

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Wolff, teknologi adalah ilmu tentang menghasilkan berbagai hal termasuk alat yang diciptakan dengan menggunakan bantuan anggota tubuh terutama tangan (keterampilan manual), sedangkan menurut Beckmann, teknologi adalah ilmu tentang merubah bahan alami menjadi siap pakai dengan menggunakan sains, seni, industri, dan manufaktur (keterampilan manual dan alat modern).¹

Dewasa ini, perkembangan teknologi bisa dibilang telah mengalami kemajuan yang sangat pesat, terdapat banyak sekali teknologi canggih yang telah diciptakan di berbagai bidang (termasuk komunikasi), yang dapat memberikan dampak secara praktis pada keberlangsungan hidup umat manusia.²

Peng sha *et al.* menyebutkan, *smartphone* (gawai) merupakan salah satu alat komunikasi canggih era modern yang biasa digunakan khalayak umum dalam kehidupan sehari-hari, bahkan menurut mereka alat tersebut sudah menjadi *ubiquitous* (bagian tak terpisahkan/menyebarkan secara luas) pada masyarakat modern, dan digunakan tidak hanya sebagai alat komunikasi namun juga sebagai alat untuk menghibur diri.³

Gawai, jika digunakan sebagaimana fungsinya maka akan sangat berguna bagi kehidupan umat manusia dalam berbagai aspek, seperti aspek komunikasi, pendidikan, dan lain sebagainya, namun sebaliknya, jika digunakan tidak sebagaimana mestinya maka ia akan menimbulkan berbagai permasalahan, yang salah satunya seperti permasalahan perilaku (distorsi perilaku) yang peneliti angkat dalam penelitian ini, yakni permasalahan kecanduan gawai.⁴

Menurut Kwon *et al.*, kecanduan *smartphone* (gawai) atau dapat disebut juga dengan kecanduan perilaku (*behavioral addictions*)⁵ adalah pola penggunaan *smartphone* bermasalah yang dapat menimbulkan gejala yang serupa dengan kecanduan internet, seperti keinginan yang sangat kuat dan sulit dikendalikan untuk

1 Juergen Heinrich Maar, "Johann Beckmann (1739-1811) and Modern Chemical Technology," *Substantia* 7, No. 1 (2023): 83, <https://doi.org/10.36253/Substantia-1870>.

2 Medina Azizah, "Pengaruh Kemajuan Teknologi Terhadap Pola Komunikasi Mahasiswa Umm," *Jurnal Sosiologi Nusantara* 6, No. 1 (June 2020): 46, 1, <https://doi.org/10.33369/Jsnn.6.1.45-54>.

3 Peng Sha Et Al., "Linking Gawai Communication and Smartphone Use Disorder by Taking A Closer Look at the Facebook and Whatsapp Applications," *Addictive Behaviors Reports* 9 (June 2019): 1, <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2018.100148>.

4 Yeni Suryaningsih Et Al., "Pengaruh Psikoedukasi dan Social Skill Training Terhadap Peningkatan Sosialisasi Anak Kecanduan Gawai: The Influence of Psychoeducation and Social Skill Training on Improving Socialization Children Addicted to Devices," *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)* 10, No. 1 (February 2024): 118, <https://doi.org/10.33023/jikep.v10i1.1941>.

5 Min Kwon Et Al., "The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of A Short Version for Adolescents," *PLOS ONE* 8, No. 12 (Des 2013): 1, <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>.

memainkan *smartphone*, merasa gelisah jika tidak bisa memainkan *smartphone*, memainkan *smartphone* dalam waktu yang lama/frekuensi semakin sering, fungsi sehari-hari menjadi terganggu, dan cenderung menyukai interaksi dunia maya ketimbang dunia nyata.⁶

Masih menurut Kwon *et al.*, ada enam indikator kecanduan *smartphone*, antara lain, *daily-life disturbance* (gangguan fungsi hidup sehari-hari), *positive anticipation* (dorongan berlebihan untuk segera memainkan gawai yang menyenangkan), *withdrawal* (perasaan gelisah saat tidak bisa memainkan *smartphone*), *cyberspace-oriented relationship* (hubungan yang berorientasi pada dunia maya), *overuse* (memainkan *smartphone* secara berlebihan/lebih lama dari waktu yang direncanakan), dan *tolerance* (memainkan *smartphone* dalam durasi yang semakin lama/penggunaan semakin lama dari hari ke hari).⁷

Secara dampak, kecanduan gawai dapat menimbulkan permasalahan yang sangat fatal bagi seseorang, seseorang yang terpapar kecanduan gawai, apabila tidak ditangani secara serius, maka tak menutup kemungkinan penderitanya akan mengalami berbagai permasalahan berat sebagaimana fakta-fakta kasus yang pernah diberitakan beberapa media ternama, seperti kasus anak SD yang berani bolos sekolah hingga empat bulan lamanya karena kecanduan *game online*, menantu yang berani mencuri emas milik mertuanya senilai ratusan gram karena kecanduan judi *online*,⁸ pelajar Kalsel yang mengalami gangguan jiwa tingkat akut layaknya ODGJ karena kecanduan gawai,⁹ dan masih banyak lagi kasus-kasus lainnya.

Tanpa upaya preventif yang optimal, kasus-kasus kecanduan gawai khususnya yang melibatkan anak usia sekolah sebagaimana disebutkan di atas sewaktu-waktu bisa saja terulang kembali, karena mengingat selain data prevalensi pengguna gawai pada kelompok ini di Indonesia yang menunjukkan angka yang relatif tinggi (71,3% dari total populasi mereka), pola perilaku permainannya pun dapat dikatakan kurang sehat atau kurang sesuai dengan kaidah digital yang ada, yakni memainkan gawai dalam waktu yang lama untuk keperluan selain belajar.¹⁰

Kemudian, pada sektor pendidikan, berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan, para peserta didik di beberapa sekolah dasar di kota Banjarmasin diduga kuat juga tak luput dari serangan penyakit ini. Hasil analisis data wawancara menunjukkan bahwa, para peserta didik yang peneliti jadikan sebagai informan rata-

6 Kwon Et Al., "The Smartphone Addiction Scale," 2.

7 Kwon Et Al., "The Smartphone Addiction Scale," 2.

8 Kompas Cyber Media, "5 Kasus Kecanduan Game Online, Bolos Sekolah 4 Bulan Hingga Bunuh Sopir Taksi untuk Dapat Uang Halaman All," KOMPAS.Com, December 19, 2019, <https://Regional.Kompas.Com/Read/2019/12/20/06360071/5-Kasus-Kecanduan-Game-Online-Bolos-Sekolah-4-Bulan-Hingga-Bunuh-Sopir-Taksi>.

9 Izak-Indra Zakaria, "Sudah 7 Anak Gangguan Jiwa Karena Gadget - Prokal," Sudah 7 Anak Gangguan Jiwa Karena Gadget - Prokal, October 18, 2019, <https://Www.Prokal.Co/Kalimantan-Selatan/1773862103/Sudah-7-Anak-Gangguan-Jiwa-Karena-Gadget>.

10 LLDIKTI5 Kemdikbud, "Penyuluhan Dampak Kecanduan Gadget pada Anak - Website LLDIKTI Wilayah V," Accessed December 8, 2025, <https://Lldikti5.Kemdikbud.Go.Id/Home/Detailpost/Penyuluhan-Dampak-Kecanduan-Gadget-Pada-Anak>.

rata terindikasi terpapar kecanduan gawai dengan indikator sebagaimana yang disebutkan Kwon *et al.* di atas, yakni memainkan gawai dalam waktu yang lama, gelisah jika tidak memainkan gawai, memiliki dorongan diri untuk selalu ingin memainkan gawai, dan fungsi kehidupan sehari-hari telah terganggu karena akibat dari memainkan gawai yang berlebihan untuk hal yang menyenangkan.¹¹ Inilah yang kemudian menjadi alasan mengapa peneliti merasa ingin melakukan kajian mendalam terhadap masalah ini, sekaligus mencari solusi dengan mengembangkan metode penanganan behavioristik (model intervensi psikologis *behavioral*) nan islami dengan tujuan agar masalah tersebut dapat ditangani dengan baik dan benar atau sesuai dengan kaidah ilmiah yang ada.

Terdapat beberapa alasan mengapa peneliti lebih memilih mengembangkan model intervensi psikologis *behavioral* nan islami untuk menangani masalah kecanduan gawai dalam penelitian ini, antara lain, pertama, karena secara teori, model intervensi psikologis *behavioral* merupakan model intervensi yang dapat digunakan untuk menangani permasalahan psikologis (perilaku),¹² kedua model intervensi psikologis *behavioral* termasuk *behavioral contract* merupakan model intervensi psikologis yang dapat digunakan untuk menangani permasalahan psikologis (perilaku) pada pasien/klien dengan usia anak-anak,¹³ ketiga, menurut hasil penelitian, model intervensi psikologis *behavioral* khususnya *behavioral contract* dapat dijadikan sebagai model intervensi psikologis untuk menangani perilaku digital yang bermasalah seperti *perilaku phubbing* pada peserta didik,¹⁴ dan keempat, diharapkan mampu menangani degradasi perilaku spiritual para peserta didik, seperti meninggalkan salat wajib saat memainkan gawai untuk hal yang menyenangkan, kurang bersosial dengan orang sekitar, minimnya melakukan aktivitas islami yang bermanfaat, dan membentak/marah-marah terhadap orang tua saat disuruh untuk berhenti memainkan gawai yang menyenangkan.

