

# HUBUNGAN KECANDUAN GADGET DENGAN GANGGUAN EMOSI PADA REMAJA (Di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang)

*by Lusy Reza Safitry*

---

**Submission date:** 30-Jan-2025 05:44PM (UTC+1000)

**Submission ID:** 2575142752

**File name:** SKRIPSI\_LUSY\_CEK\_TURNIT\_-\_Secret\_2lfe5.docx (675.97K)

**Word count:** 10816

**Character count:** 69968

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN KECANDUAN GADGET DENGAN GANGGUAN EMOSI  
PADA REMAJA**

**(Di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang)**



**LUSY REZA SAFITRY  
213210124**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS KESEHATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN DAN KESEHATAN  
INSAN CENDEKIA MEDIKA  
JOMBANG  
2025**

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar belakang**

Gangguan emosional adalah masalah kesehatan mental mengacu pada keadaan kesejahteraan yang memengaruhi emosi dan suasana hati seseorang, membentuk bagaimana mereka merasakan, berpikir, dan menanggapi tantangan hidup. Gangguan ini melibatkan berbagai gejala, seperti fluktuasi suasana hati, kesulitan fokus, dan perilaku agresif (Saputri & Isa, 2024). Masa remaja ialah periode yang ditandai oleh perubahan besar dalam dimensi fisik, emosional, dan sosial. Secara emosional, remaja sering mengalami perubahan suasana hati yang cepat, beralih dari kebahagiaan ke kesedihan atau kemarahan, sebagian besar disebabkan oleh perubahan hormonal. Ketika remaja menghadapi gangguan emosional yang ekstrem, hal itu dapat mengakibatkan depresi atau kecemasan. Dalam kasus seperti itu, dukungan dari lingkungan sekitar mereka memainkan peran penting dalam membantu mereka mengembangkan keterampilan manajemen emosi dan stres yang sehat. (Juliani & Wulandari, 2022).

Menurut UNICEF (2024) 13% remaja berusia antara 10 dan 19 tahun terpengaruh oleh gangguan mental yang terdiagnosis. Namun, hanya 40% dari mereka yang mencari bantuan profesional. Stigma sosial yang mengelilingi kesehatan mental terus menjadi hambatan signifikan bagi remaja yang mencari bantuan, terutama untuk kondisi seperti depresi dan kecemasan. Menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 2022 sekitar 34,9% remaja di Indonesia sekitar 15,5 juta mengalami masalah kesehatan mental, dengan sekitar 5,5% didiagnosis

dengan gangguan mental yang parah. Kondisi yang paling umum termasuk gangguan kecemasan (3,7%) dan depresi berat (1,0%). Jawa Timur menunjukkan peningkatan signifikan dalam kasus gangguan emosional pada remaja. Tahun 2023, Rumah Sakit Jiwa Menur mencatat 4.765 pasien pada kuartal pertama, 1.408 pasien pada kuartal II, dan 2.465 pasien pada kuartal III, penyebab utama gangguan ini termasuk kecanduan gadget, *bullying*, dan faktor lingkungan (Elaine, 2023). Penelitian sebelumnya membuktikan bahwa di SMPN 4 Jombang sekitar 77,5% remaja mengalami kecemasan, dan 63,8% mengalami frustrasi (Dwinata *et al.*, 2024).

Menurut hasil survei Nuramadan *et al* (2023) di Indonesia, 31,4% remaja mengalami masalah kecanduan gadget, dengan 19,3% di antaranya diidentifikasi sebagai kecanduan selama pandemi. Di SMPN 1 Peterongan Jombang, 48,9% remaja mengalami kecanduan gadget, yang terkait dengan masalah emosional dan perilaku. Di antara 84 responden dalam penelitian ini, 41 menunjukkan tingkat kecanduan yang tinggi, yang berdampak negatif pada kesejahteraan emosional mereka. (Baderi & Ekawati, 2020). Sebuah studi pendahuluan yang dilakukan pada tahun 2024 di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, yang melibatkan 10 siswa dan menggunakan kuesioner, menunjukkan bahwa 60% dari siswa mengalami gangguan emosional.

Adapun faktor yang dapat memengaruhi gangguan emosi pada remaja meliputi faktor biologis, faktor psikologis, dan faktor lingkungan (Ahmad, 2019). Gangguan emosional mengacu pada tantangan dalam pengaturan diri dan perilaku yang menyimpang dari norma masyarakat dan kelompok usia. (Ayinni, 2023). Kecanduan terhadap gadget dapat mengakibatkan berbagai efek negatif, termasuk

perkembangan masalah sosial dan gangguan emosional di antara pengguna, terutama remaja. Telah diakui secara luas bahwa pengendalian emosional sangat terkait dengan kecerdasan emosional individu. Remaja yang menderita kecanduan gadget sering kali mengalami kesulitan dalam berkomunikasi, menunjukkan ketidakpedulian, dan menjadi kurang responsif ketika orang tua mereka berusaha mengajak mereka berbicara. Hal ini dapat menyebabkan semakin besarnya jarak antara remaja dan orang tua mereka, lingkungan mereka, dan bahkan teman sebaya mereka (Khairul, 2023). Remaja sering berjuang untuk mengendalikan emosi mereka karena mereka tidak dapat melepaskan diri dari gadget, membuat mereka mengabaikan lingkungan mereka. Misalnya, ketika orang tua meminta bantuan, remaja sering menanggapi dengan “nanti”, menunjukkan kurangnya empati atau kepekaan terhadap orang-orang di sekitar mereka. Saat ini, banyak remaja dari generasi milenial menjadi tidak aktif, lebih suka menyendiri, lebih sedikit bersosialisasi, dan mengembangkan kecenderungan introvert karena mereka sering mengisolasi diri di rumah atau di kamar mereka. Perilaku ini berdampak negatif pada kesehatan fisik dan kesejahteraan mental mereka. Menggunakan ponsel secara terus menerus bisa menimbulkan kecemasan bahkan sampai depresi. Remaja dengan kecanduan *smartphone* mereka lebih mungkin mengalami stres kronis dan menunjukkan stabilitas emosional cukup rendah (Iradat, 2024).

Upaya untuk mengatasi gangguan emosional dapat dilakukan dengan membina lingkungan yang mendukung yang melibatkan keluarga dan teman dalam kegiatan positif, membantu remaja merasa dihargai dan didukung. Diskusi terbuka tentang masalah mereka, disertai dengan jaminan bahwa mereka tidak dihakimi, sangat penting. Salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap gangguan emosional

di kalangan remaja adalah kecanduan gadget. Sangat penting untuk mendidik remaja tentang risiko kecanduan gadget dan dampaknya terhadap kesejahteraan emosional mereka. Pendidikan ini dapat diberikan melalui seminar sekolah, inisiatif yang dipimpin pemerintah, atau program oleh organisasi kesehatan. Selain itu, mempromosikan penggunaan gadget untuk tujuan produktif, seperti belajar atau pengembangan keterampilan, dapat membantu meminimalkan paparan terhadap konten yang berbahaya (Maulia, 2024).

## <sup>26</sup> 1.2 Rumusan masalah

Apakah ada Hubungan Kecanduan Gadget Dengan Gangguan Emosi Pada Remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang?

## <sup>56</sup> 1.3 Tujuan

### 1.3.1 Tujuan umum

Menganalisis Hubungan Kecanduan Gadget Dengan Gangguan Emosi Pada Remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang.

### <sup>62</sup> 1.3.2 Tujuan khusus

- <sup>9</sup> 1. Mengidentifikasi kecanduan gadget pada remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang.
2. Mengidentifikasi gangguan emosi pada remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang.
3. Menganalisis Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang.

## 1.4 Manfaat penelitian

### 1.4.1 Manfaat teoritis

Studi ini ditujukan sebagai referensi untuk studi masa depan dan bahan bacaan tentang topik yang sama, berkontribusi pada kemajuan pendidikan, khususnya dalam pendidikan keperawatan serta dapat menambah pengetahuan serta wawasan tentang gambaran emosional remaja akibat kecanduan gadget, dan faktor-faktor yang menyebabkan remaja mengalami gangguan emosi.

### 1.4.2 Manfaat praktis

Bagi lembaga pendidikan, studi ini bisa digunakan acuan sebagai studi masa depan yang bertujuan untuk memajukan pengetahuan, menyempurnakan metodologi penelitian, dan mendorong pengembangan masyarakat dalam lingkungan pendidikan. Untuk remaja, orang tua, guru, dan profesional kesehatan penelitian ini dapat memberikan panduan tentang kecanduan gadget terkait dengan gangguan emosi. Serta membantu dalam merumuskan kebijakan penggunaan teknologi yang seimbang untuk mengurangi dampak negatif emosional.

## <sup>3</sup> BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Konsep remaja

##### 2.1.1 Definisi Remaja

Remaja ialah tahap periode dari masa anak-anak dan dewasa, mencakup berbagai perkembangan dan mempersiapkan individu untuk kehidupan dewasa. Perubahan perkembangan ini meliputi aspek fisik, psikologis, dan sosial. Sebagai tahap kritis dalam pertumbuhan manusia, masa remaja ditandai oleh transformasi signifikan, termasuk penyesuaian biologis, emosional, dan sosial, saat individu beralih dari masa anak - anak ke dewasa.

Masa remaja yakni fase kritis pertumbuhan pribadi, ditandai dengan transformasi fisik, emosional, dan sosial yang substansial. Selama tahap ini, Kesejahteraan mental memiliki peran yang sangat krusial, karna memengaruhi pertumbuhan karakter individu remaja, kinerja akademik, dan interaksi antar individu (Hameli *et al.*, 2023).

Pada tahap ini, kaum remaja diarahkan untuk berpartisipasi dalam berbagai aktivitas yang sarat makna guna mengasah kapasitas pribadi dan memperkuat ketangguhan mental mereka, sehingga mampu mengemban peran sebagai generasi penerus bangsa. Dukungan terhadap perkembangan ini menjadi krusial agar remaja dapat mencapai kesejahteraan psikologis yang paripurna, memungkinkan mereka untuk menggali dan mengaktualisasikan potensi diri secara maksimal. (Ardini & Sugiarti, 2024).

### 2.1.2 Tahap-Tahap Perkembangan Remaja

Remaja atau masa adolescence berlangsung dari usia 11 tahun hingga 20 tahun. Masa remaja dapat dipecah jadi tiga fase: Remaja awal (usia 10-13thn), remaja pertengahan (usia 14-16thn), dan remaja akhir (usia 17-19 thn).

Menurut Ermis (2022) Remaja adalah fase yang menarik perhatian signifikan karena karakteristik uniknya dan perannya yang krusial dalam membentuk individu untuk peran mereka di masyarakat dewasa di masa depan. Perkembangan remaja biasanya dibagi menjadi tiga fase yang berbeda, antara lain:

#### 1. Masa remaja awal (10-13 thn)

Fase ini, individu baru bertransisi dari sebagai anak - anak dan bekerja untuk mencari identitas mereka sebagai pribadi yang mandiri, terpisah dari orangtua mereka. Penekanan diberikan pada penerimaan penampilan fisik dan kondisi mereka, serta membangun hubungan yang kuat dan keselarasan dengan teman mereka.

#### 2. Masa remaja pertengahan (14-16 thn)

Tahap ini ditandai oleh munculnya kemampuan kognitif tingkat lanjut. Remaja pada usia ini memiliki kebutuhan yang kuat akan persahabatan, dengan teman sebaya yang terus memainkan peran penting, meskipun mereka menjadi lebih mandiri. Mereka mulai menunjukkan kedewasaan perilaku, belajar mengelola perilaku impulsif dan membuat evaluasi pertama dengan jalur karir yang potensial. Selain itu, penerimaan dan validasi dari lawan jenis menjadi sangat signifikan selama periode ini.

### 3. Masa remaja akhir (17-19 tahun)

Fase akhir sebagai tanda transisi menuju kedewasaan. Selama fase ini, perubahan fisik melambat saat tubuh mencapai kematangan penuh. Rasa identitas diri yang lebih jelas mulai muncul, meskipun mungkin masih berkembang. Pemikiran tentang masa depan, termasuk aspirasi karir dan pendidikan lanjutan, menjadi lebih menonjol dan menjadi pusat perhatian. Hubungan dengan orang tua sering membaik dibandingkan dengan tahap sebelumnya, mencerminkan kedewasaan yang tumbuh dan pemahaman yang lebih baik tentang perspektif orang dewasa.

Berdasarkan pemahaman tersebut, dapat diartikan bahwa fase transformasi remaja menunjukkan dari fase awal remaja, sering mengalami kebingungan dan kecemasan akibat perubahan fisik dan psikologis yang mereka alami. Namun, pada fase tengah masa remaja, mereka biasanya menjadi lebih nyaman dengan keadaan mereka, mendapatkan kepercayaan diri saat mereka menyadari bahwa pengalaman dan tantangan mereka dibagikan oleh teman sebaya mereka.

#### 11 2.1.3 Tugas tugas perkembangan remaja

Tugas perkembangan terkait erat dengan proses pembelajaran, karena perkembangan kehidupan manusia dilihat sebagai upaya untuk bergerak melampaui perilaku dan sikap kekanak-kanakan sambil mempelajari norma-norma sosial dan praktik budaya untuk beradaptasi dengan sukses dengan situasi kehidupan nyata.

Menurut Hurlock (2017), tugas perkembangan masa remaja meliputi:

1. Proses mencapai kedewasaan yang lebih besar dalam hubungan dengan teman sebaya.

2. Proses untuk mewujudkan perilaku yang bertanggung jawab di sosial sebagai pria dan wanita.
3. Kemampuan untuk menerima kondisi fisik mereka apa adanya.
4. Proses mengembangkan perilaku yang bertanggungjawab.
5. Menyiapkan karier.
6. Proses mendapatkan otonomi emosional dari orang dewasa, termasuk orang tua.
7. Mempersiapkan diri untuk menikah.
8. Proses mencapai kemandirian yang lebih besar dan mendapatkan penerimaan dalam masyarakat.

