

## HUBUNGAN KECANDUAN GADGED DENGAN GANGGUAN EMOSI PADA REMAJA DI SMK PEMBINA BANGSA BUKITTINGGI TAHUN 2024

Ratna Yolanda Putri<sup>1</sup>, Siska Damaiyanti<sup>2</sup>, Silvia Intan Suri<sup>3</sup>  
[ratnayolandaputri07@gmail.com](mailto:ratnayolandaputri07@gmail.com)<sup>1</sup>, [siskadamaiyanti635@gmail.com](mailto:siskadamaiyanti635@gmail.com)<sup>2</sup>,  
[intan.yumnamazayan@gmail.com](mailto:intan.yumnamazayan@gmail.com)<sup>3</sup>

Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi

### ABSTRAK

Gadged merupakan salah satu karya inovasi kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi dibidang informasi. 65,3% pengguna gadged di Indonesia merupakan kelompok remaja dan 99,16% remaja usia 13-18 tahun di Indonesia terhubung ke internet melalui gadged. Penggunaan gadged yang berlebihan dapat menyebabkan kecanduan (adiksi) sehingga menimbulkan berbagai permasalahan termasuk resiko gangguan emosi dan perilaku. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecanduan gadged dengan gangguan emosi pada remaja di SMK Pembina Bangsa Bukittinggi tahun 2024. Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional study. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI dan XII yaitu sebanyak 217 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik proportional stratified random sampling dengan besaran sampel sebanyak 140 responden. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuisioner SAS-SV dan SDQ. Analisis data pada penelitian ini meliputi analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji spearman rank. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 27,1 % responden adalah remaja dengan kecanduan gadged sedang dan hampir setengah (45,7%) responden dengan gangguan emosi negatif. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara kecanduan gadged dengan gangguan emosi pada remaja dengan kekuatan hubungan yang cukup kuat ( $p = 0,000$ ,  $r = 0,365$ ). Dapat disimpulkan bahwa kecanduan gadged berhubungan signifikan dengan gangguan emosi pada remaja. Maka dari itu diharapkan kepada semua pihak terutama pihak sekolah untuk dapat menerapkan kebijakan perda Kota Bukittinggi No. 6 Tahun 2014 khususnya pada BAB 21 pasal 61 ayat (5) tentang larangan penggunaan telepon genggam yang memiliki fitur multimedia di lingkungan sekolah.

**Kata Kunci:** Kecanduan Gadged, Gangguan Emosi, Remaja.

### PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Remaja akan melalui suatu tahap perkembangan yang bertujuan untuk mencapai kematangan sehingga dapat menentukan perkembangan selanjutnya (Alizamar, 2019). Menurut World Health Organization WHO rentang usia remaja adalah 10-19 tahun yang terbagi dalam dua periode yaitu, remaja awal (usia 10-14 tahun) dan remaja akhir (15-19 tahun). WHO mengatakan, saat ini diperkirakan terdapat sebesar 1,3 milyar populasi remaja di dunia atau setara dengan 16,18% dari total populasi dunia merupakan kelompok remaja (WHO, 2022). Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2020 jumlah remaja di Indonesia pada tahun 2020 mencapai 44,31 juta jiwa. Jumlah remaja pada tahun 2020 di Sumatera Barat sebanyak 993.000 (BPS, 2020).

Remaja mengalami beberapa tahap pertumbuhan dan perkembangan. Pada tahap pertumbuhan dan perkembangan tersebut akan terjadi perubahan-perubahan baik dari segi fisik, psikologis, budaya dan juga hubungan psikososial. Perubahan yang dialami oleh remaja pada tahap pertumbuhan dan perkembangan dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan (Khan et al, 2019). Perubahan tersebut membuat remaja mengalami masa pubertas, jika remaja tidak dapat memenuhi berbagai tugas dalam tahap perkembangan maka akan menjurus kepada kenakalan remaja (Ahmad et al, 2019).

Salah satu fenomena umum yang ditemukan saat ini adalah sangat dekatnya kehidupan remaja dengan gadget. Gadget merupakan sebuah

inovasi dari teknologi terbaru dengan kemampuan yang lebih baik dan fitur terbaru yang memiliki tujuan maupun fungsi yang lebih praktis dan bermanfaat. Dari banyaknya gadget yang diciptakan, salah satu jenis gadget yang paling akrab dalam kehidupan sehari-hari adalah ponsel cerdas. Seiring dengan perkembangan teknologi, telepon selular juga mengalami beberapa tambahan fitur-fitur seperti PDA (Personal Digital Assistant), kamera digital, pemutar multimedia, akses internet, client untuk email, game online, dan pesan instan, bahkan penyedia perangkat lunak perkantoran (Lestariya, 2008).

Peminat gadget di Indonesia bertumbuh sangat pesat ditandai dengan berita yang dikemukakan media bahwa Indonesia termasuk dalam 10 negara pengguna gadget di dunia (Mulyani, 2022). Gadget merupakan barang canggih yang diciptakan dengan berbagai aplikasi yang dapat menyajikan berbagai media berita, jejaring sosial, hobi, bahkan hiburan. Barang canggih ini yang dilihat dari segi harga yang tidak bisa dibilang murah tidak hanya sekedar dijadikan media hiburan semata tapi dengan aplikasi yang terus diperbaharui. Saat ini gadget seolah menjadi barang wajib oleh setiap individu baik orang-orang yang memiliki kepentingan bisnis, atau pengerjaan tugas kuliah dan kantor, akan tetapi pada faktanya gadget tidak hanya digunakan oleh orang dewasa saja melainkan juga menjadi barang wajib bagi remaja (12-21 tahun) dan bahkan anak-anak usia 7-11 tahun juga telah memiliki gadget, dan lebih ironisnya lagi gadget digunakan untuk anak usia (3-6 tahun), yang seharusnya belum layak untuk menggunakan gadget (Widiawati & Sugiman, 2014).