B. Rumusan Masalah

Sebagaimana disebutkan dalam Pedoman Karya Ilmiah UIN Antasari tahun 2021, yang dimaksud dengan rumusan masalah adalah formulasi permasalahan penelitian yang akan dicari jawabannya oleh peneliti melalui kegiatan penelitian

11 Peserta Didik, "Wawancara Penilaian Tingkat Kecanduan Gawai di Sekolah Dasar Kota Banjarmasin," November 16, 2023.

12 Raymond G. Miltenberger, *Behavior Modification: Principles and Procedures*, 5th Ed (Belmont, CA: Wadsworth Cengage Learning, 2012), 5.

13 Raymond G. Miltenberger, *Behavior Modification: Principles and Procedures*, 4. Ed., International Student Edition (Belmont, CA: Thomson Wadsworth, 2008), 531.

14 Wahyu Almisri, Firman, and Netrawati, "Model Behavior Contract Melalui Layanan Penguasaan Konten untuk Mereduksi Addiction Smartphone Use," *Taqorrub: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah* 3, No. 2 (2022): 2, <https://doi.org/10.55380/Taqorrub.V3i2.319>.

yang dilakukan.¹⁵ Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Bagaimana fenomena kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin?
2. Bagaimana rancangan model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin?
3. Bagaimana tingkat validitas model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam berdasarkan penilaian para ahli?
4. Bagaimana tingkat kepraktisan model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam dalam penerapannya di sekolah dasar di kota Banjarmasin?
5. Seberapa efektif model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam dalam menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, adapun tujuan dari penelitian yang peneliti lakukan adalah sebagai berikut.

1. Untuk mendeskripsikan fenomena kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.
2. Untuk mengetahui rancangan model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam dalam menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.
3. Untuk mengetahui tingkat validitas model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam berdasarkan penilaian para ahli.
4. Untuk mengetahui tingkat kepraktisan model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam dalam penerapannya di sekolah dasar di kota Banjarmasin.
5. Untuk mengetahui seberapa efektif model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam dalam menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.

D. Signifikansi Penelitian

Penelitian ini memiliki kontribusi yang signifikan baik secara teoretis maupun praktis¹⁶ dalam upaya penanganan kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.

Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan kontribusi yang nyata, baik terhadap lembaga pendidikan maupun terhadap sosial. Dalam hal lembaga pendidikan, model yang dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan secara langsung oleh guru wali (kelas) atau praktisi pendidikan lainnya yang ada di berbagai lembaga pendidikan sekolah dasar di kota Banjarmasin sebagai upaya

15 Hamdan Et Al., Pedoman Karya Ilmiah (Makalah, Artikel Jurnal, Penelitian, Skripsi, Tesis, dan Disertasi) (Banjarmasin: Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, 2021), 28.

16 Hamdan et al., PEDOMAN KARYA ILMIAH (Makalah, Artikel Jurnal, Penelitian, Skripsi, Tesis, dan Disertasi), 29.

untuk menangani permasalahan kecanduan gawai yang terjadi di kalangan peserta didik, sedangkan dalam hal sosial, model yang dihasilkan dari penelitian ini dapat membuat para peserta didik yang terpapar kecanduan gawai menjadi terlepas dari kecanduannya, dapat meningkatkan kontrol diri mereka, dan dapat mengembangkan perilaku mereka ke arah perilaku yang lebih sesuai dengan norma insani dan norma islami yang ada terutama di era serba digital (era *society 5.0*) sebagaimana kita jalani saat ini.

E. Defini Operasional

Untuk menghindari kekeliruan atau kesalahpahaman dalam menafsirkan judul penelitian di atas, maka berikut ini peneliti sajikan berbagai definisi operasional/istilah yang ada pada judul penelitian tersebut.

1. Pengembangan Model *Behavioral Contract*

Sebagaimana yang disebutkan dalam Miltenberger yang dimaksud dengan *behavioral contract* (*contingency contract/performance contract*) adalah salah satu teknik konseling prosedural yang dapat digunakan untuk mengelola perilaku seseorang dengan cara membuat suatu kesepakatan (perjanjian) tertulis yang dibuat oleh dua pihak di mana salah satu atau kedua belah pihak tersebut sama-sama sepakat untuk terlibat dalam proses peningkatan perilaku dari suatu perilaku tertentu ke perilaku-perilaku yang ditargetkan. Dalam *behavioral contract* memuat suatu konsekuensi tertentu, dan pemberian konsekuensi tersebut tergantung dari apakah perilaku yang ditargetkan telah dilakukan atau tidak. Contoh, Steve adalah mahasiswa pascasarjana yang memiliki permasalahan perilaku dalam menulis tugas akhirnya. Steve kemudian membuat sebuah kesepakatan (*behavioral contract*) dengan seorang konselor yang bernama Ray untuk merubah perilakunya agar lebih rajin lagi dalam menulis tugas akhirnya. Dalam kesepakatan tersebut, Steve telah berjanji kepada Ray bahwa ia akan menulis tugas akhirnya sebanyak sembilan halaman setiap pekannya, dan ia juga berjanji bahwa ia akan menerima konsekuensi berupa menyerahkan satu album musik jazz kesayangannya kepada Ray apabila ia tidak dapat memenuhi janjinya tersebut.¹⁷

Adapun yang dimaksud dengan pengembangan model *behavioral contract* dalam konteks penelitian dan pengembangan ini adalah model *behavioral contract* sebagaimana disebutkan di atas akan peneliti kembangkan dengan mengintegrasikannya dengan nilai-nilai Islam, sehingga para peserta didik yang terpapar kecanduan gawai yang ditangani dengan model intervensi psikologis ini nantinya diharapkan tidak hanya sembuh dari keterpaparan namun aspek spiritual yang ada di dalam diri mereka juga ikut tumbuh/berkembang sesuai dengan syariat Islam yang ada.

2. Berbasis Nilai-Nilai Islam

Menurut Choli dalam Nurhasanah dkk., nilai-nilai Islam adalah inti ajaran agama Islam yang memiliki peranan penting dalam membimbing perilaku dan

17 Miltenberger, Behavior Modification, 4. Ed., International Student Edition, 523.

kehidupan umat Islam.¹⁸ Sebagaimana kita ketahui bersama, Islam telah mengajarkan kita banyak sekali nilai yang dapat kita jadikan sebagai pedoman dalam memperoleh kebahagiaan hidup baik di dunia maupun di akhirat, seperti nilai keimanan, ketakwaan, dan lain sebagainya. Dalam penelitian ini, nilai-nilai Islam yang peneliti kemukakan adalah nilai-nilai Islam yang perilaku-perilakunya dipandang dapat dijadikan sebagai perilaku-perilaku antitesis dari berbagai perilaku kecanduan gawai sebagaimana disebutkan di atas, yakni *Tawassuʿ*, *Ṣabar*, *Mujāhadatu An-Nafsi*, *Ukhuwwah*, *Hifzu Al-Waqt*, dan *Qanāʿah*.

Adapun yang dimaksud dengan berbasis nilai-nilai Islam dalam konteks penelitian dan pengembangan ini adalah materi nilai-nilai Islam sebagaimana disebutkan di atas akan peneliti integrasikan dengan model intervensi psikologis *behavioral contract*, sehingga dengan model ini, para peserta didik yang terpapar kecanduan gawai, nantinya tidak hanya sembuh dari keterpaparan, namun aspek spiritual yang ada di dalam diri mereka juga tumbuh/berkembang sesuai dengan syariat Islam yang ada.

3. Kecanduan gawai

Menurut Kwon et al., kecanduan *smartphone* (gawai) atau dapat disebut juga dengan kecanduan perilaku (*behavioral addictions*)¹⁹ adalah pola penggunaan *smartphone* bermasalah yang dapat menimbulkan gejala yang serupa dengan kecanduan internet, seperti keinginan kuat dan sulit dikendalikan untuk memainkan *smartphone*, merasa gelisah jika tidak bisa memainkan *smartphone*, memainkan *smartphone* dalam waktu yang lama/frekuensi semakin sering, fungsi sehari-hari menjadi terganggu, dan cenderung menyukai interaksi dunia maya ketimbang dunia nyata.²⁰

Ada enam indikator kecanduan *smartphone*, antara lain, *daily-life disturbance* (gangguan fungsi hidup sehari-hari), *positive anticipation* (dorongan berlebihan untuk segera memainkan gawai yang menyenangkan), *withdrawal* (perasaan gelisah saat tidak bisa memainkan *smartphone*), *cyberspace-oriented relationship* (hubungan yang berorientasi pada dunia maya), *overuse* (memainkan *smartphone* secara berlebihan/lebih lama dari waktu yang direncanakan), dan *tolerance* (memainkan *smartphone* dalam durasi yang semakin lama/penggunaan semakin lama dari hari ke hari).²¹

Adapun yang dimaksud dengan kecanduan gawai dalam konteks penelitian dan pengembangan ini adalah perilaku memainkan gawai yang menyimpang (*abnormal*) sebagaimana yang disebutkan Kwon et al. di atas, yakni tak dapat mengontrol keinginan untuk selalu memainkan gawai; merasa gelisah jika tak memainkan gawai, memainkan gawai dengan durasi yang lama; durasi memainkan yang terus bertambah dari hari ke hari; memainkan gawai hingga terganggunya

18 Lilis Romdon Nurhasanah, Mulyawan Safwandy Nugraha, and Ujang Dedih, "Penerapan Nilai-Nilai Islam dalam Kehidupan Sehari-Hari: Model Pembelajaran Kontekstual dalam PAI," *Innovative: Journal of Social Science Research* 4, No. 1 (January 2024): 4, 1, <https://doi.org/10.31004/Innovative.V4i1.8067>.

19 Kwon Et Al., "The Smartphone Addiction Scale," 1.

20 Kwon Et Al., "The Smartphone Addiction Scale," 2.

21 Kwon Et Al., "The Smartphone Addiction Scale," 2.

fungsi sehari-hari seperti fungsi agama, fungsi akademis, sosial, psikologis, dan sebagainya; dan cenderung lebih banyak melakukan aktivitas online ketimbang offline.

