihan jawaban yang berkisar dari penggunaan rendah hingga tinggi.

Tabel 1. Hasil reliabilitas IPG

Jumlah pertanyaan	Cornbach's		
	Alpha	Syarat	Keterangan
29	0,911	0,6	Reliabel

Sumber : SPSS versi 25

Tabel 2. Hasil validitas IPG

Pertanyaan	r-hitung	r-tabel	P (Sig.)	Keterangan
				(Valid/Tidak Valid)
1	0,401	0,254	0,002	V
2	0,387	0,254	0,002	V
3	0,572	0,254	0,000	V
4	0,655	0,254	0,000	V
5	0,552	0,254	0,000	V
6	0,651	0,254	0,000	V
7	0,291	0,254	0,024	V
8	0,737	0,254	0,000	V
9	0,47	0,254	0,000	V
10	0,484	0,254	0,000	V
11	0,632	0,254	0,000	V
12	0,458	0,254	0,000	V
13	0,65	0,254	0,000	V
14	0,676	0,254	0,000	V
15	0,431	0,254	0,001	V
16	0,307	0,254	0,017	V
17	0,659	0,254	0,000	V

18	0,543	0,254	0,000	V
19	0,296	0,254	0,022	V
20	0,58	0,254	0,000	V
21	0,619	0,254	0,000	V
22	0,574	0,254	0,000	V
23	0,665	0,254	0,000	V
24	0,61	0,254	0,000	V
25	0,527	0,254	0,000	V
26	0,457	0,254	0,000	V
27	0,618	0,254	0,000	V
28	0,53	0,254	0,000	V
29	0,605	0,254	0,000	V

Sumber : SPSS versi 25

Variabel terikat: attachment Antara Orang Tua dan Anak Variabel ini mengukur kedekatan emosional dan kualitas hubungan antara orang tua dan anak. Penilaian Attachment dilakukan menggunakan Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA) yang mengukur aspek-aspek seperti kepercayaan, komunikasi, dan keterasingan dalam hubungan orang tua-anak. Skala pengukuran pada IPPA meliputi penilaian tentang perasaan aman dan dukungan dalam hubungan dengan orang tua.

Tabel 3. Hasil Reliabilitas IPPA

Cornbach's Alpha	N of Items
0,871	20

Tabel 4. Hasil Validitas IPPA

Item	Scale mean if item deleted	scale variance if item deleted	corrected item-total correlation	cornbach's alpha if item deleted	Keterangan (V/TV)
1	57,77	41,351	0,499	0,864	V
2	57,62	41,592	0,533	0,864	V
4	57,7	42,071	0,436	0,866	V
5	58,24	41,013	0,459	0,865	V
6	58,64	41,687	0,404	0,867	V
7	58,3	41,343	0,363	0,869	V
9	58,78	42,355	0,235	0,875	V
12	58,08	40,236	0,629	0,86	V
13	58,05	41,119	0,474	0,865	V
14	58,95	41,664	0,388	0,868	V

15	57,94	39,916	0,629	0,859	V
16	58,29	39,056	0,665	0,857	V
17	58,89	43,069	0,222	0,873	V
18	58,79	42,41	0,272	0,872	V
19	58,27	39,351	0,7	0,857	V
20	57,97	39,605	0,681	0,857	V
21	58,18	41,24	0,535	0,863	V
22	57,64	42,071	0,367	0,868	V
24	58,17	40,829	0,444	0,866	V
25	58,05	40,412	0,587	0,861	V

Populasi penelitian adalah keseluruhan subjek yang akan diteliti (Fahrin Sapar & Pancasetia, 2022). Adapun populasi dalam penelitian ini adalah Siswa-siswi SMA Negeri 1 Kota Jambi, berumur 15-17 tahun.

