

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Remaja**

##### **1. Definisi Remaja**

Remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Didalam masa perkembangan remaja ini merupakan periode yang penting karena akan berpengaruh langsung terhadap sikap dan perilaku. Masa remaja adalah masa *the best time and the worst time* (Hurlock, 2003).

Santrock (2007) remaja diartikan sebagai masa perkembangan transisi antar masa anak dan dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial emosional. Ia melanjutkan masa remaja awal kira-kira sama dengan masa sekolah menengah pertama dan mencakup kebanyakan perubahan pubertas. Papalia (2008) menyatakan bahwa masa remaja dimulai pada usia 11 atau 12 tahun sampai masa remaja akhir atau awal usia 20, dan masa tersebut membawa perubahan besar saling bertautan dengan semua ranah perkembangan.

##### **2. Tahap Perkembangan Remaja**

Menurut Sa'id (2005) dalam proses penyesuaian diri menuju kedewasaan, ada 3 tahap perkembangan remaja antara lain:

a. Remaja Awal (*early adolescence*)

Tingkatan usia remaja yang pertama adalah remaja awal. Pada tahap ini, remaja berada pada rentang usia 12-15 tahun. Umumnya remaja tengah berada di masa sekolah menengah pertama (SMP). Keistimewaan yang terjadi pada fase ini adalah remaja tengah berubah fisiknya dalam kurun waktu yang singkat. Remaja juga mulai tertarik kepada lawan jenis dan mudah terangsang secara erotis.

b. Remaja Pertengahan (*middle adolescence*)

Tingkatan usia remaja selanjutnya yaitu remaja pertengahan, atau ada pula yang menyebutnya dengan remaja muda. Pada tahap ini, remaja yang berada pada rentang usia 15-18 tahun. Umumnya remaja tengah berada pada masa sekolah menengah atas (SMA). Keistimewaan dari fase ini adalah mulai sepenuhnya perubahan fisik remaja, sehingga fisiknya sudah menyerupai orang dewasa. Remaja yang masuk pada tahap ini sangat mementingkan kehadiran teman dan remaja akan senang jika banyak teman yang menyukainya.

c. Remaja Akhir (*late adolescence*)

Tingkatan usia terakhir pada remaja adalah remaja akhir. Pada tahap ini, remaja telah berusia sekitar 18-21 tahun. Remaja pada

usia ini umumnya tengah berada pada usia pendidikan di perguruan tinggi, atau bagi remaja yang tidak melanjutkan ke perguruan tinggi, mereka bekerja dan mulai membantu menafkahi anggota keluarga. Keistimewaan pada fase ini adalah seorang remaja selain dari segi fisik sudah menjadi orang dewasa, dalam bersikap remaja juga sudah menganut nilai-nilai orang dewasa.

## 2) Tugas Perkembangan Remaja

Tugas perkembangan masa remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa. Adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut Hurlock (dalam Ali & Asrori, 2005) adalah berusaha:

- a. Mampu menerima keadaan fisiknya.
- b. Mampu menerima dan memahami peran seks usia deasa.
- c. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis.
- d. Mencapai kemandirian emosional.
- e. Mencapai kemandirian ekonomi.
- f. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan.
- g. Untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.

- h. Memahami perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa.
- i. Mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan.
- j. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga

Tugas-tugas perkembangan fase remaja ini amat berkaitan dengan perkembangan kognitifnya, yaitu fase operasional formal. Kematangan pencapaian fase kognitif akan sangat membantu kemampuan dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya dengan baik.

## **B. *Smartphone***

### **1. Sejarah *Smartphone***

Telepon pertama kali ditemukan oleh Alexander Graham Bell. Percobaan telepon pertama yang berhasil melakukan panggilan dilakukan pada tahun 1878. Seiring berlangsungnya waktu Motorola membuat ponsel untuk umum pertama kali pada tahun 1980. Ponsel tersebut jauh berbeda dengan ponsel saat ini, berat ponsel tersebut lebih dari dua pound. IBM dan BellSouth adalah perusahaan yang pertama kali mengembangkan *smartphone* pada tahun 1993. *Smartphone* pertama yang dikeluarkan oleh IBM memiliki layar sentuh yang mampu mengakses email dan mengirim fax (Sarwar & Somro, 2013).