F. Hipotesis Penelitian

Sebagaimana disebutkan dalam pedoman penulisan karya ilmiah UIN Antasari tahun 2021, yang dimaksud dengan hipotesis penelitian adalah jawaban sementara dari masalah-masalah yang diajukan dalam penelitian.²²

Dalam penelitian ini digunakan dua pendekatan penelitian, yaitu pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Oleh karena itu, hipotesis yang digunakan juga terdiri atas dua bentuk, yakni hipotesis kualitatif dan hipotesis kuantitatif. Hipotesis kualitatif dalam penelitian ini berupa hipotesis kerja (*working hypothesis*), yaitu dugaan sementara²³ terhadap fenomena (idiografik)²⁴ berupa kecanduan gawai dan konseptual model yang dikembangkan untuk menangani fenomena kecanduan gawai tersebut, sedangkan hipotesis kuantitatif adalah pernyataan dugaan terkait kelayakan (validitas), gambaran (deskriptif), dan efektivitas dari model yang peneliti kembangkan.²⁵

Terdapat dua macam hipotesis kuantitatif, yakni hipotesis kerja (H_a) dan hipotesis nihil/nol (H_o). Hipotesis kerja dinyatakan dalam bentuk kalimat positif, sedangkan hipotesis nihil/nol dinyatakan dalam bentuk negatif. Jika hasil analisis data menyatakan positif (terdapat hubungan/terdapat perbedaan/efektif/sejenisnya) maka H_a diterima dan H_o ditolak, sebaliknya, jika hasil analisis data menyatakan negatif (tidak terdapat hubungan/tidak terdapat perbedaan/tidak efektif/sebagainya) maka H_a ditolak dan H_o diterima.²⁶

Berdasarkan pedoman dan teori di atas, maka yang menjadi hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Fenomena kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin diduga memiliki karakteristik, dinamika, dan faktor-faktor tertentu yang dapat dipahami secara mendalam melalui pendekatan kualitatif
2. Rancangan model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam diduga dapat dikembangkan sebagai model intervensi psikologis yang relevan dalam penanganan kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.
3. Hipotesis terkait validitas model yang dikembangkan adalah sebagai berikut.

²² Hamdan Et Al., Pedoman Karya Ilmiah (Makalah, Artikel Jurnal, Penelitian, Skripsi, Tesis, dan Disertasi), 29.

²³ Yvonna S. Lincoln and Egon G. Guba, *Naturalistic Inquiry* (Newbury Park, Calif.: Sage, 1985), 124.

²⁴ Lincoln and Guba, *Naturalistic Inquiry*, 38.

²⁵ John W. Creswell, *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*, 4th ed. (Boston, Massachusetts, USA: Pearson Education, 2012), 111.

²⁶ Creswell, *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*, 126.

- a. Ha1: Model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam yang dikembangkan memiliki tingkat validitas yang tinggi berdasarkan penilaian para ahli dan praktisi.
- b. Ho1: Model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam yang dikembangkan tidak memiliki tingkat validitas yang tinggi berdasarkan penilaian para ahli dan praktisi.
4. Hipotesis terkait kepraktisan model yang dikembangkan adalah sebagai berikut.
 - a. Ha2: Model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam yang dikembangkan dapat diterapkan secara praktis oleh tenaga pendidik/konselor di sekolah dasar di kota Banjarmasin.
 - b. Ho2: Model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam yang dikembangkan tidak dapat diterapkan secara praktis oleh tenaga pendidik/konselor di sekolah dasar di kota Banjarmasin.
5. Hipotesis terkait efektivitas model yang dikembangkan adalah sebagai berikut.
 - a. Ha3: Terdapat perbedaan yang signifikan pada perilaku kecanduan gawai peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin antara sebelum dan sesudah diterapkannya model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam.
 - b. Ho3: Tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada perilaku kecanduan gawai peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin antara sebelum dan sesudah diterapkannya model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam.
 - c. Ha4: Model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam efektif dalam menangani kecanduan gawai peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.
 - d. Ho4: Model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam tidak efektif dalam menangani kecanduan gawai peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.

G. Spesifikasi Produk yang Diharapkan

Spesifikasi produk adalah *detail description of how something to be done* (deskripsi detail tentang bagaimana sesuatu dibuat). Selain itu, dalam referensi lain disebutkan, deskripsi produk adalah *a statement prescribing materials, dimensions, and quality of work for something to be built, installed, or Manufactured* (pernyataan tentang bahan yang digunakan untuk membuat produk, ukuran produk, dan kualitas kerja dari produk yang akan dibangun, diinstalasi, atau dibuat).²⁷

Dalam konteks penelitian dan pengembangan ini, spesifikasi produk memuat berbagai elemen penting yang memberikan gambaran rinci tentang produk *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam yang peneliti kembangkan. Elemen-

²⁷ Sugiyono, Metode Penelitian dan Pengembangan (Research and Development/R&D) (Bandung: Alfabeta, 2019), 401.

elemen tersebut antara lain, kefungsian, kehandalan, ergonomi, materi, kemasan, dan keamanan.²⁸ Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut.

1. Kefungsian

Produk yang peneliti kembangkan (*behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam), selain dapat digunakan oleh pendidik sebagai alat untuk menangani permasalahan kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin dengan kriteria kecanduan ringan, juga dapat digunakan sebagai alat untuk menangani permasalahan-permasalahan perilaku ringan lainnya, seperti kurangnya motivasi belajar, sulit berkonsentrasi saat belajar, sikap tidak disiplin saat belajar, dan permasalahan lain sebagainya.²⁹

2. Kehandalan

Produk yang peneliti kembangkan (*behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam), memiliki kehandalan dalam menangani masalah kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin. Ada tiga indikator kehandalan, yakni, dapat digunakan oleh pendidik sekolah dasar sebagai model intervensi psikologis (integratif keislaman) dalam jangka waktu yang lebih panjang, memiliki prinsip-prinsip dan materi-materi yang relevan untuk penyembuhan kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar, dan dapat digunakan/diimplementasikan secara efektif dan efisien kapan pun dan di sekolah mana pun oleh pendidik sekolah dasar di kota Banjarmasin.³⁰

3. Ergonomi

Produk yang peneliti kembangkan (*behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam), selain memiliki prinsip dan materi yang relevan untuk penyembuhan, juga memiliki kemudahan dalam penggunaan, seperti memuat materi yang ringan dalam penerapan, sehingga pelaksanaan konseling dapat dikerjakan dengan mudah oleh para pendidik, dan kecanduan gawai para peserta didik dapat ditangani dengan efektif dan efisien.³¹

4. Materi

Produk yang peneliti kembangkan (*behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam) memiliki materi-materi yang relevan dalam pengaplikasian untuk penyembuhan kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin. Adapun materi-materi yang digunakan dalam produk ini adalah teori

28 Sugiyono, Metode Penelitian dan Pengembangan (Research and Development/R&D), 402-410.

29 Sugiyono, Metode Penelitian dan Pengembangan (Research and Development/R&D), 403.

30 Sugiyono, Metode Penelitian dan Pengembangan (Research and Development/R&D), 403.

31 Sugiyono, Metode Penelitian dan Pengembangan (Research and Development/R&D), 404.

behavioristik, teori psikologi konseling, teori *behavioral contract*, nilai-nilai Islam, teori integrasi antara agama dan sains, dan teori kecanduan gawai.³²

5. Kemasan

Produk yang peneliti kembangkan dikemas dalam bentuk sebuah dokumen (*hard copy/soft file*) yang diberi cover menarik dengan perpaduan berbagai ornamen dan diberi judul yang menarik pula namun lebih islami agar ciri khas produk yang dikembangkan berupa model intervensi psikologis integratif keislamannya dapat tersampaikan. Adapun judul yang digunakan pada kemasan produk tersebut adalah Model Intervensi Psikologis “BERIMAN” (*Behavioral Contract* Berbasis Keislaman). Sebuah Model Intervensi Psikologis Alternatif Keislaman dalam Menangani Kecanduan gawai pada Anak Usia Sekolah Dasar.³³

6. Keamanan Penggunaan

Secara substansi, yang dimaksud dengan keamanan penggunaan di sini adalah berbagai hal yang berhubungan dengan keamanan saat produk digunakan/diimplementasikan dengan tujuan agar terhindar dari dampak negatif dari penggunaan/pelaksanaan produk tersebut. Keamanan penggunaan dapat merujuk pada standar dan peraturan yang telah disepakati oleh banyak pihak atau banyak perusahaan.³⁴

Pada produk yang peneliti kembangkan ini (*behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam), ada dua hal yang perlu diperhatikan agar dalam penggunaannya dapat menjadi lebih aman, pertama, memperhatikan etika pendidikan sekolah dasar seperti mentaati peraturan sekolah, menghormati kepala sekolah, menghormati para pendidik (guru), menghormati para tenaga kependidikan, dan pihak sekolah lainnya; dan kedua, memperhatikan aspek psikologis para peserta didik sekolah dasar agar tidak menimbulkan efek samping negatif seperti perasaan tekanan psikologis secara berlebihan. Misal, tidak membahas hal yang lain-lain kecuali untuk keperluan penyembuhan, tidak menuntut mereka untuk melakukan perilaku yang tidak dapat mereka lakukan, dan menyesuaikan materi bahasan dengan kemampuan berpikir mereka.