3 Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada tanggal 15 Mei 2026 di SMA Negeri 1 Kota Jambi, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,029 antara intensitas penggunaan gawai dengan *attachment* antara orang tua dan anak pada remaja awal di SMA N 1 Kota Jambi. Nilai tersebut menunjukkan adanya hubungan negatif dengan tingkat hubungan yang rendah antara kedua variabel. Arah hubungan negatif menunjukkan bahwa peningkatan intensitas penggunaan gawai cenderung diikuti dengan penurunan *attachment* antara orang tua dan anak. Namun, karena nilai korelasi yang diperoleh sangat kecil, hubungan antara kedua variabel dalam penelitian ini tergolong lemah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intensitas penggunaan gawai tidak memiliki hubungan yang kuat terhadap *attachment* antara orang tua dan anak pada responden penelitian. Kondisi tersebut dapat terjadi karena *attachment* antara orang tua dan anak tidak hanya dipengaruhi oleh penggunaan gawai, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti pola asuh orang tua sesuai dengan hasil penelitian dari Yoonush, (2025) yang menyatakan keberadaan maupun penggunaan gawai itu sendiri tidak serta-merta menghambat perkembangan anak, terutama apabila dimoderasi oleh pola asuh demokratis. Orang tua dengan pola asuh demokratis cenderung mengawasi dan membimbing aktivitas anak, termasuk dalam mengatur jenis konten digital yang diakses, durasi penggunaan layar, serta memastikan bahwa penggunaan gawai menjadi pelengkap, bukan pengganti, interaksi sosial maupun aktivitas fisik.

Kualitas komunikasi dalam keluarga, kedekatan emosional, dukungan sosial, serta waktu interaksi yang dimiliki antara orang tua dan anak dalam kehidupan sehari-hari pun dapat menjadi faktor penting dalam penggunaan gawai anak serta *attachment* orang tua dan anak. Dengan demikian, meskipun responden memiliki intensitas penggunaan gawai yang cenderung sedang (57,5%) hingga tinggi (40%), sebagian besar responden (82,5%) tetap memiliki tingkat *attachment* yang tinggi dengan orang tua.

Dalam (Marini dkk, 2025) menunjukkan bahwa *parental phubbing* secara signifikan dapat memprediksi *problematic smartphone use* (PSU) pada remaja. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa perilaku penggunaan gawai dalam keluarga dapat memengaruhi kebiasaan penggunaan gawai pada remaja yang menambah faktor lain yang perlu di kaji terkait hubungan intensitas penggunaan gawai dengan *attachment* antara orang tua dan anak.

Selain itu data menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang sampai dengan tinggi dalam intensitas penggunaan gawai yang mengindikasikan bahwa anak dalam kesehariannya cenderung menghabiskan waktu dengan gadgetnya namun pada kategori tinggi dalam *attachment* antara orang tua dan anak yang menandakan bahwa hubungan atau kelekatan antara anak dan orang tua mereka tidak terpengaruh oleh intensitas penggunaan gawai yang tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa tingginya penggunaan gawai pada responden tidak selalu diikuti dengan rendahnya *attachment* terhadap orang tua. Pada masa remaja, penggunaan gawai dapat menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari yang sulit dipisahkan, baik untuk hiburan, komunikasi,

maupun kebutuhan akademik. Namun, apabila hubungan emosional, komunikasi, dan perhatian dari orang tua tetap terjalin dengan baik, maka *attachment* antara orang tua dan anak masih dapat dipertahankan dengan baik meskipun intensitas penggunaan gawai cukup tinggi. Berdasarkan hasil penelitian ini intensitas penggunaan gawai tidak mempengaruhi *attachment* antara orang tua dan anak pada siswa-siswi SMA N 1 Kota Jambi yang menggambarkan semakin tinggi tingkat penggunaan gawai bukan berarti *attachment* antara orang tua dan anak akan menjadi rendah.

