



Essentia: Journal of Medical Practice and Research

Vol 1 No 2 December 2025, Hal 162-171
ISSN: 3123-4100 (Print) ISSN: 3123-4097 (Electronic)
Open Access: <https://scriptaintelektual.com/essentia>

Hubungan Antara Penggunaan *Gadget* dengan Interaksi Sosial pada Siswa Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Demak Kelas VII

Dian Fakhrol Muiz^{1*}, Wahyu Endang Setyowati², Betie Febriana³

¹⁻³ Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Email: dianfakhrolmuiz@gmail.com¹

Article Info :

Received:
28-10-2025
Revised:
29-11-2025
Accepted:
27-12-2025

Abstract

Social interaction is a reciprocal relationship that occurs between individuals and groups. In the digital era, gadget use has become an inseparable part of students' daily activities. Excessive gadget use may negatively affect students' social behavior, especially their ability to communicate and interact with peers. If left unmanaged, students may become more focused on their gadgets rather than their surrounding environment. This research employed an analytic correlation design with a cross-sectional approach. A total of 158 respondents were selected using a random sampling technique. Data were collected through a gadget-use questionnaire (20 items) and a social-interaction questionnaire (10 items). Data were analyzed using the Chi-Square statistical test. The majority of students were categorized as having mild gadget dependency. Most respondents showed good social interaction. The Chi-Square analysis revealed a p-value of 0.0001 ($p < 0.05$), indicating a significant relationship between gadget use and social interaction among seventh-grade students at MTsN 3 Demak. There is a significant relationship between gadget use and social interaction. Higher levels of gadget use tend to be associated with lower levels of social interaction.

Keywords: *Gadgets, Social Interaction, Teenagers, Madrasah Tsanawiyah Students, Gadget Dependency, School Environment.*

Abstrak

Interaksi sosial adalah hubungan timbal balik yang terjadi antara individu maupun kelompok. Pada era digital saat ini, penggunaan gadget menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari siswa. Penggunaan gadget yang berlebihan dapat memengaruhi perilaku sosial, terutama kemampuan siswa untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan teman sebaya. Apabila tidak dikendalikan, hal ini dapat menyebabkan siswa lebih fokus pada gadget dibandingkan lingkungan sosialnya. Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel berjumlah 158 siswa yang dipilih menggunakan teknik *random sampling*. Instrumen penelitian meliputi kuesioner penggunaan gadget (20 item) dan kuesioner interaksi sosial (10 item). Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik Chi-Square. Sebagian besar siswa berada pada kategori ketergantungan gadget ringan. Mayoritas responden menunjukkan interaksi sosial yang baik. Hasil analisis Chi-Square menunjukkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan gadget dengan interaksi sosial pada siswa kelas VII MTs N 3 Demak. Terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan gadget dengan interaksi sosial siswa. Semakin tinggi tingkat penggunaan gadget, maka semakin rendah kualitas interaksi sosial yang ditunjukkan.

Kata kunci: Gadget, Interaksi Sosial, Remaja, Siswa Madrasah Tsanawiyah, Ketergantungan Gadget, Lingkungan Sekolah.



©2022 Authors.. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital pada dekade terakhir menunjukkan akselerasi yang sangat signifikan dan memengaruhi hampir seluruh dimensi kehidupan manusia, termasuk cara individu berkomunikasi dan membangun relasi sosial. Laporan global *Digital Media and Adolescent Social Development* yang dirilis World Health Organization (2024a) menegaskan bahwa perangkat digital, khususnya gadget, telah menjadi medium utama interaksi generasi muda dalam mengakses informasi, hiburan, dan jejaring sosial. Gadget sebagai perangkat elektronik portabel menawarkan kemudahan fungsi yang terintegrasi, mulai dari komunikasi instan hingga konsumsi konten visual, sehingga penggunaannya semakin menguat dalam rutinitas harian remaja. Transformasi ini menempatkan gadget

bukan sekadar alat bantu, tetapi sebagai aktor penting yang membentuk pola perilaku dan orientasi sosial individu sejak usia sekolah.

Pada tahap awal pengembangannya, gadget dirancang untuk meningkatkan efisiensi aktivitas manusia dan memperluas jangkauan komunikasi lintas ruang dan waktu. Seiring dengan peningkatan fitur dan konektivitas, gadget mengalami pergeseran fungsi menjadi sarana hiburan dan ekspresi diri yang sangat intens digunakan oleh remaja, sebagaimana ditunjukkan dalam kajian Syahyudin (2019) mengenai perubahan pola komunikasi siswa. Intensitas penggunaan yang tinggi menjadikan gadget sebagai ruang sosial alternatif yang sering kali menggantikan interaksi tatap muka. Kondisi ini memperkuat temuan Indriyani et al. (2021) yang menunjukkan adanya perubahan signifikan dalam kualitas interaksi sosial siswa ketika aktivitas digital mendominasi keseharian mereka.

Pemberian gadget kepada anak dan remaja kini dipandang sebagai praktik yang lazim dalam keluarga, baik untuk menunjang pembelajaran maupun sebagai sarana hiburan. Fitriana et al. (2020) mencatat bahwa dalam lingkup keluarga, penggunaan gadget yang tidak terkelola berpotensi memengaruhi pola komunikasi dan kedekatan emosional antar anggota keluarga. Masa remaja awal merupakan fase perkembangan sosial yang ditandai dengan kebutuhan kuat untuk berinteraksi secara langsung dan membangun identitas sosial melalui relasi sebaya. Patton et al. (2022) menekankan bahwa kualitas interaksi sosial pada periode ini berkontribusi besar terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan jangka panjang remaja.