H. Asumsi dan Batasan Penelitian

Menurut Manasse Malo dalam Prof. Ridhahani, asumsi penelitian adalah pernyataan-pernyataan yang diperlukan oleh peneliti sebagai titik tolak atau dasar bagi penelitiannya.³⁵ Suharsimi Arikunto masih dalam Prof. Ridhahani menyebutkan, bagi seorang peneliti, asumsi penelitian merupakan suatu hal yang penting dalam suatu penelitian, karena dapat dijadikan sebagai dasar pijakan yang

32 Sugiyono, Metode Penelitian dan Pengembangan (Research and Development/R&D), 406.

33 Sugiyono, Metode Penelitian dan Pengembangan (Research and Development/R&D), 406.

34 Sugiyono, Metode Penelitian dan Pengembangan (Research and Development/R&D), 410.

35 Ridhahani, Metodologi Penelitian Dasar (Bagi Mahasiswa dan Peneliti Pemula) (Banjarmasin: Pascasarjana Universitas Islam Negeri Antasari, 2020), 45.

kokoh dalam meneliti masalah yang diteliti, penegas variabel-variabel penelitian, dan sebagai dasar dalam menentukan dan merumuskan hipotesis penelitian.³⁶

Berdasarkan penjelasan di atas, maka yang menjadi asumsi penelitian dalam penelitian dan pengembangan ini adalah sebagai berikut.

1. Kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin diasumsikan sebagai sebuah fenomena empiris yang memiliki karakteristik, dinamika, serta faktor-faktor tertentu yang dapat diidentifikasi dan dipahami melalui proses penelitian.
2. Kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin diasumsikan dapat ditangani dengan teknik konseling *behavioral contract*.
3. Nilai-nilai Islam seperti *tawassuʿ*, *ṣabar*, *mujāhadatu an-naḥsi*, *ukhuwwah*, dan *qanāʿah*, diasumsikan sebagai nilai yang dapat membantu menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.
4. Nilai-nilai Islam sebagaimana disebutkan di atas diasumsikan dapat diintegrasikan dengan teknik konseling *behavioral contract*.
5. Pengintegrasian nilai-nilai Islam dengan teknik konseling *behavioral contract* diasumsikan dapat menghasilkan suatu model intervensi psikologis yang memiliki karakteristik tertentu, yang selanjutnya dapat disebut sebagai model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam.
6. Model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam diasumsikan dapat dirancang dan dikembangkan secara sistematis sebagai model integratif keislaman yang dapat digunakan untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.
7. Para ahli dan praktisi bidang keagamaan Islam dan psikologi yang memiliki kompetensi dan pengalaman yang memadai diasumsikan dapat dilibatkan dalam penilaian validitas model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam yang dikembangkan.
8. Para tenaga pendidik (guru wali) sekolah dasar di kota Banjarmasin yang berpengalaman mulai dari 5 hingga 30 tahun diasumsikan dapat dilibatkan dalam penilaian kepraktisan model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam yang dikembangkan.
9. Pemberian perlakuan model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam yang dikembangkan diasumsikan efektif dalam menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin secara signifikan.

Dalam hal batasan penelitian, batasan penelitian dapat disebut juga dengan fokus penelitian, menurut Spradley dalam Wekke dkk., fokus penelitian adalah domain yang berhubungan dengan situasi sosial. Fokus penelitian dapat ditetapkan berdasarkan beberapa alternatif, seperti, berdasarkan saran informan, berdasarkan domain-domain tertentu, berdasarkan suatu hal yang memiliki nilai temuan untuk

36 Ridhahani, Metodologi Penelitian Dasar (Bagi Mahasiswa dan Peneliti Pemula), 46.

pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (iptek), atau berdasarkan masalah yang berkaitan dengan teori yang sudah ada.³⁷

Berdasarkan penjelasan di atas, maka yang menjadi batasan penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Penelitian ini dibatasi pada kajian mengenai teknik konseling *behavioral contract* sebagai pendekatan utama dalam pengembangan model penanganan kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.
2. Penelitian ini dibatasi pada pengkajian nilai-nilai Islam yang meliputi *tawassuʻ*, *ṣabar*, *mujāhadatu an-naḥsi*, *ukhuwwah*, dan *qanāʻah* sebagai landasan nilai dalam pengembangan model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam.
3. Penelitian ini dibatasi pada integrasi antara teknik konseling *behavioral contract* dengan nilai-nilai Islam dalam konteks pemberian bantuan untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.
4. Penelitian ini dibatasi pada permasalahan kecanduan gawai yang dialami peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin, khususnya yang berkaitan dengan perilaku penggunaan gawai secara berlebihan dalam kehidupan sehari-hari.
5. Penelitian ini dibatasi pada tiga sekolah dasar di kota Banjarmasin, yaitu Sekolah Dasar Negeri Telaga Biru 1, Sekolah Dasar Negeri Teluk Dalam 3, dan Sekolah Dasar Negeri Telawang 4, yang kemudian ketiga sekolah tersebut dijadikan sebagai lokasi pengumpulan data dan implementasi model yang dikembangkan.
6. Penelitian ini dibatasi pada perancangan dan pengembangan model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam sebagai model intervensi psikologis yang dapat digunakan untuk membantu menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.
7. Penelitian ini dibatasi pada pengujian validitas model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam yang dikembangkan melalui penilaian para ahli dan praktisi untuk mengetahui kelayakan model tersebut dalam menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.
8. Penelitian ini dibatasi pada pengujian kepraktisan model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam yang dikembangkan melalui penilaian para tenaga pendidik (guru wali) yang berpengalaman untuk mengetahui kepraktisan penggunaan model tersebut dalam menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.
9. Penelitian ini dibatasi pada pengujian efektivitas model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam yang dikembangkan dalam membantu menangani perilaku kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin berdasarkan perubahan perilaku sebelum dan sesudah penerapan model.

³⁷ Ismail Suardi Wekke Dkk., *Metode Penelitian Sosial* (Yogyakarta: Gawe Buku, 2019), 43.

I. Kajian Terdahulu

Sesuai dengan buku Pedoman Karya Ilmiah UIN Antasari Banjarmasin tahun 2021, pada bagian ini peneliti akan menyajikan berbagai hasil kajian terdahulu (jurnal dan laporan penelitian) yang memiliki relevansi dengan topik penelitian yang peneliti lakukan, dengan tujuan untuk menegaskan bahwa penelitian yang peneliti lakukan ini adalah penelitian yang belum pernah dilakukan sebelumnya (orisinil) dan memiliki unsur kebaruan (novelti) di dalamnya.³⁸

Berbagai hasil kajian terdahulu yang peneliti sajikan di bawah ini yakni berupa laporan penelitian (disertasi/thesis) dan artikel-artikel penelitian yang termuat di dalam jurnal-jurnal ilmiah yang bereputasi. Adapun uraian beberapa hasil kajian terdahulu tersebut adalah sebagai berikut.

1. *The Effectiveness of Religion-Based Self-Management Training to Reduce Internet Addiction in Madrasah Aliyah Students*

Penelitian ini adalah penelitian tentang menguji efektivitas sebuah model pelatihan berupa pelatihan manajemen diri berbasis Agama untuk mengurangi kecanduan internet siswa Madrasah Aliyah.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis metode penelitian eksperimen dengan desain pre-experimental (*One-Group Pretest-Posttest Design*). Pendekatan dan jenis metode penelitian ini, digunakan untuk mengetahui akibat yang ditimbulkan dari pemberian suatu perlakuan (pelatihan manajemen diri berbasis Agama) terhadap individu yang diamati (siswa kecanduan internet) pada suatu keadaan yang dikondisikan.

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa Madrasah Aliyah dengan jumlah 161 siswa, sedangkan yang dijadikan sampel dalam penelitian sebanyak 16 siswa, yakni siswa dengan kriteria kecanduan tingkat tinggi dan sangat tinggi. Sebagaimana yang disampaikan dalam laporan penelitian, sampel diambil secara random, kemudian mereka dibuat menjadi satu grup/kelompok, dan setelah itu diberikan perlakuan terhadap mereka berupa pelatihan manajemen diri berbasis Agama dengan metode eksperimen dengan desain pre-experimental (*One-Group Pretest-Posttest Design*).

Setelah dilakukan kegiatan penelitian, kemudian data hasil penelitian dianalisis dengan menggunakan alat analisis data penelitian kuantitatif *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS). Adapun hasilnya adalah terdapat perbedaan tingkat kecanduan internet siswa antara sebelum dan sesudah pelaksanaan pelatihan manajemen diri berbasis Agama, sebelum (pretest) pelaksanaan pelatihan rata-rata tingkat kecanduan internet siswa sebesar 31,88% (tinggi), sedangkan sesudah (posttest) pelaksanaan pelatihan rata-rata tingkat kecanduan internet siswa sebesar 15,19% (rendah). Kemudian, hasil uji korelasi menunjukkan nilai signifikansi lebih besar dari nilai probabilitas, yakni 0,458 ($0,458 > 0,05$), sehingga berdasarkan data

38 Hamdan Et Al., Pedoman Karya Ilmiah (Makalah, Artikel Jurnal, Penelitian, Skripsi, Tesis, dan Disertasi), 29.

tersebut dapat dikatakan bahwa, pelatihan manajemen diri berbasis Agama efektif menurunkan tingkat kecanduan internet siswa madrasah aliyah.³⁹

Secara umum, penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan, persamaanya adalah sama-sama meneliti tentang perilaku menyimpang (distorsi perilaku) berupa kecanduan alat digital, sedangkan perbedaannya adalah ada pada cara yang digunakan untuk menangani kecanduan tersebut, dalam penelitian ini menggunakan cara pelatihan manajemen diri berbasis Agama, sedangkan cara yang peneliti lakukan adalah dengan melakukan konseling *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam.

