

Address : Tuesday Block No. 76 Rt/Rw 01/003  
Jatitengah Village, Jatitujuh District, Majalengka  
Regency, West Java


Email : arjjournal@gmail.com


Contact : 0821-4250-1527


Available at:

<https://journal.nahnuinisiatif.com/index.php/ARJI>

Volume 7 Number 3 Year 2025

 DOI : 10.61227

 E-ISSN : 2775-0787

 P-ISSN : 2774-9290



## Pengaruh Intensitas Penggunaan *Smartphone* terhadap Keterampilan Sosial dan Regulasi Emosi Siswa SD

1901 - 1914

## The Influence of *Smartphone* Usage Intensity on Elementary School Students' Social Skills and Emotional Regulation

Article Submitted :


2025-06-22


Article Received :


2025-07-04

Article Published :

2025-07-18

 Nihlah Hanum Maf'ulah<sup>1\*</sup>, Muhammad Assegaf Baalwi

 <sup>1,2</sup> Universitas Nahdlatul Ulama Sidoarjo


 Email Korespondensi : [hanummbak90@gmail.com](mailto:hanummbak90@gmail.com)


**Kata Kunci:**


Intensitas *Smartphone* ,  
Keterampilan Sosial, Regulasi  
Emosi

**Abstrak:** Penggunaan *Smartphone* yang semakin meluas di kalangan siswa sekolah dasar menimbulkan kekhawatiran akan dampaknya terhadap perkembangan sosial dan emosional anak. Penelitian ini bertujuan untuk menentukan pengaruh intensitas penggunaan *Smartphone* terhadap keterampilan sosial dan regulasi emosi siswa kelas VI di SDN Gedangan Sidoarjo. Metode yang digunakan adalah kuantitatif komparatif dengan sampel 60 siswa melalui teknik total sampling. Instrumen berupa angket intensitas penggunaan *Smartphone* , keterampilan sosial, dan regulasi emosi. Uji normalitas menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal, sehingga analisis data dilakukan menggunakan uji *non-parametrik Kruskal-Wallis*. Uji *Linearitas* juga dilakukan untuk mengetahui pola hubungan antar variabel. Hasil analisis menunjukkan perbedaan signifikan 0,000 ( $p < 0,05$ ) pada keterampilan sosial dan regulasi emosi berdasarkan tingkat penggunaan *Smartphone*. Siswa dengan intensitas penggunaan tinggi cenderung memiliki keterampilan sosial dan regulasi emosi yang lebih rendah. Peneliti menegaskan pentingnya pengawasan dalam penggunaan *Smartphone*, baik di

Available at : <https://journal.nahnuinisiatif.com/index.php/ARJI>

 DOI : 10.61227

 P-ISSN : 2774-9290

 E-ISSN : 2775-078



rumah maupun di sekolah, guna mendukung tumbuh kembang sosial-emosional siswa. Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk menggunakan desain longitudinal serta melibatkan variabel mediasi seperti pola pengasuhan, guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai dampak penggunaan *Smartphone* terhadap siswa SD.

**Keywords:**

*Smartphone Intensity, Social Skills, Emotional Regulation*

**Abstract:** *The increasing use of Smartphone s among elementary school students raises concerns about its impact on children's social and emotional development. This study aims to determine the effect of Smartphone use intensity on social skills and emotional regulation of grade VI students at SDN Gedangan Sidoarjo. The method used is comparative quantitative with a sample of 60 students through a total sampling technique. The instrument is a questionnaire on the intensity of Smartphone use, social skills, and emotional regulation. The normality test shows that the data is not normally distributed, so data analysis is carried out using the Kruskal-Wallis non-parametric test. The linearity test is also carried out to determine the pattern of relationships between variables. The results of the analysis show a significant difference of 0.000 ( $p < 0.05$ ) in social skills and emotional regulation based on the level of Smartphone use. Students with high usage intensity tend to have lower social skills and emotional regulation. The study emphasizes the importance of supervision in Smartphone use, both at home and at school, in order to support students' social-emotional growth and development. It is recommended for further researchers to use a longitudinal design and involve mediating variables such as parenting patterns, in order to gain a deeper understanding of the impact of Smartphone use on elementary school students.*


Copyright © 2025, Authors


This is an open-access article under the CC BY-NC-SA 4.0




This work is licenced under a [Creative Commons Attribution-nonCommercial-shareAlike 4.0 International Licence](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Available at : <https://journal.nahnuinisiatif.com/index.php/ARJI>

 DOI : 10.61227

 P-ISSN : 2774-9290

 E-ISSN : 2775-0787



## PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi yang sangat cepat telah menjadikan *Smartphone* sebagai alat komunikasi dan informasi yang umum digunakan, termasuk di kalangan anak-anak. *Smartphone* merupakan perangkat alat elektronik yang dapat digunakan untuk komunikasi, dokumentasi, media sosial, dan hiburan (Nuraini & Wardhani, 2023). Berdasarkan data dari Nurajizah dkk (2023) Indonesia berada di urutan keempat negara dengan pengguna *Smartphone* aktif terbanyak, dengan penetrasi internet pada anak usia 7–13 tahun mencapai 9,17%.