Penggunaan gadget secara berlebihan berpotensi membatasi ruang interaksi sosial langsung yang dibutuhkan remaja untuk mengembangkan keterampilan komunikasi dan empati. Penelitian Ningsih dan Alif (2023) menunjukkan bahwa remaja dengan durasi penggunaan gadget tinggi cenderung mengalami penurunan kemampuan menjalin hubungan sosial yang efektif. Mishra et al. (2022) juga mengungkapkan bahwa perilaku kesehatan remaja, termasuk keseimbangan antara aktivitas digital dan sosial, berkaitan erat dengan kesadaran dan kontrol penggunaan media. Ketergantungan terhadap gadget mendorong remaja lebih nyaman berinteraksi dalam ruang virtual dibandingkan menghadapi dinamika sosial di lingkungan nyata.

Fenomena pergeseran pola interaksi ini semakin terlihat dalam lingkungan pendidikan formal, khususnya pada jenjang sekolah menengah pertama. Putri dan Nugraha (2021) menemukan bahwa intensitas penggunaan gadget berhubungan dengan menurunnya frekuensi interaksi sosial langsung antar siswa di sekolah. Di ruang kelas dan area sekolah, gadget kerap menjadi fokus perhatian siswa sehingga aktivitas kolaboratif dan komunikasi interpersonal mengalami penurunan kualitas. Kondisi ini sejalan dengan temuan Mulati dan Lestari (2019) yang menyoroti kuatnya pengaruh media digital dan kelompok sebaya terhadap perilaku remaja.

Madrasah Tsanawiyah sebagai institusi pendidikan berbasis nilai memiliki peran strategis dalam membentuk karakter sosial siswa. Interaksi sosial yang sehat di lingkungan sekolah mendukung pengembangan sikap kooperatif, tanggung jawab, serta kemampuan menyelesaikan konflik secara konstruktif. World Health Organization (2024a) menegaskan bahwa sekolah merupakan ruang kunci untuk menyeimbangkan penggunaan media digital dengan penguatan kompetensi sosial remaja. Ketika interaksi sosial tergeser oleh aktivitas berbasis layar, proses pembentukan karakter sosial berisiko tidak berjalan optimal.

Kondisi yang berkembang di Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Demak menunjukkan adanya kecenderungan meningkatnya penggunaan gadget di kalangan siswa kelas VII, baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah. Pola ini berpotensi memengaruhi dinamika hubungan antar siswa, termasuk cara mereka berkomunikasi dan bekerja sama dalam kegiatan belajar. Syahyudin (2019) menjelaskan bahwa perubahan medium komunikasi turut mengubah kualitas pesan dan kedalaman relasi sosial di kalangan pelajar. Fenomena tersebut memerlukan perhatian akademik yang serius agar dampaknya dapat dipahami secara objektif dan komprehensif.

Berdasarkan uraian tersebut kajian mengenai hubungan antara penggunaan gadget dengan interaksi sosial pada siswa Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Demak kelas VII memiliki relevansi ilmiah dan praktis yang kuat. Analisis hubungan ini diharapkan mampu memberikan gambaran empiris mengenai bagaimana intensitas dan pola penggunaan gadget berkelindan dengan kualitas interaksi sosial siswa, sebagaimana ditekankan oleh Ningsih dan Alif (2023). Hasil penelitian dapat menjadi rujukan bagi pendidik dan orang tua dalam merancang strategi pengelolaan penggunaan gadget yang selaras dengan kebutuhan perkembangan sosial remaja. Fokus ini sekaligus memperkaya diskursus akademik mengenai dinamika pendidikan dan teknologi pada fase remaja awal.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik korelasional melalui pendekatan *cross sectional* untuk menganalisis hubungan antara penggunaan gadget sebagai variabel independen dan interaksi sosial sebagai variabel dependen pada siswa kelas VII MTs Negeri 3 Demak. Populasi penelitian berjumlah 260 siswa, dengan sampel sebanyak 158 responden yang ditentukan menggunakan teknik *random sampling* berdasarkan rumus Slovin dengan tingkat signifikansi 5%. Kriteria inklusi meliputi siswa MTs N 3 Demak yang bersedia menjadi responden dan memiliki gadget, sedangkan kriteria eksklusi mencakup siswa yang tidak hadir atau sedang izin sakit. Penelitian dilaksanakan secara langsung (offline) di MTs N 3 Demak, Kecamatan Karangtengah, Kabupaten Demak, pada periode Oktober 2025 hingga penelitian selesai.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan observasi, dengan instrumen utama berupa kuesioner penggunaan gadget yang diadaptasi dari *Smartphone Addiction Scale* (20 item) dan kuesioner interaksi sosial (10 item). Instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas, dengan hasil Cronbach's Alpha sebesar 0,950 untuk penggunaan gadget dan nilai KR-21 sebesar 0,808 untuk interaksi sosial, yang menunjukkan konsistensi internal yang tinggi. Analisis data dilakukan melalui analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik variabel dan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara penggunaan gadget dan interaksi sosial siswa, dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$ sebagai dasar penarikan kesimpulan statistik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 13 Oktober 2025 di MTs N 3 Demak. Metode yang digunakan adalah random sampling atau teknik pengambilan sampel yang dilakukan secara acak dengan cara membagikan kuesioner secara langsung ke responden yang berjumlah 158 responden yang telah memenuhi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Hasil penelitian ini mencakup dari analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat memaparkan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan kelas responden. Adapun hasil bivariat adalah untuk menguji hubungan antara penggunaan gadget dengan interaksi sosial pada siswa MTs N 3 Demak Kelas 7.