#### 2.1.4 Perubahan pada remaja

Menurut Jose (2022) perubahan pada masa remaja meliputi beberapa aspek yang dapat dikategorikan dalam perubahan fisik, emosional dan kognitif sebagai berikut:

##### 1. Perubahan fisik

Masa remaja ditandai dengan perubahan fisik yang signifikan memungkinkan individu untuk mengembangkan kemampuan reproduksi. Perubahan spesifik selama periode ini meliputi pertumbuhan tinggi badan yang cepat, perkembangan karakteristik seksual primer dan sekunder seperti Perkembangan payudara pada wanita dan pendalaman suara pada pria serta aktivasi hormon seksual, yang menghasilkan fenomena seperti menstruasi pada perempuan..

##### 2. Perubahan emosional

Tahap ini mencakup fluktuasi emosional, sensitivitas yang meningkat, dan munculnya dorongan seksual. Remaja sering mengalami emosi yang lebih dalam dan lebih intens, seperti kebahagiaan, kecemasan, kemarahan, dan kesedihan. Mereka juga mulai mengeksplorasi pertanyaan tentang identitas mereka, tujuan hidup, dan nilai-nilai pribadi.

### 3. Perubahan kognitif

Tahap ini memungkinkan remaja untuk mengembangkan kemampuan berpikir abstrak dan mempertanyakan norma sosial yang ada, membentuk rasa identitas mereka dan mempengaruhi hubungan sosial mereka.

## 2.2 Konsep gangguan emosi

### 2.2.1 Definisi Gangguan Emosi

Gangguan emosi adalah keadaan kesejahteraan psikologis yang mempengaruhi emosi dan suasana hati individu termasuk depresi, *anxiety*, dan gangguan bipolar. Mereka melibatkan gejala, seperti fluktuasi suasana hati, perubahan tingkat energi, dan persepsi yang berubah tentang diri sendiri dan lingkungan sekitar (Simanjuntak & Wulandari, 2022).

Gangguan emosional merujuk pada tantangan dalam pengaturan diri dan perilaku yang menyimpang dari norma kelompok usia atau masyarakat, yang berpotensi menimbulkan dampak negatif pada diri sendiri maupun orang lain (Ramadhan Asif & Agung Rahmadi, 2017).

### 2.2.2 Teori Gangguan emosi

Menurut Dr. Idi Warsah & Mirzon Daheri, (2021) Teori-teori gangguan emosional ini diklasifikasikan menjadi tiga kategori, yang meliputi::

#### 5 1. Teori Lingkungan

Teori ini menunjukkan bahwa penyakit mental muncul dari berbagai peristiwa yang memicu stres. Perspektif ini mengasumsikan bahwa peristiwa ini secara langsung menyebabkan ketegangan emosional. Misalnya, orang awam mungkin menegaskan bahwa seorang anak menangis karena mereka diejek, percaya bahwa ejekan adalah penyebab langsung tangisan. Menurut teori ini, ketegangan emosional hanya dapat dihilangkan dengan mengatasi dan menyelesaikan sumber stres. Selama masalah yang mendasarinya tetap tidak terselesaikan, biasanya sulit untuk meringankan tekanan emosional yang terkait.

## 2. Teori afektif

Pandangan profesional yang paling komprehensif tentang gangguan mental berfokus pada mengungkap pengalaman emosional sadar dari seorang anak yang bermasalah dan membawa ingatan yang terlupakan atau ditakuti ke dalam kesadaran. Pendekatan ini bertujuan untuk membantu individu melihat ingatan ini dari perspektif yang lebih realistis. Sampai ketakutan dan perasaan bersalah ini diakui, diyakini bahwa anak tersebut hidup dengan pikiran sadar yang dipenuhi dengan elemen destruktif yang tersembunyi namun sangat aktif. Menurut teori ini, penyebab utama gangguan bukanlah faktor eksternal seperti lingkungan atau orang lain, melainkan emosi sadar individu itu sendiri.

## 3. Teori kognitif

Menurut teori ini, penderitaan mental tidak muncul secara langsung dari masalah kita atau dari kesadaran kita akan masalah tersebut, melainkan dari keyakinan yang keliru dan tidak rasional, baik yang sadar maupun tidak sadar, tentang isu-isu yang kita hadapi. Tingkat ketidakrasionalan dalam keyakinan

ini memainkan peran kunci, dan gangguan emosional dapat dikurangi ketika individu dibimbing untuk melihat situasi mereka dari perspektif baru yang rasional. Perubahan pemahaman ini mendorong perilaku yang berbeda, yang cukup untuk menenangkan tekanan emosional. Misalnya, tidak masalah apakah seorang anak merasa kurang dihargai atau menyimpan rasa dendam terhadap orang tua; akar masalah terletak pada pemikiran yang salah tentang perasaan ini. Setelah individu menyadari bahwa keyakinan ini cacat, gangguan emosional mereda.

### 2.2.3 Faktor faktor yang memengaruhi gangguan emosi

Menurut Mulyanti et al (2024) Gangguan emosi dapat dipengaruhi oleh sejumlah variabel, seperti aspek biologis, psikologis maupun lingkungan diantaranya:

#### 1. Faktor biologis

Faktor biologis adalah faktor yang berasal dari kondisi fisik dan biologis seseorang yang dapat mempengaruhi kondisi emosional. Pada masa remaja, terjadi perubahan hormonal yang drastic terutama hormon estrogen pada wanita dan testosteron pada pria yang secara langsung mempengaruhi suasana hati dan stabilitas emosi. Perempuan remaja cenderung lebih rentan mengalami gangguan emosi seperti depresi dan kecemasan dibandingkan laki-laki, sebagian karena fluktuasi hormon yang lebih kompleks serta ekspektasi dan tekanan sosial yang berbeda. Masa remaja awal (12-14 tahun) seringkali mengalami gejolak emosi lebih tinggi dibanding remaja akhir (15-18 tahun) karena sedang beradaptasi dengan perubahan pubertas. Pada usia ini, bagian otak yang mengatur emosi dan pengambilan keputusan (korteks prefrontal)

masih dalam tahap perkembangan, sementara sistem limbik yang mengatur emosi sudah sangat aktif. Ketidakseimbangan ini menyebabkan remaja lebih mudah mengalami perubahan mood yang ekstrem dan kesulitan mengendalikan emosi. Selain itu, gen yang diturunkan dari orang tua juga dapat mempengaruhi kerentanan seseorang terhadap gangguan emosi. Ketidakseimbangan hormon dan genetika keluarga yang mempunyai riwayat gangguan tersebut. Ketidakseimbangan neurotransmitter seperti serotonin dan dopamin di otak juga dapat menyebabkan gangguan mood dan emosi.

## 2. Faktor psikologis

Faktor psikologis mencakup aspek-aspek mental dan kejiwaan yang mempengaruhi perkembangan emosional seseorang. Kepribadian dan temperamen individual memainkan peran penting dalam bagaimana seseorang merespons situasi stres. Misalnya, remaja dengan kepribadian perfeksionis mungkin lebih rentan terhadap kecemasan dan depresi. Pengalaman traumatis seperti bullying atau kehilangan orang yang dicintai juga dapat mempengaruhi perkembangan emosional. Konsep diri yang rendah dan kurangnya kepercayaan diri dapat membuat remaja lebih rentan terhadap gangguan emosi. Stres berkepanjangan dalam kehidupan sehari-hari juga dapat membuat gadget menjadi pelarian yang mudah dan menyenangkan, trauma masalah, dan pola pikir atau keyakinan negatif tentang diri sendiri juga termasuk dalam faktor psikologis.

## 3. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan meliputi berbagai pengaruh eksternal yang dapat mempengaruhi kondisi emosional remaja. Pola asuh yang tidak konsisten atau

terlalu keras dapat mempengaruhi perkembangan emosi remaja. Lingkungan sekolah yang tidak mendukung, tekanan akademik yang berlebihan, atau hubungan yang buruk dengan teman sebaya dapat menciptakan stres emosional. Paparan media sosial yang berlebihan juga dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja. Kurangnya dukungan sosial dan isolasi dapat memperburuk masalah emosional yang ada. Lingkungan yang tidak stabil atau penuh dengan kekerasan dan bullying, misalnya dalam keluarga atau di tempat kerja. Atau terjadinya paparan pada perubahan besar seperti kehilangan pekerjaan, pindah tempat tinggal atau krisis ekonomi.

#### 2.2.4 Aspek-aspek gangguan emosi

Menurut penelitian Malfasari et al (2020) aspek-aspek gangguan emosi sebagai berikut:

1. Masalah emosional. Gejala emosional berkaitan dengan perasaan dalam pikiran, bersama dengan faktor biologis dan psikologis yang membentuk pola perilaku. Remaja dengan gangguan emosional sering menunjukkan berbagai karakteristik kompleks, seperti kecemasan atau kekhawatiran yang meningkat, keluhan fisik yang sering, kesedihan yang berkepanjangan, dan perasaan tidak bahagia secara keseluruhan. Indikator yang umum termasuk tingkat ketakutan, kecemasan, depresi yang meningkat, tangisan yang sering, ketakutan yang terlihat, dan hilangnya kepercayaan diri dengan cepat..
2. Masalah perilaku. Aspek masalah perilaku melibatkan tindakan dengan pola negatif, seperti pelecehan, permusuhan, atau pembangkangan yang persisten, tetapi tidak mencapai pelanggaran yang signifikan terhadap hak orang lain atau standar yang telah ditetapkan. Salah satu isu yang paling umum dihadapi

oleh remaja, seperti mengejek, berkelahi, memukul, atau menolak permintaan atau perintah dari orang lain. Contohnya termasuk ledakan kemarahan yang sering, berperilaku buruk secara umum, terlibat dalam perkelahian, berbohong, menipu, dan mencuri..

3. Hiperaktivitas. Jenis perilaku ini ditandai dengan aktivitas yang berlebihan, impulsif, dan kurangnya perhatian. Anak-anak dengan gejala hiperaktif sering kesulitan untuk dikelola atau dikendalikan. Ini mencakup kegelisahan, kecenderungan untuk terlalu aktif dan tidak dapat tetap tenang dalam waktu lama, gerakan yang konstan, perhatian yang mudah teralihkan, tindakan impulsif tanpa pemikiran sebelumnya, serta ketidakmampuan untuk menyelesaikan tugas hingga akhir.
4. Masalah teman sebaya. Masalah terkait teman sebaya muncul dari ketidakmampuan anak untuk bersosialisasi secara efektif dengan teman sebaya, baik di lingkungan sekolah atau di lingkungan mereka. Anak-anak yang berjuang dengan bersosialisasi seringkali kurang diterima oleh teman sebaya mereka, yang membatasi partisipasi aktif dan interaksi mereka dalam kelompok teman sebaya.
5. Perilaku prososial. Perilaku prososial mencerminkan sifat melekat Manusia pada dasarnya adalah makhluk sosial yang hidup dalam komunitas dan bergantung pada interaksi dengan orang lain. Kemampuannya untuk membangun hubungan, berkomunikasi, dan bekerja sama membentuk dasar untuk koeksistensi sosial. yang mengandalkan orang lain dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku ini termasuk menunjukkan toleransi, bersikap membantu,

kecenderungan untuk berbagi, dan bersikap empatik kepada orang terdekat, dan dapat mempertimbangkan emosi orang lain.

#### 2.2.5 Pengukuran gangguan emosi

Instrumen untuk mendeteksi gangguan emosi pada remaja dapat menggunakan alat ukur psikologi, seperti SDQ. SDQ merupakan sebuah kuisioner skrining ringkas yang digunakan untuk menilai masalah perilaku, emosi, pengukuran gangguan emosidan sosial pada anak-anak dan remaja (Dzil Kamalah & Nafiah, 2023)

SDQ Ini terdiri dari 25 pertanyaan yang dibagi menjadi lima skala utama, antara lain:

1. Masalah emosional, menilai gejala seperti kecemasan, ketakutan, dan depresi.
2. Masalah perilaku, menilai kecenderungan untuk melanggar aturan atau perilaku agresif.
3. Hiperaktivitas, menilai kesulitan dalam konsentrasi dan perilaku hiperaktif.
4. Masalah teman sebaya, menilai tantangan dalam interaksi dengan teman sebaya., termasuk kesepian atau isolasi sosial.
5. Perilaku prososial, Menilai kecenderungan untuk berbagi, membantu, dan bersikap empatik terhadap orang lain.

Setiap item dinilai menggunakan skala “tidak benar”, “agak benar”, dan “benar”. Skoring total digunakan untuk klasifikasi subjek sebagai normal, *Borderline*, atau abnormal berdasarkan titik potong yang telah ditentukan.

Normal : 0-16

*Borderline* : 17-33

Abnormal : 34-50

## 2.3 Konsep kecanduan gadget

### 2.3.1 Pengertian Kecanduan Gadget

Kecanduan menggambarkan suatu kondisi di mana seseorang kehilangan kendali atas perilaku mereka atau konsumsi zat tertentu dan bergantung pada mereka baik secara fisik maupun emosional (Telaumbanua *et al.*, 2024).

Kecanduan gadget yang disebutkan adalah suatu kondisi di mana seseorang mengembangkan ketergantungan berlebihan terhadap perangkat elektronik seperti *smartphone*, tablet, laptop, dan perangkat teknis lainnya. Di era digital, kondisi ini semakin sering terjadi, karena teknologi canggih memudahkan akses informasi dan interaksi sosial. Namun, kecanduan gadget dapat memiliki dampak negatif yang serius pada kesehatan fisik dan mental serta dapat secara signifikan mempengaruhi produktivitas dan kualitas hidup. (Geograf, 2023).

Perkembangan dan kemajuan teknologi merupakan salah satu berkat yang harus disyukuri oleh manusia dalam hari ini. Teknologi sekarang ini memudahkan kita untuk mengakses informasi dengan mudah dan dengan biaya yang murah. Gadget merupakan sebuah sarana yang digunakan untuk menunjang teknologi informasi yang digunakan manusia pada zaman sekarang ini. Contohnya computer dan handphone. Penggunaan gadget pun tidak memandang usia, baik anak-anak hingga orang tua pun dapat menggunakannya dengan mudah. Anak-anak sekarang ini baik dari umur balita hingga anak usia sekolah tidak terlepas dari penggunaan gadget baik untuk bermain permainan atau menonton video di YouTube atau platform lainnya. Kemampuan merupakan kesanggupan, kecakapan dan kekuatan individu dalam melakukan suatu tindakan pekerjaan dengan tepat dan cepat (Ermawati *et al.*, 2023).