Penggunaan gadget oleh remaja terus meningkat, secara global Tiongkok menjadi Negara dengan jumlah pengguna gadget terbesar menguasai 63,4% dari total pengguna gadget dunia sebanyak 911,924,000 dari total pengguna aktif gadget di negeri ini, sepanjang tahun lalu populasi pengguna yang aktif secara online di dunia. Perkiraan jumlah pengguna gadget tahun 2022 diprediksi mencapai 3,9 miliar pengguna. Pertumbuhan ini akan digerakkan oleh region-region yang sedang berkembang, termasuk Timur Tengah dan Afrika, Amerika Latin, dan Asia Tenggara (Newzoo, 2020).

Penggunaan gadget di Indonesia Berdasarkan survei TIK tahun 2017, ditemukan 66.3% masyarakat Indonesia memiliki telepon pintar dan terbanyak di Pulau Jawa (86.6%) dan di daerah urban (83.0%). Remaja usia 9-19 tahun berada pada urutan ke-3 terbanyak yang menggunakan telepon pintar yaitu sebesar 65,34% (Kominfo, 2017). Frekuensi menggunakan gadget di masyarakat Indonesia juga cukup tinggi dengan proporsi penduduk yang menggunakan gadget di atas 5 jam per hari hampir mencapai 25% (Kominfo, 2017).

Ditinjau dari pemanfaatan fitur Gadget dalam konsumsi sehari-hari, pemakaian gadget digunakan untuk komunikasi (93.46%), browsing (76.88%), dan hiburan (65.29%) yang secara keseluruhan cenderung memanfaatkan jaringan internet (Kominfo, 2017). Lebih lanjut jika ditinjau dari penggunaan internet di Indonesia yang hampir seluruh diakses melalui gadget, penetrasi internet tertinggi di Indonesia berada di kelompok usia remaja usia 13-18 tahun yakni hampir seluruhnya (99,16%) kelompok usia tersebut terhubung ke internet, khususnya dalam penggunaan gadget dari

kategori smartphone. Selanjutnya, kelompok usia 19-34 tahun memiliki penetrasi internet sebesar 98,64%. Kelompok 35-54 tahun memiliki penetrasi internet sebesar 87,3%. Anak-anak berusia 5-12 tahun memiliki penetrasi internet sebesar 62,43%. Kelompok umur 55 tahun ke atas memiliki penetrasi terendah dengan 51,73% (APJII, 2022).

Berdasarkan data tersebut penetrasi tertinggi penggunaan internet adalah kelompok

remaja yang mayoritas adalah pengguna internet melalui media gadget dari kategori *smartphone*. Durasi penggunaan gadget yang tinggi pada remaja dapat menimbulkan beberapa dampak negatif, diantaranya kecanduan gadget hingga perubahan pola perilaku dan aktivitas remaja. Umumnya perilaku kecanduan gadget dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri individu yang belum bisa mengontrol atau mengendalikan batasan dalam penggunaan gadget sehingga membuat remaja tersebut mengalami kecanduan (Pramana, 2018).

Kecanduan gadget merupakan aktivitas atau perilaku yang dilakukan secara berulang-ulang dan akan menimbulkan dampak negatif jika perilaku tersebut tidak dapat dikontrol. Salah satu hal yang akan sangat berpengaruh jika seseorang sudah ketergantungan menggunakan gadget yakni banyaknya waktu yang tersita untuk bermain gadget. Dalam era globalisasi ini banyak anak-anak dan remaja yang sudah menggunakan gadget, bahkan para remaja ini lebih pintar menggunakan gadget daripada orang dewasa. Pada anak usia remaja, mereka akan cenderung lebih mudah mempelajari sesuatu hal yang berkaitan dengan gadget dibandingkan dengan orang dewasa. Hal tersebut dikarenakan pada perkembangan anak usia remaja mempunyai rasa ingin tahu yang lebih besar dibandingkan dengan orang dewasa, orang dewasa mempunyai *self control* yang lebih daripada anak usia remaja (Wardhani, 2018).

Kecanduan merupakan perilaku ketergantungan terhadap sesuatu hal yang disenangi (Cooper, 2000). Individu dapat dikatakan kecanduan apabila individu melakukan suatu kegiatan secara terus-menerus dan melakukan kegiatan yang sama sebanyak lebih dari lima kali dalam sehari. Kecanduan merupakan perilaku kompulsif (Putri & Lestari, 2016). Perilaku dapat dikatakan sebagai perilaku kecanduan apabila perilaku tersebut tidak dapat dikontrol dan dapat menimbulkan dampak negatif bagi yang bersangkutan (Kasetyaningsih, 2015; Swastika, 2016).

Remaja yang mengalami kecanduan gadget menunjukkan gejala seperti menghabiskan banyak waktu untuk bermain gadget, cenderung merasa *ponsel*-nya bergetar, merasa jika ada pesan masuk atau pembaharuan namun ketika diperiksa gadget-nya tidak ada pesan, panggilan, pengingat apapun sehingga hal menjadi imajinasi seseorang yang mengalami kecanduan gadget. Gejala perilaku kecanduan gadget pada remaja juga dapat berupa merasa tidak percaya diri, cemas, gelisah dan bingung saat tidak memegang gadget (Wardhani, 2018).

Sebuah penelitian yang dilakukan terhadap pengguna *smartphone*, telah ditemukan bahwa kegelisahan, kecemasan, dan depresi lebih tinggi pada kelompok pengguna *smartphone* yang berlebihan dibanding kelompok pengguna *smartphone* yang normal (Hwang, Yoo & Cho, 2012). Studi yang ada mengenai hubungan antara penggunaan media elektronik dan tidur

kebanyakan berfokus pada remaja. Hal ini telah di laporkan bahwa masalah penggunaan internet memiliki hubungan dengan masalah tidur, termasuk *insomnia* secara subjektif dan kualitas tidur yang buruk (Lam dalam Kadir, dkk, 2015).