Masih dalam hal perbedaan, selain pada cara menangani kecanduan di atas, terdapat juga perbedaan pada hal lainnya, yakni pada jenis metode penelitian, dalam penelitian ini, jenis metode penelitian yang digunakan adalah jenis metode penelitian eksperimen, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan adalah jenis metode penelitian dan pengembangan (*research and development*), yakni meneliti dan mengembangkan model intervensi psikologis *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.

2. Efektivitas Konseling Kelompok: Penggunaan Behavior Contract dalam Mereduksi Perilaku Phubbing di Sekolah Menengah Pertama

Penelitian ini adalah penelitian tentang menguji efektivitas sebuah model konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dalam mereduksi perilaku *phubbing* siswa di sekolah menengah pertama.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis metode penelitian eksperimen dengan desain *nonequivalent control group*. Pendekatan dan jenis metode penelitian ini, digunakan untuk mengetahui akibat yang ditimbulkan dari pemberian suatu perlakuan (konseling kelompok berupa *behavior contract*) terhadap individu yang diamati (siswa dengan perilaku *phubbing*) pada suatu keadaan yang dikondisikan.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 1 Tanjung Tiram dengan jumlah sebanyak 55 siswa, sedangkan yang dijadikan sampel dalam penelitian sebanyak 20 siswa. Untuk sampel, dari segi jumlahnya, ditentukan berdasarkan ukuran pengambilan Roscoe (10-20 dari total sampel yang ada), sedangkan dari segi teknik pengambilannya, dilakukan dengan teknik nonprobability sampling (*purposive sampling*), atau dipilih berdasarkan kriteria tertentu, yakni para siswa yang memiliki perilaku *phubbing* yang tinggi.

Setelah dilakukan kegiatan penelitian, kemudian data hasil penelitian dianalisis dengan menggunakan alat analisis data penelitian kuantitatif *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS). Adapun hasilnya adalah terdapat perbedaan yang signifikan antara perilaku *phubbing* siswa pada kelompok kontrol dengan perilaku *phubbing* siswa pada kelompok eksperimen. Pada kelompok kontrol, perilaku *phubbing* siswa meningkat dari 74,4% menjadi 88,3%, sedangkan pada

39 Hidayat Ma'ruf and Muafatin Muafatin, "The Effectiveness of Religion-Based Self-Management Training to Reduce Internet Addiction in Madrasah Aliyah Students," *Konselor* 11, No. 3 (September 2022): 117, 3, <https://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/view/116777>.

kelompok eksperimen, perilaku *phubbing* siswa menurun dari 74,9% menjadi 67%. Berdasarkan data tersebut, maka dapat dikatakan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* efektif dalam menurunkan tingkat perilaku *phubbing* siswa sekolah menengah pertama (SMP).⁴⁰

Secara umum, penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan, persamaanya ada pada objek penelitian, yakni sama-sama meneliti tentang perilaku menyimpang (distorsi perilaku), sedangkan perbedaannya ada pada jenis perilaku menyimpang dan cara yang digunakan untuk menangani perilaku menyimpang tersebut. Dalam hal jenis perilaku yang menyimpang, dalam penelitian ini, jenis perilaku yang diteliti adalah perilaku *phubbing*, sedangkan dalam penelitian yang peneliti lakukan adalah perilaku kecanduan gawai. Kemudian, dalam hal cara yang digunakan untuk menangani perilaku menyimpang tersebut, dalam penelitian ini menggunakan cara *behavior contract*, sedangkan dalam penelitian yang peneliti lakukan menggunakan cara *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam.

Masih dalam hal perbedaan, selain pada jenis perilaku menyimpang dan cara menangani perilaku menyimpang sebagaimana disebutkan di atas, terdapat juga perbedaan dalam hal jenis metode penelitian. Jenis metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis metode penelitian eksperimen, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan adalah jenis metode penelitian dan pengembangan (*research and development*), yakni meneliti dan mengembangkan salah satu model intervensi psikologis berupa *behavioral contract* dengan mengintegrasikannya dengan nilai-nilai Islam untuk menangani kecanduan gawai peserta didik sekolah dasar kota Banjarmasin.

3. *Digital Intervention for Problematic Smartphone Use in Undergraduate University Students: A Systematic Case Series*

Penelitian ini adalah penelitian tentang pengembangan dan evaluasi intervensi digital untuk menangani penggunaan *smartphone* yang bermasalah di kalangan mahasiswa sarjana (*Undergraduate University Students*). Intervensi digital yang dimaksud adalah intervensi yang dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi pada *smartphone* yang dikembangkan secara khusus yang memuat empat elemen penanganan di dalamnya, seperti penetapan tujuan, *feedback* yang dipersonalisasi, *mindfulness*, dan saran perilaku.

Penelitian dilakukan dengan menggunakan pendekatan campuran dan jenis metode *case series* untuk mengetahui keberterimaan dan dampak intervensi pada sepuluh mahasiswa (partisipan). Data penelitian dikumpulkan dengan dua cara, yakni dengan kuisioner dan objektif (data *smartphone* partisipan), yang diukur dengan kuisioner adalah penggunaan *smartphone* bermasalah, ketergantungan daring, *mindfulness*, kesejahteraan, distres psikologis, kualitas tidur, dan penentuan

40 Maulida Amelia Putri and Alfin Siregar, "Efektifitas Konseling Kelompok: Penggunaan Behavior Contract dalam Mereduksi Perilaku Phubbing di Sekolah Menengah Pertama," Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia 10, No. 1 (July 2024): 392-400, 1, <https://Jurnal.Iicet.Org/Index.Php/J-Edu/Article/View/4355>.

diri; sedangkan yang diukur dengan objektif adalah durasi penggunaan *smartphone* yang diambil langsung dari *smartphone* partisipan dan pola tidur (jadwal dan durasi tidur) partisipan.

Setelah dilakukan kegiatan penelitian, hasilnya adalah intervensi digital yang dikembangkan dapat diterima di kalangan mahasiswa sarjana (*Undergraduate University Students*) dan terbukti mampu mengurangi penggunaan *smartphone* yang bermasalah, atau dengan kata lain, alat intervensi digital terbukti mampu memberikan pengaruh yang positif terhadap beberapa hal, seperti mampu mengurangi ketergantungan daring, mampu menjadi lebih sadar (terkontrol) dalam menggunakan *smartphone*, kesejahteraan psikologis menjadi lebih meningkat, dan pola tidur menjadi lebih teratur.⁴¹

Secara umum, penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan, persamaanya adalah sama-sama meneliti tentang masalah perilaku menyimpang (distorsi perilaku) berupa penggunaan *smartphone* (gawai) bermasalah, sedangkan perbedaannya ada pada cara yang digunakan untuk menangani masalah tersebut, dalam penelitian ini menggunakan cara intervensi digital, sedangkan cara yang peneliti lakukan adalah dengan melakukan konseling *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam.

Masih dalam hal perbedaan, selain pada cara menangani masalah di atas, terdapat juga perbedaan pada hal lainnya, yakni pada jenis metode penelitian yang digunakan, dalam penelitian ini, jenis metode penelitian yang digunakan adalah *case series*, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan adalah *research and development*, yakni meneliti dan mengembangkan model intervensi psikologis *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.

4. *An Exploration of Problematic Smartphone Use Among Chinese and British University Students*

Disertasi ini memuat serangkaian studi yang bertujuan untuk mengeksplorasi prevalensi penggunaan *smartphone* bermasalah (*problematic smartphone use/PSU*) dan faktor-faktor yang berkorelasi dengannya di kalangan mahasiswa Tiongkok dan Inggris. Studi-studi yang disajikan meliputi analisis prevalensi PSU; pengujian model hubungan antara PSU dengan sejumlah faktor psikologis, seperti kecemasan akademik, prokrastinasi, regulasi diri, dan kepuasan hidup; serta studi komparatif lintas budaya terkait PSU pada mahasiswa dari kedua negara tersebut.

Data penelitian dikumpulkan melalui angket dan wawancara semi terstruktur untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan penelitian seputar PSU. Responden penelitian terdiri dari 475 mahasiswa berasal dari salah satu universitas yang ada di Tiongkok dan 303 mahasiswa berasal dari salah satu universitas yang ada di Inggris. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis jalur dan analisis kerangka.

41 Sarah Kent, "Digital Intervention for Problematic Smartphone Use in Undergraduate University Students: A Systematic Case Series" (Dclnpsychol, University of Leeds, 2020), <https://etheses.whiterose.ac.uk/id/eprint/27665/>.

Setelah dilakukan kegiatan penelitian, hasilnya adalah sebagai berikut. secara prevalensi, mahasiswa Tiongkok menunjukkan tingkat PSU yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa Inggris; secara korelasi, pada mahasiswa Tiongkok PSU berkorelasi secara signifikan dengan sejumlah faktor psikologis sebagaimana disebutkan di atas, seperti kecemasan akademik, prokrastinasi, regulasi diri, dan kepuasan hidup, sedangkan pada mahasiswa Inggris kurang berkorelasi secara signifikan; dan secara perbandingan antar budaya, kerangka/model hubungan antar variabel (PSU dengan sejumlah faktor psikologis) di atas lebih konsisten (lebih sesuai) pada kalangan mahasiswa Tiongkok, sedangkan pada mahasiswa Inggris kurang konsisten (kurang sesuai). Kemudian, dari segi *gender*, terdapat perbedaan tingkat PSU yang signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan, yakni mahasiswa perempuan baik di Tiongkok maupun Inggris cenderung memiliki tingkat PSU yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki.⁴²

Secara umum, penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan, persamaanya adalah sama-sama meneliti tentang masalah perilaku menyimpang (distorsi perilaku) berupa penggunaan *smartphone* (gawai) bermasalah, sedangkan perbedaannya ada pada fokus penelitian, dalam penelitian ini lebih fokus pada deskripsi prevalensi PSU, menguji korelasi PSU dengan berbagai variabel, dan komparasi PSU lintas budaya, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan lebih fokus pada pengembangan model intervensi. Kemudian, dari segi subjek penelitian juga terdapat perbedaan, pada penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah mahasiswa, sedangkan dalam penelitian yang peneliti lakukan yang menjadi subjek penelitian adalah peserta didik sekolah dasar.