Di Indonesia, perkembangan teknologi dan informasi telah mencapai kemajuan yang signifikan. Sering kali tidak disadari, kemajuan ini mempengaruhi semua aspek kehidupan. <sup>84</sup> Gadget adalah salah satu pencapaian dari kemajuan teknologi ini yang berdampak pada semua lapisan masyarakat. Ini adalah perangkat kecil yang sangat canggih secara teknologi, yang didasarkan pada penggunaan partikel-partikel kecil dan terus-menerus dikembangkan. Alat komunikasi ini telah berubah seiring waktu baik dalam hal desain dan perangkat kerasnya maupun dalam fungsi-fungsinya. Gadget termasuk di antaranya smartphone, tablet, laptop, notebook, dan perangkat lainnya. Melalui kemajuan teknologi di bidang komunikasi dan informasi, batasan ruang, waktu, dan jarak hampir dihapuskan. Gadget dengan demikian secara signifikan mendukung berbagai aktivitas manusia dan mempermudah kehidupan sehari-hari (Andriani *et al.*, 2023)

### <sup>5</sup> 2.3.2 Aspek aspek Kecanduan Gadget

Aspek-aspek kecanduan gadget menurut Fauziah *et al* (2024) ada 6 (enam), yang dijelaskan dibawah ini :

#### 1. *Salience* (keunggulan)

Ini merujuk pada aktivitas spesifik yang memainkan peran sentral dalam kehidupan seseorang dan secara signifikan mempengaruhi serta menentukan pikiran, emosi, dan perilakunya.

#### 2. *Mood Modification* (suasana hati yang berubah ubah)

Menggambarkan pengalaman subjektif seseorang yang muncul melalui partisipasi <sup>5</sup> dalam kegiatan tertentu dan sering digunakan sebagai strategi koping untuk melarikan diri dari atau mengatasi emosi tertentu.

#### <sup>31</sup> 3. *Tolerance* (Toleransi)

Merupakan proses frekuensi atau intensitas aktivitas tertentu meningkat untuk mencapai efek yang diinginkan.

4. *Withdrawal Symptoms* (penarikan diri)

perasaan tidak menyenangkan atau reaksi fisik yang terjadi ketika suatu aktivitas tertentu terputus atau dikurangi secara tiba-tiba, yang sering disertai dengan emosi seperti kemarahan atau frustrasi.

5. *Conflict* (konflik)

Konflik ini menyangkut perselisihan antara orang yang terkena dampak dan lingkungan sosialnya (konflik interpersonal), konflik dengan aktivitas lain (seperti pekerjaan, kehidupan sosial, hobi dan minat) atau konflik yang timbul dari dalam individu (konflik intrapsikis) yang terkait dengan aktivitas tertentu.

6. *Relapse* (kambuh)

Mereka lebih condong melanjutkan aktivitas setelah lama perawatan dan muncul kembali.

2.3.3 Faktor yang mempengaruhi Penggunaan Gadget

Menurut Mowen dalam Ananda (2024) Faktor-faktor yang dapat menyebabkan seseorang menjadi kecanduan gadget meliputi:

1. Faktor internal

Faktor internal berkaitan dengan karakteristik pribadi dan psikologis yang membuat seseorang lebih rentan terhadap kecanduan gadget. Kebutuhan akan hiburan dan pelarian dari masalah sehari-hari juga dapat mendorong penggunaan gadget yang berlebihan. Faktor-faktor ini termasuk unsur-unsur yang menjelaskan karakteristik individu. Pertama, tingkat pencarian sensasi yang tinggi, di mana individu dengan sifat ini cenderung lebih mudah bosan

dengan aktivitas rutin. Kedua, harga diri yang rendah dapat membuat individu yang menganggap diri mereka sendiri secara negatif merasa tidak aman dalam interaksi langsung dengan orang lain dan mungkin merasa lebih nyaman menggunakan perangkat untuk interaksi sosial. Ketiga, ekstrasversi tingkat tinggi berperan. Keempat, kontrol diri yang rendah, di mana sering menggunakan perangkat atau ponsel dan mengejar kesenangan pribadi dapat bertindak sebagai prediktor kerentanan seseorang terhadap kecanduan gadget.

## 2. Faktor situasional

Faktor situasional mengacu pada kondisi dan keadaan yang mendukung penggunaan gadget berlebihan. Faktor-faktor ini termasuk pengaruh kausal yang menyebabkan gadget digunakan sebagai sarana untuk mencapai kesejahteraan psikologis dalam situasi yang tidak menyenangkan, seperti stres, kesedihan, kesepian, kecemasan, kebosanan saat belajar, atau kurangnya aktivitas rekreasi. Waktu luang yang berlebihan tanpa aktivitas alternatif yang bermakna dapat mendorong penggunaan gadget yang kompulsif.

## 3. Faktor sosial

Faktor sosial berkaitan dengan pengaruh lingkungan sosial terhadap penggunaan gadget. Faktor-faktor ini termasuk perilaku wajib dan kehadiran jaringan yang jelas. Perilaku berkomitmen menggambarkan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan interaksi, yang dirangsang atau dipromosikan oleh pengaruh eksternal. Kehadiran jaringan, di sisi lain, didasarkan pada dorongan batin untuk berkomunikasi secara aktif dengan orang lain.

## 4. Faktor eksternal

Mencakup aspek-aspek di luar kendali individu yang mempengaruhi penggunaan gadget. Perkembangan teknologi yang pesat membuat gadget semakin canggih dan menarik. Desain aplikasi yang menggunakan sistem reward dan notifikasi dirancang untuk membuat pengguna terus kembali. Kemudahan akses internet dan harga paket data yang terjangkau juga memudahkan penggunaan gadget tanpa batas. Kurangnya pengawasan dari orang tua atau figur otoritas lainnya dapat memperparah masalah kecanduan gadget.

#### <sup>5</sup> 2.3.4 Ciri-ciri Kecanduan Gadget

Ciri ciri kecanduan gadget menurut Kelly Sikema (2024) meliputi :

1. Kurang fokus.
2. Merasa lebih emosional.
3. Susah menentukan keputusan.
4. Sulit berkomunikasi pada orang lain.
5. Gampang terpengaruh oleh hal lain.
6. Tidak peka terhadap keadaan lingkungan sekitarnya.
7. Tidak mau bersosialisasi dengan orang lain.
8. konten yang menunjukkan tanda-tanda pornografi dan sadisme, dan karenanya dapat memengaruhi terjadinya intimidasi dalam kelompok anak tertentu, serta kekerasan terhadap anak-anak, termasuk kekerasan fisik dan seksual.
9. Menggunakan *smartphone* lebih dari 5 jam perhari.

#### <sup>17</sup> 2.3.5 Dampak Kecanduan Gadget

Menggunakan gadget dapat menimbulkan dampak terhadap perkembangan fisik dan mental remaja yang menyebabkan kecanduan, menghambat stimulasi

pertumbuhan dan perkembangan yang tepat. Hal ini dapat mengakibatkan masalah seperti putus sekolah karena kurangnya minat dalam belajar, kesulitan dalam bersosialisasi, dan menunjukkan perilaku temperamental atau emosional (Ausrianti *et al.*, 2024).

Penggunaan gadget memiliki efek positif dan negatif pada tumbuh kembang anak. Pengaruh positifnya termasuk memperluas pengetahuan mereka, mempromosikan dan melatih kreativitas mereka, memfasilitasi komunikasi dan membangun jaringan pertemanan yang lebih besar. Gadget memberikan dukungan yang signifikan kepada anak-anak dalam kehidupan sehari-hari, terutama ketika mencari data dan informasi yang akan membantu dalam tugas sekolah, atau berfungsi sebagai sumber hiburan dengan menggunakan fitur-fitur yang tersedia. Pada saat yang sama, ada juga efek negatif seperti ketergantungan pada perangkat yang mudah digunakan, yang menyulitkan anak untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan berinteraksi dengan lingkungannya. Penggunaan gadget yang berlebihan dapat merusak kesehatan mata, mengurangi kenikmatan gerakan dan kreativitas anak, dan menyebabkan penyakit seperti sakit kepala dan sakit punggung (Ermawati *et al.*, 2024).

Menurut Aprilia (2024) beberapa dampak negatif dari penggunaan gadget yang berlebihan meliputi:

1. Remaja mampu memainkan gadget yang lebih dari 2 jam, mengacu saran dari IDAI (Ikatan Dokter Anak Indonesia) untuk remaja penggunaan maksimal gadgetnya adalah kurang dari atau maksimal 2 jam per harinya.
2. Pengaruh terhadap interaksi social remaja diantaranya remaja cenderung tidak tertarik dalam kegiatan bermain, serta mudah bosan dan menjauh dari

lingkungan sekitarnya. Remaja yang terlalu fokus pada gadget biasanya malas bersosialisasi. Tentunya ini akan berpengaruh kepada remaja dalam hal membaca situasi sosial, kemampuan menjalin pertemanan, dan akhirnya menjadi individu yang sulit menyesuaikan diri di lingkungan.

3. Remaja menjadi cenderung mudah marah, remaja akan merasa kesal bahkan marah jika ada yang mengganggu ketika sedang bermain gadget
4. Remaja mudah terpengaruh dan Seringkali, remaja kesulitan mengontrol kata-kata. Mereka menggunakan bahasa kasar, mengejek, dan sering mencemooh teman sebaya di media sosial yang diakses melalui gadget, dan yang lebih buruk lagi, kebiasaan ini terbawa ke kehidupan mereka sehari-hari..
5. Remaja dapat kehilangan focus penggunaan gadget untuk belajar saat timbul rasa ingin menggunakan gadget untuk bermain, pada akhirnya remaja bukannya belajar malah bermain.

#### 2.3.6 Pengukuran kecanduan gadget

Menurut penelitian Baderi & Ekawati, (2020) Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel kecanduan gadget pada remaja adalah lembar kuesioner Gadget Addiction yang terdiri dari 21 pertanyaan, dengan menggunakan skala Likert. Dengan skala pertanyaan positif meliputi:

1. Sangat setuju (4)
2. Setuju (3)
3. Tidak setuju (2)
4. Sangat tidak setuju (1)

Skala pertanyaan negatif:

1. Sangat setuju (1)

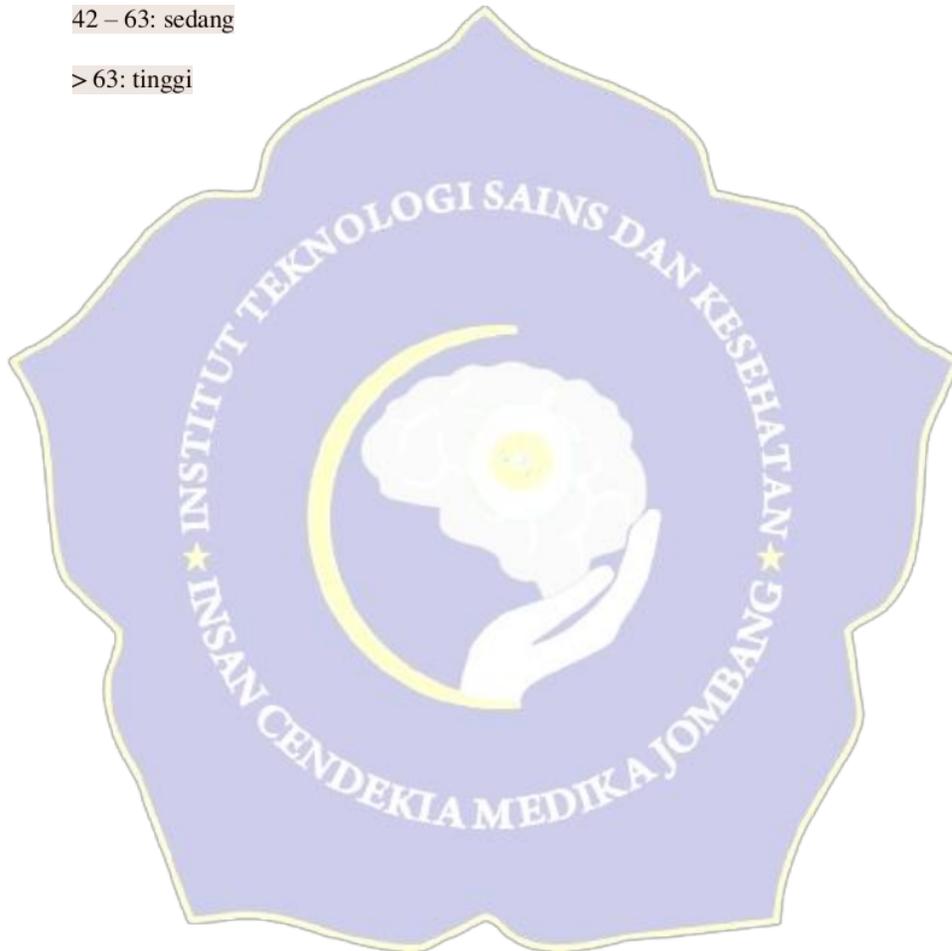
2. Setuju (2)
3. Tidak setuju (3)
4. Sangat tidak setuju (4)

Skor :