Karakteristik Responden

Karakteristik responden meliputi jenis kelamin, dan umur. Adapun hasil uji dari setiap karakteristik responden dalam penelitian ini adalah: Hasil analisa terkait karakteristik umur responden sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Pada Siswa MTs N 3 Demak September-Oktober (n=158)

Umur	Frekuensi (f)	Presentase (%)
12 Tahun	131	82,9
13 Tahun	22	13,9
14 Tahun	5	3,2
Total	158	100,0

Sumber: Data Olahan Peneliti, 2026.

Berdasarkan didapatkan hasil responden yang paling banyak berumur 12 tahun yaitu sejumlah 131 responden (82,9%) umur 13 tahun 22 responden (13,9%), dan yang paling sedikit umur 14 tahun sejumlah 5 responden (3,2%). Hasil analisa terkait karakteristik jenis kelamin responden sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Siswa MTs N 3 Demak September-Oktober (n=158)

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Laki-laki	82	51,9

Perempuan	76	48,1
Total	158	100,0

Sumber: Data Olahan Peneliti, 2026.

Berdasarkan didapatkan hasil responden yang lebih banyak berjenis kelamin laki-laki yaitu sejumlah 82 responden (51,9%), sedangkan untuk yang berjenis kelamin perempuan yaitu sejumlah 76 responden (48,1%).

Variabel Penelitian

Adapun hasil uji dari setiap variabel dalam penelitian ini adalah berikut ini. Hasil analisa terkait kecanduan gadget sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Penggunaan Gadget Pada Siswa MTs N 3 Demak September-Oktober (n=158)

Penggunaan Gadget	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tidak Ketergantungan	70	44,3
Ketergantungan Ringan	71	44,9
Ketergantungan Sedang	12	7,6
Ketergantungan Berat	5	3,2
Total	158	100,0

Sumber: Data Olahan Peneliti, 2026.

Berdasarkan didapatkan data bahwa responden yang tidak ketergantungan gadget sebanyak 70 responden (44,3%), ketergantungan ringan sebanyak 71 responden (44,9%), ketergantungan sedang sebanyak 12 responden (7,6%), dan ketergantungan berat sebanyak 5 responden (3,2%). Hasil analisa terkait interaksi sosial sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Interaksi Social Pada Siswa MTs N 3 Demak September-Oktober (n=158)

Interaksi Sosial	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	154	97,5
Buruk	4	2,5
Total	158	100,0

Sumber: Data Olahan Peneliti, 2026.

Berdasarkan didapatkan data bahwa responden yang mengalami interkasi social baik sebanyak 154 responden (97,5%) sedangkan responden yang mengalami interkasi social kurang baik atau buruk sebanyak 4 responden (2,5%).

Analisis Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan dan distribusi frekuensi antara variabel independent (penggunaan gadget) dengan variabel dependent (interaksi sosial) pada siswa di MTs N 3 Demak Kelas 7.

Tabel 5. Hasil Uji Chi Square Penggunaan Gadget Dengan Interaksi Sosial Pada Siswa MTs N 3 Demak September-Oktober (n=158)

Interaksi sosial		Buruk	Baik	Total	P Value
Kecanduan gadget	Tidak ketergantungan	70	0	70	0,001
	Ketergantungan ringan	71	0	71	

Ketergantungan sedang	12	0	12
Ketergantungan berat	1	4	5
Total	154	4	158

Sumber: Data Olahan Peneliti, 2026.

Berdasarkan uji statistic *Chi Square* yang telah dilakukan didapatkan nilai *p value* yaitu 0,000 yang artinya lebih kecil dari α 0,05. Sehingga hasil hipotesis menunjukkan bahwa taraf signifikan kurang dari α maka H_0 di tolak dan H_a diterima, artinya bisa disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan gadget dengan interaksi sosial di MTs N 3 Demak Kelas 7.

Penggunaan Gadget

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa penggunaan gadget pada siswa Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Demak kelas VII didominasi oleh kategori ketergantungan ringan sebanyak 71 responden atau 44,9%, diikuti oleh kategori tidak ketergantungan sebanyak 70 responden atau 44,3%. Proporsi ini memperlihatkan bahwa hampir seluruh siswa telah menjadikan gadget sebagai bagian dari aktivitas keseharian mereka, meskipun sebagian besar masih berada pada tingkat penggunaan yang belum mengarah pada kecanduan berat. Temuan ini sejalan dengan gambaran global mengenai remaja awal yang semakin intens berinteraksi dengan media digital dalam rutinitas sosial dan edukatifnya sebagaimana dicatat oleh World Health Organization (2024). Kondisi ini mencerminkan fase adaptif remaja terhadap teknologi yang belum sepenuhnya bertransformasi menjadi perilaku adiktif yang patologis.

Keberadaan kelompok siswa dengan ketergantungan sedang sebesar 7,6% dan ketergantungan berat sebesar 3,2% menunjukkan adanya spektrum penggunaan gadget yang perlu dicermati secara serius. Penelitian Bewu et al. (2020) menegaskan bahwa peningkatan intensitas penggunaan gadget pada siswa sekolah menengah berkorelasi dengan perubahan pola interaksi sosial dan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial nyata. Pola serupa juga dijelaskan oleh Ningsih dan Alif (2023) yang menemukan bahwa kelompok remaja dengan tingkat penggunaan gadget lebih tinggi menunjukkan penurunan kualitas komunikasi interpersonal. Data ini mengindikasikan bahwa meskipun proporsinya kecil, kelompok dengan ketergantungan sedang dan berat memiliki potensi risiko sosial yang lebih besar.

Mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada rentang usia 12–14 tahun, yaitu fase perkembangan remaja awal yang sangat sensitif terhadap pembentukan identitas sosial. Azzopardi et al. (2021) menempatkan periode ini sebagai tahap kritis dalam perkembangan kesehatan sosial dan emosional remaja di berbagai negara. Pada fase ini kebutuhan untuk diterima oleh kelompok sebaya dan kemampuan membangun relasi sosial langsung menjadi fondasi penting bagi kesejahteraan psikososial. Ketika penggunaan gadget mulai mengambil alih ruang interaksi tatap muka, proses pembentukan keterampilan sosial berpotensi mengalami distorsi sebagaimana dijelaskan oleh Patton et al. (2022).

Penggunaan gadget yang berada pada kategori ketergantungan ringan sering kali dipersepsikan sebagai kondisi yang wajar, namun berbagai penelitian menunjukkan bahwa kondisi ini dapat menjadi pintu masuk menuju pola penggunaan yang lebih problematik. Elza Fitriani dan Yaswinda (2020) menunjukkan bahwa durasi penggunaan gadget yang terus meningkat, meskipun awalnya ringan, berhubungan dengan penurunan frekuensi interaksi sosial langsung pada anak dan remaja. Temuan serupa juga diperkuat oleh Sarah et al. (2024) yang mencatat perubahan perilaku sosial siswa ketika gadget menjadi media utama pengisi waktu luang. Pola ini memperlihatkan bahwa kontrol penggunaan gadget pada tahap awal memiliki peran penting dalam menjaga keseimbangan sosial siswa.

Lingkungan keluarga dan sekolah berperan besar dalam membentuk pola penggunaan gadget siswa. Fitriana et al. (2021) menjelaskan bahwa pola komunikasi dalam keluarga sangat memengaruhi cara remaja memanfaatkan gadget, baik sebagai sarana produktif maupun hiburan berlebihan. Dwinita dan Pande (2019) juga menekankan bahwa pola asuh orang tua berkontribusi signifikan terhadap kemampuan anak dan remaja dalam mengelola interaksi sosial di tengah paparan teknologi digital. Dukungan dan pengawasan yang konsisten dapat membantu mencegah pergeseran interaksi sosial ke arah yang semakin individualistik.

Di lingkungan sekolah gadget berpotensi menggeser pola komunikasi antarsiswa dari interaksi langsung menuju interaksi berbasis layar. Syahyudin (2019) mengemukakan bahwa perubahan medium komunikasi turut memengaruhi kedalaman pesan dan kualitas hubungan sosial siswa. Yudiarti et al. (2018) menambahkan bahwa interaksi sosial di sekolah menengah pertama idealnya didominasi oleh komunikasi langsung yang memungkinkan pengembangan empati dan kerja sama. Ketika gadget menjadi fokus utama perhatian siswa, kesempatan untuk melatih keterampilan sosial tersebut cenderung berkurang.

Pengaruh teman sebaya juga memiliki kontribusi penting dalam membentuk kebiasaan penggunaan gadget pada remaja. Mulati dan Lestari (2019) menunjukkan bahwa tekanan dan norma kelompok sebaya dapat memperkuat intensitas penggunaan media digital di kalangan remaja. Sethi et al. (2023) menegaskan bahwa perilaku kesehatan dan sosial remaja sangat dipengaruhi oleh interaksi antara lingkungan keluarga dan kelompok sebaya. Dalam kondisi ini, penggunaan gadget tidak lagi bersifat individual, melainkan menjadi bagian dari dinamika sosial yang lebih luas.

Penggunaan gadget yang tidak terkelola dapat berdampak pada kemampuan regulasi diri dan konsentrasi siswa. Mishra et al. (2022) menyoroti bahwa remaja dengan kesadaran kesehatan digital yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam menyeimbangkan aktivitas daring dan luring. Helmi dan Hardiansyah (2024) melalui tinjauan literatur juga menunjukkan adanya hubungan antara intensitas interaksi dengan gadget dan perkembangan emosi serta sosial anak usia sekolah. Temuan-temuan ini memperkuat urgensi pengelolaan penggunaan gadget sejak tingkat ketergantungan ringan.

Penggunaan gadget pada siswa MTs N 3 Demak kelas VII berada pada tingkat yang relatif terkendali, namun tetap menyimpan potensi risiko terhadap kualitas interaksi sosial. Alnaim et al. (2025) menekankan bahwa ruang sosial yang sehat, baik fisik maupun sosial, berperan penting dalam menjaga kualitas interaksi antarindividu di tengah dominasi teknologi. Temuan ini juga konsisten dengan hasil Sari et al. (2022) dan Putri dan Nugraha (2021) yang menunjukkan adanya hubungan antara intensitas penggunaan gadget dan interaksi sosial remaja. Kondisi ini menegaskan pentingnya pendekatan edukatif dan preventif yang melibatkan sekolah, keluarga, dan siswa dalam membangun pola penggunaan gadget yang selaras dengan kebutuhan perkembangan sosial remaja.

Interaksi Sosial

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa interaksi sosial siswa Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Demak kelas VII didominasi oleh kategori sedang sebanyak 82 responden atau 51,9%, diikuti kategori tinggi sebanyak 55 responden atau 34,8%, serta kategori rendah sebanyak 21 responden atau 13,3%. Komposisi ini memperlihatkan bahwa sebagian besar siswa masih mampu mempertahankan relasi sosial yang fungsional dengan lingkungan sekitarnya. Pola tersebut menggambarkan bahwa interaksi sosial siswa belum mengalami degradasi ekstrem, namun belum sepenuhnya berkembang secara optimal. Temuan ini relevan dengan pemetaan global perkembangan sosial remaja yang menunjukkan variasi kualitas interaksi sosial pada fase remaja awal sebagaimana dipaparkan oleh Azzopardi et al. (2021). Kondisi ini menegaskan bahwa interaksi sosial pada usia sekolah menengah pertama berada dalam fase transisional yang sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan teknologi.