Masih dalam hal perbedaan, selain pada fokus dan subjek penelitian di atas, terdapat juga perbedaan pada hal lainnya, yakni pada jenis metode penelitian yang digunakan, dalam penelitian ini, jenis metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif, korelasional, dan komparatif, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan adalah *research and development*, yakni meneliti dan mengembangkan model intervensi psikologis *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.

5. *Smartphone Addiction* pada Anak Usia Dini

Penelitian ini meneliti tentang *smartphone addiction* yang terjadi di kalangan anak usia dini (usia 5-6 tahun) di dua kota (Medan dan Yogyakarta), dengan tujuan untuk mendeskripsikan perilaku kecanduan *smartphone* mereka, faktor penyebab terjadinya kecanduan, dan dampaknya terhadap fisik, psikis, dan aspek sosial mereka.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian fenomenologis dengan pendekatan kualitatif, yakni berusaha memahami pengalaman dan pola penggunaan *smartphone* anak dan orang tua serta menggali makna perilaku kecanduan *smartphone* dari sisi sudut pandang mereka. Data penelitian dikumpulkan

42 Zeyang Yang, "An Exploration of Problematic Smartphone Use Among Chinese and British University Students" (Phd, University of York, 2018), <https://etheses.whiterose.ac.uk/Id/Eprint/22632/>.

melalui observasi dan wawancara, dan keabsahan data diuji dengan teknik triangulasi.

Hasil penelitian dari penelitian ini adalah baik anak di kota Medan maupun Yogyakarta sama-sama mengalami kecanduan *smartphone*. Perilaku kecanduan mereka adalah memainkan *smartphone* 3-4 jam per hari, mengunjungi/memainkan aplikasi hiburan seperti *youtube*, *game*, dan *tiktok*, dan menunjukkan emosi negatif saat tidak diberikan *smartphone*, seperti marah, memukul, nangis, berteriak, ngambek, dan cemberut. Segi faktor, berdasarkan hasil analisis, faktor-faktor yang menyebabkan kecanduan adalah faktor dari orang tua anak itu sendiri, faktor teman sebaya, dan rendahnya kontrol orang tua terhadap anak. Kemudian, segi dampak, kecanduan *smartphone* berdampak negatif terhadap beberapa aspek diri pada anak, seperti aspek fisik (kelelahan pada mata), psikis (emosional negatif lebih meningkat dan kurang responsif terhadap lingkungan), dan sosial (lebih sering main *smartphone* di rumah ketimbang bersosial dengan sesama mereka).⁴³

Secara umum, penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan, persamaanya adalah sama-sama meneliti tentang masalah perilaku menyimpang (distorsi perilaku) berupa kecanduan *smartphone*, sedangkan perbedaannya ada pada fokus penelitian, dalam penelitian ini lebih fokus pada deskripsi kecanduan *smartphone*, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan lebih fokus pada pengembangan model intervensi untuk menangani kecanduan.

Masih dalam hal perbedaan, selain pada fokus dan subjek penelitian di atas, terdapat juga perbedaan pada hal lainnya, yakni pada jenis metode penelitian yang digunakan, dalam penelitian ini, jenis metode penelitian yang digunakan adalah fenomenologi, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan adalah *research and development*, yakni meneliti dan mengembangkan model intervensi psikologis *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.

6. *Smartphone Addiction and its Relation With Bullying, Sleep Quality, and Depression Among Children*

Penelitian ini meneliti tentang fenomena kecanduan *smartphone* yang terjadi di kalangan anak-anak dengan tujuan untuk menilai prevalensi kecanduan *smartphone* tersebut serta menguji korelasinya dengan perundungan (*bullying*), gangguan tidur, dan depresi pada mereka.

Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode deskriptif-korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*, dengan melibatkan sampel penelitian sebanyak 300 anak (102 laki-laki dan 192 perempuan) berusia 9-14 tahun. Penelitian dilakukan di dua sekolah, yakni sekolah dasar Salka dan sekolah menengah pertama Salka, yang berlokasi di desa Salka, kota Shpin Elkom, provinsi Menoufia, Mesir. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner dengan menggunakan empat instrumen, antara lain kuesioner sosiodemografis dan skala inventori kecanduan

43 Mawaddah Nasution, "Smartphone Addiction pada Anak Usia Dini" (S3, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 2024), <https://Etd.Umy.Ac.Id/Id/Eprint/43905/>.

smartphone, kuesioner *children's sleep habits*, kuesioner skala perundungan di sekolah, dan kuesioner skala *center for epidemiologic studies depression*.

Setelah dilakukan kegiatan penelitian, hasilnya menunjukkan bahwa berdasarkan nilai ambang (*cut-off*) pada skala kecanduan *smartphone*, dari total sampel yang diteliti (300 anak), terdapat 209 anak (69,67%) di antaranya telah terpapar kecanduan *smartphone*. Kemudian, hasil analisis uji korelasi menunjukkan bahwa depresi berkorelasi positif dengan kecanduan *smartphone*, atau dengan kata lain kecanduan *smartphone* dapat meningkatkan tingkat depresi, gangguan kualitas tidur, dan perundungan pada anak-anak.⁴⁴

Secara umum, penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan, persamaanya adalah sama-sama meneliti tentang masalah perilaku menyimpang (*distorsi perilaku*) berupa kecanduan *smartphone*, sedangkan perbedaannya ada pada fokus penelitian, dalam penelitian ini lebih fokus pada deskripsi prevalensi kecanduan *smartphone* di kalangan anak-anak serta korelasinya dengan beberapa gangguan mental (*kualitas tidur, perundungan, dan depresi*), sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan lebih fokus pada pengembangan model intervensi untuk menangani kecanduan *smartphone* tersebut.

Masih dalam hal perbedaan, selain pada fokus penelitian di atas, terdapat juga perbedaan pada hal lainnya, yakni pada jenis metode penelitian yang digunakan, dalam penelitian ini, jenis metode penelitian yang digunakan adalah *deskriptif-korelasional*, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan adalah *research and development*, yakni meneliti dan mengembangkan model intervensi psikologis *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.

7. Gestalt-Prophetic: The Parenting Method for Early Childhood with Gadget Addiction

Penelitian ini meneliti tentang efektivitas pendekatan *gestalt-prophetic* (G-Pro) dalam meningkatkan kesadaran orang tua terhadap metode pengasuhan anak usia dini yang mengalami kecanduan gawai. Penelitian dilakukan dengan tujuan untuk menguji efektivitas pendekatan G-Pro tersebut dalam meningkatkan kesadaran orang tua terhadap metode pengasuhan anak usia dini pada kasus kecanduan gawai.

Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode eksperimen dengan desain kuasi-eksperimen dengan melibatkan sekelompok orang tua yang kemudian dibagi menjadi dua kelompok (*kontrol dan eksperimen*). Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan kuesioner skala perilaku pengasuhan Baumrind, dan analisis data dilakukan dengan analisis inferensial (*uji t*) untuk mengetahui nilai signifikansi antara kelompok kontrol dan eksperimen.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok orang tua yang diberikan perlakuan G-Pro mengalami perubahan pengasuhan anak yang lebih baik

44 Hala Saied, Nora Behery Mohamed, and Fatma A. Abd Elrazek, "Smartphone Addiction and its Relation with Bullying, Sleep Quality, and Depression among Children," *International Journal of Health Sciences* 6, No. S9 (July 2022): 4568–83, <https://doi.org/10.53730/Ijhs.V6ns9.13840>.

dibandingkan dengan kelompok orang tua yang tidak diberikan perlakuan. Dengan kata lain, pendekatan G-Pro dinilai efektif untuk meningkatkan kesadaran orang tua dalam memahami dan memperbaiki cara pengasuhan mereka terhadap anak-anak mereka yang telah berisiko mengalami kecanduan gawai.⁴⁵

Secara umum, penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan, persamaanya adalah sama-sama meneliti yang berhubungan dengan perilaku menyimpang (distorsi perilaku) berupa kecanduan gawai, sedangkan perbedaannya ada pada fokus penelitian, dalam penelitian ini lebih fokus pada menguji efektivitas pendekatan *gestalt-prophetic* (G-PRO) dalam meningkatkan kesadaran orang tua terhadap metode pengasuhan (anak) mereka, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan lebih fokus pada pengembangan model intervensi untuk menangani kecanduan gawai.

Masih dalam hal perbedaan, selain pada fokus penelitian di atas, terdapat juga perbedaan pada hal lainnya, yakni pada jenis metode penelitian yang digunakan, dalam penelitian ini, jenis metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain kuasi-eksperimen, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan adalah *research and development*, yakni meneliti dan mengembangkan model intervensi psikologis *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.

8. *Smartphone Dependency Among Young Learners: A Growing Concern*

Penelitian ini adalah penelitian yang mengkaji tentang tingkat kecanduan *smartphone* pada anak-anak, dengan fokus membandingkan tingkat kecanduan antara anak usia prasekolah dengan anak usia sekolah dasar. Penelitian dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan jenis penelitian komparatif, dan pengumpulan data dilakukan dengan angket kecanduan *smartphone* yang telah dimodifikasi dan terbukti valid dan reliabel. Penelitian ini melibatkan 832 responden yang terdiri dari 104 anak usia prasekolah, 336 orang tua dari anak usia sekolah dasar, dan 392 anak usia sekolah. Pada anak usia prasekolah, kuesioner diisi oleh orang tua dengan alasan karena usia anak yang masih terlalu kecil, sedangkan pada anak usia sekolah dasar, kuesioner diisi oleh anak-anak itu sendiri bersama-sama dengan orang tua mereka.