< 42: rendah

42 – 63: sedang

> 63: tinggi

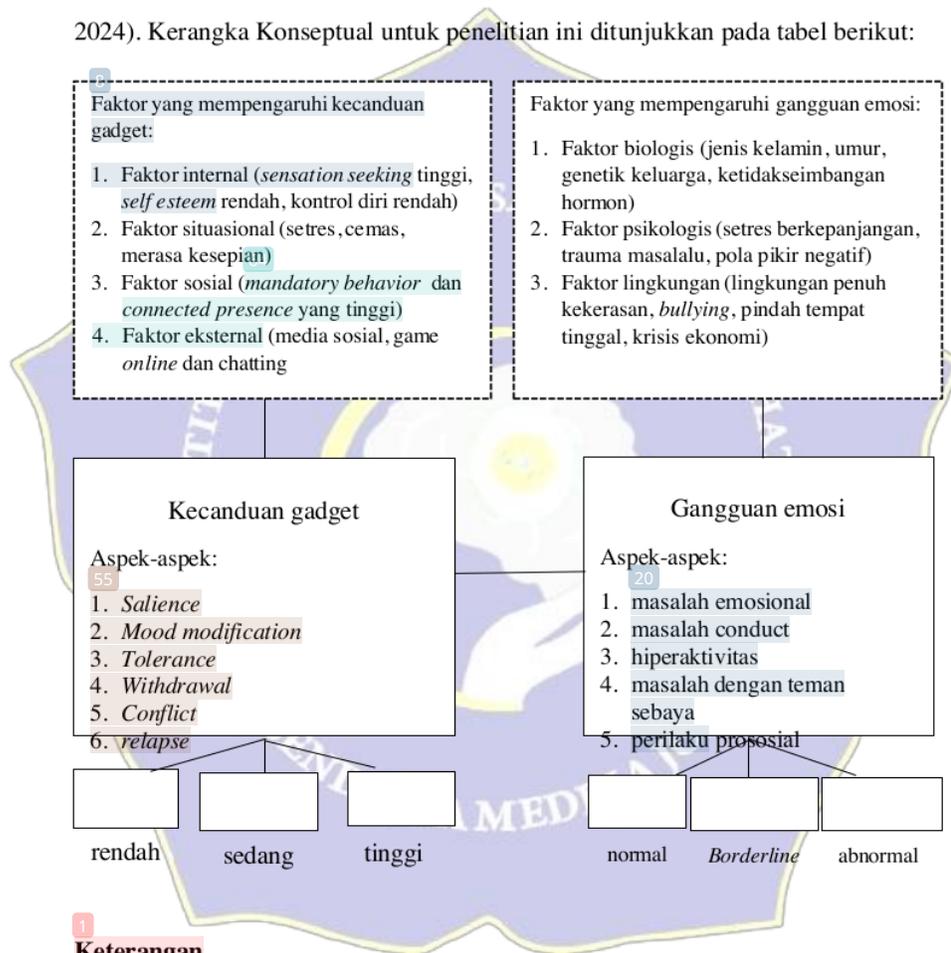


**BAB 3**

**KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS**

**3.1 Kerangka konseptual**

Kerangka konseptual yakni struktur yang menggambarkan hubungan antara konsep atau variabel yang akan diteliti dalam suatu penelitian (Aryudha *et al.*, 2024). Kerangka Konseptual untuk penelitian ini ditunjukkan pada tabel berikut:



- Keterangan**
- = Tidak diteliti
  - = Diteliti
  - = Hubungan

Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja



### 3.2 Hipotesis

Hipotesis merupakan tanggapan penelitian sementara saat data diperoleh.

H1 : Ada Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja di  
MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang.



## BAB 4

### METODE PENELITIAN

#### 4.1 Jenis penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Pendekatan kuantitatif dipilih karena bertujuan untuk menguji hipotesis serta menganalisis hubungan antar variabel dengan data numerik. Pendekatan korelasional digunakan untuk mengidentifikasi hubungan antara kecanduan gadget dan gangguan emosi pada remaja..

#### 4.2 Rancangan penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis rancangan korelasi dengan menggunakan rancangan belah lintang (*cross sectional*), yaitu suatu metode yang mengumpulkan data dari sekelompok orang pada satu waktu tertentu. Rancangan ini dipilih karena sesuai untuk meneliti hubungan antar variabel dalam waktu yang relatif singkat dan efisien.

#### 4.3 Waktu dan tempat penelitian

##### 4.3.1 Waktu penelitian

Waktu penelitian dan pengumpulan data dimulai sejak penyusunan proposal penelitian pada bulan Agustus 2024 hingga bulan Desember 2024..

##### 4.3.2 Tempat penelitian

Penelitian dilakukan di MA Darul Muawanah, yang terletak di Dusun Penanggalan, Desa Dukuhdimoro, Kecamatan Mojoagung, Kabupaten Jombang, Jawa Timur, dengan kode pos 61482..

#### 4.4 Populasi/sampel/sampling

##### 4.4.1 Populasi penelitian

Populasi pada penelitian ini ialah seluruh siswa kelas X, XI, dan XII di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang dengan jumlah 55 siswa.

##### 4.4.2 Sampel penelitian

Sampel adalah bagian dari populasi yang berfungsi sebagai sumber data untuk penelitian, mewakili sebagian dari karakteristik yang dimiliki oleh seluruh populasi. (Amin *et al.*, 2023). Penelitian ini dihitung dengan rumus besar sampel dengan rumus Slovin, Adapun rumusnya yaitu :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

$n$  = jumlah sampel yang diperlukan

$N$  = jumlah populasi

$e$  = tingkat kesalahan sampel (sampling error), biasanya 5%

$$n = \frac{55}{1 + 55(0,05)^2}$$

$$n = \frac{55}{1 + 55(0,0025)}$$

$$n = \frac{55}{1 + 0,1375}$$

$$n = \frac{55}{1,1375}$$

$n = 48,3$  dibulatkan menjadi 48

Jadi, sampel dalam penelitian ini berjumlah 48 siswa/i di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang.

$$n_1 = \frac{N_1}{N} \times n$$

2

Keterangan :

$n_1$  : kelas

$N_1$  : jumlah siswa kelas

$N$  : besar populasi

$n$  : jumlah sampel

Kelas X :  $n_1 = \frac{29}{55} \times 48 = 25,30$

Kelas XI :  $n_1 = \frac{12}{55} \times 48 = 10,47$

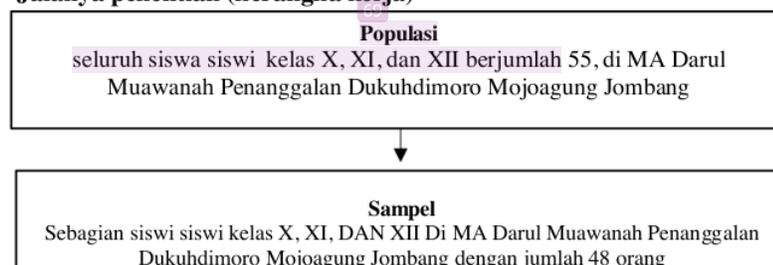
Kelas XII :  $n_1 = \frac{14}{55} \times 48 = 12,21$

Total = 47,98 dibulatkan menjadi 48

#### 4.4.3 Teknik sampling

Studi ini menggunakan *stratified random sampling*, teknik yang melibatkan pemilihan sampel dengan mempertimbangkan tingkat (strata) yang berbeda dalam elemen populasi..

#### 4.5 Jalanya penelitian (kerangka kerja)





8  
Gambar 4.1 Kerangka kerja Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja Di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang.

## 1 4.6 Identifikasi variabel

### 4.6.1 Variabel bebas (*independen*)

Variabel *independen* yakni sebab terjadinya variabel terikat. Pada penelitian ini Kecanduan gadget sebagai variabel bebas (*independen*). Dengan indikator *salience, mood modification, tolerance, withdrawal, conflict, dan relapse*.

#### 4.6.2 Variabel terikat (*dependen*)

Variabel terikat yakni variabel akibat terjadinya variabel bebas. Pada penelitian ini, variabel terikatnya yaitu gangguan emosi. Dengan indikator masalah emosional masalah conduct, hiperaktivitas, masalah dengan teman sebaya, dan perilaku prososial.

#### 4.7 Definisi operasional

Definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang dapat diamati dari konsep yang ditentukan. Ini tidak hanya menjelaskan arti variabel tetapi juga mencakup aktivitas yang dilakukan untuk mengukur variabel atau menjelaskan bagaimana variabel tersebut diamati dan diukur (Heryana, 2019; Syahza, 2021).

Tabel 4.1 Definisi operasional Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja Di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang.

Variabel	Definisi	Parameter	Alat ukur	Skala	Skor / kategori
----------	----------	-----------	-----------	-------	-----------------

Variabel independen: Kecanduan gadget	Kecanduan gadget merupakan perilaku adiktif ditandai dengan hilangnya kendali, di mana individu menjadi terlalu terserap dan terobsesi dengan penggunaan <i>smartphone</i> . Hal ini dapat menyebabkan gangguan seperti kegugupan, kecemasan, dan preferensi akan kenyamanan dunia virtual daripada interaksi kehidupan nyata dengan teman	1. <i>Saliency</i> 2. <i>Mood modification</i> 3. <i>Tolerance</i> 4. <i>Withdrawal</i> 5. <i>Conflict</i> 6. <i>Relapse</i>	Kuisisioner gadget addiction	Ordinal	<p>13</p> <p><i>Favorable</i> 1: sangat tidak setuju 2: tidak setuju 3: setuju 4: sangat setuju</p> <p><i>Unfavorable</i> 4: sangat tidak setuju 3: tidak setuju 2: setuju 1: sangat setuju</p> <p>7</p> <p>&lt; 42 : rendah 42 – 63 : sedang &gt; 63: tinggi (Baderi &amp; Ekawati Dessy, 2020)</p>
Variabel dependen: Gangguan emosi	Gangguan emosi merupakan kondisi kesehatan mental yang mempengaruhi perasaan dan suasana hati seseorang	1. Masalah emosional 2. Masalah <i>conduct</i> 3. Hiperaktif 4. Masalah teman sebaya 5. Perilaku prososial	Kuesioner (SDQ)	Ordinal	<p><i>Favorable</i> 2 : tidak benar 1 : agak benar 0 : benar</p> <p><i>Unfavorable</i> 0 : tidak benar 1 : agak benar 2 : benar</p> <p>Normal : 0 – 16 Borderline : 17-33 Abnormal: 34-50 (Dzil Kamalah &amp; Nafiah, 2023)</p>

## 4.8 Pengumpulan dan analisis data

### 4.8.1 Instrumen penelitian

Instrumen penelitian adalah bahan, alat, atau metode yang digunakan untuk mengumpulkan informasi atau data dalam penelitian ini, antara lain:

1. Kuesioner kecanduan gadget

Kuesioner *gadget addiction* merupakan kuesioner yang digunakan untuk mengukur kecanduan gadget. Kuesioner terdiri 21 soal Yang mengandung jawaban Pertanyaan positif (*favorable*)

Sangat tidak setuju = 1

Tidak setuju = 2

Setuju = 3

sangat Setuju = 4

pertanyaan negatif (*unfavorable*)

sangat tidak setuju = 4

Tidak setuju = 3

Setuju = 2

Sangat setuju = 1

kemudian berdasarkan skor hasil nanti akan di kriteriakan menjadi

<42 : rendah

42 – 63 : sedang

> 63 : tinggi

Tabel 4. 2 Blue print kuesioner kecanduan gadget penelitian Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang.

No	Indikator	Pernyataan		Jumlah
		Positif	Negatif	
1	<i>Salience</i>	16,17	1,3	21
2	<i>Mood modification</i>	18	4,8	
3	<i>Tolerance</i>	20	5,9,12	
4	<i>Withdrawal</i>	15	6,14	
5	<i>Conflict</i>	19	2,6,10	
6	<i>Relapse</i>	21	7,11,13	

## 2. Kuesioner gangguan emosi

Kuesioner SDQ adalah kuisisioner singkat untuk skrining emosi dan perilaku bagi anak-anak dan remaja. Kuesioner terdiri dari 25 pertanyaan. Setiap item dinilai menggunakan skala “tidak benar”, “agak benar”, dan “benar”. Skor total digunakan untuk klasifikasi subjek sebagai normal, *Borderline*, atau abnormal berdasarkan titik potong yang telah ditentukan.

Pertanyaan Positif (*Favorable*) yaitu :

Tidak benar = 2

Agak Benar = 1

Benar = 0

Pertanyaan Negatif (*Unfavorable*) yaitu :

Tidak Benar = 0

Agak benar = 1

Benar = 2

0-16 : Normal

17-33 : *Borderline*

34-50 : Abnormal

Tabel 4.3 Blue print kuesioner gangguan emosi penelitian Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang.

No	Indikator	Pernyataan		Jumlah
		Positif	Negatif	
1	Masalah emosional	3,8,13,16,24	5,12,18,22	25
2	Masalah perilaku	7,	21,25	
3	<i>Hiperaktivitas</i>	11,14,	6,19,23	
4	Masalah teman sebaya	1,4,9,17,20		
5	Perilaku prososial			

#### 4.8.2<sup>2</sup> Prosedur penelitian

1. Memperoleh surat studi pendahuluan dan izin penelitian dari ITSKes ICMe Jombang.
2. Menyerahkan surat kepada staf guru atau staf struktural wilayah Pendidikan MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang Kabupaten Jombang.
3. Menjelaskan apa saja tentang dan tujuan peneliti terhadap responden dan memberikan persetujuan terhadap responden.
4. Peneliti memberikan lembar kuesioner kepada responden untuk menanggapi pertanyaan yang disajikan dalam kuesioner.
5. Kuesioner dikumpulkan kembali kepada peneliti, dan peneliti memastikan bahwa pertanyaan dalam kuesioner telah terisi semua secara lengkap.
6. Setelah data terkumpul peneliti melakukan pengelolaan data dan menganalisa data tersebut.

#### 4.8.3 Pengolahan data

##### 1. *Editing*

Proses memeriksa, memperbaiki, dan menyempurnakan data untuk memastikan akurasi dan konsistensi dengan memastikan bahwa semua jawaban kuesioner telah diisi dengan benar

##### 2. *Coding*

Upaya untuk mengkategorikan jawaban responden melibatkan penetapan kode khusus untuk setiap tanggapan. Data umum dalam penelitian ini meliputi:

- a. Data responden<sup>42</sup>  
Responden 1 = R1  
Responden 2 = R2
- b. Usia  
15 Thn = U1  
16 Thn = U2  
17 Thn = U3  
18 Thn = U4
- c. Jenis kelamin  
Laki – laki = JK1  
Perempuan = JK2
- d. Kelas  
10 = K1  
11 = K2  
12 = K3
- e. *Selfesteem* rendah  
Ya = Y  
Tidak = T
- f. Cemas  
Ya = Y1  
Tidak = T1
- g. *Connected presence*  
Orang tua lengkap = L1  
Hanya dengan ayah/ibu = L2



Wali/kerabat = L3

Sendiri = L4

h. Media aplikasi

Media sosial = M1

Game *online* = M2

Chatting = M3

i. Genetik keluarga

Ya = N1

Tidak = N2

j. Stres berkepanjangan

Ya = O1

Tidak = O2

k. *Bullying*

Ya = P1

Tidak = P2

3. *Scoring*

Proses memberi Skor ditetapkan untuk item yang memerlukan evaluasi.