Pemanfaatan *Smartphone* oleh siswa sekolah dasar dapat memberikan manfaat, khususnya jika digunakan sebagai media pembelajaran. Namun, apabila penggunaannya tidak terkontrol dan terlalu sering, hal ini dapat memicu kecanduan, mengurangi frekuensi interaksi sosial, serta mengganggu perkembangan emosi siswa (Harmiyanti & Astuti, 2024). Mengingat anak usia sekolah dasar sedang berada dalam fase penting perkembangan sosial dan emosional, maka tingkat penggunaan *Smartphone* menjadi aspek yang patut diperhatikan (Darmiany, 2021)..

Berdasarkan hasil angket yang diberikan kepada 60 siswa SDN Gedangan, mayoritas dari siswa mengaku menggunakan *Smartphone* lebih dari empat jam setiap hari, Sebagian besar untuk bermain game dan mengakses media sosial seperti *WhatsApp*, *TikTok*, dan *YouTube*. Menurut Waty (2018) batas waktu yang disarankan untuk melihat layar *Smartphone* adalah sekitar empat jam dalam satu hari, durasi ini merujuk pada total waktu penggunaan dalam sehari, bukan penggunaannya yang dilakukan secara terus menerus sehingga masih memungkinkan adanya jeda di antara sesi penggunaannya. Hasil wawancara dengan guru kelas 6 SDN Gedangan menunjukkan bahwa mengalami kesulitan dalam mengekspresikan pendapat dan mengelola emosi, yang merupakan indikator lemahnya keterampilan sosial dan regulasi emosi.

Menurut Sari dkk (2018) keterampilan sosial merupakan perilaku yang mendukung terjalinnya hubungan harmonis dan mendorong terciptanya kerja sama antar individu. Sementara itu, kemampuan seseorang untuk mengendalikan dan mengkomunikasikan emosinya dengan benar disebut regulasi emosi, yang berperan penting dalam mempengaruhi tindakan individu dalam mencapai tujuan. (Pardede dkk., 2018). Kedua aspek ini sangat krusial dalam perkembangan siswa, sebab Siswa yang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar dan dapat mengontrol emosinya cenderung memiliki interaksi sosial yang lebih positif. Namun demikian, penggunaan *Smartphone* yang berlebihan dapat menurunkan intensitas interaksi sosial, menimbulkan kesulitan dalam pengendalian emosi, serta berpotensi memicu berbagai permasalahan perilaku lainnya (Fadhilah dkk., 2024).

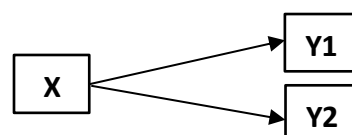
Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa penggunaan *Smartphone* dapat berdampak baik maupun buruk terhadap perkembangan sosial dan emosional siswa. Sari dkk., (2018) menemukan bahwa pemanfaatan *Smartphone* mampu membantu siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah serta mempermudah komunikasi, sehingga dapat meningkatkan pemahaman siswa terhadap lingkungan sekitar. Sebaliknya, hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan *Smartphone* yang intens memiliki dampak

negatif. Hasanah dkk., (2020) menyatakan bahwa penggunaan *Smartphone* dapat menyebabkan perilaku agresif seperti rasa tidak sabar, gelisah, dan ketergantungan pada perangkat tersebut. Namun, sebagian besar penelitian tidak memperhitungkan waktu atau intensitas penggunaan *Smartphone* secara khusus. Oleh karena itu, penelitian ini memberikan pendekatan yang lebih mendalam dan memfokuskan pada intensitas penggunaan *Smartphone* serta hubungannya secara langsung dengan kedua komponen penting perkembangan psikososial siswa yaitu keterampilan sosial dan regulasi emosi. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi celah dalam penelitian sebelumnya dengan memfokuskan pada kelompok siswa. Penelitian ini diharapkan menjadi landasan dalam merumuskan kebijakan yang bijak terkait penggunaan *Smartphone*, baik di lingkungan Pendidikan maupun keluarga.

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap pengaruh intensitas penggunaan *Smartphone* terhadap keterampilan sosial dan regulasi siswa SDN Gedangan. Selain itu, Penelitian ini juga mengevaluasi dampak positif dan negative dari penggunaan *Smartphone* secara berlebihan. Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif, melalui survei berupa angket untuk mengetahui seberapa sering siswa menggunakan *Smartphone*, serta bagaimana keterampilan sosial dan kemampuan siswa dalam mengatur emosi. Faktor yang membedakan penelitian ini dari studi sebelumnya adalah fokusnya yang secara langsung menyoroti pengaruh intensitas penggunaan *Smartphone* terhadap dua aspek perkembangan psikososial secara bersamaan, yaitu keterampilan sosial dan regulasi emosi, khususnya pada siswa sekolah dasar. Selama ini, Sebagian besar penelitian cenderung membahas dampak penggunaan *Smartphone* secara umum atau hanya meneliti salah satu aspek saja. Oleh karena itu, hasil penelitian ini diharapkan berguna secara teori dan juga bisa diterapkan dalam praktik, terutama sebagai bahan pertimbangan bagi guru dan orang tua dalam mengarahkan penggunaan teknologi agar tetap mendukung perkembangan sosial dan emosional siswa.