Secara signifikan terdapat korelasi positif antara skor *Smartphone Addiction Scale* (SAS) dan tingkat depresi, tingkat kecemasan, kualitas tidur secara subjektif, gangguan tidur, disfungsi siang hari, dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) global score. Kelompok pengguna *smartphone* tinggi menunjukkan tingkat depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan pengguna *smartphone* rendah berdasarkan *Beck Depression Inventory* (BDI) cut-off score. Analisis secara regresi mengindikasikan bahwa tingkat depresi yang tinggi pada penggunaan *smartphone* dan kualitas tidur yang buruk dapat menimbulkan depresi atau kecemasan (gangguan emosi). Oleh karena itu, depresi dan kecemasan adalah mediator antara penggunaan *smartphone* yang berlebihan dan kualitas

tidur yang buruk. Lebih dari itu, depresi yang tinggi, tingkat kecemasan yang tinggi dan umur yang masih muda adalah prediktor independen dari penggunaan smartphone yang berlebihan (Kadir D, dkk, 2015).

Pada dasarnya penggunaan gadget memiliki dampak positif dan negatif, diantara dampak positif penggunaan gadget pada kalangan remaja adalah dapat memudahkan dalam menggunakan internet untuk dapat mengakses materi pembelajaran, berinteraksi dengan teman, konten, instruktur, dan pelajar lainnya untuk menambah wawasan lewat informasi yang didapat dari gadget. Sedangkan dampak negatif dari penggunaan gadget yang berlebihan akan menimbulkan permasalahan, salah satunya permasalahan kesehatan mental, gangguan emosi dan perilaku yaitu menimbulkan perilaku malas, sikap acuh tak acuh terhadap lingkungan sosial maupun antar teman sebayanya, kurangnya kedekatan dengan orang tua, cenderung menjadi introvert, temperament, tidak percaya diri, cemas dan gelisah jika tidak menggunakan gadget (Naibaho & Wulandari, 2021).

Emosi muncul pada saat manusia berinteraksi dengan lingkungan dan merupakan hasil upaya untuk beradaptasi dengan lingkungannya (Baihaqi, 2017). Gangguan emosi adalah kesulitan penyesuaian diri dan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku dalam lingkungan, kelompok usia maupun masyarakat, sehingga merugikan dirinya maupun orang lain (Heward, 2018).

Prevalensi dampak gangguan mental dan emosi yang diakibatkan oleh penggunaan gadget pada remaja adalah sekitar 1.500.000 anak dan remaja di Amerika Serikat mengalami permasalahan emosi, pertumbuhan, perkembangan dan perilaku. Tidak hanya itu, 12,5% anak di Singapore mengalami gangguan emosi serta perilaku dan mayoritas diantara mereka adalah kelompok anak dan remaja yang kecanduan gadget baik itu smartphone, maupun console game (Zakiah, 2021). Kecanduan gadget secara global di dunia lebih banyak dikaitkan dengan remaja yang berakibat gagal dalam ujian tahun sebelumnya. Kecanduan gadget memediasi secara statistik 54,8% remaja yang mengalami gangguan dengan teman sebaya, 42,2% gangguan emosi, kemudian 38,1% anak yang menderita gangguan hiperaktifitas, dan sebanyak 38,5% gangguan perilaku (Puspitasari, 2019).

Di Indonesia kecanduan gadget pada remaja tercatat sebesar 42,4% dari keseluruhan remaja yang menggunakan gadget, 70% diantaranya mengakses internet untuk hal-hal negatif seperti cybercrime, cyberporn, dan game online lebih dari 3 jam perhari. Kecanduan gadget juga dapat menimbulkan permasalahan fisik seperti mata kering, nyeri punggung, kebersihan yang terabaikan dan gangguan pola tidur. Masalah psikologis dan sosial seperti: penurunan daya ingat, euforia saat online, menarik diri dari lingkungan sosial, merasa cemas dan depresi bila offline (Saputra, 2019).

Faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan emosi pada remaja adalah faktor biologis, perkembangan kognitif, keluarga, lingkungan (lingkungan sekolah, lingkungan teman sebaya, perkembangan teknologi (gadget, kecanduan gadget) (Ahmad, et al, 2019).

Keterkaitan antara penggunaan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku adalah terganggunya perkembangan sosial emosional yang menyebabkan remaja mengalami kegagalan tugas perkembangan sosial emosionalnya, kegagalan mencapai tahap perkembangan sosial emosional cenderung akan melahirkan perilaku sosial dan kondisi emosi yang negatif. Penting untuk dicatat bahwa kecanduan gadget dapat mengurangi kesempatan untuk berinteraksi dengan lingkungan, teman dan kurang dalam aktivitas fisik. Hal Ini juga dapat menyebabkan kurangnya keterampilan dalam bersosialisasi dan kontrol emosional karena reaksi langsung dampak dari penggunaan gadget yang berlebihan (Cho and Lee 2017).

Bentuk gangguan emosi yang muncul dari penggunaan gadget pada remaja adalah

penurunan daya ingat, euforia saat online, menarik diri dari

lingkungan sosial, merasa cemas dan depresi bila offline (Saputra, 2019). Sedangkan menurut Naibaho & Wulandari (2021) gangguan emosi dan perilaku yang muncul akibat kecanduan gadget pada remaja adalah menimbulkan perilaku malas, sikap acuh tak acuh terhadap lingkungan sosial maupun antar teman sebayanya, kurangnya kedekatan dengan orang tua, cenderung menjadi introvert, temperamental, tidak percaya diri, cemas dan gelisah jika tidak menggunakan gadget (Naibaho & Wulandari, 2021).

Fitriana, dkk (2020) dalam penelitiannya menyatakan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan memberi dampak negatif bagi perilaku remaja dalam keluarga, diantaranya ketidakstabilan emosi yang mengakibatkan remaja mudah marah, emosi, gelisah, dan bahkan menggurung diri.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Baderi & Ekawati (2020) tentang hubungan gadget addiction terhadap emosi dan perilaku remaja (Studi di kelas VIII SMPN 1 Peterongan) menyatakan bahwa adanya hubungan antara gadget addiction terhadap permasalahan emosi dan perilaku pada remaja, secara statistik didapatkan nilai  $p = 0,000$ , penelitian ini menyatakan bahwa kecanduan gadget membuat remaja lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain gadget dan lebih dekat dengan kehidupan maya melalui gadget sehingga mengalami kegagalan dalam perkembangan sosial emosional yang menyebabkan remaja mengalami gangguan emosi dan perilaku.