Dalam penelitian, proses ini melibatkan penilaian dan kuantifikasi respons secara sistematis untuk mengukur variabel atau hasil tertentu, *scoring* melibatkan penggunaan rumus tertentu untuk menilai data dan memilih data yang paling relevan atau berkualitas

a. Kecanduan gadget

Skor pertanyaan positif (*favorable*)

22  
1) Sangat tidak setuju = 1

2) Tidak setuju = 2

3) Setuju = 3

4) Sangat Setuju = 4

Skor pertanyaan negatif (*unfavorable*)

1) Sangat tidak setuju = 4

2) Tidak setuju = 3

3) Setuju = 2

4) Sangat setuju = 1

berdasarkan skor hasil nanti akan di kriteriakan menjadi

<sup>8</sup>  
<42 : rendah

42 – 63 : sedang

> 63 : tinggi

b. Gangguan emosi

Skor pertanyaan positif (*favorable*)

1) Tidak benar = 2

2) Agak benar = 1

3) Benar = 0

Skor pertanyaan negatif (*unfavorable*)

<sup>20</sup>  
1) Tidak benar = 0

2) Agak benar = 1

3) Benar = 2

kemudian berdasarkan skor hasil nanti akan di kriteriakan menjadi

<sup>6</sup>  
Normal : Jika total skor 0-16

Borderline : Jika total skor 17-33

Abnormal : Jika total skor 34-50

#### 4. Tabulating data

Proses mengubah data menjadi bentuk tabel untuk memudahkan analisis dan interpretasi. Pada tahap ini, data akan diatur dan disusun menjadi tabel distribusi frekuensi berdasarkan kriteria tertentu..

#### 4.8.4 Analisis data

##### 1. Analisa univariat

Analisa univariat adalah menjelaskan fitur masing-masing variabel penelitian, pembagian di dalam penelitian dibagi beberapa bagian seperti usia, jenis kelamin, dan variabel penelitian kecanduan gadget dan gangguan emosi pada remaja.

Adapun analisa univariat dilakukan dengan pengukuran rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Presentase

F : Frekuensi kategori

N : Jumlah responden

Hasil dari analisis univariat dikategorikan sebagai berikut:

100%	: Seluruhnya
75-99%	: Hampir seluruhnya
51-74%	: Sebagian besar
50%	: Setengahnya
26-49%	: Hampir setengahnya
1-25%	: Sebagian kecil

0% : Tidak seorangpun

## 2. Analisa bivariat

Analisis ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel independen (kecanduan gadget) dan variabel dependen (gangguan emosional). Untuk memverifikasi keberadaan hubungan ini, dilakukan uji peringkat Spearman dengan tingkat kepercayaan 95% (0,05). Jika nilai-p kurang dari atau sama dengan 0,05, ini menunjukkan hubungan yang signifikan antara variabel independen dan dependen..

Perbandingan tingkat signifikansi (p-value) dengan tingkat alpha ( $\alpha$ ) adalah antara lain:

- a. Jika  $p\text{-value} \leq \alpha$  (0,05), H1 diterima dan H0 ditolak maka ada hubungan antara kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang.
- b. Jika  $p\text{-value} > \alpha$  (0,05), H0 diterima dan H1 ditolak maka tidak ada hubungan antara kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang.

### 4.9 Etika penelitian

Etika penelitian sangat membantu peneliti mempertimbangkan moralitas subjek penelitian secara kritis, merumuskan pedoman etis yang lebih solid, dan menyesuaikan norma-norma dengan perubahan dinamis dalam penelitian. Menurut effendi (2020) mengidentifikasi 4 prinsip dasar etika penelitian yaitu:

#### 1. Ethical clearance (izin etik)

Penelitian ini telah di uji kelayakanya dibuktikan dengan No. 237/KEPK/ITSKES-ICME/X1/2024. Komisi etik penelitian kesehatan Institut

Teknologi Sains Dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang dengan keterangan lolos kaji etik.

1  
2. *Informed consent* (Lembaran persetujuan responden)

*Informed consent* adalah kesepakatan antara peneliti dan peserta, di mana peserta memberikan izin untuk menjadi bagian dari penelitian setelah diberitahu sepenuhnya tentang tujuan, prosedur, dan potensi risiko penelitian secara tertulis sebelum penelitian dimulai, setelah dipahamkan maksud, tujuan, dan manfaat dari penelitian tersebut. Apabila partisipan setuju, mereka akan menandatangani formulir persetujuan.

3. *Anonymity* (Tanpa nama)

Menerapkan anonimitas pada subjek penelitian dengan menggunakan kode pada lembar alat ukur dan hasil penelitian, tanpa mencantumkan nama responden, untuk menjaga kerahasiaan identitas mereka.

4. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Memastikan kerahasiaan temuan penelitian melibatkan pelaporan hanya informasi tertentu, dengan kelompok data tertentu yang diungkapkan dalam hasil penelitian, sambil melindungi privasi individu yang terlibat dalam penelitian.

**BAB 5**

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**5.1 Hasil penelitian**

5.1.1 Data umum

1. Karakteristik responden berdasarkan usia

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi berdasarkan usia responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

No	Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	15	7	14,6
2.	16	21	43,8
3.	17	11	22,9
4.	18	9	18,8
	Total	48	100

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa dari 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, hampir setengahnya berusia 16 tahun berjumlah 21 orang (43,8%).

2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

No	Jenis kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Laki -Laki	23	47,9
2.	Perempuan	25	52,1
	Total	48	100

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa dari 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, sebagian besar jenis kelamin perempuan berjumlah 25 orang (52,1%).

3. Karakteristik responden berdasarkan kelas

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi berdasarkan kelas responden di MA Darul Muawanah Penanggulangan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

No	Kelas	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	10	25	52,1
2.	11	11	22,9
3.	12	12	25,0
	Total	48	100

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa dari 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggulangan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, sebagian besar kelas 10 berjumlah 25 orang (52,1%).

4. Karakteristik responden berdasarkan *self esteem* rendah

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi berdasarkan *self esteem* rendah responden di MA Darul Muawanah Penanggulangan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

No	<i>Self esteem</i> rendah	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Tidak	25	52,1
2.	Ya	11	22,9
	Total	48	100

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggulangan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, sebagian besar tidak mengalami *self esteem* rendah berjumlah 25 orang (52,1%).

5. Karakteristik responden berdasarkan cemas

Tabel 5.5 Distribusi frekuensi berdasarkan cemas responden di MA Darul Muawanah Penanggulangan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

No	Cemas	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Tidak	29	60,4
2.	Ya	19	39,6
	Total	48	100

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggulangan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, sebagian besar

tidak mengalami cemas jika menggunakan gadget berjumlah 29 orang (60,4%).

6. Karakteristik responden berdasarkan *connected presence*

Tabel 5.6 Distribusi frekuensi berdasarkan *connected presence* di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

No	<i>Connected presence</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Hanya dengan ayah/ibu	5	10,4
2.	Orang tua lengkap	41	85,4
3.	Sendiri	1	2,1
4.	Wali/kerabat	1	2,1
	Total	48	100

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, hampir seluruhnya tinggal bersama orang tua lengkap dengan jumlah 41 orang (85,4%).

7. Karakteristik responden berdasarkan media aplikasi

Tabel 5.7 Distribusi frekuensi berdasarkan media aplikasi di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

No	Media aplikasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Media sosial	30	62,5
2.	Game online	13	27,1
3.	Chatting	5	10,4
	Total	48	100

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, sebagian besar menggunakan media sosial berjumlah 30 orang (62,5%).

8. Karakteristik responden berdasarkan genetik keluarga

Tabel 5.8 Distribusi frekuensi berdasarkan genetik keluarga di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

No	Gangguan emosi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Ya	3	6,2
2.	Tidak	45	93,8
	Total	48	100

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 5.8 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, hampir seluruhnya tidak ada riwayat gangguan emosi dalam keluarga berjumlah 45 orang (93,8%).

9. Karakteristik responden berdasarkan stres berkepanjangan

Tabel 5.9 Distribusi frekuensi berdasarkan stres berkepanjangan di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

No	Stres berkepanjangan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Ya	9	18,8
2.	Tidak	39	81,2
	Total	48	100

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 5.9 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, hampir seluruhnya responden tidak mengalami stres berkepanjangan dengan jumlah 39 orang (81,2%).

10. Karakteristik responden berdasarkan *bullying*

Tabel 5.10 Distribusi frekuensi berdasarkan *bullying* pada remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

No	Bullying	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Ya	12	25,0
2.	Tidak	36	75,0
	Total	48	100

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 5.10 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, hampir seluruhnya tidak pernah mengalami *bullying* berjumlah 36 orang (75,0%).

### 5.1.2 Data khusus

#### 1. Karakteristik pengukuran kecanduan gadget

Tabel 5.11 Distribusi frekuensi berdasarkan kecanduan gadget pada remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

No	Kecanduan gadget	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Rendah	24	50,0
2.	Sedang	22	45,8
3.	Tinggi	2	4,2
	Total	48	100

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 5.11 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, setengahnya memiliki kategori kecanduan gadget rendah dengan jumlah 24 orang (50,0%).

#### 2. Karakteristik pengukuran gangguan emosi

Tabel 5.12 Distribusi frekuensi berdasarkan gangguan emosi pada remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

No	Gangguan emosi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Normal	26	54,2
2.	Borderline	21	43,8
3.	Abnormal	1	2,0
	Total	48	100

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 5.12 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, sebagian

besar memiliki kategori gangguan emosi normal dengan jumlah 26 orang (54,2%).

4  
3. Hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja

9  
Tabel 5.13 Distribusi silang frekuensi hubungan kecanduan gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

Kecanduan gadget	Gangguan emosi							
	Normal		Borderline		Abnormal		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Rendah	16	33,3	8	16,7	0	0	24	50
Sedang	10	20,8	11	22,9	1	2,1	22	45,8
Tinggi	0	0	2	4,2	0	0	2	4,2
<b>Total</b>	<b>26</b>	<b>54,1</b>	<b>21</b>	<b>43,8</b>	<b>1</b>	<b>2,1</b>	<b>48</b>	<b>100</b>

1  
Nilai uji statistic spearman's rho (P-value = 0,046) dan ( $\alpha = 0,05$ )

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 5.13 menunjukkan bahwa hasil dari tabulasi silang diketahui dari 48 responden hampir setengahnya gangguan emosi normal dan kecanduan gadget rendah dengan jumlah 16 orang (33,3%), hasil analisis data nilai p-value ditemukan sebesar  $0,046 < \alpha (0,05)$  sehingga hal ini mengindikasikan bahwa  $H_1$  dapat diterima, yang menunjukkan adanya hubungan antara variabel kecanduan gadget dengan variabel gangguan emosi.

43  
5.2 Pembahasan

5.2.1 Kecanduan gadget pada remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

1  
Hasil penelitian berdasarkan pada tabel 5.11 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, setengahnya memiliki kategori kecanduan gadget rendah dengan jumlah 24 orang (50,0%). Menurut peneliti, mayoritas remaja di MA Darul Muawanah justru memiliki tingkat kecanduan gadget yang relatif terkendali. Hal ini terlihat

dari dominasi kategori rendah yang mencapai setengah dari total responden, diikuti dengan kategori sedang. Kondisi ini mengindikasikan adanya faktor pengawasan atau regulasi yang efektif dalam lingkungan madrasah dan rumah yang berhasil menekan potensi kecanduan gadget. Dengan adanya pengawasan atau regulasi yang efektif terhadap penggunaan gadget mengakibatkan hasil dari kecanduan gadget rendah.

Menurut Fauziah *et al.*, (2024) Pengawasan dan regulasi yang efektif dalam lingkungan keluarga telah terbukti berperan signifikan dalam menekan tingkat kecanduan gadget pada remaja, penerapan jadwal penggunaan perangkat digital yang terstruktur, seperti pembatasan waktu layar dan zona bebas gadget di rumah, berkontribusi pada pembentukan kebiasaan digital yang sehat.

Faktor yang mempengaruhi kecanduan gadget ialah faktor internal (*self esteem* rendah), faktor situasional (cemas), faktor sosial (*connected presence*), dan faktor eksternal (media aplikasi). Faktor pertama yang mempengaruhi kecanduan gadget ialah faktor internal (*self esteem* rendah), berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, sebagian kecil mengalami *self esteem* rendah berjumlah 11 orang (22,9%). Menurut peneliti *Self esteem* rendah pada remaja dapat menjadi salah satu faktor pendorong terjadinya kecanduan gadget. Remaja yang memiliki kepercayaan diri rendah seringkali mencari cara untuk melarikan diri dari perasaan tidak nyaman yang mereka alami, dan gadget menjadi pilihan yang mudah untuk mendapatkan pengalihan. Di era digital ini, media sosial telah menjadi platform utama bagi remaja dengan *self esteem* rendah untuk mencari pengakuan. *Likes*, komentar, dan interaksi virtual lainnya memberikan kepuasan

sementara dan menciptakan ilusi penerimaan sosial. Ketergantungan pada validasi *online* ini dapat menciptakan siklus yang tidak sehat, di mana remaja semakin bergantung pada gadget untuk merasa berharga dan diterima.

Menurut Prawiro *et al.*, (2024) menyatakan orang dengan *self esteem* rendah sering kali mengalami kecanduan gadget, karena gadget dapat menjadi sarana untuk melarikan diri dari perasaan negatif seperti kesepian, kecemasan, dan bahkan depresi yang dialami oleh mereka dengan *self esteem* rendah. Media sosial memberikan kesempatan untuk mendapatkan penerimaan dan pujian dari orang lain, yang dapat meningkatkan perasaan *self worth* secara sementara.