## METODE

Pendekatan kuantitatif dengan desain komparatif diterapkan dalam penelitian ini. Pemilihan desain komparatif dilakukan karena memberi kesempatan bagi peneliti menelaah persamaan sekaligus perbedaan antar kelompok (Mulyana dkk., 2020). Pada konteks ini, pendekatan kuantitatif-komparatif dimanfaatkan untuk membandingkan keterampilan sosial dan regulasi emosi berdasarkan tingkat intensitas penggunaan *Smartphone*. Gambar berikut menyajikan rancangan hubungan antar variable yang dikaji dalam penelitian ini:



**Gambar 1. Desain Penelitian**

### Keterangan

X = Intensitas Penggunaan *Smartphone*

Y1 = Keterampilan Sosial

Y2 = Regulasi Emosi

Populasi yang diteliti mencakup seluruh siswa kelas VI di SDN Gedangan yang terdiri menjadi tiga rombongan belajar, yaitu kelas VI A, VI B dan VI C, dengan total sebanyak 60 siswa. Dalam penelitian ini diterapkan teknik Total *Sampling*, yaitu dengan menjadikan seluruh populasi sebagai sampel penelitian. Pemilihan Teknik ini didasarkan pada jumlah populasi yang relative sedikit, sehingga memungkinkan semua siswa terlibat dalam pengumpulan data (Waty., 2018).

Data untuk penelitian ini dikumpulkan melalui *instrument* berupa angket atau kuesioner yang terdiri menjadi tiga bagian utama, yaitu: (1) angket untuk mengukur intensitas penggunaan *Smartphone* (2) angket keterampilan sosial (3) angket regulasi emosi. Instrumen yang digunakan berupa angket tertutup, dengan instruksi kepada responden untuk memberikan tanda centang (✓) jawaban yang sesuai dengan kondisi atau pendapat siswa. Setelah mengumpulkan data, langkah berikutnya adalah melakukan analisis data (Effendi dkk., 2018). Instrumen disusun menggunakan skala *Likert*, yang memiliki rentang penilaian dari sangat positif sampai negatif. Setiap item pada angket menyediakan empat alternatif jawaban, adapun tabel berikut menyajikan skor dari masing-masing alternatif jawaban dalam skala likert yang akan digunakan:

**Tabel 1. Skor Alternative Jawaban**

Alternative Jawaban	Skor Item Pertanyaan
(S) Setuju	4
(SS) Sangat Setuju	3
(JR) Jarang	2
((TP) Tidak Pernah	1

(Nofiani, 2021)

Berdasarkan tabel skor yang telah ditetapkan, data yang dikumpulkan selanjutnya dianalisis dengan bantuan perangkat lunak *statistical package for the social sciences* (SPSS). Tahap awal dalam proses analisis data adalah Uji Validitas dan Reliabilitas instrumen. Angket yang digunakan dalam studi ini telah diuji untuk memastikan bahwa instrumen yang digunakan memiliki validitas dan reliabilitas yang baik. Uji validitas konstruk dilakukan guna menjamin bahwa setiap butir pernyataan dalam angket benar-benar mengukur variable yang dimaksud, yaitu intensitas penggunaan *Smartphone*, keterampilan sosial, dan regulasi emosi (Effendi dkk., 2018). Meskipun demikian, reliabilitas dapat diukur dengan menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*, dengan asumsi bahwa instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai *Alpha* melebihi 0,7 (Hair dkk., 2019). Melalui tahapan analisis ini, studi ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman

yang komprehensif mengenai pengaruh penggunaan *Smartphone* terhadap keterampilan sosial dan regulasi emosi pada siswa sekolah dasar.

Langkah selanjutnya adalah melakukan uji normalitas untuk memastikan apakah data dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Pengujian dilakukan menggunakan *Kolmogorov-smirnov* atau *Shapiro-Wilk*, tergantung pada jumlah sampel. Distribusi data dikatakan normal apabila nilai *signifikansi*  $P > 0,05$ . Sebaliknya, apabila nilai *signifikansi*  $p < 0,05$ , maka data dianggap tidak berdistribusi normal. Jika hasil uji menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji *Non-Parametrik*. Untuk dua kelompok, digunakan *Mann-Whitney* sedangkan untuk tiga kelompok atau lebih digunakan uji *Kruskal Wallis*. Dalam uji non-parametrik, perbedaan dianggap signifikansi apabila nilai *asympt. Sig. (2-tailed)*  $< 0,05$ . Sebaliknya jika nilai tersebut  $> 0,05$  maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antar kelompok (Sholikhah dkk., 2022)