Setelah dilakukan kegiatan penelitian, hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kecanduan *smartphone* yang signifikan antara anak usia sekolah dasar dengan anak usia prasekolah, anak usia sekolah dasar lebih banyak mengalami kecanduan *smartphone* dibandingkan dengan anak usia prasekolah. Namun, walaupun tingkat kecanduan pada anak usia prasekolah lebih kecil ketimbang anak usia sekolah dasar, tetapi ia juga termasuk anak dengan kriteria

45 Wahyu Kusumaningtyas Et Al., "Gestalt-Prophetic: The Parenting Method for Early Childhood with Gadgets Addiction," *Islamic Guidance and Counseling Journal* 2, No. 2 (May 2019): 66–76, <https://doi.org/10.25217/Igcj.V2i2.391>.

berisiko kecanduan, terdapat 3,8% anak usia prasekolah berada pada risiko tinggi kecanduan, dan 1% di antaranya berada pada risiko kecanduan yang sangat tinggi.⁴⁶

Secara umum, penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan, persamaanya adalah sama-sama meneliti perilaku menyimpang (distorsi perilaku) berupa kecanduan *smartphone* (gawai), sedangkan perbedaannya ada pada fokus penelitian, dalam penelitian ini lebih fokus pada mengkaji tingkat kecanduan *smartphone* pada anak usia prasekolah dan anak usia sekolah dasar dan membandingkan tingkat kecanduan antara dua kelompok anak tersebut, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan lebih fokus pada pengembangan model intervensi untuk menangani kecanduan gawai.

Masih dalam hal perbedaan, selain pada fokus penelitian di atas, terdapat juga perbedaan pada hal lainnya, yakni pada jenis metode penelitian yang digunakan, dalam penelitian ini, jenis metode penelitian yang digunakan adalah komparatif, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan adalah *research and development*, yakni meneliti dan mengembangkan model intervensi psikologis *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.

9. Student Gadget Addiction Behavior in the Perspective of Respectful Framework

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan perilaku kecanduan *gadget* siswa di salah satu sekolah yang ada di Karangrejo berdasarkan perspektif *Respectful Framework*. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian Deskriptif.

Temuan dari penelitian ini adalah perilaku siswa yang terpapar kecanduan *gadget* cenderung menunjukkan perilaku yang sama, yakni memegang dan bermain *gadget* lebih dari 5 kali dalam sehari, merasa bingung, resah, dan kesepian apabila tidak memegang *gadget*. Di antara penyebab kecanduan *gadget* dalam penelitian ini adalah karena faktor *Background and History Family*, atau latar belakang dan sejarah keluarga siswa, siswa dibatasi oleh orang tuanya untuk beraktivitas di luar rumah, sehingga siswa merasa kesepian, dan ia mengobati kesepiannya tersebut dengan memainkan *gadget* yang dimilikinya.⁴⁷

Secara umum, penelitian yang dilakukan oleh Wardhani ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan. Dalam hal persamaan, baik penelitian Wardhani ini maupun penelitian yang peneliti lakukan, sama-sama meneliti tentang perilaku menyimpang (kecanduan gawai), sedangkan dalam hal perbedaan, setidaknya ada dua perbedaan yang terdapat antara penelitian

46 Prilya Shanty Andrianie Et Al., "Smartphone Dependency Among Young Learners: A Growing Concern," Profesi Pendidikan Dasar, April 30, 2025, 1–12, <https://doi.org/10.23917/Ppd.V12i1.4344>.

47 Frida Putri Wardhani, "Student Gadget Addiction Behavior in the Perspective of Respectful Framework," Konselor 7, No. 3 (November 2018): 116–23, <https://doi.org/10.24036/0201872100184-0-00>.

Wardhani ini dengan penelitian yang peneliti lakukan, yakni dari segi tujuan dan metode penelitian.

Pertama, segi tujuan penelitian, penelitian Wardhani ini bertujuan untuk mendeskripsikan perilaku kecanduan gawai siswa di salah satu sekolah yang ada di Karangrejo berdasarkan perspektif *Respectful Framework*. Sedangkan penelitian yang peneliti lakukan bertujuan untuk meneliti dan mengembangkan sebuah model intervensi untuk menangani kecanduan gawai.

Kedua, segi metode penelitian, penelitian Wardhani ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian Deskriptif, sedangkan dalam penelitian yang peneliti lakukan menggunakan penelitian dan pengembangan (R&D), yakni meneliti dan mengembangkan model intervensi psikologis *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.

10. Influence of Adolescent's Smartphone Addiction on Mental and Emotional Development in West Java, Indonesia

Penelitian ini meneliti tentang pengaruh kecanduan gawai terhadap perkembangan mental dan emosional pada remaja awal usia 11-12 tahun dengan fokus utamanya adalah dampak negatif penggunaan gawai yang berlebihan terhadap mental dan emosi anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis apakah terdapat hubungan/pengaruh kecanduan gawai dengan gangguan mental emosional pada remaja awal usia 11-12 tahun.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode analitik dengan desain potong lintang; penelitian dilakukan di kota Bandung dan kabupaten Sumedang; subjek penelitian adalah remaja awal dengan usia 11-12 tahun yang diambil dengan menggunakan teknik sampel *convenience sampling* (tidak berpasangan); pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner data sosiodemografi, *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) untuk menilai gangguan mental emosional, dan *Smartphone Addiction Scale-Short Version* (SAS-SV) untuk mengukur kecanduan gawai pada remaja atau remaja awal; dan analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *chi-square*.

Setelah dilakukan kegiatan penelitian hasil analisis data menunjukkan bahwa dari 206 responden, 178 di antaranya telah memenuhi kriteria kecanduan gawai. Kemudian, dari 178 tersebut 80 orang atau 44,9% termasuk kategori kecanduan tingkat tinggi, dan 98 orang atau 55,1% termasuk kategori kecanduan rendah. Pada aspek kondisi mental emosional responden, dari total responden yang memenuhi kriteria kecanduan (178 orang), 60,7% di antaranya termasuk ke dalam kategori mental emosional normal, 21,9% di antaranya termasuk ke dalam kategori *borderline* (gejala gangguan mental emosional/tidak dapat dikatakan mengalami masalah gangguan mental emosional), dan 17,4% (31 orang) di antaranya termasuk ke dalam kategori abnormal (mengalami masalah gangguan mental emosional). Dengan kata lain, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecanduan gawai yang tinggi dengan masalah gangguan mental emosional. Kemudian, nilai rasio prevalens (RP) menunjukkan 1,45, yang artinya remaja dengan tingkat

kecanduan tinggi berisiko 1,45 kali lebih besar mengalami gangguan masalah mental emosional dibandingkan dengan remaja yang tingkat kecanduannya rendah.⁴⁸

Secara umum, penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan, persamaanya adalah sama-sama meneliti perilaku menyimpang (distorsi perilaku) berupa kecanduan *smartphone* (gawai), sedangkan perbedaannya ada pada fokus penelitian, dalam penelitian ini lebih fokus pada mengkaji hubungan kecanduan gawai dengan gangguan mental emosional pada remaja awal, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan lebih fokus pada pengembangan model intervensi untuk menangani kecanduan gawai.

Masih dalam hal perbedaan, selain pada fokus penelitian di atas, terdapat juga perbedaan pada hal lainnya, yakni pada jenis metode penelitian yang digunakan, dalam penelitian ini, jenis metode penelitian yang digunakan adalah analitik dengan desain potong lintang (*cross-sectional*), sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan adalah *research and development*, yakni meneliti dan mengembangkan model intervensi psikologis *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.

11. Analysis of Smartphone Addiction with Anxiety in School-Aged Children

Penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk menganalisis korelasi antara kecanduan *smartphone* dengan tingkat kecemasan pada siswa di sekolah dasar Pawyatan Daha, Kediri, Jawa Timur.

Metode penelitian yang digunakan adalah korelasional dengan desain potong lintang (*cross-sectional*) dengan sampel 154 siswa yang diambil dengan menggunakan teknik *random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner *Smartphone Addiction Risk Children Questionnaire* (SARCQ) untuk mengukur tingkat kecanduan dan *Revised Child Anxiety and Depression Scale* (RCADS) untuk mengukur tingkat kecemasan, sedangkan analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik Spearman's rho.

Setelah dilakukan analisis data penelitian hasilnya adalah 77,3% dari total responden yang diteliti telah terpapar kecanduan *smartphone* dengan kategori tinggi, dan 52,6% di antaranya mengalami gangguan kecemasan. Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kecanduan *smartphone* dengan kecemasan dengan nilai $p = 0,001$ dan koefisien korelasi $R = 0,330$ yang berarti semakin tinggi kecanduan *smartphone*, maka semakin besar kemungkinan siswa mengalami kecemasan.⁴⁹

48 Meita Dhamayanti, Resti Gradia Dwiwina, And Rubiah Adawiyah, "Influence of Adolescents' Smartphone Addiction On Mental And Emotional Development In West Java, Indonesia," *Majalah Kedokteran Bandung* 51, No. 1 (March 2019): 46–52, <https://doi.org/10.15395/mkb.v51n1.1577>.

49 Firmanda Erindia Et Al., "Analysis of Smartphone Addiction With Anxiety In School-Aged Children," *Psychiatry Nursing Journal (Jurnal Keperawatan Jiwa)* 6, No. 1 (March 2024): 27–33, <https://doi.org/10.20473/pnj.v6i1.48033>.