Penjualan *smartphone* menunjukkan pertumbuhan yang kuat pada

tahun 2012 dimana 154 juta unit *smartphone* yang terjual kepada pengguna akhir pada agustus 2012, dengan Apple dan Samsung sebagai kontributor terbanyak dalam penjualan ini. Hal yang mempengaruhi jumlah penggunaan *smartphone* adalah fungsi yang dapat membantu pengguna dalam kehidupan sehari-hari terutama bagi orang-orang bisnis dan mahasiswa (Suki, 2013).

*Smartphone* diprogram untuk dapat melakukan kemampuan canggih dan fitur yang membantu individu dalam pekerjaan sehari-hari dan kehidupan pribadi penggunanya (Suki, 2013). Sistem operasi mobile paling universal yang digunakan oleh *smartphone* modern termasuk *Apple iOS*, *Google Android*, *Microsoft Windows Phone*, *Nokia Symbian*, *RIM* dan *BlackBerry OS* (Jacob & Isaac, 2008).

## 2. Pengertian

Kata *smartphone* didefinisikan dalam kamus *Oxford American* sebagai ponsel yang menggabungkan PDA (*Personal Digital Assistant*). Dalam perkembangan awal, seseorang hanya mengenal adanya handphone dan PDA (*Personal Digital Assistant*). *Handphone* pada umumnya digunakan untuk melakukan komunikasi seperti telfon sedangkan PDA digunakan sebagai asisten pribadi dan *organizer*. Dengan PDA seseorang bisa menyimpan data *contact*, sampai sinkronisasi antara komputer dan PDA (Hartono, 2008).

*Smartphone* adalah telepon selular dengan mikroprosesor, memori, layar, dan modem bawaan. *Smartphone* merupakan ponsel multimedia yang menggabungkan fungsionalitas *personal computer* (PC) dan *handset* sehingga menghasilkan *gadget* yang mewah, di mana terdapat pesan teks, kamera, pemutar musik, video, *game*, akses *email*, televisi *digital*, *search engine*, pengelola informasi pribadi, fitur *global positioning system* (GPS), jasa telepon internet dan bahkan terdapat telepon yang juga berfungsi sebagai kartu kredit (Williams & Sawyer, 2011).

*Smartphone* merupakan salah satu hasil dari perkembangan teknologi yang memiliki kemampuan canggih dimana mahasiswa merupakan salah satu kelompok pengguna *smartphone*. Penggunaan *smartphone* terhadap mahasiswa semakin mendunia. Informasi yang dulunya membutuhkan waktu yang cukup lama untuk mendapatkannya dan kini hanya memerlukan waktu yang singkat terhadap pencapaian informasi tersebut (Pawit, 2009).

### **3. Intensitas Penggunaan *Smartphone***

Intensitas merupakan suatu momentum yang dipengaruhi oleh waktu. Suatu momentum yang cenderung untuk diketahui dengan waktu tertentu. Intensitas dapat dilihat dengan mengetahui tingkatan frekuensi dan durasi yang nampak ketika melakukan suatu hal (Marhaeni dalam Oktario, 2017).

Menurut depdiknas (2011), Frekuensi merupakan keseringan atau jumlah pemakaian suatu unsur dalam jangka waktu tertentu. Tingkatan Frekuensi nampak pada ukuran berapa kali seorang dalam melakukan suatu kegiatan. Sedangkan durasi adalah lamanya suatu berlangsung, rentang waktu. Durasi nampak pada seberapa lama seorang dalam melakukan suatu kegiatan. Suatu tingkatan pada intensitas dapat muncul dari banyaknya stimulus fisik yang diterima. Intensitas adalah keadaan tingkatan atau ukuran intensinya. Intens dapat berarti kuat, tinggi, rendah.

Berdasarkan beberapa pengertian mengenai intensitas di atas, dapat dinyatakan bahwa intensitas merupakan suatu bentuk kuantitas yang muncul pada sebuah energi yang muncul berdasarkan tingkatan frekuensi serta durasi pada stimulus fisik yang diterima. Merujuk pada hal yang telah disampaikan mengenai pengertian intensitas, maka pengertian intensitas penggunaan *smartphone* merupakan bentuk kuantitas penggunaan *smartphone* berdasarkan tingkatan frekuensi serta durasi penggunaannya. Frekuensi merupakan jumlah pemakaian *smartphone* dalam jangka waktu tertentu. Sedangkan durasi merupakan seberapa waktu yang diperlukan seorang dalam menggunakan *smartphone*.