Ketika data tidak memenuhi asumsi distribusi normal, maka analisis dilakukan menggunakan uji non-parametrik seperti *kruskal-wallis*. Meski demikian, selain uji normalitas, diperlukan juga uji *Linearitas* untuk memastikan bahwa hubungan antara variable bebas dan variable terikat bersifat linier. Hubungan dianggap linier apabila nilai *signifikansi* pada baris *linearity*  $< 0,05$ , dan tidak menunjukkan penyimpangan terhadap pola hubungan linier apabila nilai *signifikansi* pada bagian *deviation from linearity*  $> 0,05$  (Devores, 2018). Oleh sebab itu, penelitian ini turut melakukan uji *Linearitas* guna melihat sejauh mana intensitas penggunaan *Smartphone* memiliki keterkaitan secara linier dengan keterampilan sosial dan regulasi emosi siswa.

Penelitian ini merumuskan dua hipotesis, yaitu 1) Hipotesis nol ( $H_0$ ) yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh keterampilan sosial dan regulasi emosi siswa berdasarkan intensitas penggunaan *Smartphone*. 2) Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh keterampilan sosial dan regulasi emosi siswa berdasarkan intensitas penggunaan *Smartphone*. Untuk menguji hipotesis tersebut, uji *Kruskal Wallis non-parametrik* digunakan ketika data tidak memiliki distribusi normal. Keputusan uji statistic didasarkan pada nilai *signifikansi* ( $p < 0,05$ ), maka  $H_0$  ditolak dan dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan secara langsung dengan melibatkan 60 siswa kelas VII SDN Gedangan sebagai responden. Instrumen berupa angket digunakan sebagai alat pengumpulan data untuk mengukur tingkat intensitas penggunaan *Smartphone*. Angket tersebut diberikan kepada siswa guna memperoleh informasi mengenai perbedaan keterampilan sosial dan regulasi emosi berdasarkan tingkat intensitas penggunaan *Smartphone*. Seluruh data yang terkumpul dianalisis menggunakan aplikasi SPSS 23 for Windows. Hasil analisis deskriptif terhadap 60 responden menunjukkan nilai-nilai yang merepresentasikan ketiga variabel dalam penelitian ini. Rincian hasil analisis dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 2.**  
**Hasil Uji Deskriptif Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Intensitas <i>Smartphone</i>	60	25.00	47.00	39.1500	4.46389
Keterampilan Sosial	60	21.00	39.00	28.9333	4.36421
Regulasi Emosi	60	21.00	58.00	37.5333	7.83185
Valid N (listwise)	60				

Berdasarkan tabel uji deskriptif terhadap data 60 siswa, diketahui bahwa nilai minimum dan maksimum dari setiap variabel diperoleh dari hasil penjumlahan seluruh jawaban angket yang diisi oleh masing-masing siswa. nilai minimum menunjukkan skor total terendah yang diperoleh siswa, sementara nilai maksimum menunjukkan skor tertinggi dari siswa lainnya. Pada variabel intensitas penggunaan *Smartphone*, skor terendah adalah 25 dan skor tertinggi mencapai 47, dengan rata-rata 39,15 dan standar deviasi 4,46. Hasil ini menunjukkan adanya pengaruh penggunaan *Smartphone* di kalangan siswa, mulai dari penggunaan sedang hingga cukup intensif. Sementara itu untuk variabel keterampilan sosial, rentang skor siswa berada antara 21 hingga 39, dengan rata-rata 28,93 dan standar deviasi 4,36. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan bersosialisasi antar siswa cukup bervariasi, mencakup kategori tinggi, sedang, hingga rendah. Pada variable regulasi emosi diperoleh skor minimum 21 dan maksimum 58, dengan nilai rata-rata 37,53 dan standar deviasi tertinggi yaitu 7,83. Ini mengindikasikan bahwa kemampuan siswa dalam mengenali dan mengendalikan emosinya juga sangat beragam. Secara keseluruhan, hasil deskriptif memperlihatkan adanya penyebaran nilai yang nyata pada masing-masing variable, yang menjadi landasan untuk dilakukan analisis lebih lanjut pada tahap berikutnya.

**Tabel 1. Hasil Uji Validitas**

VARIABEL	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
SKOR Intensitas HP	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%
KS	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%
RE	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui bahwa seluruh data pada variabel intensitas penggunaan *Smartphone*, keterampilan sosial dan regulasi emosi memiliki jumlah responden yang valid sebanyak 60 siswa, tanpa adanya data yang hilang. Kondisi ini menunjukkan bahwa data yang digunakan dalam uji validitas bersifat lengkap dan layak untuk dianalisis lebih lanjut.