Faktor berikutnya yaitu faktor situasional (cemas), berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, hampir setengahnya mengalami cemas jika tidak menggunakan gadget berjumlah 19 orang (39,6%). Menurut peneliti Kecemasan yang dialami remaja akibat kecanduan gadget telah menjadi fenomena yang semakin mengkhawatirkan di era digital ini. Ketergantungan yang berlebihan pada perangkat digital tidak hanya mempengaruhi perilaku sehari-hari, tetapi juga menciptakan tekanan psikologis yang signifikan. Remaja yang kecanduan gadget sering mengalami kecemasan ketika tidak dapat mengakses perangkat mereka, fenomena yang dikenal sebagai *nomophobia* atau "*no mobile phone phobia*". Wiguna *et al.*, (2024) mengatakan bahwa kecemasan dapat mendorong seseorang menjadi kecanduan gadget melalui beberapa mekanisme psikologis. Ketika seseorang mengalami kecemasan, mereka cenderung mencari pelarian atau pengalihan digunakan untuk mengurangi perasaan tidak nyaman dengan mengalihkan perhatian dari emosi atau situasi yang menyedihkan. Gadget, berbagai

fitur hiburan dan stimulasi yang ditawarkan, menjadi pilihan mudah sebagai sarana pelarian. Penggunaan gadget dapat memberikan dopamin - hormon yang terkait dengan rasa senang dan reward yang membuat orang merasa lebih baik secara temporer. Selain itu, orang dengan kecemasan sering merasa lebih nyaman berinteraksi melalui dunia digital dibandingkan tatap muka langsung. Mereka menganggap interaksi *online* sebagai zona aman yang memberi mereka kontrol lebih besar atas komunikasi mereka. Hal ini dapat menciptakan siklus dimana semakin sering seseorang bergantung pada gadget untuk mengatasi kecemasan, semakin sulit bagi mereka untuk menghadapi situasi sosial secara langsung. Penggunaan gadget yang berlebihan sebagai mekanisme coping terhadap kecemasan dapat berkembang menjadi perilaku kompulsif. Ketika stres atau cemas muncul, refleksi pertama adalah mengecek smartphone atau tablet, yang kemudian menjadi kebiasaan sulit dilepaskan.

Faktor sosial (*connected presence*) juga faktor yang mempengaruhi kecanduan gadget, menurut tabel 5.6 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, hampir seluruhnya tinggal bersama orang tua lengkap dengan jumlah 41 orang (85,4%). Menurut peneliti *Connected presence*, atau keberadaan yang terhubung, menjadi faktor yang mempengaruhi kecanduan gadget karena menciptakan ilusi kebersamaan dan rasa memiliki yang konstan. Individu merasa terus terhubung dengan jaringan sosial mereka melalui media sosial, aplikasi pesan instan (*chatting*), dan platform *online* lainnya. Notifikasi, pesan, dan interaksi *online* lainnya memberikan validasi sosial dan rasa dibutuhkan, yang memicu pelepasan dopamin di otak. Hal ini menciptakan siklus penguatan positif, di mana individu

terus-menerus mencari validasi dan koneksi *online*, yang pada akhirnya dapat menyebabkan perilaku adiktif terhadap gadget.

Menurut Lestari *et al.*, (2024) Ketakutan akan ketinggalan informasi (*Fear of Missing Out/FOMO*) juga berperan penting, di mana individu merasa cemas jika tidak terus terhubung dan mengikuti perkembangan terbaru di dunia maya. Kondisi ini mendorong penggunaan gadget yang berlebihan dan memperkuat ketergantungan pada koneksi *online*. Selain itu, *connected presence* juga dapat menyembunyikan perbedaan antara dunia maya dan dunia nyata, Akibatnya, individu lebih cenderung mengutamakan interaksi daring dibandingkan dengan interaksi langsung. Hal ini dapat memberikan dampak buruk pada hubungan sosial di dunia nyata dan memperburuk kecanduan gadget.

Faktor eksternal (media aplikasi) merupakan faktor yang mempengaruhi kecanduan gadget, Berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, sebagian besar menggunakan media sosial berjumlah 30 orang (62,5%). Menurut peneliti media aplikasi menjadi faktor krusial yang memengaruhi tingkat kecanduan gadget di era digital ini. Desain aplikasi modern yang menggunakan algoritma personal dan fitur yang memicu dopamin secara berkelanjutan menciptakan lingkaran ketergantungan yang sulit diputus. Sistem notifikasi yang terus-menerus, fitur "*pull-to-refresh*", dan konten yang tak berujung (*infinite scroll*) dirancang secara sistematis untuk mempertahankan keterikatan pengguna selama mungkin.

Menurut Putri *et al.*, (2024) mengatakan bahwasanya media aplikasi memainkan peran signifikan dalam mempengaruhi kecanduan gadget pada remaja. Desain aplikasi yang menarik dan *adiktif*, seperti fitur notifikasi, sistem

penghargaan, dan konten yang terus diperbarui, mendorong remaja untuk terus terlibat dan menghabiskan waktu lebih lama dengan gadget mereka. Interaksi sosial virtual melalui media sosial juga meningkatkan keterikatan remaja pada perangkat mereka, karena mereka merasa perlu untuk selalu terhubung dan mendapatkan pengakuan dari lingkungan sekitarnya. Selain itu, akses mudah ke berbagai konten hiburan dan informasi tanpa batas membuat remaja semakin sulit melepaskan diri dari penggunaan gadget yang berlebihan.

#### 5.2.2 Gangguan emosi pada remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

Berdasarkan tabel 5.12 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, sebagian besar memiliki kategori gangguan emosi normal dengan jumlah 26 orang (54,2%). Menurut peneliti gangguan emosi pada remaja dengan kategori normal dapat dipahami sebagai bagian dari proses perkembangan yang alami dan penting bagi pembentukan identitas diri mereka. Pada masa remaja, individu mengalami perubahan hormon, tekanan sosial, dan pencarian jati diri yang sering memicu perubahan suasana hati, ketegangan emosional, atau kecemasan. Gangguan emosi seperti mudah marah, cemas, atau stres berlebihan sering kali muncul dan dianggap sebagai respons adaptif terhadap tantangan psikologis yang mereka hadapi.

Menurut Susanti dan Rahmawati (2022) Gangguan emosi pada remaja yang masih dianggap normal sejatinya merupakan bagian dari proses perkembangan alami menuju kedewasaan. Pada masa ini, remaja mengalami berbagai perubahan, baik fisik maupun psikologis, yang menyebabkan fluktuasi emosi yang cukup dinamis.

Faktor-faktor yang mempengaruhi gangguan emosi meliputi faktor biologis, psikologis, dan lingkungan. Faktor pertama adalah faktor biologis, yang berdasarkan tabel 5.8 menunjukkan bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, hampir seluruhnya tidak ada riwayat gangguan emosi dalam keluarga berjumlah 45 orang (93,8%).

Menurut peneliti riwayat gangguan emosi dalam keluarga ialah faktor yang sangat berpengaruh dalam membentuk kesehatan mental anggota keluarga lainnya, terutama anak-anak dan remaja. Pola perilaku, respons emosional, dan cara mengatasi stress yang ditunjukkan oleh anggota keluarga dengan gangguan emosi seringkali menjadi model pembelajaran tidak langsung yang terinternalisasi oleh anggota keluarga lainnya. Menurut Gintari *et al.*, (2023) bahwa keluarga berperan penting dalam membentuk cara seseorang memahami, merespons, dan mengelola emosinya. Pola perilaku, respons emosional, dan mekanisme koping yang ditunjukkan oleh anggota keluarga dengan gangguan emosi sering kali menjadi model pembelajaran tidak langsung bagi anggota keluarga lainnya, terutama remaja. Misalnya, jika seorang remaja tumbuh dalam lingkungan di mana orang tua merespons stres dengan perilaku agresif atau menarik diri, remaja tersebut cenderung meniru pola yang sama dalam menghadapi tantangan emosional di masa depan. Remaja dari orang tua dengan gangguan emosi memiliki risiko lebih besar untuk mengembangkan masalah kesehatan mental dibandingkan remaja dari keluarga dengan kondisi emosional yang stabil.

Faktor psikologis juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi gangguan emosi. Berdasarkan tabel 5.9, terlihat bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang menunjukkan hal ini,

hampir seluruhnya responden tidak mengalami stres berkepanjangan dengan jumlah 39 orang (81,2%).

Menurut peneliti individu yang berada di bawah tekanan cenderung memiliki toleransi yang lebih rendah terhadap frustrasi, sehingga mereka lebih mudah mengalami perubahan suasana hati yang tajam. Jika stres tidak dikelola dengan baik, ini dapat menyebabkan pola perilaku yang tidak sehat, seperti menghindari tanggung jawab, meledak-ledak, atau menggunakan mekanisme koping destruktif, seperti penyalahgunaan zat. Pola ini tidak hanya memperburuk kondisi emosional seseorang, tetapi juga meningkatkan risiko gangguan mental lebih lanjut. Menurut Simanjuntak & Wulandari, (2022) bahwa ketika seseorang memiliki toleransi frustrasi yang rendah, mereka cenderung bereaksi secara emosional terhadap hambatan atau kegagalan, baik dengan marah, sedih, atau bahkan menyerah. Ketidakmampuan tersebut dapat memicu pola respons emosional yang tidak stabil, yang ditandai dengan perubahan suasana hati yang mendalam dan mendadak.

Selain itu, faktor lingkungan juga mempengaruhi gangguan emosi. Berdasarkan tabel 5.10, terlihat bahwa 48 responden di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang menunjukkan hal tersebut, hampir seluruhnya tidak pernah mengalami *bullying* berjumlah 36 orang (75,0%). Menurut peneliti, Lingkungan memainkan peran krusial dalam pembentukan kondisi emosional seseorang, terutama dalam kasus *bullying* yang dapat mengakibatkan gangguan emosi yang serius. Ketika seseorang menjadi korban *bullying*, mereka secara terus-menerus mengalami tekanan psikologis dan sosial yang dapat merusak kesehatan mental mereka. Korban *bullying* seringkali mengalami perasaan tidak aman dan terancam dalam lingkungan mereka, baik di

sekolah, tempat kerja, atau lingkungan sosial lainnya. Kondisi ini menciptakan ketegangan emosional yang berkelanjutan, di mana korban terus-menerus berada dalam keadaan waspada dan cemas. Akibatnya, mereka kesulitan dalam mengelola emosi mereka, yang dapat manifestasi dalam bentuk ledakan kemarahan yang tidak terkendali, penarikan diri dari interaksi sosial, atau kesulitan dalam mengekspresikan emosi secara tepat. Ketidakmampuan mengelola emosi ini dapat berlanjut hingga dewasa jika tidak ditangani dengan baik.

Menurut Hidayati (2023) Pengalaman *bullying* dapat menyebabkan seseorang mengembangkan rasa takut, cemas, dan tidak aman dalam lingkungan sosial mereka. Hal ini dapat memicu berbagai gangguan emosi seperti depresi, kecemasan berlebihan, atau bahkan gangguan stres pasca trauma (PTSD). Korban *bullying* juga cenderung mengalami penurunan kepercayaan diri dan harga diri, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi kemampuan mereka dalam menjalin hubungan sosial yang sehat di masa depan. Seseorang yang pernah mengalami *bullying* mungkin mengembangkan mekanisme pertahanan diri yang tidak sehat, seperti menarik diri dari interaksi sosial, mudah marah, atau kesulitan mengontrol emosi. Mereka juga mungkin mengalami kesulitan dalam membangun kepercayaan dengan orang lain dan cenderung memiliki pandangan negatif terhadap lingkungan sosial mereka.

### 5.2.3 Hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja di MA

Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang

Tabel 5.13 menunjukkan bahwa hasil dari silang tabulasi kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja diketahui dari 48 responden, dengan gangguan emosi normal dan kecanduan gadget rendah hampir setengahnya dengan

jumlah 16 orang (33,3%), diikuti oleh gangguan emosi kategori *borderline* dan kecanduan gadget dengan kategori sedang sebanyak 11 orang (22,9%), dan gangguan emosi abnormal dengan kecanduan gadget kategori sedang hanya 1 orang (2,1%). Hasil uji *rank spearman* menunjukkan bahwa P-value yang diperoleh tercatat sebesar 0,046, yang lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05), sehingga hasil ini menandakan bahwa  $H_1$  diterima, yang mengindikasikan adanya kaitan antara kecanduan gadget dan gangguan emosi..

Menurut peneliti kecanduan gadget di kalangan remaja, hal ini telah berkembang menjadi isu yang semakin penting dalam beberapa tahun terakhir, terutama dengan pesatnya perkembangan teknologi dan media sosial. Pemakaian gadget secara berlebihan dapat memengaruhi stabilitas emosional pada remaja, menyebabkan gangguan emosi seperti kecemasan, depresi, dan kesulitan dalam mengatur perasaan. Ketergantungan yang berlebihan pada gadget, terutama media sosial, sering kali membuat remaja merasa terisolasi, tertekan, atau kurang puas dengan kehidupan nyata mereka.