#### **4. Manfaat Penggunaan *Smartphone***

Menurut Sarwar & Soomro (2013), penggunaan *smartphone* memiliki beberapa manfaat pada kehidupan manusia, yakni:

a. Bisnis

Penggunaan *smartphone* berpengaruh pada kenaikan pertumbuhan penjualan dan pertumbuhan perkembangan aplikasi dalam *smartphone* tersebut. Hal tersebut juga dapat menyebabkan semakin banyak pengguna yang menggunakan *smartphone*. Sejalan dengan konsep tersebut perusahaan penyedia jasa internet, distributor, dan provider telekomunikasi pula ikut berkembang dalam sektor bisnis tersebut. Hal tersebut sesuai dengan kebutuhan dari pengguna yang semakin bertumbuh dan berimplikasi pada pasar konsumen yang bertumbuh pula. Para pengguna semakin banyak menggunakan *smartphone* yang dirasa lebih ringkas dalam kesehariannya.

b. Pendidikan

Pendidikan berperan dalam merubah hidup manusia menjadi lebih baik. Perkembangan dalam dunia pendidikan juga semakin berkembang seiring waktu. Semakin berkembangnya konsep pendidikan yang ada, dituntut pula kemudahan dalam mengakses pendidikan tersebut. Salah satunya adalah penggunaan *smartphone* dalam dunia pendidikan. Contohnya penggunaan internet oleh pelajar saat ini merupakan hal yang semakin banyak ditemui. Kemudahan dan efisiensi dalam mencari suatu informasi yang diperlukan, memicu pelajar untuk semakin menggunakan.

c. Kesehatan

Saat ini banyak sekali pengguna yang memanfaatkan *smartphone* dan *tabletnya* untuk mengakses informasi mengenai kesehatan. Sebanyak 10 juta orang di Amerika pengguna *smartphone* memanfaatkan alat tersebut dalam mengakses kesehatan dan fasilitas yang terkait. Dalam perkembangannya ke depan diprediksi kemunculan aplikasi – aplikasi yang dapat memantau kondisi kesehatan secara penuh yang dapat dilihat langsung oleh petugas medis. Penggunaan *smartphone* yang mudah dengan sekali klik dan sentuh sangat memudahkan dalam prakteknya.

d. Psikologis

Berdasarkan survei menunjukkan pengaruh *smartphone* dapat mengurangi stres pada pengguna dalam aktifitas kesehariannya. *smartphone* membantu pengguna dalam memudahkan interaksi dengan teman dan keluarga dalam keseharian serta membantu untuk *up to date* dengan informasi-informasi baru yang tengah beredar. Terdapat suatu konsep dalam dunia psikologi yakni “*use it*” or “*lose it*” yakni konsep yang dapat membantu dalam menjaga fungsional otak dengan penggunaan yang *smart* dalam hidup. Penggunaan *smartphone* dapat menaikan fungsi pada otak yakni tidak hanya untuk hiburan semata, namun juga mengakses berita atau pun informasi – informasi

yang beredar. Atas hal tersebut tidak hanya menaikan fungsi, namun juga melatih otak dan juga melatih pengguna menjadi seorang pembicara yang baik.

e. Sosial

Berdasarkan riset Verstockt, dkk (2009) sekitar 15 % jumlah populasi dunia memiliki disabilitas dan jumlah orang yang semakin tua pun bertambah. *Smartphone* dapat membantu mereka untuk bisa hidup lebih mandiri. Fitur atau aplikasi yang terdapat pada *smartphone* dapat membantu mereka seperti GPS, web sosial, dan text to speech. Berdasarkan hal tersebut *smartphone* dinilai dapat menjadi jembatan bagi orang yang memiliki disabilitas dan orang tua.

**5. Dampak penggunaan *Smartphone***

Menurut Sarwar & Soomro (2013), menyatakan penggunaan *smartphone* dapat memunculkan beberapa dampak negatif, yakni:

- a. Menjauhkan anak dari interaksi sosial dengan orang lain secara bertemu dan berdinamika secara langsung.
- b. Penggunaan yang tidak terkontrol dapat menurunkan kinerja mata pada anak.
- c. Penggunaan pada *smartphone* membuat anak terlalu cepat dalam mengambil suatu keputusan berdasarkan informasi yang sedikit

daripada berfokus dan mencari informasi sedetil mungkin. Hal ini akan berdampak pada perkembangan otak.