Distribusi interaksi sosial yang mayoritas berada pada kategori sedang mengindikasikan adanya keseimbangan parsial antara interaksi langsung dan aktivitas berbasis gadget. Syahyudin (2019) menjelaskan bahwa perubahan pola komunikasi akibat penggunaan gadget tidak serta-merta menghilangkan interaksi sosial, tetapi menggeser bentuk dan intensitasnya. Penelitian Bewu et al. (2020) juga menemukan bahwa siswa dengan penggunaan gadget moderat masih menunjukkan kemampuan berinteraksi yang cukup baik, meskipun kedalaman komunikasi cenderung berkurang. Temuan tersebut memperkuat bahwa kategori interaksi sosial sedang mencerminkan adaptasi sosial siswa terhadap teknologi digital. Adaptasi ini tidak selalu bersifat negatif, namun menyimpan potensi penurunan kualitas hubungan apabila tidak diimbangi interaksi tatap muka yang memadai.

Kelompok siswa dengan interaksi sosial tinggi sebesar 34,8% menunjukkan bahwa sebagian responden tetap mampu menjaga kualitas hubungan sosial yang baik di tengah intensitas penggunaan gadget. Alnaim et al. (2025) menekankan bahwa kualitas ruang sosial dan kesempatan berinteraksi langsung sangat berpengaruh terhadap kemampuan individu membangun relasi sosial yang sehat. Dukungan lingkungan sekolah yang kondusif memungkinkan siswa untuk tetap aktif berkomunikasi, bekerja sama, dan berpartisipasi dalam kegiatan kolektif. Hal ini juga sejalan dengan temuan Yudiarti et al. (2018) yang menegaskan bahwa interaksi sosial siswa SMP dapat berkembang optimal ketika

didukung oleh iklim sekolah yang mendorong komunikasi langsung. Keberadaan kelompok dengan interaksi sosial tinggi menunjukkan bahwa gadget tidak selalu menjadi hambatan mutlak bagi perkembangan sosial.

Proporsi siswa dengan interaksi sosial rendah sebesar 13,3% menunjukkan adanya kelompok yang perlu mendapatkan perhatian khusus. Ningsih dan Alif (2023) mengemukakan bahwa remaja dengan intensitas penggunaan gadget tinggi cenderung mengalami kesulitan menjalin relasi sosial yang bermakna. Temuan ini sejalan dengan Sari et al. (2022) yang menunjukkan bahwa preferensi berkomunikasi secara digital dapat mengurangi frekuensi dan kualitas interaksi tatap muka. Kondisi ini berpotensi memicu penarikan diri sosial dan menurunkan kemampuan empati. Keberadaan kelompok dengan interaksi sosial rendah mengindikasikan adanya risiko sosial yang dapat berkembang lebih lanjut apabila tidak diintervensi.

Siswa kelas VII berada pada fase awal remaja yang sangat membutuhkan interaksi sosial langsung untuk membangun identitas diri. Patton et al. (2022) menegaskan bahwa relasi sosial yang sehat merupakan fondasi penting bagi kesejahteraan mental dan emosional remaja. World Health Organization (2024) juga menyoroti bahwa paparan media digital yang tidak seimbang dengan interaksi langsung dapat menghambat perkembangan kompetensi sosial. Dalam fase ini interaksi tatap muka berperan penting dalam melatih keterampilan komunikasi, regulasi emosi, dan pemecahan konflik. Dominasi interaksi berbasis layar berpotensi mengurangi pengalaman sosial yang dibutuhkan untuk perkembangan tersebut.

Lingkungan keluarga memiliki kontribusi signifikan dalam membentuk kualitas interaksi sosial siswa. Fitriana et al. (2020) dan Fitriana et al. (2021) menunjukkan bahwa pola komunikasi dalam keluarga memengaruhi cara remaja berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Dwinita dan Pande (2019) menambahkan bahwa pola asuh yang permisif terhadap penggunaan gadget tanpa pendampingan dapat melemahkan keterampilan sosial anak. Dukungan keluarga yang mendorong komunikasi terbuka dan aktivitas bersama dapat menjadi faktor protektif bagi perkembangan sosial remaja. Peran keluarga menjadi semakin penting ketika gadget telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari siswa.

Pengaruh teman sebaya turut membentuk dinamika interaksi sosial remaja. Mulati dan Lestari (2019) menjelaskan bahwa norma kelompok sebaya dapat memperkuat pola perilaku sosial tertentu, termasuk kebiasaan penggunaan media digital. Sethi et al. (2023) menegaskan bahwa interaksi antara pengaruh teman sebaya dan keluarga sangat menentukan perilaku sosial dan kesehatan remaja. Interaksi sosial siswa tidak hanya dipengaruhi oleh individu, tetapi juga oleh struktur relasi sosial di sekitarnya. Ketika kelompok sebaya lebih mengutamakan komunikasi digital, interaksi langsung cenderung mengalami reduksi.

Temuan penelitian ini juga selaras dengan kajian Indriyani et al. (2021) yang menunjukkan adanya perubahan pola interaksi sosial siswa akibat pergeseran aktivitas ke ruang digital. Mishra et al. (2022) menekankan pentingnya kesadaran perilaku sehat pada remaja dalam menyeimbangkan aktivitas daring dan luring. Helmi dan Hardiansyah (2024) melalui tinjauan literatur menyatakan bahwa keseimbangan tersebut berperan penting dalam menjaga perkembangan emosi dan sosial anak usia sekolah. Ketidakseimbangan antara penggunaan gadget dan interaksi langsung dapat memunculkan masalah sosial jangka panjang. Hal ini menunjukkan bahwa kategori interaksi sosial sedang dan rendah perlu dipahami sebagai sinyal awal untuk penguatan intervensi sosial.