Penelitian yang dilakukan oleh Suryani & Yazia (2023) tentang hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja. Penelitian ini mengungkapkan bahwa 80,04% remaja yang kecanduan gadget mengalami gangguan emosi dan hanya 23,2% remaja yang tidak kecanduan gadget yang mengalami gangguan emosi. Hasil uji statistik menggunakan uji chi-square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja dengan nilai  $p = 0,001$ .

Kota Bukittinggi sebagai salah satu kota berkembang dan kota wisata juga tidak terlepas dari fenomena penggunaan gadget pada remaja. Agregat remaja di Kota Bukittinggi tercatat pada beberapa lembaga pendidikan baik di tingkat SLTP, SMA, SMK maupun Madrasah Aliyah yang secara umum telah mengeluarkan kebijakan larangan penggunaan gadget di lingkungan sekolah. Hal ini tertuang dalam Peraturan Daerah (Perda) Kota Bukittinggi No. 6 tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan BAB 21 (Larangan di Lingkungan Pendidikan) Pasal 61 ayat (5) yang berbunyi “setiap peserta didik dilarang membawa/ menggunakan telepon genggam yang memiliki fitur multimedia” dan jika ada peserta didik yang melanggar sanksi akan diatur dalam Bab 22 (Sanksi Administrasi) Pasal 62 ayat (5) yang berbunyi “setiap peserta didik yang melanggar ketentuan sebagaimana yang disebut dalam pasal 61 ayat (5) diberikan sanksi sebagai berikut : a. teguran lisan; teguran tertulis; pengembalian pada orang tua atau wali”. Maka sejak terbitnya Perda Bukittinggi No. 6 tahun 2014 kebijakan tersebut telah diaplikasikan dan dilaksanakan oleh setiap penyelenggara pendidikan hingga saat ini.

Namun suatu fenomena yang peneliti temukan yaitu adanya salah satu sekolah (SMK) yang tidak menerapkan kebijakan yang tertuang dalam BAB 21 pasal 61 ayat (5) Perda Kota Bukittinggi No. 6 tahun 2014 terkait larangan penggunaan telepon genggam yang memiliki fitur multimedia di lingkungan sekolah yaitu SMK Pembina Bangsa yang cenderung tidak melarang bagi peserta didiknya untuk menggunakan gadget (gelepon genggam dengan fitur multimedia) di lingkungan sekolah.

Berdasarkan Survey awal yang peneliti lakukan di SMK Pembina Bangsa Bukittinggi pada tanggal 22 April 2024. Melalui wawancara kepada guru BK, di dapatkan informasi dari guru BK bahwa secara khusus pihak sekolah tidak memiliki kebijakan terkait larangan penggunaan gadget di sekolah sehingga sering ditemukan kasus-kasus siswa yang

melawan kepada guru ketika ditegur saat menggunakan gadget di jam pelajaran. Lebih lanjut juga diperoleh informasi bahwa adanya perkelahian antar siswa yang sering dipicu oleh saling bully di media sosial dan berkelahi karena diganggu temannya saat bermain game di sekolah

Laporan dari tenaga guru di SMK Pembina Bangsa juga sering ditemukan beberapa siswa yang mengantuk saat belajar di kelas dan hal ini disebabkan gangguan tidur di malam hari akibat kebiasaan menggunakan gadget dengan durasi yang panjang di malam hari menjelang tidur, sehingga siswa menunjukkan motivasi belajar yang kurang, sulit untuk berkonsentrasi yang pada akhirnya sebagai pemicu siswa untuk sering membolos atau tidak datang ke sekolah.

Lebih lanjut peneliti melakukan wawancara terhadap 10 orang siswa di SMK Pembina Bangsa Bukittinggi dan secara keseluruhan memiliki gadget khususnya smartphone. Terkait penggunaan gadget ditemukan 6 dari 10 responden yang diwawancarai menyatakan menggunakan gadgetnya sepanjang waktu kecuali waktu tidur, mereka hampir selalu memegang gadgetnya pada

setiap kegiatan yang dilakukan, seperti waktu santai yang disertai dengan penggunaan gadget, makan sambil menggunakan gadget, serta melakukan berbagai kegiatan juga sambil menggunakan gadget, bahkan untuk ke kamar mandi pun mereka membawa gadgetnya dimana setiap kegiatan yang mereka lakukan selalu diselingi dengan penggunaan gadget. Sedangkan 4 orang lainnya cenderung lebih sering menggunakan gadget di waktu-waktu senggang. Secara keseluruhan secara keseluruhan menyatakan sering mengakses media sosial dan googling (browser internet) serta bermain game online melalui gadget, lebih tertarik menggunakan gadget dibanding belajar serta menyatakan jika tidak membawa gadget atau gadget mereka tertinggal akan merasa cemas, gelisah dan bingung (gejala gangguan emosi) karena sudah terbiasa menghabiskan waktu untuk menggunakan gadget.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk membahas lebih lanjut tentang penggunaan gadget dan kaitannya dengan gangguan emosi pada remaja dalam sebuah penelitian yang berjudul “Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja di SMK Pembina Bangsa Kota Bukittinggi Tahun 2024”.

## METODOLOGI

Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional study. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI dan XII yaitu sebanyak 217 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik proportional stratified random sampling dengan besaran sampel sebanyak 140 responden. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuisisioner SAS-SV dan SDQ. Analisis data pada penelitian ini meliputi analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji spearman rank.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### a. Karakteristik Responden.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

KARAKTERISTIK	f	%
<b>Umur</b>		
Remaja Pertengahan	92	65.7
Remaja Akhir	48	34.3
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki Laki	69	49.3

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 140 orang responden, terdapat lebih dari sebagian yaitu sebanyak 92 orang (65,7%) responden adalah kelompok remaja pertengahan yaitu remaja dengan rentang usia berkisar antara 15 – 17 tahun dan dari segi jenis kelamin ditemukan lebih dari sebagian yaitu sebanyak 71 orang (50,7%) responden adalah remaja perempuan.

b. Kecanduan Gadget

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kecanduan Gadget pada Remaja di SMK Pembina Bangsa Kota Bukittinggi Tahun 2024

Kecanduan Gadget	f	%
Rendah	102	72,9
Sedang	38	27,1
Tinggi	0	0
Jumlah	140	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 140 responden, terdapat lebih dari sebagiannya yaitu sebanyak 102 orang (72,9%) responden adalah remaja dengan kecanduan gadget termasuk kategori rendah, kurang dari sebagian yaitu sebanyak 38 orang (27,1%) responden dengan kecanduan gadget termasuk kategori sedang serta tidak ditemukan responden dengan kecanduan gadget tinggi. kecanduan apabila seseorang tidak dapat mengontrol keinginannya dan menyebabkan dampak negatif pada diri individu yang bersangkutan (Yuwanto, 2013). Sehingga dapat dinyatakan bahwa yang termasuk kategori kecanduan gadget adalah kondisi individu yang tidak dapat mengendalikan keinginannya untuk menggunakan gadget sehingga dapat menimbulkan dampak negatif.