Dalam konteks penggunaan gawai pada remaja, keberadaan gawai membawa perubahan pada pola perilaku dan interaksi di dalam keluarga. Hal ini terjadi karena remaja cenderung lebih senang menghabiskan waktu di depan gawai mereka, yang memungkinkan mereka berinteraksi dengan orang lain di luar rumah tanpa harus meninggalkan rumah, bahkan sambil melakukan aktivitas lainnya. Kecanduan gawai berdampak negatif terhadap fungsi keluarga pada remaja, di mana semakin tinggi risiko kecanduan gawai yang dimiliki remaja, maka semakin buruk pula fungsi keluarganya Chasanah & Kilis (2018). Berdasarkan hasil penelitian (Intan, 2021) Lama penggunaan gawai memiliki pengaruh terhadap *attachment* remaja awal dengan orang tua. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengaruh antara durasi penggunaan gawai dan *attachment* pada remaja awal dengan orang tuanya.

Perbedaan hasil penelitian ini dengan penelitian sebelumnya dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Penelitian ini tidak menemukan hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan gawai dengan *attachment* antara orang tua dan anak usia remaja, sedangkan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa lama penggunaan gawai memengaruhi *attachment* antara orang tua dan anak. Perbedaan tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh karakteristik subjek penelitian, kondisi lingkungan keluarga, serta perbedaan dalam pengukuran variabel penggunaan gawai. Menurut Sakina dan Latifah dalam Nasya dkk (2021) menyebutkan hubungan kelekatan atau *attachment* yang dimiliki oleh anak dengan orangtua memiliki pengaruh terhadap tingkat penggunaan gawai oleh anak, dalam hal ini ialah waktu yang dihabiskan oleh anak menggunakan gawai yang mengindikasikan intensitas penggunaan gawai tidak selalu menjadi faktor yang mempengaruhi *attachment* namun bisa jadi sebaliknya. Selain itu, *attachment* merupakan konstruk yang kompleks dan tidak hanya dipengaruhi oleh intensitas penggunaan gawai, tetapi juga oleh faktor lain seperti kualitas komunikasi, pola asuh, kehangatan emosional, dan waktu kebersamaan antara orang tua dan anak. Dengan demikian, tingginya intensitas penggunaan gawai pada remaja dalam penelitian ini belum tentu diikuti oleh menurunnya *attachment* apabila hubungan antara orang tua dan anak tetap terjalin dengan baik melalui interaksi yang positif.

4 Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, tidak ditemukan adanya pengaruh intensitas penggunaan gawai terhadap kelekatan (*attachment*) antara orang tua dan remaja di SMA Negeri 1 Kota Jambi. Hal ini menunjukkan bahwa tingginya intensitas penggunaan gawai tidak secara langsung memengaruhi kualitas kelekatan antara remaja dan orang tua. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tingkat penggunaan gawai pada remaja di SMA Negeri 1 Kota Jambi berada pada kategori sedang hingga tinggi, yang mengindikasikan bahwa remaja memiliki durasi dan frekuensi penggunaan gawai yang relatif tinggi. Meskipun demikian, tingkat kelekatan antara orang tua dan remaja berada pada kategori tinggi atau baik. Dengan demikian, remaja di SMA Negeri 1 Kota Jambi tetap memiliki kelekatan yang baik dengan orang tua meskipun memiliki intensitas penggunaan gawai yang tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa tingginya penggunaan gawai tidak selalu menghambat terbentuknya hubungan yang sehat dan positif antara remaja dan orang tua.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, sekolah diharapkan dapat memanfaatkan temuan penelitian ini sebagai dasar untuk mengembangkan program edukasi yang membantu siswa memahami pentingnya keseimbangan antara penggunaan gawai dan interaksi langsung dengan keluarga. Selain itu, guru dapat meningkatkan pemahaman mengenai pengaruh penggunaan gawai terhadap dinamika keluarga sehingga mampu memahami kondisi siswa dengan lebih baik dan memberikan dukungan yang lebih efektif di lingkungan sekolah. Sekolah juga dapat menyelenggarakan kegiatan sosialisasi atau workshop bagi orang tua untuk memperkuat peran mereka dalam mendampingi anak dalam penggunaan teknologi, sehingga kualitas hubungan dalam keluarga dapat tetap terjaga.