Secara umum, penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan, persamaanya adalah sama-sama meneliti perilaku menyimpang (distorsi perilaku) berupa kecanduan *smartphone* (gawai), sedangkan perbedaannya ada pada fokus penelitian, dalam penelitian ini lebih fokus pada mengkaji korelasi kecanduan *smartphone* dengan tingkat kecemasan siswa sekolah dasar, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan lebih fokus pada pengembangan model intervensi untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar.

Masih dalam hal perbedaan, selain pada fokus penelitian di atas, terdapat juga perbedaan pada hal lainnya, yakni pada jenis metode penelitian yang digunakan, dalam penelitian ini, jenis metode penelitian yang digunakan adalah korelasional dengan desain potong lintang (*cross-sectional*), sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan adalah *research and development*, yakni meneliti dan mengembangkan model intervensi psikologis *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.

12. The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengkaji versi singkat skala kecanduan *smartphone* (*Smartphone Addiction Scale-Short Version/SAS-SV*) dan sekaligus mengusulkan nilai ambang batas kecanduan (*cut-off*) berdasarkan jenis kelamin untuk menentukan kecanduan *smartphone* serta mengurai karakteristik penggunaan *smartphone* pada remaja.

Penelitian dilakukan dengan menyebarkan angket terhadap 540 remaja yang terdiri dari 343 laki-laki dan 197 perempuan dengan usia rata-rata 14,5 tahun. Pertanyaan-pertanyaan dalam angket diseleksi dan dipersingkat, kemudian diperiksa apakah isinya sudah sesuai untuk mengukur kecanduan *smartphone* (*valid*) atau belum. Setelah itu dilakukan pengujian untuk melihat apakah hasil pengukuran tersebut konsisten dan dapat dipercaya (*reliabel*) atau tidak. Untuk memastikan ketepatan alat ukur, hasilnya dibandingkan dengan beberapa alat ukur lain yang sudah ada (*SAS*, *SAPS*, dan *KS-scale*). Selain itu, digunakan juga analisis statistik ROC untuk menentukan batas skor tertentu yang digunakan sebagai penentu apakah seorang remaja tergolong kecanduan *smartphone* atau tidak.

Setelah dilakukan kegiatan penelitian, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 10 pertanyaan terbaik dipilih karena dinilai paling tepat untuk mengukur kecanduan *smartphone*, dan alat ini terbukti sangat konsisten serta dapat dipercaya dengan nilai Cronbach's alpha sebesar 0,911. Skor *SAS-SV* memiliki hubungan yang kuat dengan alat ukur lain yang sejenis, sehingga hasil pengukurannya dapat dinilai akurat. Kemudian, dalam hal *cut-off*, hasil analisis menunjukkan bahwa nilai *cut-off* yang dapat digunakan sebagai dasar dalam menentukan apakah seorang remaja laki-laki mengalami kecanduan *smartphone* atau tidak adalah 31 dan pada remaja perempuan adalah 33. Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka *SAS-SV*

dapat dikatakan sebagai alat ukur yang efektif untuk menilai kecanduan *smartphone* pada remaja.⁵⁰

Secara umum, penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan, persamaanya adalah sama-sama meneliti yang ada hubungannya dengan perilaku menyimpang (distorsi perilaku) berupa kecanduan *smartphone* (gawai), sedangkan perbedaannya ada pada fokus penelitian, dalam penelitian ini lebih fokus pada menguji validitas alat ukur kecanduan *smartphone* pada remaja, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan lebih fokus pada pengembangan model intervensi untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar.

13. Keefektifan Konseling Kelompok Teknik *Behavior Contract* untuk Mengurangi Gejala-Gejala Kecanduan *Smartphone*

Penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk menguji efektivitas konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* dalam mengurangi gejala-gejala kecanduan *smartphone*.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan *one group pretest-posttest design*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 7 orang yang ditentukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* atau dipilih secara sengaja yang dinilai mengalami kecanduan *smartphone*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner skala kecanduan *smartphone* (SAS) yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya, sedangkan analisis data dilakukan dengan analisis deskriptif persentase untuk melihat gambaran perubahan dan uji *Wilcoxon* untuk mengetahui apakah perubahan yang terjadi bersifat signifikan atau tidak.

Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat gejala kecanduan *smartphone* siswa antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract*, gejala kecanduan *smartphone* siswa mengalami penurunan yang signifikan setelah diberikan perlakuan dengan nilai $Z = -2,366$ (menunjukkan adanya penurunan) dan nilai signifikansi $p < 0,05$ (menunjukkan menurun secara signifikan). Secara rata-rata tingkat kecanduan *smartphone* siswa menurun sebesar 18,18%. Berdasarkan data tersebut, maka konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* dapat dikatakan efektif dalam mengurangi gejala kecanduan *smartphone* siswa secara signifikan.⁵¹

Secara umum, penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan, persamaanya adalah sama-sama meneliti yang

50 Min Kwon Et Al., "Development and Validation of A Smartphone Addiction Scale (SAS)," Plos ONE 8, No. 2 (February 2013): E56936, <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0056936>.

51 Tera Pertiwi Atikah and Sugiyo, "Konseling Kelompok Teknik Behavior Contract Mengurangi Gejala-Gejala Kecanduan Smartphone," Counsnesia Indonesian Journal of Guidance and Counseling 1, No. 02 (December 2020): 56–63, <https://doi.org/10.36728/Cijgc.V1i02.1187>.

berhubungan dengan perilaku menyimpang (distorsi perilaku) berupa kecanduan *smartphone* (gawai), sedangkan perbedaannya ada pada fokus penelitian, dalam penelitian ini lebih fokus pada menguji efektivitas konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* dalam menurunkan tingkat kecanduan *smartphone* siswa, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan lebih fokus pada pengembangan model intervensi untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar.

Masih dalam hal perbedaan, selain pada fokus penelitian di atas, terdapat juga perbedaan pada hal lainnya, yakni pada jenis metode penelitian yang digunakan, dalam penelitian ini, jenis metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan *pretest-posttest control group design*, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan adalah *research and development*, yakni meneliti dan mengembangkan model intervensi psikologis *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin.

Tabel. 1.1. Penelitian Terdahulu

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian
1	• Hidayat Ma'ruf Mu'afatin	<i>The Effectiveness of Religion-Based Self-Management Training To Reduce Internet Addiction In Madrasah Aliyah Students</i>
2	• Maulida Amelia Putri • Alvin Siregar	Efektivitas Konseling Kelompok: Penggunaan <i>Behavior Contract</i> dalam Mereduksi Perilaku <i>Phubbing</i> di Sekolah Menengah Pertama
3	Sarah Kent	<i>Digital Intervention for Problematic Smartphone Use in Undergraduate University Students: A Systematic Case Series.</i>
4	Zeyang Yang	<i>An Exploration of Problematic Smartphone Use Among Chinese and British University Students</i>
5	Mawaddah Nasution	<i>Smartphone Addiction</i> pada Anak Usia Dini
6	• Hala Saied • Nora Behery Mohamed Fatma A. Abd Elrazek	<i>Smartphone Addiction and its Relation with Bullying, Sleep Quality, and Depression Among Children</i>
7	• Wahyu Kusumaningtyas • Ikhwan Aziz Q • Nur Laili Sri Hartati	<i>Gestalt-Prophetic: The Parenting Method for Early Childhood with Gadget Addiction</i>
8	• Prilya Shanty Andriane • Rosita Yuniati • Wahdan Najib Habiby • Nurwanto	<i>Smartphone Dependency Among Young Learners: A Growing Concern</i>

lanjutan. Tabel. 1.1. Penelitian Terdahulu

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian
9	Frida Putri Wardhani	<i>Student Gadget Addiction Behavior in the Perspective of Respectful Framework</i>
10	- Meita Dhamayanti - Resti Gradia Dwiwina - Rubiah Adawiyah	<i>Influence of Adolescent's Smartphone Addiction on Mental and Emotional Development in West Java, Indonesia</i>
11	- Firmanda Erindia - Ah Yusuf - Rr Dian Tristiana Umdatus Soleha	<i>Analysis of Smartphone Addiction with Anxiety in School-Aged Children</i>
12	- Min Kwon - Dai-Jin Kim - Hyun Cho - Soo Yang	<i>The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents</i>

Berdasarkan kajian terhadap berbagai hasil penelitian terdahulu yang peneliti lakukan sebagaimana disebutkan di atas, tidak ditemukan satu pun laporan penelitian yang memiliki kesamaan dengan penelitian dan pengembangan yang peneliti lakukan (pengembangan model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam untuk menangani kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin), sehingga atas dasar hal tersebut, tak berlebihan kiranya jika penelitian dan pengembangan yang peneliti lakukan ini peneliti katakan sebagai penelitian yang belum pernah dilakukan sebelumnya dan memuat unsur novelti di dalamnya.

J. Sistematika Penulisan

Sebagaimana yang disebutkan dalam Pedoman Karya Ilmiah UIN Antasari Banjarmasin, sistematika penulisan laporan hasil penelitian ini terdiri dari tiga bagian utama. Bagian pertama (bagian awal), terdiri dari halaman sampul, halaman logo, dan seterusnya; bagian kedua (bagian isi), terdiri dari lima BAB bahasan, BAB I memuat bahasan tentang pendahuluan, BAB II memuat tentang kajian teori, BAB III memuat tentang metode penelitian, BAB IV produk akhir dan pembahasan, dan BAB V memuat tentang penutup; dan bagian ketiga (bagian akhir), terdiri dari daftar pustaka, lampiran-lampiran, dan riwayat hidup.⁵²

⁵² Hamdan Et Al., Pedoman Karya Ilmiah (Makalah, Artikel Jurnal, Penelitian, Skripsi, Tesis, Dan Disertasi), 27.