Menurut Ananda (2024) Kecanduan gadget dapat menyebabkan berbagai masalah psikologis dan sosial, seperti penurunan daya ingat, perasaan euforia saat online, waktu berinternet yang berlebihan, isolasi dari lingkungan sosial, serta perasaan cemas dan depresi. Secara keseluruhan, temuan-temuan ini mengindikasikan bahwa kecanduan gadget memiliki dampak buruk yang signifikan terhadap kesehatan emosional remaja, meningkatkan potensi gangguan emosi dan perilaku. Oleh karena itu, sangat penting untuk mengatur penggunaan gadget dengan bijaksana guna mendukung perkembangan emosional yang sehat pada remaja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suryani *et al.*, (2023) dengan judul hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja, Uji statistik Chi-Square mengungkapkan nilai p sebesar 0,001 menunjukkan hubungan yang signifikan antara kecanduan gadget dan gangguan emosional di kalangan remaja di SMA Pertiwi 2 Padang pada tahun 2023. Analisis menunjukkan bahwa remaja dengan tingkat kecanduan gadget yang lebih tinggi (80,0%) lebih mungkin mengalami gangguan emosional. Hal ini dikaitkan dengan perilaku seperti memeriksa ponsel cerdas mereka segera setelah bangun, mengandalkan ponsel cerdas untuk inspirasi selama belajar, menggunakan ponsel cerdas untuk menenangkan pikiran mereka, mengganggu pola tidur dengan bermain di ponsel mereka, dan menggunakan ponsel cerdas saat belajar dalam kelompok. Remaja yang menunjukkan kecanduan gadget sering menghadapi kesulitan berkomunikasi di rumah, menunjukkan ketidakpedulian dan kurangnya responsif ketika orang tua mereka mencoba untuk terlibat dalam percakapan. Perilaku ini dapat menyebabkan kesenjangan yang melebar antara remaja dan orang tua mereka, serta lingkungan sosial mereka, termasuk teman sebaya..

Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Baderi & Ekawati Dessy, (2020) dengan judul hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku pada remaja. Berdasarkan hasil uji statistik Spearman Rho menunjukkan nilai ( $p=0,000$ ) bahwa ( $p<0,05$ ) Hal ini menunjukkan hubungan antara kecanduan gadget dengan emosi dan perilaku remaja. Kategori batas menunjukkan bahwa remaja berisiko mengalami gejala emosional, masalah perilaku, hiperaktif, dan masalah terkait teman sebaya, dengan kemungkinan mengalami tantangan psikososial jika tidak ditangani dengan tepat. Selain itu, penelitian ini menemukan

bahwa beberapa remaja termasuk dalam kategori abnormal, menunjukkan masalah mental dan emosional yang signifikan. Remaja dianggap menghabiskan waktu berlebihan untuk gadget jika mereka menggunakannya lebih dari dua jam sehari. Seorang pecandu gadget akan memusatkan perhatian mereka hanya pada dunia maya, dan ketika terpisah dari gadget mereka, mereka mengalami perasaan gelisah. Mereka tidak dapat mentolerir terpisah dari perangkat mereka untuk waktu yang lama. Remaja sering menggunakan gadget untuk mengisi waktunya, sebagai sumber kenyamanan, informasi, hiburan, bahkan sebagai teman setia. Tanpa gadget mereka, mereka merasa ada sesuatu yang hilang dalam hidup mereka. Mereka mungkin juga mengalami kecemasan ketika tidak ada *Wi-Fi*, takut kehabisan baterai, atau menemukan diri mereka di area tanpa sinyal.

Penelitian ini sejalan dengan Nur Rizki et al.,(2022) Temuan dari pemeriksaan hubungan antara kecanduan teknologi dengan perasaan dan tindakan remaja di RW 06 Cipayang Ciputat, Tangerang Selatan, usia 10 hingga 19 tahun. Di RW 06 Cipayang Ciputat, Tangerang Selatan, terdapat korelasi antara kecanduan gadget dengan emosi dan perilaku remaja usia 10 hingga 19 tahun, yang ditunjukkan oleh hasil Chi-Square dari  $p \text{ value} = 0,013$  ( $p < 0,05$ ), yang menyebabkan penolakan  $H_0$  dan penerimaan  $H_a$ . Remaja mungkin telah mengembangkan kecanduan gadget jika mereka menggunakan perangkat mereka selama lebih dari dua jam sehari, terutama untuk tujuan yang kurang produktif. Emosi dan kebiasaan sehari-hari remaja dapat sangat dipengaruhi oleh penggunaan teknologi yang berlebihan. Misalnya, mereka mungkin lebih gampang tersinggung, menunjukkan kurangnya minat untuk berinteraksi dengan lingkungannya, lupa berdoa, dan lebih fokus pada gadget mereka daripada dunia nyata. Penggunaan

gadget yang berlebihan ini memiliki efek yang cukup besar pada kesejahteraan emosional dan perilaku mereka.



## BAB 6

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Kesimpulan

1. Kecanduan gadget pada remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, hampir setengahnya memiliki kategori rendah.
2. Gangguan emosi pada remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang, sebagian besar memiliki kategori normal.
3. Adanya Hubungan Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi pada Remaja di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang.

#### 6.2 Saran

1. Bagi remaja  
Diharapkan untuk lebih bijak dalam menggunakan gadget dan mengatur waktu penggunaan secara efektif, misalnya dengan membatasi durasi harian untuk bermain atau mengakses media sosial.
2. Bagi tenaga kesehatan  
Diharapkan dapat menyediakan edukasi dan program pembinaan terkait literasi digital yang sehat, termasuk bahaya kecanduan gadget dan dampaknya terhadap perkembangan emosi remaja. Kolaborasi antara tenaga kesehatan, guru, konselor sekolah, dan orang tua diperlukan untuk memantau kondisi emosional siswa dan memberikan bimbingan yang tepat.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat memperluas sampel penelitian dan melibatkan berbagai karakteristik remaja dari daerah atau lingkungan yang berbeda untuk meningkatkan generalisasi hasil penelitian

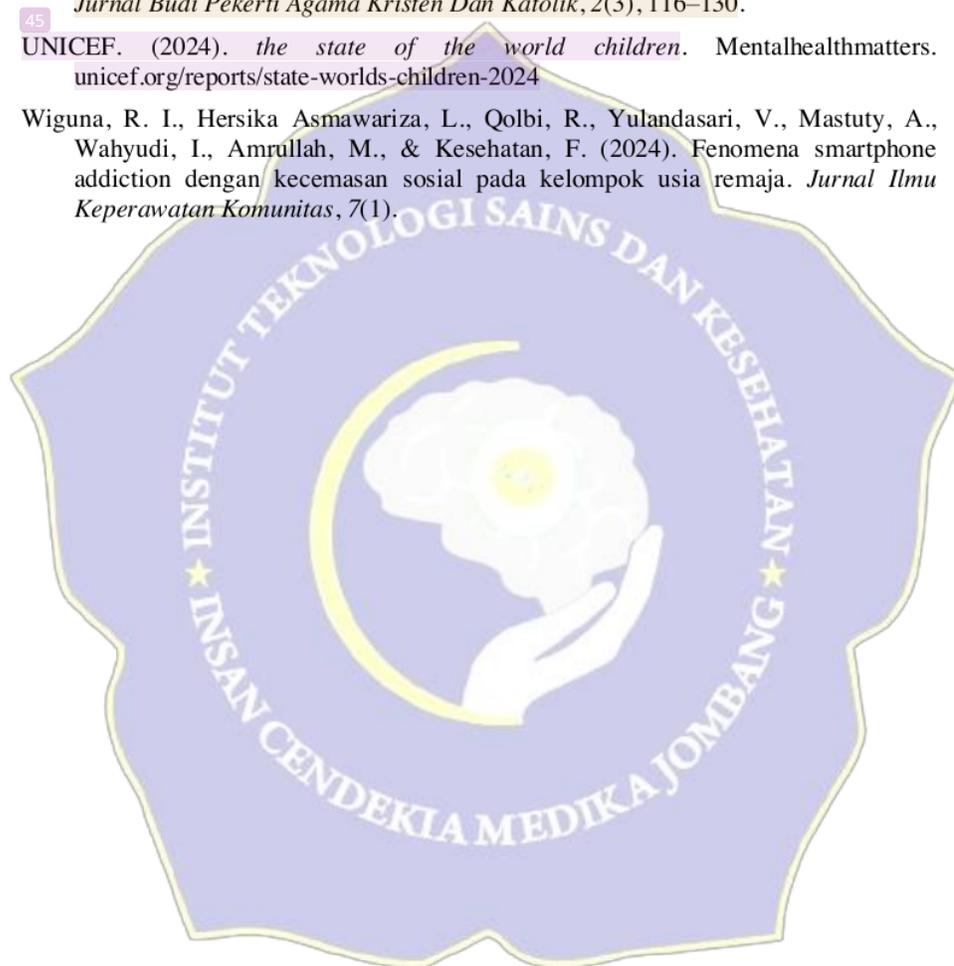


## DAFTAR PUSTAKA

- 19  
Ananda. (2024). *Hubungan Kecanduan Gadget Dengan Pembentukan Perilaku Sosial Remaja Di Smp Muhammadiyah 16 Lubuk Pakam*. Diakses dari <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/23752>
- 35  
Aprilia, C. (2024). Psikoedukasi Upaya Mengurangi Kecanduan Gadget Pada Remaja Di Smpn Satu Atap Suka Maju. *Psikologiya Journal*, 1(2), 20–30.
- 24  
Ausrianti, R., Andayani, R. P., Putri, P. D., Oswi, D. D., & Salsabila, D. (2024). Program “TAMAN”(Lestari Permainan Tradisional) dalam Upaya Mengurangi Kecanduan Gadget pada Anak. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 6(1), 189–196.
- Baderi, & Ekawati Dessy. (2020). Hubungan *gadget addiction* terhadap emosi dan perilaku remaja (studi di kelas viii smpn 1 peterongan). *Insan Cendekia, Volume 7 No. 2*.
- 18  
Damar Iradat. (2024). warga RI juara satu kecanduan hp di dunia, habiskan 6 jam sehari. In *CNNIndonesia*. <https://www.cnnindonesia.com/teknologi/20240112200540-185-1048875/warga-ri-juara-satu-kecanduan-hp-di-dunia-habiskan-6-jam-sehari/amp>
- 25  
Dr. Idi Warsah, M. Pd. I., & Mirzon Daheri, MA. P. (2021). *Buku Psikologi Suatu Pengantar (edisi revisi)* (S. Ag., M. Pd. I. Dr. Yusron Masduki, Ed.).
- 29  
Dwinata, A., Kibtiyah, A., Wahyu Nugroho, M., Faizi, A., Zulfikar Ali Gucci, A., Yunita Rahma Pratiwi, E., & Fitra Raharja, H. (2024). *peran psikologi pendidikan dalam membangun kesehatan mental remaja desa watugaluh kabupaten jombang*.
- 40  
Elaine. (2023, December). *RSJ Menur catat pasien jiwa anak-remaja meningkat,4.765 orang selama 2023*. [https://www.suarasurabaya.net/kelanakota/2023/rsj-menur-catat-pasien-jiwa-anak-remaja-meningkat-4-765-orang-selama-2023/?utm\\_source=perplexity](https://www.suarasurabaya.net/kelanakota/2023/rsj-menur-catat-pasien-jiwa-anak-remaja-meningkat-4-765-orang-selama-2023/?utm_source=perplexity)
- Ermawati, D., Febiana, E., Wulandari, Y. A., Chrysandra, V., & Riswari, L. A. (2024). Sosialisasi Bijak dalam Penggunaan Gadget untuk Generasi Masa Kini di Desa Gondangmanis. *SANDIMAS: Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 311–315.
- 41  
Ermawati, D., Zahro, I. P., Richa, R., Anika, T., Hindriana, S., Khilda, Z., Analisis, K., Pemecahan, M., Matematis, S., Dalam, M., Soal, H., Kelas, I. V, Sd, G., Prastianing Zahro, I., Anika, R. R., Hindriana, P. T., Khilda Zulfia, S., S1, P., Guru, P., & Dasar, S. (2023). Analisis Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Siswa Dalam Menyelesaikan Soal Hots Kelas Iv Sd Gempolsongo. *Jurnal Penelitian Pembelajaran Matematika Sekolah*, 7(JP2MS), 228–236. <https://doi.org/10.33369/jp2ms.7.2.228-236>

- 49 Geograf. (2023, September). *Pengertian Kecanduan Gadget: Definisi dan Penjelasan Lengkap Menurut Ahli*. <https://geograf.id/jelaskan/pengertian-kecanduan-gadget/>
- 60 Heryana, A. (2019). *Buku Ajar Metodologi Penelitian pada Kesehatan Masyarakat* (2nd ed.). <https://www.researchgate.net/publication/342144107>
- 15 juliani, & wulandari. (2022). Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Gangguan Emosi Dan Perilaku Remaja Kelas 8. *Jurnal Keperawatan BSI, Vol. 10 No. 1 April 2022, 10*.
- 46 Kelly Sikema. (2024, March). *Ciri-ciri Kecanduan Gadget dan Cara Tepat Mengatasinya*. <https://kumparan.com/info-psikologi/ciri-ciri-kecanduan-gadget-dan-cara-tepat-mengatasinya-22KkiaZe4eA/1>
- 27 Khairul. (2023). *Hubungan Kecanduan Gadget Atau Gadget addiction Dengan Tingkat Kecerdasan Emosional Pada Siswa Dan Siswi Kelas Vii Dan Viii Smp Negeri 7 Kota Jambi*. <https://repository.unja.ac.id/46656/#:~:text=Tujuan%20penelitian%20ini%20adalah%20untuk%20mengetahui%20dan>
- 32 Maulia. (2024, June). *Anak Kecanduan Gadget, Mengapa dan Bagaimana Mengatasinya?* *Artikelpsikologi*. <https://kanal.psikologi.ugm.ac.id/anak-kecanduan-gadget-mengapa-dan-bagaimana-mengatasinya/>
- 4 Mulyanti, A., Dolifah, D., & Rahmat, D. Y. (2024). Hubungan Kecanduan Gadget dengan Kecerdasan Emosional pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale, 7(1)*, 149–156.
- 10 Nur Rizki, S., Suryati, T., Studi Keperawatan, P., & Tinggi Ilmu Kesehatan Pertamedika, S. (n.d.). Hubungan Kecanduan Gadget Dengan Emosi Dan Perilaku Remaja Usia 10-19 Tahun. *Buletin Kesehatan, 6(2)*, 2022.
- 36 Prawiro, R. A. N. U., Panjaitan, R. U., Susanti, H., & Wardani, I. Y. (2024). Hubungan Karakteristik Penggunaan Media Sosial dan Harga Diri pada Pemuda 15-24 Tahun. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI), 9(1)*, 1. <https://doi.org/10.32419/jppni.v9i1.554>
- Putri, J. N., Sumiatin, T., Udi, S. ', Yunariyah, B., Program, ), D3, S., Tuban, K., & Surabaya, K. (2024). *Penggunaan Gadget Dan Perubahan Perilaku Remaja Di Sekolah Menengah Atas Tuban*. <https://journal-mandiracendikia.com/jikmc>
- Ryan Peby Andriani, Much. Arsyad Fardani, & Diana Ermawati. (2023). Analisis Dampak Penggunaan Gadget pada Karakter Peduli Sosial Anak. *Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri, 09 Nomor 04*.
- 6 Simanjuntak, J., & Wulandari, I. S. M. (2022b). Gangguan Emosi Dan Perilaku Remaja Akibat Kecanduan Gadget. *Malahayati Nursing Journal, 4(4)*, 1057–1065. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i4.6221>

- Suryani, U., Yazia Program Studi, V. S., Mercubaktijaya Padang, Stik., & Jamal Jamil Pondok Kopi Siteba, J. (2023). Hubungan kecanduan gadget dengan gangguan emosi pada remaja. *Jurnal Keperawatan*. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Syahza, A. (2021). *Metodologi Penelitian*. Unri Press. <https://almasdi.staff.unri.ac.id/files/2021/09/Buku-Metopel-2021-ISBN-978-623-255-107-7.pdf>
- Telaumbanua, A., Purba, A. D., Damanik, P. I., & Marampa, E. (2024). Peran Guru Pendidikan Agama Kristen dalam Mencegah Kecanduan Gadget pada Remaja. *Jurnal Budi Pekerti Agama Kristen Dan Katolik*, 2(3), 116–130.
- UNICEF. (2024). *the state of the world children*. Mentalhealthmatters. [unicef.org/reports/state-worlds-children-2024](https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2024)
- Wiguna, R. I., Hersika Asmawariza, L., Qolbi, R., Yulandasari, V., Mastuty, A., Wahyudi, I., Amrullah, M., & Kesehatan, F. (2024). Fenomena smartphone addiction dengan kecemasan sosial pada kelompok usia remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 7(1).