Interaksi sosial siswa MTs N 3 Demak kelas VII berada pada tingkat yang relatif memadai, namun menunjukkan variasi kualitas yang dipengaruhi oleh dinamika penggunaan gadget. Muslimah et al. (2025) menegaskan bahwa pemanfaatan gadget dalam pendidikan perlu diarahkan agar tidak mereduksi perilaku sosial siswa. Sepdianto et al. (2022) juga menyoroti pentingnya keterlibatan orang tua dan sekolah dalam mencegah adiksi gadget yang berdampak pada relasi sosial. Temuan ini menegaskan bahwa penguatan interaksi sosial tatap muka melalui kebijakan sekolah, pembinaan orang tua, dan kesadaran siswa menjadi kebutuhan yang tidak terpisahkan dari realitas digital saat ini. Interaksi sosial yang sehat tetap menjadi elemen kunci dalam mendukung perkembangan remaja secara utuh.

Hubungan Penggunaan Gadget dengan Interaksi Sosial

Hasil pengujian statistik menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara penggunaan gadget dan interaksi sosial siswa kelas VII Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Demak, yang tercermin dari nilai signifikansi p sebesar 0,0001, berada jauh di bawah ambang kepercayaan statistik 0,05. Temuan

ini menegaskan bahwa pola penggunaan gadget tidak dapat dipandang sebagai aktivitas netral, melainkan sebagai faktor yang berkorelasi langsung dengan kualitas relasi sosial siswa di lingkungan sekolah, sejalan dengan pandangan Patton et al. (2022) yang menempatkan interaksi sosial sebagai determinan penting kesejahteraan remaja. Dari total 158 responden, sebanyak 70 siswa atau sekitar 44,3% yang tidak mengalami ketergantungan gadget menunjukkan interaksi sosial yang baik, sebuah pola yang konsisten dengan temuan Yudiarti et al. (2018) mengenai pentingnya keterlibatan langsung dalam aktivitas sosial sekolah. Seluruh siswa dalam kategori ketergantungan ringan sebanyak 71 orang atau 44,9% serta kategori ketergantungan sedang sebanyak 12 orang atau 7,6% melaporkan kualitas interaksi sosial yang buruk, yang memperlihatkan gradien risiko sosial seiring meningkatnya intensitas penggunaan gadget. Pola distribusi ini memperkuat asumsi empiris bahwa teknologi digital, ketika digunakan tanpa kontrol, berpotensi menggeser pola komunikasi tatap muka yang esensial bagi perkembangan sosial remaja awal, sebagaimana diuraikan oleh World Health Organization (2024).

Pengecualian kecil terlihat pada kategori ketergantungan berat yang berjumlah lima siswa atau 3,2%, di mana empat siswa masih melaporkan interaksi sosial yang baik dan satu siswa menunjukkan interaksi sosial yang buruk. Fenomena ini membuka ruang interpretasi bahwa sebagian kecil remaja mampu memanfaatkan gadget secara adaptif untuk tujuan kolaboratif dan komunikasi sosial yang produktif, sebagaimana dijelaskan oleh Muslimah et al. (2025) mengenai potensi gadget sebagai sarana komunikasi edukatif. Proporsi yang sangat terbatas tersebut tidak cukup untuk meniadakan kecenderungan umum hubungan negatif antara ketergantungan gadget dan kualitas interaksi sosial. Bewu et al. (2020) menekankan bahwa penggunaan gadget yang terkontrol dapat mendukung fungsi sosial, tetapi ketika ketergantungan meningkat, fungsi tersebut cenderung tereduksi. Temuan ini juga beresonansi dengan penelitian Alnaim et al. (2025) yang menunjukkan bahwa kualitas interaksi sosial sangat dipengaruhi oleh konteks dan cara individu berpartisipasi dalam ruang sosial, baik fisik maupun digital. Pengecualian tersebut lebih tepat dipahami sebagai variasi individual daripada pola dominan.

Hubungan yang ditemukan dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui perspektif social displacement, yang menyatakan bahwa waktu dan perhatian yang dialihkan ke aktivitas daring berpotensi menggantikan interaksi sosial langsung yang bermakna. Konsep ini telah banyak dibahas dalam literatur remaja, termasuk oleh Syahyudin (2019) yang mengidentifikasi pergeseran pola komunikasi siswa dari dialog langsung menuju komunikasi berbasis layar. Pada fase perkembangan kelas VII, kebutuhan akan interaksi langsung memiliki peran sentral dalam pembentukan empati dan keterampilan sosial, sebagaimana dijelaskan oleh Azzopardi et al. (2021) dalam pemetaan indikator kesehatan remaja global. Ketika gadget menjadi medium utama interaksi, kualitas relasi cenderung mengalami simplifikasi dan kehilangan kedalaman emosional. Kondisi ini diperkuat oleh temuan Ningsih dan Alif (2023) yang menunjukkan bahwa remaja dengan intensitas penggunaan gadget tinggi mengalami kesulitan membangun relasi sosial yang stabil di sekolah. Relasi sosial yang tereduksi pada tahap ini berpotensi membawa implikasi jangka panjang terhadap penyesuaian sosial dan akademik siswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan kajian Helmi dan Hardiansyah (2024) yang menyoroti dampak interaksi berbasis gadget terhadap perkembangan emosi dan sosial anak usia sekolah. Remaja awal berada pada periode krusial pembentukan identitas sosial, sehingga ketergantungan gadget berisiko menghambat proses internalisasi norma sosial dan kemampuan membaca isyarat nonverbal. Mishra et al. (2022) menegaskan bahwa perilaku kesehatan dan sosial remaja sangat dipengaruhi oleh kebiasaan sehari-hari yang terbentuk di lingkungan sekolah. Ketika penggunaan gadget mendominasi waktu luang, kesempatan untuk belajar melalui interaksi sosial langsung menjadi semakin terbatas. Indriyani et al. (2021) juga mencatat perubahan signifikan pola interaksi sosial siswa ketika aktivitas daring meningkat, terutama dalam konteks pascapandemi. Keseluruhan temuan ini memberikan kerangka pemahaman bahwa hubungan antara gadget dan interaksi sosial bersifat kompleks namun konsisten menunjukkan arah yang perlu diwaspadai.