- d. *Game* dan *online* merupakan hal yang menyenangkan bagi anak-anak. Hal tersebut memerlukan waktu yang tidak lah sedikit dalam mengaksesnya. Anak akan cenderung ketagihan dalam mengaksesnya dan akan menjadi dampak yang tidak baik dalam perkebanganya.
- e. Kecanduan *smartphone* (*Communication Addiction Disorder*) menjadi masalah yang cukup menyita perhatian. Kecanduan dalam penggunaan *smartphone* tersebut dijabarkan sebagai keinginan untuk berkomunikasi biasa, walaupun tidak ada kebutuhan yang Nampak untuk berkomunikasi. Dampak psikologis yang muncul lainnya nampak ketika pengguna sedang bersama keluarga, atau kolega, mereka cenderung melihat pada *smartphone*.
- f. Kecanduan pada penggunaan *smartphone* menjadi dampak mayor pada kehidupan sosial. Survey yang dilakukan oleh Douglas Idugboe, (2011), menunjukkan 33% pekerja mengecek *handphone* mereka untuk melihat *email* atau pesanya yang masuk semalaman. Tingkat kecanduan seperti dapat mempengaruhi kehidupan keluarga serta pekerjaan yang mereka lakukan. *smartphone* memiliki fitur yang dapat mengatur gambar dan video. Fitur

tersebut dapat membantu individu dalam mengatur konten yang aktual dan mengubahnya sesuai dengan pandangan pribadi. Hal tersebut dapat menimbulkan suatu kerancuan pada kemudian hari mengenai isi informasi yang autentik. Suatu perusahaan memungkinkan pekerjaannya untuk mengecek *email* mereka bahkan setelah waktu bekerja. Di satu sisi hal tersebut cukup efektif dalam meningkatkan produktifitas pekerjaan, namun juga dapat menjadi pemicu stress akibat waktu yang lebih banyak digunakan untuk bekerja.

## **C. Kecerdasan emosional**

### **1. Pengertian**

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebihi lebih kesengangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati dan berdo'a (Goleman, 2015).

Kecerdasan emosional (EQ) adalah jembatan antara apa yang diketahui dan apa yang dilakukan. Semakin tinggi kecerdasan emosional (EQ) maka semakin terampil melakukan apa yang diketahui benar. Pikiran emosional merupakan radar terhadap bahaya, apabila menunggu pikiran

rasional untuk membuat keputusan-keputusan ini, barangkali bukan saja keliru, mungkin saja telah mati (Riyanto, 2012).

Kecerdasan emosional merupakan hal yang paling penting dalam menentukan keberhasilan siswa karena dengan emosi yang lepas dapat membuat siswa yang pandai menjadi bodoh. Tanpa kecerdasan emosional siswa tidak akan mampu menggunakan kemampuan kognitifnya sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Hal itu menyebabkan, bahwa intelektual bukan merupakan satu-satunya faktor yang bisa menentukan keberhasilan siswa, melainkan ada faktor lain yang dapat mempengaruhi yaitu kecerdasan emosional. Kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbang kira-kira 20% dalam menentukan prestasi individu, sedangkan 80% sisanya ditentukan oleh faktor-faktor lain termasuk kecerdasan emosional (Goleman, 2015).

Menurut Kosasih & Sumarna (2014), mengungkapkan kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi koneksi dan pengaruh manusiawi. Bagi pemilik kecerdasan emosional informasi tidak hanya didapat melalui panca indra saja namun ada sumber lain, yakni suara hati.