Langkah selanjutnya adalah melakukan uji reliabilitas dilakukan untuk mengukur konsistensi hasil yang diperoleh dari instrument penelitian. Sebanyak 44 butir pernyataan, yang mencakup variabel keterampilan sosial, regulasi emosi, dan intensitas penggunaan *Smartphone* diuji kredibilitasnya. Hasil dari analisis dengan SPSS ditunjukkan dalam tabel berikut:

**Tabel 2.**  
**Hasil Uji Reliabilitas Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
0.811	44

Berdasarkan hasil uji reliabilitas terhadap 44 butir pernyataan dalam instrumen, diperoleh koefisien *Cronbach's alpha* sebesar 0,811. Nilai ini melampaui batas minimum 0,70 yang disarankan Hair dkk., (2019) sehingga instrument dinyatakan reliabel. Maka dapat disimpulkan kuesioner layak digunakan untuk mengukur intensitas penggunaan *Smartphone*, keterampilan sosial, dan regulasi emosi pada siswa SDN Gedangan. Selanjutnya yang dilakukan yaitu uji normalitas.

Tahapan selanjutnya adalah uji normalitas data, yang bertujuan untuk menentukan apakah data dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Pengujian dilakukan menggunakan dua metode, yaitu *kolmogrov-Smirnov* dan *shapiro wilk*. Pengambilan keputusan didasarkan pada nilai *signifikansi*, jika nilai sig > 0.05 maka data dianggap berdistribusi normal. Sebaliknya jika nilai sig < 0.05 maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas selengkapnya ditampilkan pada tabel berikut:

**Tabel 5.**  
**Hasil Uji Normalitas Tests of Normality**

VARIABEL	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk			
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.	
SKOR	Intensitas HP	0.124	60	0.023	0.914	60	0.000
	KS	0.111	60	0.065	0.961	60	0.050
	RE	0.077	60	.200*	0.987	60	0.779

Berdasarkan hasil uji normalitas yang ditunjukkan pada tabel 5, diketahui bahwa variable intensitas penggunaan *Smartphone* memiliki nilai signifikansi sebesar  $0.000 < 0.05$ . Hal ini menunjukkan bahwa data data pada variable tersebut tidak berdistribusi normal. Sementara itu, variabel keterampilan sosial memiliki nilai signifikansi 0.05 yang berada tepat pada nilai batas normalitas, sedangkan variabel regulasi emosi menunjukkan nilai signifikansi sebesar  $0.779 > 0.05$  yang berarti data pada variable ini berdistribusi normal. Intensitas penggunaan *Smartphone* teridentifikasi sebagai variabel yang tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, untuk menganalisis pengaruh intensitas penggunaan *Smartphone* terhadap skor keterampilan sosial dan regulasi emosi, digunakan uji non-parametrik *kruskal wallis*. Tabel berikut menunjukkan hasil analisis uji *Kruskal-wallis*:

**Tabel 6.**  
**Hasil Uji *Linearitas Measures of Association***

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
KS * Intensitas HP	0.267	0.071	0.491	0.241
RE * Intensitas HP	0.466	0.217	0.610	0.372

Untuk memastikan bahwa terdapat hubungan linier antara intensitas penggunaan *Smartphone* dengan keterampilan sosial serta regulasi emosi, dilakukan analisis menggunakan *Measures of Association*. Hasil analisis menunjukkan bahwa intensitas penggunaan *Smartphone* berhubungan dengan keterampilan sosial dengan nilai R sebesar 0,267 dan nilai Eta sebesar 0,491, yang menunjukkan hubungan linier dalam kategori sedang. Sementara itu, hubungan antara intensitas penggunaan *Smartphone* dan regulasi emosi menunjukkan nilai R sebesar 0,466 dan Eta sebesar 0,610 yang menunjukkan adanya hubungan linier yang kuat. Nilai *Eta Squared* sebesar 0,241 untuk keterampilan sosial dan 0,372 untuk regulasi emosi menunjukkan bahwa intensitas penggunaan *Smartphone* memiliki pengaruh yang cukup signifikan terhadap kedua variable tersebut. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa asumsi *Linearitas* dalam penelitian ini telah terpenuhi.

**Tabel 7.**  
**Hasil Uji *Kruskal Wallis Test Statistics*<sup>a,b</sup>**

	SKOR
Chi-Square	73.140
df	2
Asymp. Sig.	0.000

Berdasarkan uji *kruskal wallis* yang tercantum pada tabel, ditemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kelompok siswa berdasarkan intensitas

penggunaan *Smartphone* terhadap skor keterampilan sosial dan regulasi emosi siswa SDN Gedangan. Uji tersebut menghasilkan nilai *Chi-Square* sebesar 73,140 dengan derajat kebebasan ( $df$ ) = 2 dan nilai *signifikansi* (*Asymp Sig*) sebesar 0,000, karena nilai *signifikansi* ini lebih kecil dari tingkat *signifikansi* yang ditetapkan ( $\alpha = 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan *Smartphone* berpengaruh secara signifikan terhadap keterampilan sosial dan regulasi emosi siswa SDN Gedangan.