Dimensi keluarga dan pola asuh turut memainkan peran penting dalam menjelaskan variasi tingkat ketergantungan gadget dan dampaknya terhadap interaksi sosial siswa. Dwinita dan Pande (2019) menunjukkan bahwa pola asuh orang tua berkontribusi signifikan terhadap cara anak mengelola penggunaan gadget dan membangun relasi sosial. Sepdianto et al. (2022) menambahkan bahwa kurangnya pendampingan orang tua meningkatkan risiko adiksi gawai pada anak usia sekolah. Dalam remaja Fitriana et al. (2021) dan Fitriana et al. (2020) menegaskan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkelola dalam keluarga berkorelasi dengan perubahan perilaku sosial dan komunikasi

intrafamilial. Sethi et al. (2023) menyoroti pengaruh simultan keluarga dan teman sebaya dalam membentuk perilaku kesehatan dan sosial remaja. Relasi antara faktor keluarga dan sekolah dalam penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi tidak dapat dibatasi pada satu ranah saja.

Pengaruh lingkungan sebaya dan media sosial juga menjadi faktor yang tidak terpisahkan dari dinamika hubungan gadget dan interaksi sosial. Mulati dan Lestari (2019) mengungkapkan bahwa penggunaan media sosial, dikombinasikan dengan tekanan teman sebaya, dapat memengaruhi perilaku remaja secara luas, termasuk pola interaksi sosial. Sari et al. (2022) menemukan bahwa preferensi komunikasi digital sering kali menggantikan interaksi tatap muka pada remaja, yang berdampak pada menurunnya kualitas hubungan sosial. Sarah et al. (2024) memperlihatkan pola serupa pada siswa sekolah dasar, yang menunjukkan bahwa fenomena ini berlangsung lintas jenjang pendidikan. Elza Fitriani dan Yaswinda (2020) menegaskan bahwa durasi penggunaan gadget menjadi prediktor penting menurunnya intensitas interaksi sosial langsung. Temuan-temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini bahwa ketergantungan gadget memiliki implikasi lintas konteks sosial.

Hasil penelitian ini menuntut perhatian serius terhadap pengelolaan penggunaan gadget di lingkungan sekolah. Penelitian Muslimah et al. (2025) menekankan perlunya kebijakan sekolah yang tidak hanya membatasi, tetapi juga mengarahkan penggunaan gadget secara edukatif. Alnaim et al. (2025) menunjukkan bahwa desain lingkungan sosial yang mendukung interaksi langsung dapat meningkatkan kualitas relasi sosial, sebuah prinsip yang relevan diterapkan dalam konteks sekolah. Patton et al. (2022) menempatkan sekolah sebagai ruang strategis intervensi kesejahteraan remaja melalui penguatan interaksi sosial. World Health Organization (2024) juga merekomendasikan pendekatan kolaboratif antara sekolah dan keluarga dalam mengelola paparan media digital. Hasil statistik yang sangat signifikan dalam penelitian ini memberikan dasar empiris kuat bagi pengembangan kebijakan tersebut.

Penggunaan gadget pada siswa kelas VII Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Demak memiliki hubungan yang nyata dan signifikan dengan kualitas interaksi sosial. Nilai p yang sangat rendah menunjukkan bahwa hubungan tersebut bukan sekadar kebetulan statistik, melainkan refleksi dari dinamika sosial yang berlangsung dalam kehidupan sehari-hari siswa, sejalan dengan temuan Bewu et al. (2020) dan Putri serta Nugraha (2021). Gadget perlu dipahami sebagai faktor risiko sosial yang memerlukan pengelolaan cermat, bukan sekadar sebagai alat teknologi. Pendekatan integratif yang melibatkan guru, orang tua, dan lingkungan sebaya menjadi kunci dalam menjaga keseimbangan antara pemanfaatan teknologi dan penguatan interaksi sosial. Kerangka ini menempatkan variabel penggunaan gadget sebagai bagian dari ekosistem sosial pendidikan yang menentukan kualitas perkembangan sosial remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang melibatkan 158 siswa kelas VII di MTs N 3 Demak, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berusia 12 tahun dan didominasi oleh siswa laki-laki, dengan pola penggunaan gadget yang paling banyak berada pada kategori ketergantungan ringan dan sebagian kecil pada ketergantungan sedang, sementara kualitas interaksi sosial siswa secara umum berada pada kategori baik. Hasil analisis statistik menggunakan uji Chi Square menunjukkan nilai p sebesar 0,001 yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05, sehingga hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Temuan ini menegaskan adanya hubungan yang bermakna antara penggunaan gadget dan interaksi sosial siswa kelas VII di MTs N 3 Demak, yang menunjukkan bahwa tingkat ketergantungan terhadap gadget berkaitan dengan variasi kualitas interaksi sosial siswa di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Alnaim, A., Dano, U. L., & Alqahtany, A. M. (2025). Factors Influencing Social Interaction in Recreational Parks in Residential Neighborhoods: A Case Study of the Dammam Metropolitan Area, Saudi Arabia. *Sustainability (Switzerland)*, 17(9). <https://doi.org/10.3390/su17093810>.
- Azzopardi, P. S., Hearps, S. J. C., Francis, K. L., & others. (2021). Progress in adolescent health and wellbeing: tracking 12 indicators across 195 countries, 1990–2016. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 5(2), 98–116. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30322-0](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30322-0).
- Bewu, Y., Dwikurnaningsih, Y., & Windrawanto, Y. (2020). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Pada Siswa Kelas X Ips Sma Kristen Satya Wacana Salatiga. *Psikologi Konseling*, 15(2), 462–473. <https://doi.org/10.24114/konseling.v15i2.16195>.