## **2. Komponen-komponen Kecerdasan Emosional**

Menurut Goleman (2015), terdapat tujuh komponen-komponen

yang berkaitan dengan kecerdasan emosional, diantaranya adalah:

- a. Keyakinan: perasaan kendali dan penguasaan individu terhadap tubuh, perilaku, dan dunia. Perasaan mengenai berhasil tidaknya individu pada hal yang sedang dikerjakannya
- b. Rasa ingin tahu: perasaan bahwa menyelidiki segala sesuatu bersifat positif dan menimbulkan kesenangan.
- c. Niat: hasrat dan kemampuan untuk berhasil dan bertindak berdasarkan niat dengan tekun. Hal ini berkaitan dengan perasaan terampil dan perasaan efektif.
- d. Kendali diri: kemampuan untuk menyesuaikan dan mengendalikan tindakan dengan cara yang sesuai dengan usia individu, merupakan suatu rasa kendali yang bersifat batiniah.
- e. Keterkaitan: kemampuan untuk melibatkan diri dengan orang lain berdasarkan pada perasaan saling memahami.
- f. Kecakapan berkomunikasi: keyakinan dan kemampuan verbal untuk bertukar gagasan, perasaan, dan konsep dengan orang lain.
- g. Kooperatif: kemampuan untuk menyeimbangkan kebutuhan diri sendiri dengan kebutuhan orang lain dalam kegiatan kelompok.

### **3. Ciri-ciri Kecerdasan Emosional**

Kecerdasan emosional memiliki beberapa ciri-ciri agar individu dapat mengetahui ada atau tidak kecerdasan emosional dalam dirinya.

Dapsari dalam Casmini (2007) menyatakan ciri-ciri kecerdasan emosional yang tinggi yaitu.

- a. Optimis dan positif saat menangani situasi-situasi dalam hidup, seperti halnya saat menangani berbagai peristiwa dan tekanan atau masalah-masalah pribadi yang ada.
- b. Terampil dalam mengelola emosi, yaitu terampil dalam mengenali kesadaran emosi diri dan ekspresi emosi, juga kesadaran emosi terhadap orang lain.
- c. Memiliki kecakapan kecerdasan emosi yang tinggi.
- d. Memiliki nilai-nilai belas kasih atau empati, intuisi, radius kepercayaan, daya pribadi, dan integritas.

Menurut Slameto (2013), mengungkapkan bahwa ciri-ciri dari kecerdasan emosional pada seseorang, yaitu memiliki kepercayaan diri yang kuat sampai keinginannya terpenuhi. Peka terhadap situasi di sekelilingnya dan senang dengan hal-hal yang baru. Ciri-ciri tersebut dapat pula berkembang menjadi ciri-ciri negatif, misal: cepat bosan dengan hal-hal rutin, egois, dan lain-lain.

#### **4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional**

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional menurut Goleman (2015), ada dua faktor antara lain:

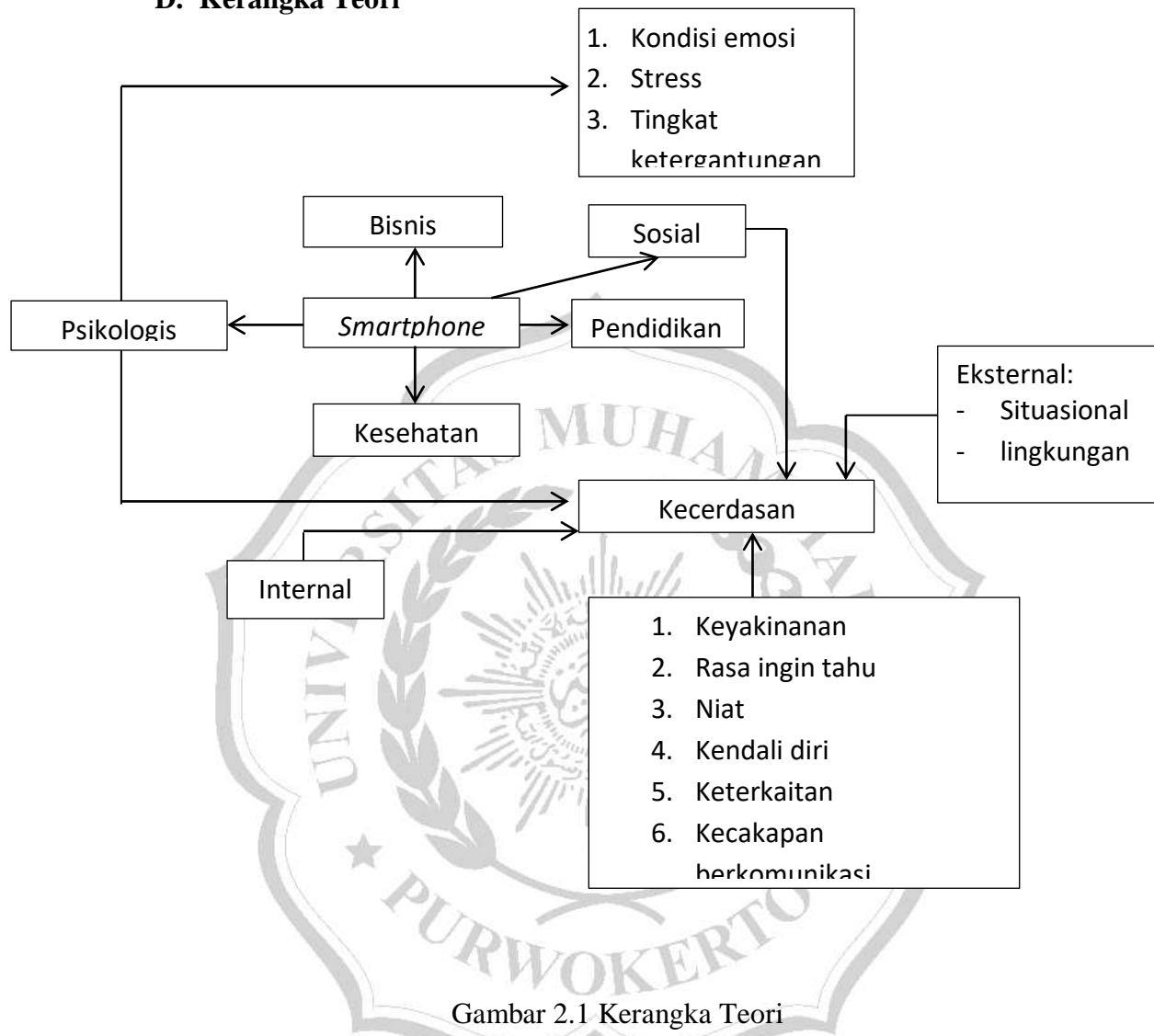
**a. Faktor Internal.**

Faktor internal adalah apa yang ada dalam diri individu yang mempengaruhi kecerdasan emosinya. Faktor internal ini memiliki dua sumber yaitu segi jasmani dan segi psikologis. Segi jasmani adalah faktor fisik dan kesehatan individu, apabila fisik dan kesehatan seseorang dapat terganggu dapat dimungkinkan mempengaruhi proses kecerdasan emosinya. Segi psikologis mencakup didalamnya pengalaman, perasaan, kemampuan berfikir dan motivasi.

**b. Faktor Eksternal.**

Faktor eksternal adalah stimulus dan lingkungan dimana kecerdasan emosi berlangsung. Faktor eksternal meliputi: 1) Stimulus itu sendiri, kejenuhan stimulus merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam memperlakukan kecerdasan emosi tanpa distorsi dan 2) Lingkungan atau situasi khususnya yang melatarbelakangi proses kecerdasan emosional. Objek lingkungan yang melatarbelakangi merupakan kebulatan yang sangat sulit dipisahkan.

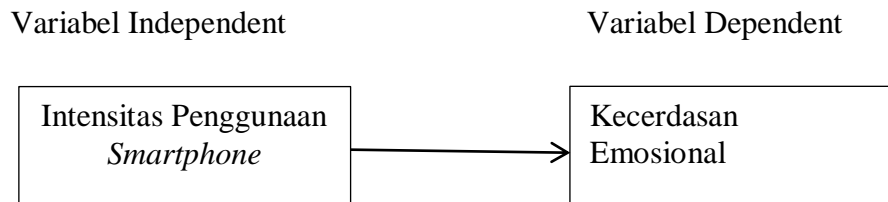
### D. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber: Notoatmodjo (2010), Sarwar, Soomro, Tariq (2013), Goleman (2015)

### E. Kerangka Konsep



**Gambar 2.2 Kerangka Konsep**

### F. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu kesimpulan sementara atau jawaban sementara dari suatu penelitian (Notoatmodjo, 2010).

Ha: Terdapat hubungan intensitas penggunaan gadget (*smartphone*) dengan kecerdasan emosional pada siswa kelas XI yang mendapat pembinaan disiplin di SMA Negeri Bukateja.

Ho: Tidak terdapat hubungan intensitas penggunaan gadget (*smartphone*) dengan kecerdasan emosional pada siswa kelas XI yang mendapat pembinaan disiplin di SMA Negeri Bukateja.