## Pembahasan

Uji *Kruskal-wallis* menunjukkan nilai *Asymp. Sig* sebesar  $0.000 < 0.05$ , yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Temuan ini mengindikasikan adanya pengaruh signifikan intensitas penggunaan *Smartphone* terhadap keterampilan sosial dan regulasi emosi siswa SDN Gedangan. Temuan ini selaras dengan penelitian Harmiyanti & Astuti, (2024) yang menyatakan bahwa penggunaan *Smartphone* secara berlebihan dapat mengurangi interaksi langsung dan menyebabkan kesulitan dalam mengendalikan emosi. Selain itu, hasil ini diperkuat oleh teori *displacement hypothesis* yakni waktu penggunaan *Smartphone* menggantikan kesempatan anak untuk berinteraksi sosial secara langsung, dan *over-stimulation model* atau kelemahan kontrol emosi akibat paparan konten digital yang cepat dan berlebihan. Dengan kata lain semakin tinggi intensitas penggunaan, semakin besar risiko terganggunya dua aspek psikososial tersebut (Geng & Liu, 2025)

Penggunaan *Smartphone* yang berlebihan dapat menyebabkan interaksi sosial yang buruk bagi siswa. Hal ini disebabkan disebabkan fakta bahwa interaksi langsung dengan teman sebaya sering dilakukan melalui *Smartphone*, yang sebenarnya penting untuk perkembangan sosial siswa (Sitorus, 2023). Menurut Lailatul dkk. (2024) keterampilan sosial anak dapat berkembang dengan baik jika siswa banyak berinteraksi secara langsung dengan dunia sekitarnya, seperti bermain bersama teman, bekerja dalam kelompok, dan belajar berkomunikasi secara tatap muka. Namun, ketika siswa lebih banyak menggunakan *Smartphone* daripada berinteraksi dengan teman-teman sebayanya keterampilan sosial siswa mungkin tidak berkembang dengan baik.

Hasil angket keterampilan sosial siswa SDN Gedangan menunjukkan bahwa indikator ekspresi diri dan kemampuan menangani konflik adalah yang paling lemah dibandingkan indikator keterampilan sosial lainnya. Hal ini terlihat dari skor yang rendah pada pernyataan-pernyataan seperti kesulitan menyampaikan pendapat, meminta maaf, atau menyelesaikan masalah dengan teman secara damai. Kondisi ini menunjukkan bahwa siswa yang menghabiskan waktu berlebih dengan *Smartphone* cenderung memiliki hambatan dalam menjalin hubungan sosial secara langsung. Menurut Darmiany (2021), yang mengatakan bahwa pengembangan keterampilan sosial dapat dicapai melalui interaksi langsung dan bahwa penggunaan media digital yang berlebihan dapat mengurangi kemungkinan siswa untuk benar-benar meningkatkan keterampilan sosialnya.

Intensitas penggunaan *Smartphone* tidak hanya berpengaruh pada keterampilan sosial, tetapi juga regulasi emosi siswa. Kemampuan seseorang untuk mengidentifikasi,

memahami dan mengontrol emosi di berbagai situasi sosial disebut sebagai regulasi emosi (Wahyuni & Yulianti, 2018). Berkurangnya kesempatan anak untuk belajar menghadapi konflik atau tekanan secara langsung dapat menyebabkan penurunan kemampuan untuk mengendalikan emosi. Ketika siswa lebih sering menyendiri dengan perangkat digitalnya, siswa cenderung tidak memiliki pengalaman nyata dalam menghadapi situasi sosial yang memicu emosi negatif seperti marah, kecewa atau takut (Giombini, 2015). Menurut Nafisah dkk., (2021) siswa yang memiliki kecenderungan untuk menunjukkan kemarahan atau frustrasi secara impulsif seperti menangis keras atau memukul sesuatu cenderung memiliki masalah dengan regulasi emosinya. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Saputri dkk., (2024) yang mengungkapkan bahwa penggunaan *Smartphone* yang tidak diarahkan untuk tujuan edukatif berpotensi menurunkan kemampuan siswa dalam mengelola emosi. Sebaliknya, Ketika penggunaan *Smartphone* difokuskan pada aktifitas yang bersifat positif dan mendukung pembelajaran, hal tersebut justru dapat membantu memperkuat kemampuan regulasi emosi siswa.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa pengaruh intensitas penggunaan smarthone lebih kuat terhadap regulasi emosi siswa dibandingkan keterampilan sosial siswa. Kondisi ini menunjukkan bahwa ketergantungan terhadap *Smartphone* tidak hanya mengurangi pengalaman interaksi sosial langsung, tetapi juga membatasi kesempatan siswa untuk belajar menghadapi tekanan emosional secara nyata. Anak yang terlalu sering berinteraksi dengan layar cenderung tidak terbiasa mengelola kemarahan atau kekecewaan secara konstruktif (Galetzka, 2017). Berbeda dengan keterampilan sosial yang masih dapat dilatih melalui interaksi terbatas disekolah, regulasi emosi menuntut keterlibatan lebih dalam dan refleksi personal, yang justru tergerus oleh pola penggunaan *Smartphone* yang pasif dan konsumtif. Temuan ini mendukung urgensi pendekatan literasi digital yang tidak hanya fokus pada durasi penggunaan, tetapi juga pada kualitas interaksi emosional yang didukung oleh lingkungan.