Berbeda dengan penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Muflih, dkk (2017) tentang Penggunaan Smartphone dan interaksi sosial pada remaja di SMA Negeri 1 Kalasan Sleman Yogyakarta. Hasil penelitian ini juga menyatakan bahwa tingkat penggunaan gadget terbanyak pada remaja adalah kategori penggunaan sedang yaitu sebesar 54,1%.

Asumsi peneliti bahwa mayoritas responden adalah kelompok remaja dengan kategori kecanduan gadget yang rendah, namun juga ditemukan kurang dari sebagian responden adalah remaja dengan kecanduan gadget dalam kategori sedang. Permasalahan kecanduan gadget yang ditemukan pada penelitian ini berupa kebiasaan responden untuk menggunakan gadget dalam jangka waktu yang panjang, sehingga mereka sering melupakan pekerjaan yang sudah direncanakan, menghabiskan banyak waktu sia-sia untuk bermain gadget serta mengalami keluhan sakit kepala dan sakit di mata karena durasi bermain gadget yang panjang atau lama. Namun tidak ditemukan remaja yang tidak mampu mengendalikan diri untuk tidak bermain gadget, merasa cemas, gelisah dan tidak percaya diri saat bermain gadget. Sehingga ciri- ciri kecanduan gadget yang tinggi tidak ditemukan pada agregat remaja di SMK Pembina Bangsa Kota Bukittinggi dimana tingkat kecanduan mayoritas rendah dan sebagian kecil sedang.

Adapun faktor yang mempengaruhi penggunaan gadget pada responden adalah kesukaan terhadap fitur-fitur yang disediakan oleh gadget dari golongan smartphone yaitu untuk bersosial media maupun bermain game online, sehingga sering remaja menghabiskan banyak waktu untuk bermain gadget. Namun durasi penggunaan gadget masih cenderung tidak terlalu panjang atau tinggi karena di sini remaja masih mampu mengendalikan kesabaran untuk tidak bermain gadget, tetap merasa percaya diri walaupun tidak menggunakan gadget dan masih memperhatikan keberimbangan sosialisasi dan interaksi di dunia maya melalui gadget dan sosialisasi dalam kehidupan nyata.

Jika ditinjau dari segi karakteristik tidak ditemukan kecenderungan responden

berdasarkan jenis kelamin maupun usia terhadap kecanduan gadget dimana tingkat kecanduan gadget terlihat hampir merata pada kelompok responden berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan begitu juga jika ditinjau berdasarkan karakteristik usia, dimana tingkat kecanduan gadget rendah maupun kecanduan gadget sedang terlihat berimbang pada kelompok responden berdasarkan karakteristik usia. Hal ini juga berkaitan dengan karakteristik usia responden yang mayoritas adalah kelompok remaja pertengahan (usia 15 – 17 tahun) dan hanya sebagian kecil kelompok usia remaja akhir (18 – 21 tahun) serta tidak ada responden dari kelompok remaja awal (11 – 14 tahun), sehingga dari segi karakteristik usia tidak ditemukan perbedaan tingkat kecanduan.

Pada kelompok responden laki-laki, penggunaan gadget cenderung lebih dominan untuk hiburan dengan bermain game, terutama game online namun pada kelompok perempuan penggunaan gadget cenderung lebih banyak untuk bermedia sosial dan kedua jenis fitur yang tersedia ini merupakan fitur-fitur yang paling banyak diakses oleh kelompok remaja, yaitu bermain game online bagi laki-laki dan sosial media pada kelompok remaja perempuan.

Kontrol orang tua serta pihak sekolah juga memberikan peran yang cukup signifikan terhadap durasi penggunaan gadget pada remaja, dimana remaja merupakan kelompok usia yang masih mendapat kontrol aktivitas yang cukup dari orang tua maupun guru, termasuk dalam hal penggunaan gadget yang dianggap dapat memberikan efek negatif jika digunakan secara berlebihan.

#### c. Gangguan Emosi

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Gangguan Emosi pada Remaja di SMK Pembina Bangsa Kota Bukittinggi Tahun 2024

Gangguan Emosi	f	%
Positif	76	54,3
Negatif	64	45,7
Jumlah	140	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 140 responden, terdapat lebih dari sebagiannya yaitu sebanyak 76 orang (54,3%) responden dengan gangguan emosi positif dan kurang dari sebagian yaitu sebanyak 64 orang (45,7%) responden dengan gangguan emosi negatif.

Namun demikian, pada penelitian ini juga ditemukan hampir setengah dari responden dengan kondisi gangguan emosi yang cenderung negatif. Yaitu ditemukannya sebagian remaja dengan masalah gangguan pada hubungan teman sebaya (peer problem) yang memiliki satu atau lebih teman baik mudah berteman dengan orang dewasa dari pada orang-orang seusianya. Selanjutnya permasalahan gangguan emosi juga ditemukan pada indikator conduct problem yaitu adanya remaja yang memiliki kebiasaan menentang aturan atau perintah.

Emosi adalah respon yang dirasakan setiap individu dikarenakan rangsangan baik dari faktor luar dan dalam diri setiap individu. Bentuk-bentuk dari emosi yang sering dirasakan oleh setiap individu tersebut antara lain adalah senang, sedih, marah, kecewa dan lain sebagainya. Emosi adalah suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak (Rubiani & Sembiring, 2018).