Bagi remaja, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya penggunaan gawai secara bijak agar tidak mengurangi kualitas interaksi dengan orang tua dan anggota keluarga. Remaja diharapkan mampu mengatur waktu penggunaan gawai secara seimbang dengan waktu untuk berkomunikasi dan berinteraksi secara langsung dengan keluarga. Selain itu, hubungan emosional yang baik dengan orang tua perlu

dipertahankan karena dapat mendukung terbentuknya pola penggunaan teknologi yang sehat, sekaligus membantu remaja membangun hubungan yang lebih positif dan seimbang dalam kehidupan sehari-hari.

Bagi orang tua, hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya pendampingan terhadap penggunaan gawai pada masa remaja. Orang tua diharapkan dapat menerapkan pola komunikasi yang terbuka dan membangun hubungan yang positif dengan anak, serta memberikan pendampingan dan pengawasan yang proporsional terhadap penggunaan gawai. Dengan demikian, penggunaan teknologi dapat tetap berlangsung secara sehat tanpa mengurangi kualitas hubungan emosional dan interaksi antara orang tua dan anak.

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi referensi untuk mengkaji lebih lanjut hubungan antara penggunaan gawai dan berbagai aspek perkembangan remaja, seperti kesehatan mental, prestasi akademik, hubungan sosial, dan dinamika keluarga. Penelitian selanjutnya juga disarankan untuk menggunakan variabel, pendekatan, dan metode penelitian yang lebih beragam serta melibatkan jumlah responden yang lebih luas. Selain itu, penelitian lanjutan dapat diarahkan pada pengembangan dan pengujian program intervensi yang efektif untuk mendorong penggunaan teknologi secara sehat serta memperdalam pemahaman mengenai peran teknologi dalam hubungan keluarga di era digital.

5 Daftar Pustaka

- Adam, I. J., Ambo Baba, M., & Anggrainy, N. E. (2024). Intensitas Penggunaan Gawai Terhadap Kecerdasan Emosi Siswa di MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado. *Jurnal Interdisiplin Sosiologi Agama (JINSA)*, 04, 2809–6274.
- Chasanah, A. M., & Kilis, G. (2018). *Adolescents' Gadget Addiction and Family Functioning*.
- Ciri, M., Tugas, D., Masa, P., Khamim, R., & Putro, Z. (2017). *APLIKASIA: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*. 17(1).
- Ditaelis, W. N., Armyanti, I., & Asroruddin, M. (2024). Hubungan Penggunaan Intensitas Gawai Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak. *Jurnal Kesehatan Republik Indonesia*, 1(4).
- Domitila, J. I. P.; M., Wulandari, M. M., & Marhayani, F. (2021). Analisis Penggunaan Gawai Terhadap Interaksi Sosial Anak Sekolah DasarNegeri Kota Singkawang. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 6(2), 131–141. <https://doi.org/10.33369/jip.6.2>
- Fahrin Sapar, J., & Pancasetia, S. (2022). Pengaruh Kepuasan Kerja dan Motivasi Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Astra International Tbk Daihatsu Banjarmasin. *Jurnal Riset Inspirasi Manajemen Dan Kewirausahaan*, 6(2). <https://doi.org/10.35130/jrimk>
- Hasbi, A. Z. El, Damayanti, R., Hermina, D., & Mizani, H. (2023). PENELITIAN KORELASIONAL (Metodologi Penelitian Pendidikan). *Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 2(6). <https://publisherqu.com/index.php/AI-Furqan>
- Intan, R. (2021). PENGARUH PENGGUNAAN GAWAI PADA REMAJA AWAL DENGAN KELEKATANNYA PADA ORANG TUA Amita Diananda Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Islamic Village Tangerang-Indonesia. *ISTIGHNA*, 4(1). <https://doi.org/10.1007/978-981-10>
- Khoiriah, I., & Fatonah, S. (2022). HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN GAWAI, INTERAKSI SOSIAL DAN HASIL BELAJAR SISWA MASA PANDEMI. *MUBTADI: Jurnal Pendidikan Ibtidaiyah*, 4(1), 33–49. <https://doi.org/10.19105/mubtadi.v4i1.6262>
- Marini, L., Hendriani, W., Wulandari, P. Y., & Larsari, V. N. (2025). Parental phubbing and problematic smartphone use among adolescents: The mediating role of parental attachment. *Psikohumaniora*, 10(2), 197–214. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v10i2.25620>
- Maulina, N. A., Syam, N. K., & HMZ, N. (2021). Pengaruh Intensitas Menonton Program Youtube Channel Wirda Mansur terhadap Motivasi Membaca Al-Qur'an Subscriber. *Jurnal Riset Komunikasi Penyiaran Islam*, 1(1), 61–67. <https://doi.org/10.29313/jrkpi.v1i1.216>
- Nasution, J. A., Suhaili, N., & Alizamar, A. (2017). Motif Siswa memiliki Smartphone dan Penggunaannya. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 3(2), 15–29. <https://doi.org/10.29210/02017114>
- Nasya, E., Sahrani, R., & Basaria, D. (2021). *Gambaran Attachment Anak dengan Orangtua di Era Perkembangan Teknologi dilihat dari Persepsi Anak (Studi pada siswa-siswi SD X)* (Vol. 14, Number 2).