Temuan ini sejalan dengan Marini dkk., (2024) yang menyatakan bahwa penggunaan *Smartphone* secara berlebihan dapat menyebabkan tindakan impulsif, menurunkan tingkat konsentrasi, dan penurunan rasa percaya diri dan empati sosial. Siswa harus dilatih untuk membedakan antara penggunaan *Smartphone* yang produktif yang artinya senang melakukan aktivitas yang bermanfaat dan konsumtif yang artinya hanya untuk kesenangan sementara. Keterampilan sosial dan regulasi emosi anak dapat dikembangkan secara optimal ketika penggunaan *Smartphone* digabungkan dengan aktivitas pembelajaran yang interaktif (Nurajizah dkk., 2023). Studi internasional oleh Domoff dkk., (2020) menunjukkan bahwa penggunaan *Smartphone* tanpa pendampingan orang dewasa berkorelasi dengan peningkatan masalah perilaku dan keterlambatan perkembangan sosial-emosional pada anak.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa pengaruh intensitas penggunaan *Smartphone* lebih kuat terhadap regulasi emosi dibandingkan keterampilan sosial siswa. Hal ini terlihat dari variasi skor yang lebih tinggi pada aspek regulasi emosi, yang menunjukkan bahwa siswa dengan frekuensi penggunaan

*Smartphone* yang tinggi lebih sering mengalami kesulitan dalam mengelola emosinya daripada dalam menjalin interaksi sosial.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima berdasarkan uji *Kruskal-wallis*, dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Ini menunjukkan adanya pengaruh signifikan intensitas penggunaan *Smartphone* terhadap keterampilan sosial dan regulasi emosi siswa. Data deskriptif menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki rata-rata skor sebesar 37,53 dengan standar deviasi 7,83, sedangkan keterampilan sosial memiliki rata-rata 28,93 dengan standar deviasi 4,36. Hal ini menunjukkan bahwa regulasi emosi merupakan variable yang paling terpengaruh. Siswa dengan intensitas penggunaan *Smartphone* yang tinggi cenderung memiliki keterampilan sosial dan regulasi emosi yang lebih rendah, karena keterbatasan waktu untuk berinteraksi langsung dengan lingkungan sekitar. Minimnya pengalaman dalam mengekspresikan diri secara tatap muka dan menghadapi tekanan sosial secara nyata dapat menghambat perkembangan kedua aspek tersebut.

Penelitian ini memberikan pedoman praktis yang dapat dilakukan oleh sekolah dan orang tua agar tidak hanya membatasi penggunaan *Smartphone*, tetapi juga mendampingi anak agar mampu bertanggung jawab dan merefleksikan perilakunya saat memakai *Smartphone*. Riset berikutnya disarankan menerapkan desain longitudinal dan menambahkan variable mediasi seperti pola pengasuhan atau jenis konten yang diakses, guna memahami pengaruh intensitas penggunaan *Smartphone* secara lebih mendalam.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Syukri Sitorus. (2023). Kepercayaan Diri, Keterampilan Sosial dan Emosional Anak; Studi Korelasional dan Stimulasi. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 11(1), 1–7. <https://doi.org/10.23887/paud.v11i1.54350>
- Darmiany. (2021). Keterampilan Sosial Modal Dasar Remaja Bersosialisasi di Era Global. In *Correspondencias & Análisis* (Issue 15018).
- Devore. (2018). *Simple Linear Regression Material from Devore's book*. Ed 8, 82. [https://www.colorado.edu/amath/sites/default/files/attached-files/ch12\\_0.pdf](https://www.colorado.edu/amath/sites/default/files/attached-files/ch12_0.pdf)
- Domoff, S. E., Harrison, K., Gearhardt, A. N., Douglas, A., Lumeng, J. C., Miller, A. L., Arbor, A., Arbor, A., Arbor, A., Arbor, A., Arbor, A., & Arbor, A. (2020). *HHS Public Access*. 8(1), 2–11. <https://doi.org/10.1037/ppm0000163.Development>
- Effendi, E., Mursilah, M., & Mujiono, M. (2018). Korelasi Tingkat Perhatian Orang Tua dan Kemandirian Belajar dengan Prestasi Belajar Siswa. *Titian Ilmu: Jurnal Ilmiah Multi Sciences*, 10(1), 17–23. <https://doi.org/10.30599/jti.v10i1.131>
- Fadhilah Hasim, N., Amrah, & Hotimah. (2024). *HUBUNGAN PEMANFAATAN GADGET TERHADAP PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSIONAL SISWA SD INPRES LAYANG TUA 1 KOTA MAKASSAR*. 2(1), 72–82. <http://www.journal.arthamamedia.co.id/index.php/jmp>