Emosi muncul pada saat manusia berinteraksi dengan lingkungan dan merupakan hasil upaya untuk beradaptasi dengan lingkungannya (Baihaqi, 2017). Gangguan emosi adalah kesulitan penyesuaian diri dan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku dalam lingkungan, kelompok usia maupun masyarakat, sehingga merugikan



dirinya maupun orang lain (Heward, 2018).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suryani & Yazia (2023) tentang hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja. Penelitian ini mengungkapkan bahwa 80,04% remaja yang kecanduan gadget mengalami gangguan emosi dan hanya 23,2% remaja yang tidak kecanduan gadget yang mengalami gangguan emosi.

Asumsi peneliti bahwa lebih dari sebagian responden adalah kelompok remaja yang tidak mengalami gangguan emosi dimana dari hasil penelitian ditemukan lebih dari sebagian responden menyatakan berusaha untuk bersikap baik dan peduli dengan perasaan orang lain, memikirkan akibat dari tindakan yang akan dilakukan serta mayoritas responden menyatakan tidak memiliki kebiasaan mengambil barang milik orang lain. Kondisi tersebut menunjukkan kondisi-kondisi emosi yang positif serta tidak mengalami gangguan.

Namun pada penelitian ini juga ditemukan kurang dari sebagian responden merupakan remaja yang mengalami gangguan emosi yang cenderung negatif. Meskipun secara frekuensi dan persentase remaja yang mengalami gangguan emosi negatif lebih kecil namun kondisi ini cukup untuk menjadi perhatian bagi semua pihak, baik pihak sekolah, orang tua maupun masyarakat. Karena temuan permasalahan gangguan emosi secara persentase hampir setengah dari responden.

Bentuk gangguan emosi terbanyak yang ditemukan pada remaja di SMK Pembina Bangsa Kota Bukittinggi adalah peer problem yaitu permasalahan dengan teman sebaya, yaitu hanya memiliki sedikit teman sebaya dan lebih mudah berteman dengan orang-orang dewasa jika dibandingkan dengan individu seusai mereka. Disamping dampak positif yaitu memberikan pengalaman psikologis dan pola pikir yang lebih luas dan dewasa. Namun hal ini juga memberikan dampak negatif yang tidak sedikit, yaitu kecenderungan remaja untuk lebih mudah berteman dan bergaul dengan orang dewasa akan mengganggu proses perkembangan remaja yang terlalu cepat, karena pola pikir dan dimensi pergaulan usia dewasa sebagian besarnya tidak cocok dengan usia remaja, seperti pola hubungan dengan pasangan, pemikiran akan finansial dan tujuan hidup orang dewasa yang apabila diadopsi oleh remaja akan menimbulkan dampak negatif, diantaranya adalah meningkatkan resiko pernikahan dini pada remaja, perubahan fokus dari belajar untuk bekerja atau mencari uang serta gangguan pola interaksi dengan teman sebaya.

Permasalahan gangguan emosi pada indikator peer problem khususnya kesukaan berteman dengan orang dewasa juga akan merubah pola pemikiran yang cenderung merasa diri lebih atau sudah dewasa sehingga memunculkan permasalahan lain yaitu conduct problem khususnya kecenderungan remaja untuk tidak suka diatur dan cenderung membantah. Hal ini terjadi karena mereka merasa sudah dewasa dan mampu mengambil keputusan sesuai dengan keinginan mereka yang pada akhirnya menciptakan kondisi remaja yang sulit diatur baik oleh orang tua, guru maupun lingkungannya.

Banyak faktor yang ikut mempengaruhi gangguan emosi pada remaja, jika ditinjau dari segi karakteristik terlihat adanya kecenderungan remaja laki-laki untuk menunjukkan gangguan emosi positif jika dibandingkan dengan remaja perempuan, dimana perempuan lebih cenderung menunjukkan gangguan emosi negatif jika dibandingkan dengan kelompok remaja laki-laki. Hal ini biasa terjadi pada kelompok remaja perempuan yang lebih sering membentuk kelompok-kelompok teman sebaya dan antara kelompok sering terjadi proses rivalry atau persaingan dan tidak jarang hingga terjadinya perkelahian atau pertengkaran.

d. Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja

Tabel 4 Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja

Kecanduan Gadged	Gangguan Emosi						p value	R
	Positif		Negatif		Total			
	f	%	f	%	f	%		
Rendah	68	66,7	34	33,3	102	100	0,000	0,365
Sedang	8	21,1	30	78,9	38	100		
Tinggi	0	0	0	0	0	0		
Jumlah	76	54,3	64	45,7	140	100		

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 102 responden dengan kecanduan gadged termasuk kategori rendah, ditemukan kurang dari sebagiannya yaitu sebanyak 34 orang (33,3%) responden dengan kondisi gangguan emosi negatif dan dari 38 responden dengan kecanduan gadged kategori sedang ditemukan sebagian besarnya yaitu sebanyak 30 orang (78,9%) responden dengan kondisi gangguan emosi negatif. Berdasarkan hasil analisis statistik menggunakan rank spearman test didapatkan nilai  $p = 0,000$  dan koefisien korelasi ( $r$ ) = 0,365. Artinya terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kecanduan gadged dengan gangguan emosi pada remaja dengan kekuatan hubungan cukup kuat.

Keterkaitan antara penggunaan gadged dengan gangguan emosi dan perilaku adalah terganggunya perkembangan sosial emosional yang menyebabkan remaja mengalami kegagalan tugas perkembangan sosial emosionalnya, kegagalan mencapai tahap perkembangan sosial emosional cenderung akan melahirkan perilaku sosial dan kondisi emosi yang negatif.

Penting untuk dicatat bahwa kecanduan gadget dapat mengurangi kesempatan untuk berinteraksi dengan lingkungan, teman dan kurang dalam aktivitas fisik. Hal Ini juga dapat menyebabkan kurangnya keterampilan dalam bersosialisasi dan kontrol emosional karena reaksi langsung dampak dari penggunaan gadget yang berlebihan (Cho and Lee 2017).