- Oktavia, N., & Mulabbiyah, D. (2019). GAWAI DAN KOMPETENSI SIKAP SOSIAL SISWA MI (STUDI KASUS PADA SISWA KELAS V MIN 2 KOTA MATARAM). *Juni*, 11(1), 19–40. <http://journal.uinmataram.ac.id/index.php/>
- Proborini, R., Psikologi, P., Psikologi, F., & Septania, S. (2021). *Adiksi Smartphone Ditinjau dari Attachment Orang Tua-Remaja dan Regulasi Emosi*. 17(1). <https://doi.org/10.32528/ins.v%vi%i.3798>
- Purnama, R. A., & Wahyuni, S. (2017). Kelekatan (Attachment) pada Ibu dan Ayah Dengan Kompetensi Sosial pada Remaja Attachment to Mothers and Fathers and Social Competence on Adolescents. In *Jurnal Psikologi* (Vol. 13, Number 1).
- Putri, F. P., Amalia, S., & Firdiyanti, R. (2022). Hubungan parental attachment dengan kecerdasan emosi pada remaja awal. *Cognicia*, 10(2), 118–125. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v10i2.22479>
- Rubinstein, G., Tziner, A., & Bilig, M. (2012). Attachment, relationship quality and stressful life events: A theoretical meta-perspective and some preliminary results. In *Revista de Psicologia del Trabajo y de las Organizaciones* (Vol. 28, Number 3, pp. 151–156). <https://doi.org/10.5093/tr2012a12>
- Sepdianto, T. C., Mustofa, F. A., & Abiddin, A. H. (2022). Pola asuh orang tua terhadap adiksi penggunaan gawai pada anak usia sekolah: Literature review. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 16(6), 561–567. <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i6.8304>
- Syahrizal, H., & Jailani, M. (2023). *Jenis-Jenis Penelitian Dalam Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*.
- Togatorop, yosua yabes, Luhpuri, D., & Rusmana, A. (2021). *Attachment Anak Terlantar Dengan Pengasuh Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Rumah Pengharapan Baru Bandung Barat*. 03.
- Vikandari I, & Marheni A. (2024). *Dampak Kelekatan Aman Dengan Orangtua Bagi Remaja: Kajian Literatur*. 7.
- Wahyuningsih, H., Novitasari, R., & Kusumaningrum, F. A. (2021). Kelekatan dan Kesejahteraan Psikologis Anak dan Remaja: Studi Meta-Analisis. *Psychathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 267–284. <https://doi.org/10.15575/psy.v7i2.6426>
- Yoonush, M. (2025). Parenting Styles, Gadget Use, and Their Impact on Children's Growth and Development. *Journal of Applied Nursing and Health*, 7(1). <https://doi.org/10.55018/jan>