# HUBUNGAN KECANDUAN GADGET DENGAN GANGGUAN EMOSI PADA REMAJA (Di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang)

## ORIGINALITY REPORT

24%

SIMILARITY INDEX

23%

INTERNET SOURCES

10%

PUBLICATIONS

10%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1 [repo.stikesicme-jbg.ac.id](http://repo.stikesicme-jbg.ac.id) Internet Source 4%

2 [repository.itskesicme.ac.id](http://repository.itskesicme.ac.id) Internet Source 1%

3 [123dok.com](http://123dok.com) Internet Source 1%

4 [ejournal.stikstellamarismks.ac.id](http://ejournal.stikstellamarismks.ac.id) Internet Source 1%

5 [repository.uin-suska.ac.id](http://repository.uin-suska.ac.id) Internet Source 1%

6 [repositori.uin-alauddin.ac.id](http://repositori.uin-alauddin.ac.id) Internet Source 1%

7 [repository.unair.ac.id](http://repository.unair.ac.id) Internet Source 1%

8 [eprints.stikesbanyuwangi.ac.id](http://eprints.stikesbanyuwangi.ac.id) Internet Source 1%

[journal2.stikeskendal.ac.id](http://journal2.stikeskendal.ac.id)

9	Internet Source	<1 %
10	<a href="http://akper-pasarrebo.e-journal.id">akper-pasarrebo.e-journal.id</a> Internet Source	<1 %
11	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
12	Submitted to GIFT University Student Paper	<1 %
13	<a href="http://repository.stikes-bhm.ac.id">repository.stikes-bhm.ac.id</a> Internet Source	<1 %
14	<a href="http://journal.staiypiqaubau.ac.id">journal.staiypiqaubau.ac.id</a> Internet Source	<1 %
15	<a href="http://digilib.itskesicme.ac.id">digilib.itskesicme.ac.id</a> Internet Source	<1 %
16	<a href="http://docplayer.info">docplayer.info</a> Internet Source	<1 %
17	<a href="http://geograf.id">geograf.id</a> Internet Source	<1 %
18	<a href="http://jurnal.stikeskesosi.ac.id">jurnal.stikeskesosi.ac.id</a> Internet Source	<1 %
19	<a href="http://repositori.uma.ac.id">repositori.uma.ac.id</a> Internet Source	<1 %
20	<a href="http://repositori.usu.ac.id">repositori.usu.ac.id</a> Internet Source	<1 %

21	Nurrahmah Nurrahmah, Nita Sukamti, Nur Fajariyah. "Hubungan Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Emosional Pada Remaja di Pasar Minggu Jakarta Selatan", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2024 Publication	<1 %
22	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	<1 %
23	anyflip.com Internet Source	<1 %
24	jurnal.globalhealthsciencegroup.com Internet Source	<1 %
25	repository.iaincurup.ac.id Internet Source	<1 %
26	Submitted to Lambung Mangkurat University Student Paper	<1 %
27	repository.unja.ac.id Internet Source	<1 %
28	www.jurnal.stiq-amuntai.ac.id Internet Source	<1 %
29	ejournal.unhasy.ac.id Internet Source	<1 %
30	journal.aripafi.or.id Internet Source	<1 %

<1 %

31

[eprints.undip.ac.id](http://eprints.undip.ac.id)

Internet Source

<1 %

32

[journal.ipb.ac.id](http://journal.ipb.ac.id)

Internet Source

<1 %

33

Fitri Hariyanti, Almasdi Syahza, Zulkarnain, Nofrizal. "Economic transformation based on leading commodities through sustainable development of the oil palm industry", *Heliyon*, 2024

Publication

<1 %

34

[journal.um-surabaya.ac.id](http://journal.um-surabaya.ac.id)

Internet Source

<1 %

35

[nawalaeducation.com](http://nawalaeducation.com)

Internet Source

<1 %

36

[www.jurnal-ppni.org](http://www.jurnal-ppni.org)

Internet Source

<1 %

37

Lailatul Husni, Samsi Narti, Anne Rufaridah, Rina Rina, Yolanda Syahdia. "Edukasi Pengaruh Gadget Terhadap Remaja di Kelurahan Kubu Dalam Parak Parakah Tahun 2024", *JGEN : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2024

Publication

<1 %

[journal.stkipsubang.ac.id](http://journal.stkipsubang.ac.id)

38	Internet Source	<1 %
39	<a href="http://journal.untar.ac.id">journal.untar.ac.id</a> Internet Source	<1 %
40	Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur II Student Paper	<1 %
41	<a href="http://ejournal.unib.ac.id">ejournal.unib.ac.id</a> Internet Source	<1 %
42	<a href="http://pdfcoffee.com">pdfcoffee.com</a> Internet Source	<1 %
43	<a href="http://repository.stikeshangtuah-sby.ac.id">repository.stikeshangtuah-sby.ac.id</a> Internet Source	<1 %
44	Submitted to Universitas Pamulang Student Paper	<1 %
45	Submitted to University of Essex Student Paper	<1 %
46	<a href="http://hot.liputan6.com">hot.liputan6.com</a> Internet Source	<1 %
47	<a href="http://jurnal.akbidharapanmulya.com">jurnal.akbidharapanmulya.com</a> Internet Source	<1 %
48	Ifa Nofalia, Suhendra Agung Wibowo. "GRATITUDE DENGAN STRES PASIEN TUBERKULOSIS PARU", JURNAL KEPERAWATAN TROPIS PAPUA, 2023	<1 %

49

Submitted to Institut Agama Islam Al-Zaytun  
Indonesia

Student Paper

<1 %

---

50

repository.poltekbangplg.ac.id

Internet Source

<1 %

---

51

subijaktosaja.wordpress.com

Internet Source

<1 %

---

52

Submitted to Politeknik Kesehatan Kemenkes  
Padang

Student Paper

<1 %

---

53

Submitted to Sekolah Global Jaya

Student Paper

<1 %

---

54

id.encyclopediaz.com

Internet Source

<1 %

---

55

real.mtak.hu

Internet Source

<1 %

---

56

repository.stikeshangtuahsby-library.ac.id

Internet Source

<1 %

---

57

Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan  
Tinggi Indonesia Jawa Tengah

Student Paper

<1 %

---

58

Submitted to Universitas Muhammadiyah  
Surakarta

Student Paper

<1 %

---

59	<a href="http://journal.mandiracendikia.com">journal.mandiracendikia.com</a> Internet Source	<1 %
60	<a href="http://repository.penerbitwidina.com">repository.penerbitwidina.com</a> Internet Source	<1 %
61	Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur III Student Paper	<1 %
62	<a href="http://eprints.umg.ac.id">eprints.umg.ac.id</a> Internet Source	<1 %
63	<a href="http://id.123dok.com">id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
64	<a href="http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id">eprints.mercubuana-yogya.ac.id</a> Internet Source	<1 %
65	<a href="http://eprints.umm.ac.id">eprints.umm.ac.id</a> Internet Source	<1 %
66	<a href="http://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
67	<a href="http://maszhiday.blogspot.com">maszhiday.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
68	<a href="http://repository.ubharajaya.ac.id">repository.ubharajaya.ac.id</a> Internet Source	<1 %
69	<a href="http://repository.urindo.ac.id">repository.urindo.ac.id</a> Internet Source	<1 %
70	<a href="http://www.docstoc.com">www.docstoc.com</a>	

<1 %

71

Andry Sartika, Juli Andri, Padila Padila. "Progressive Muscle Relaxation (PMR) Intervention with Slow Deep Breathing Exercise (SDBE) on Blood Pressure of Hypertension Patients", JOSING: Journal of Nursing and Health, 2022

Publication

<1 %

72

Iman Satra Nugraha, Aprizal Alamsyah, Dwi Shinta Agustina. "ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PRODUKSI DAN PENDAPATAN PETANI KARET (STUDI KASUS PETANI KARET DI WILAYAH OPERASIONAL PERUSAHAAN MIGAS KABUPATEN MUSI BANYUASIN)", Jurnal Penelitian Karet, 2018

Publication

<1 %

73

Jeperson Simanjuntak, Imanuel Sri Mei Wulandari. "Gangguan Emosi Dan Perilaku Remaja Akibat Kecanduan Gadget", Malahayati Nursing Journal, 2022

Publication

<1 %

74

Septika Laily Anti, Chairul Amriyah. "Dampak Perilaku Bullying Terhadap Perkembangan Anak Ditingkat Sekolah Dasar", Journal on Education, 2025

Publication

<1 %

75	Submitted to Universitas Indonesia Student Paper	<1 %
76	<a href="http://jurnal.peko.uniba-bpn.ac.id">jurnal.peko.uniba-bpn.ac.id</a> Internet Source	<1 %
77	<a href="http://repository.mercubaktijaya.ac.id">repository.mercubaktijaya.ac.id</a> Internet Source	<1 %
78	<a href="http://repository.ub.ac.id">repository.ub.ac.id</a> Internet Source	<1 %
79	<a href="http://repository.unika.ac.id">repository.unika.ac.id</a> Internet Source	<1 %
80	<a href="http://tr-ex.me">tr-ex.me</a> Internet Source	<1 %
81	Ade Chita Putri Harahap, Ahmad Yasri,, Alya Mahyani et al. "Studi Literatur Dampak Perceraian Orangtua terhadap Hubungan Sosial dan SikapEgoisAnak di SMK Swasta Mandiri", El-Mujtama: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 2023 Publication	<1 %
82	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	<1 %
83	Submitted to Universiti Malaysia Perlis Student Paper	<1 %
84	<a href="http://ejurnal.ars.ac.id">ejurnal.ars.ac.id</a> Internet Source	<1 %

<1 %

85

[id.scribd.com](https://id.scribd.com)

Internet Source

<1 %

86

[pt.scribd.com](https://pt.scribd.com)

Internet Source

<1 %

87

[repository.umkla.ac.id](https://repository.umkla.ac.id)

Internet Source

<1 %

88

[repository.unibos.ac.id](https://repository.unibos.ac.id)

Internet Source

<1 %

89

[sia-mm.stikesmm.ac.id](https://sia-mm.stikesmm.ac.id)

Internet Source

<1 %

90

[vdocuments.pub](https://vdocuments.pub)

Internet Source

<1 %

91

[www.journal.stikeskendal.ac.id](https://www.journal.stikeskendal.ac.id)

Internet Source

<1 %

92

[www.slideshare.net](https://www.slideshare.net)

Internet Source

<1 %

93

[repository.syekhnurjati.ac.id](https://repository.syekhnurjati.ac.id)

Internet Source

<1 %

94

[jos.unsoed.ac.id](https://jos.unsoed.ac.id)

Internet Source

<1 %

---

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off

# HUBUNGAN KECANDUAN GADGET DENGAN GANGGUAN EMOSI PADA REMAJA (Di MA Darul Muawanah Penanggalan Dukuhdimoro Mojoagung Jombang)

GRADEMARK REPORT

FINAL GRADE

GENERAL COMMENTS

**/0**

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8

PAGE 9

PAGE 10

PAGE 11

PAGE 12

PAGE 13

PAGE 14

PAGE 15

PAGE 16

PAGE 17

PAGE 18

PAGE 19

PAGE 20

---

PAGE 21

---

PAGE 22

---

PAGE 23

---

PAGE 24

---

PAGE 25

---

PAGE 26

---

PAGE 27

---

PAGE 28

---

PAGE 29

---

PAGE 30

---

PAGE 31

---

PAGE 32

---

PAGE 33

---

PAGE 34

---

PAGE 35

---

PAGE 36

---

PAGE 37

---

PAGE 38

---

PAGE 39

---

PAGE 40

---

PAGE 41

---

PAGE 42

---

PAGE 43

---

PAGE 44

---

PAGE 45

---

PAGE 46

---

PAGE 47

---

PAGE 48

---

PAGE 49

---

PAGE 50

---

PAGE 51

---

PAGE 52

---

PAGE 53

---

PAGE 54

---

PAGE 55

---

PAGE 56

---

PAGE 57

---

PAGE 58

---

PAGE 59

---

PAGE 60

---

PAGE 61

---

PAGE 62

---

PAGE 63

---

PAGE 64

---

PAGE 65

---

PAGE 66

---