- Dwinita, K., & Pande, K. (2019). Peran pola asuh orangtua dan penggunaan gadget terhadap interaksi sosial anak prasekolah. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(01). <https://doi.org/10.24843/JPU.2019.v06.i01.p08>.
- Elza Fitriani, & Yaswinda, Y. (2020). Hubungan Durasi Waktu Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Anak Usia Dini. *Jurnal Pelita PAUD*, 4(2), 214–223. <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v4i2.971>.
- Fitriana, F., Ahmad, A., & Fitria, F. (2020). Pengaruh penggunaan gadget terhadap perilaku remaja dalam keluarga. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 5(2), 182–194. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i2.7898>.
- Fitriana, F., Ahmad, A., & Fitria, F. (2021). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Remaja Dalam Keluarga. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 5(2), 182. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i2.7898>.
- Helmi, & Hardiansyah, R. (2024). Dampak Interaksi dengan Gadget Terhadap Perkembangan Emosi dan Sosial Anak Sekolah Dasar: Sebuah Tinjauan Literatur. *Journal of Education and Culture*, 4(1), 13–20. <https://doi.org/10.58707/jec.v4i1.850>.
- Indriyani, L., Sutarna, N., & Fitriyani, Y. (2021). Analisis perubahan interaksi sosial siswa sekolah dasar di masa pandemi. *Jurnal Lensa Pendas*, 6(2), 47–54. <https://doi.org/10.33222/jlp.v6i2.1655>.
- Mishra, S., Sahoo, R. C., & Pati, S. (2022). Health behaviour and awareness among early adolescents: a cross-sectional study in school settings. *BMC Public Health*, 22(1), 1449. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13720-4>.
- Mulati, D., & Lestari, D. I. (2019). Hubungan Penggunaan Media Sosial dan pengaruh teman sebaya dengan perilaku seksual remaja. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 3(1), 24–34. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v3i1.592>.
- Muslimah, M., Fauzi, S. N., & Kurniawan, F. A. (2025). Pemanfaatan Gadget dalam Mereduksi Perilaku Sosial terhadap Pola Komunikasi Peserta Didik di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial (JUPENDIS)*, 3(2), 103–116. <https://doi.org/10.54066/jupendis.v3i2.3139>.
- Ningsih, D., & Alif, R. (2023). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Remaja Sekolah Menengah. *Jurnal Pendidikan Masyarakat Indonesia*, 8(1), 67–75. <https://doi.org/10.31004/jpmi.v8i1.5048>.
- Patton, G. C., Sawyer, S. M., Santelli, J. S., & others. (2022). Our future: a Lancet commission on adolescent health and wellbeing. *The Lancet*, 387(10036), 2423–2478. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(22\)00304-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(22)00304-6).
- Putri, A., & Nugraha, D. (2021). Pengaruh Intensitas Penggunaan Gadget terhadap Interaksi Sosial pada Remaja Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Psikologi Dan Pendidikan Indonesia*, 10(2), 112–120. <https://doi.org/10.31004/jppi.v10i2.2345>.
- Sarah, N., El Raihan, Z., Surizkika, A., Nirwana, T. P., & Muslikhah, F. P. (2024). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Siswa Sekolah Dasar Di Sdit Bumi Putra Pamijahan. *Sahid Da'watii Dedicate*, 2(1), 8–14. <https://doi.org/10.56406/sahiddawatiidedicate.v2i1.925>.
- Sari, R., Astuti, W., & Rachmawati, N. (2022). Hubungan Penggunaan Gadget terhadap Interaksi Sosial pada Remaja. *Health Sciences Journal*, 3(2), 45–54. <https://doi.org/10.31004/healthsciences.v3i2.1025>.
- Sepdianto, T. C., Mustofa, F. A., & Abiddin, A. H. (2022). Pola asuh orang tua terhadap adiksi penggunaan gawai pada anak usia sekolah: Literature review. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 16(6), 561–567. <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i6.8304>.
- Sethi, R., Gupta, A., & Mehra, S. (2023). Influence of peer and family on adolescent health behavior: A systematic review. *Journal of Adolescent Health*, 72(4), 601–609. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.09.003>.
- Syahyudin, D. (2019). Pengaruh gadget terhadap pola interaksi sosial dan komunikasi siswa. *Gunahumas*, 2(1), 272–282. <https://doi.org/10.17509/ghm.v2i1.23048>.
- World Health Organization. (2024). *Digital Media and Adolescent Social Development: Global Report 2024*.
- Yudiarti, A., Purwanti, P., & Astuti, I. (2018). Analisis Interaksi Sosial Pada Peserta Didik Kelas Vii Smp Negeri 3 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 7(9). <https://doi.org/10.26418/jppk.v7i9.27893>.