Bentuk gangguan emosi yang muncul dari penggunaan gadged pada remaja adalah penurunan daya ingat, euforia saat online, menarik diri dari lingkungan sosial, merasa cemas dan depresi bila offline (Saputra, 2019). Sedangkan menurut Naibaho & Wulandari (2021) gangguan emosi dan perilaku yang muncul akibat kecanduan gadged pada remaja adalah menimbulkan perilaku malas, sikap acuh tak acuh terhadap lingkungan sosial maupun antar teman sebayanya, kurangnya kedekatan dengan orang tua, cenderung menjadi introvert, temperament, tidak percaya diri, cemas dan gelisah jika tidak menggunakan gadged (Naibaho & Wulandari, 2021).

Sejalan dengan penelitian telah yang dilakukan oleh Baderi & Ekawati (2020) tentang hubungan gadget addiction terhadap emosi dan perilaku remaja (Studi di kelas VIII SMPN 1 Peterongan) menyatakan bahwa adanya hubungan antara gadged addiction terhadap permasalahan emosi dan perilaku pada remaja, secara statistik didapatkan nilai  $p = 0,000$ , penelitian ini menyatakan bahwa kecanduan gadged membuat remaja lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain gadged dan lebih dekat dengan kehidupan maya melalui gadged sehingga mengalami kegagalan dalam perkembangan sosial emosional yang menyebabkan remaja mengalami gangguan emosi dan perilaku.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Suryani & Yazia (2023) tentang hubungan kecanduan gadged dengan gangguan emosi pada remaja juga menunjukkan hasil yang hampir sama, yaitu penelitian ini mengungkapkan bahwa 80,04% remaja yang kecanduan gadged mengalami gangguan emosi dan hanya 23,2% remaja yang tidak kecanduan gadged yang mengalami gangguan emosi. Hasil uji statistik menggunakan uji chi-square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kecanduan gadged dengan gangguan emosi pada remaja dengan nilai  $p = 0,001$ .

Asumsi peneliti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan gadged dengan gangguan emosi pada remaja, dimana semakin tinggi tingkat kecanduan gadged

maka semakin tinggi resiko gangguan emosi yang negatif dan begitu pula sebaliknya semakin rendah tingkat kecanduan gadget maka akan semakin rendah pula temuan gangguan emosi negatif pada remaja.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja di SMK Pembina Bangsa Kota Bukittinggi dapat disimpulkan bahwa kurang dari sebagian (27,1%) responden adalah remaja dengan tingkat kecanduan gadget dalam kategori sedang.

Hampir setengah (45,7%) dari responden adalah remaja dengan kondisi gangguan emosi termasuk kategori negatif.

Terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja dengan arah hubungan positif dan kekuatan hubungan yang cukup kuat ( $p = 0,000$  dan  $r = 0,365$ ).

## DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, D. 2016. Faktor-Faktor Resiko Kecanduan Menggunakan Smartphone pada Siswa di SMK Negeri 1 Kalasan Yogyakarta. Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ahmad., R. A. 2019. Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Gangguan Emosi Dan Perilaku Remaja', Jurnal Keperawatan 6(2), pp.148–157.
- Alizamar, A., Fikri, M., & Afdal, A. 2017. Social anxiety of youth prisoners and guidance and counseling services for prevention. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling, 30-36.
- APJII. 2022. Survey Pengguna Internet di Indonesia tahun 2022. APJII diakses dari [https://apjii.or.id/berita/d/apjii-di-indonesia-digital-outlook-2022\\_85](https://apjii.or.id/berita/d/apjii-di-indonesia-digital-outlook-2022_85) 4 Juni 2024.
- Badan Pusat Statistik. 2020. Sensus penduduk 2010 - Penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin [Population survey - Population according to age and gender group]. Retrieved from <https://sp2010.bps.go.id/index.php/site/tabel?tid=336&wid=0>.
- Baderi 2020. Hubungan gadget addiction terhadap emosi dan perilaku remaja (studi di kelas VIII SMPN 1 Peterongan). Insan Cendekia, 7(2), 114–120.
- Baihaqi, MIF Sunardi., Akhsan Riksmas, N.R., & Heryati Euis. 2007. PSIKIATRI (Konsep Dasar Gangguan-gangguan). Bandung: PT. Refika Aditama.
- Chiu Shao-I, 2014. The Relationship Between Life Stress And Smartphone Addiction On Taiwanese University Student: A Meditation Model Of Learning Self Efficacy And Social Efficacy. Computers in Human Behavior, 34, (2014) 49-57.
- Cho, Lee., & Lee, S.-J. 2017. Prevalence and predictors of smartphone addiction proneness among Korean adolescents. Children and Youth Services Review, 77, 10–17. doi:10.1016/j.chilyouth.2017.04.002.
- Chusna, Puji Asmaul. 2017. Pengaruh Media Gadget Pada Perkembangan Karakter Anak. Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan Vol. 17, No. 2, November 2017
- Efendi, F. 2013. "Pengaruh Gadget Terhadap Perkembangan Anak Usia Dini". (Online). <http://fuadefendi.blogspot.in/2014/01/pengaruh-gadget-terhadap-perkembangan.html>.
- Goleman, D. 2009. Kecerdasan Emosional. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hastono, Sutanto Priyo. 2014. Statistik Kesehatan. Jakarta: PT. Raja Grafindo Perkasa.
- Heward. 2018. Exceptional Children an Introduction to Special Education. New Jersey : Merrill.
- Hurlock, E, B. 2016. Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga.
- Hwang KH, Yoo YS, & Cho OH, 2012. Smartphone Overuse And Upper Extremity Pain, Anxiety, Depression, And Interpersonal Relationships Among College Students. The Journal of the Korea Contents Association, 12(10), 365–375.
- Irawan. Jaka, dkk. 2013. Pengaruh kegunaan gadget terhadap kemampuan bersosialisasi pada remaja, jurnal An-nafs. (online). Vol. 08, No.02,