- Galetzka, C. (2017). Commentary: Mobile and interactive media use by young children: The good, the bad, and the unknown. *Frontiers in Psychology*, 8(MAR), 8–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00461>
- Geng, Z., & Liu, R. (2025). The impact of *Smartphone* addiction and negative emotions on parent–child relationships among elementary school students. *Frontiers in Psychiatry*, 16(June), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1582741>
- Giombini, L. (2015). Handbook of emotion regulation. In *Advances in Eating Disorders* (Vol. 3, Issue 1). <https://doi.org/10.1080/21662630.2014.953321>
- Hair, J. F., Risher, J. J., Sarstedt, M., & Ringle, C. M. (2019). When to use and how to report the results of PLS-SEM. *European Business Review*, 31(1), 2–24. <https://doi.org/10.1108/EBR-11-2018-0203>
- Harmiyanti, I. D., & Astuti, R. (2024). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Hasil Belajar Akidah Akhlak Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(4), 1–11. <https://doi.org/10.47134/pgsd.v1i4.715>
- Hasanah, U., Hijrianti, U. R., & Iswinarti, I. (2020). Pengaruh *Smartphone* Addiction Terhadap Perilaku Agresif Pada Remaja. *Proyeksi*, 15(2), 182. <https://doi.org/10.30659/jp.15.2.182-191>
- Lailatul, N., Abidin, F., Dwiningih, K., Jehwae, P., & Sari, K. (2024). *Leveraging Technology to Improve Learning Independence in Chemistry: A Study on Moodle Integration* 365 *Indonesian Journal on Learning and Advanced Education*. 6(3), 365–386. <https://doi.org/10.23917/ijolae.v6i3.23706>
- Marini, L., Hendriani, W., & Wulandari, P. Y. (2024). Gambaran Problematic *Smartphone* Use Pada Remaja. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 5(1), 43. <https://doi.org/10.24014/pib.v5i1.26477>
- Mulyana, O. P., Izzati, U. A., & Budiani, M. S. (2020). *Perbedaan Regulasi Emosi Ditinjau dari Jenis Kelamin Mahasiswa pada Pandemi Covid-19*. November, 238–250.
- Nafisah, D., Khatrine, L., & Juwariyah, S. (2021). Hubungan Regulasi Emosi Terhadap Tingkat Kesehatan Mental Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 5(2), 104–109. <https://doi.org/10.33655/mak.v5i2.121>
- Nofiani, F. (2021). Hubungan Intensitas Penggunaan *Smartphone* Dengan Perilaku Egosentris, Agresif Dan Pembangkangan Anak Usia Dini Di TK Islam Al-Husna Cisereh. In *Repository.Uinjkt.Ac.Id*. [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/63871%0Ahttps://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/63871/1/11160184000022\\_FIKA NOFIANI - FIKA NOFIANI.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/63871%0Ahttps://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/63871/1/11160184000022_FIKA%20NOFIANI%20-%20FIKA%20NOFIANI.pdf)
- Nuraini, F., & Wardhani, J. D. (2023). Hubungan Durasi Bermain Gadget dengan Perkembangan Sosial Emosional Anak. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 2245–2256. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.4198>
- Nurajizah, N., Amalia, A. A., & Hasanah, P. N. (2023). Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget dengan Regulasi Emosi pada Remaja. *JIKSA : Jurnal Ilmu Kesehatan Sebelas April*, 5(2), 106–114.

- Pardede, E. N., Supena, A., & Fahrurrozi, F. (2018). Hubungan Kelekatan Orangtua Dan Regulasi Diri Dengan Kemampuan Sosial Anak. *JPUD - Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 12(1), 37–50. <https://doi.org/10.21009//jpuud.121.04>
- Saputri, A. D., Anggraini, M., Sri Retina, Aulia Puspita Sari, & Sari, S. J. (2024). Pengaruh Intensitas Penggunaan *Smartphone* Terhadap Regulasi Emosi Pada Mahasiswa. *Educate: Journal of Education and Learning*, 2(1), 35–41. <https://doi.org/10.61994/educate.v2i1.347>
- Sari, I. D. P., Sukowiyono, & Tri Djatmika, E. (2018). Pengaruh Media Sosial terhadap Keterampilan Sosial Murid. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 3(11)(2013), 1446–1450. <http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/>
- Sholikhah, L., (Jurnal, N. F.-J., & 2022, undefined. (2022). Efektivitas Model Positive Parenting Program (Triple P) Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Orang Tua. *Journal.Stkipsingkawang.Ac.Id*, 7, 22–27. <https://journal.stkipsingkawang.ac.id/index.php/JBKI/article/view/2713>
- Wahyuni, E., & Yulianti, I. D. (2018). *PENGEMBANGAN MEDIA WORKBOOK DENGAN MINDFUL SELF – COMPASSION UNTUK MENINGKATKAN REGULASI EMOSI MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA Abstrak MINDFUL SELF-COMPASSION WORKBOOK DEVELOPMENT TO INCREASE EMOTION REGULATION FOR COLLEGE STUDENTS IN STATE UNIVERSIT*. 12(1).
- Waty, L. P., & Fourianalistyawati, E. (2018). Dinamika Kecanduan Telepon Pintar (*Smartphone* ) Pada Remaja Dan Trait Mindfulness Sebagai Alternatif Solusi. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 1(2), 84–101. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v1i2.11573>