- <https://scholar.google.co.id/scholarjurnal+gadget+irawan+jaka&btn>.
- Izard, C. 2011. E, Wooburn, E, M, Finlon, KJ, Ewing, ESK, Stacy R. Grossman, SR & Adiena Seidenfeld. *Journal of Emotion Review*, 3(1), 44-52.
- Kadir D, Mehmet A, dan Abdullah A, 2015. Relationship of Smartphone Use Severity with Sleep Quality, Depression, and Anxiety in University Students. *Journal of Behavioral Addiction* 4(2) : 85-92
- Khan, et al. 2019. *Handbook of Research on Mobile Devices and Smart Gadgets in K-12 Education*. IGI Global.
- Kominfo. 2017. *Survey Penggunaan TIK Tahun 2017 Serta Implikasinya Terhadap Aspek Sosial Budaya Masyarakat*. Jakarta: KOMINFO RI.
- Kurniawan, I Gde Yudhi. 2017. *Hubungan Depresi Dan Kecemasan Dengan Smartphone Addiction Pada Coass Program Studi Pendidikan Dokter Di Provinsi Bali*. Tesis: Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Bali.
- Kuss DJ & Griffiths MD, 2011. Online social networking and addiction—a review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528–3552.
- Kwon M, Kim DJ, Cho H, & Yang S, 2013. Development and Validation of a Smartpone Addiction Scale (SAS). *Jurnal akses terbuka secara online [diakses, 23 Mei tahun 2024] tersedia dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov>*.
- Lestarina, Ni Nyoman Wahyu. 2022. Problem Emosi Dan Perilaku Remaja Di Wilayah Gresik. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, Jilid 12, Nomor 2, Desember 2022, hlm. 56-61.
- Mulyani, Annisa Ayunin. 2022. *Hubungan Penggunaan Gadget Terhadap Perubahan Perilaku Pada Remaja Awal Di Rw.13 Kelurahan Harapan Jaya Kecamatan Cibinong Kabupaten Bogor*. Skripsi: Prodi Keperawatan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Binawan.
- Naibaho, Christopher Damian Unisi & Gusti Agung Ayu Wulandari. 2021. Kontribusi Intensitas Pemakaian Gadget dan Peran Orang Tua Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas V SD. *JP2*, Vol. 4 No. 1, Tahun 2021, pp. 59-68p-ISSN: 2614-3909 e-ISSN: 2614-3895.
- Newzoo. 2020. Top Countries by Smartphone Users. Available at: <https://newzoo.com/insights/rankings/top-countries-bysmartphonepenetration-and-users/>.
- Notoadmodjo. Soekidjo. 2012 *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rhineka Cipta.
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. Edisi 3. Jakarta: Salemba Medika.
- Oktaviana, Mistety & Supra Wimbarti. 2014. Validasi Klinik Strenghts and Difficulties Questionnaire (SDQ) sebagai Instrumen Skrining Gangguan Tingkah Laku. *Jurnal Psikologi* Volume 41, No. 1, Juni 2014: 101 – 114.
- Orizani, C. M., Adianti, N. F., & Meyvanni, E. S. (2022). Regulasi Emosi Melalui Emotion Focus Therapy (EFT) Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Adi Husada Nursing Journal*, 8(2), 78. <https://doi.org/10.37036/ahnj.v8i2.350>.
- Puspitasari. 2019. Hubungan Tingkat Adiksi Penggunaan Aplikasi Jejaring Sosial Terhadap Kecerdasan Emosional Siswa Kelas V SD Segugus I Kecamatan Sedayu Bantul Yogyakarta. *Jurnal PGSD Indonesia* Vol.3 No.2.
- Putri, Annisa Yusonia. 2018. Hubungan Antara Kecanduan Smartphone Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja. Skripsi: UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Raihana, 2018. Dampak Kecanduan Gadget Terhadap Perkembangan Emosi Dan Prilaku Anak Usia Dini. *Al Hikmah Proc Islamic Ear Child Educ*, Vol. 1 (2018), 53-62.
- Rosenberg, K. P. and Feder, L. C. 2014. An Introduction to Behavioral Addictions', in Rosenberg, K. P. and Feder, L. C. (eds) *BEHAVIORAL ADDICTIONS Criteria, Evidence, and Treatment*. London: Elsevier Inc., pp. 1–18.
- Rubiani, Alhila & Shirley Melita Sembiring. 2018. Perbedaan Regulasi Emosi pada Remaja Ditinjau dari Faktor Usia di Sekolah Yayasan Pendidikan Islam Swasta Amir Hamzah Medan. *Jurnal Diversita* Vol. 4, No. 2.
- Saputra. 2019. Pengaruh Sistem Informasi Manajemen Terhadap Peningkatan Kualitas Pelayanan Di Pt. Jasaraharja Putra Cabang Bengkulu. *Profesional: Jurnal Komunikasi Dan Administrasi Publik*, 6(1), 42–60.

- Sarwono, W. Sarlito. 2016. Psikologi Remaja. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D. ALFABETA.
- Suryani, Ulfa & Velga Yazia. 2023. Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja. Jurnal Keperawatan Volume 15 Nomor 2, Juni 2023 e-ISSN 2549-8118; p-ISSN 2085-1049.
- Tarwoto, Aryani R, dkk. 2010. Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.
- Wardhani, Dina Kusuma. 2018. Pengaruh Gadget terhadap Perkembangan Psikologis bagi Anak Usia Dini. Jurnal Penelitian dan Perkembangan Anak Usia Dini. Vol 3 No 1, November 2018.
- WHO. 2022. Adolescent Health. Diakses dari [https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1) 1 Juni 2024.
- Widiawati, I., Sugiman, H., & Edy. 2014. Pengaruh penggunaan gadget terhadap daya kembang anak. Jakarta : Universitas Budi Luhur. <http://stmikglobal.ac.id/wpcontent/uploads/2014/05/ARTIKELIIS.pdf>. Diakses 1 Juni 2024.
- Woyke, E. 2014. The Smartphone: Anatomy of An Industry. New York: The new Press, (pp. 2).
- Yuwanto L, 2013. Pengembangan Alat Ukur Blackberry Addict. Jurnal Proceeding PESSAT. Bandung, 8-9 Oktober 2013. Vol. 05 Oktober 2013. ISSN:1858-2559.
- Zakia. 2021. Kecanduan Gadget Dengan Emosi Dan Perilaku Remaja, Jurnal Buletin Kesehatan. Vol 6 No 2 : 187 : 194.