

ABSTRAK

Nabel Nur Nadela

STUDI ANALITIK PENGGUNAAN GADGET TERHADAP DAMPAK
PSIKOLOGIS REMAJA DI SMP SEPULUH NOPEMBER SIDOARJO

xvi + 87 Halaman + 12 Tabel + 10 Lampiran.

Peningkatan penggunaan gadget di kalangan remaja telah memunculkan berbagai dampak psikologis, termasuk kecemasan, stres, dan depresi. Data menunjukkan bahwa hampir keseluruhan pada remaja di Sidoarjo menggunakan gadget, dengan perempuan sebagai pengguna dominan. Remaja lebih rentan mengalami kecanduan gadget yang berpotensi mengganggu perkembangan sosial dan emosional mereka.

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sebanyak 89 remaja di SMP Sepuluh Nopember Sidoarjo dipilih secara acak menggunakan teknik probability sampling dengan metode spin wheel. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner Smartphone Addiction Scale Short Version (SAS-SV) untuk menilai tingkat kecanduan gadget dan Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21) untuk menilai dampak psikologis.

Sebagian besar remaja berada pada rentang usia 14–16 tahun dan didominasi oleh perempuan. Seluruh remaja menggunakan handphone, dengan sebagian kecil juga menggunakan laptop atau tablet. Pemanfaatan utama gadget adalah untuk bermain game. Hampir setengah dari remaja waktu penggunaannya adalah 2–5 jam, dan hampir setengahnya tidak memiliki jeda penggunaan. Hampir setengah dari remaja mengalami kecanduan gadget. Dampak psikologis yang dialami mencakup kategori depresi ringan, kecemasan ringan, dan stres ringan.

Uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan signifikan antara penggunaan gadget dan ketiga aspek psikologis tersebut ($p < 0,05$). Penggunaan gadget yang berlebihan berhubungan erat dengan kondisi psikologis negatif pada remaja di SMP Sepuluh Nopember Sidoarjo.

Diperlukan intervensi berupa pengawasan orang tua dan edukasi pengendalian diri untuk mencegah dampak lebih lanjut. Peran sekolah dan tenaga kesehatan juga penting dalam memberikan pendampingan preventif.

Kata Kunci: gadget, dampak psikologis, remaja, depresi, kecemasan, stres.

ABSTRACT

Nabel Nur Nadela

AN ANALYTICAL STUDY ON THE USE OF GADGED ON THE PSYCHOLOGICAL IMPACT OF ADOLESCENTS AT SMP SEPULUH NOPEMBER SIDOARJO

xvi + 87 Pages + 12 Attachments + 10 Tables.

The increasing use of gadgets among adolescents has led to various psychological impacts, including anxiety, stress, and depression. Data shows that nearly all adolescents in Sidoarjo use gadgets, with females being the dominant users. Adolescents are more vulnerable to gadget addiction, which can potentially disrupt their social and emotional development.

This study employed a descriptive-analytic design with a cross-sectional approach. A total of 89 adolescents at SMP Sepuluh Nopember Sidoarjo were randomly selected using a probability sampling technique with the spin wheel method. Data were collected using the Smartphone Addiction Scale Short Version (SAS-SV) to assess the level of gadget addiction and the Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21) to evaluate psychological impacts. Most adolescents were aged between 14–16 years and predominantly female.

All participants used smartphones, with a small proportion also using laptops or tablets. The primary use of gadgets was for gaming. Nearly half of the adolescents used gadgets for 2–5 hours daily, and almost half had no usage breaks. Nearly half were identified as having gadget addiction. The psychological impacts included mild depression, mild anxiety, and mild stress.

The Chi-Square test showed a significant relationship between gadget use and the three psychological aspects ($p < 0.05$). Excessive gadget use is closely related to negative psychological conditions among adolescents at SMP Sepuluh Nopember Sidoarjo.

Interventions are needed, including parental supervision and self-control education, to prevent further impacts. The role of schools and health professionals is also crucial in providing preventive support.

Keywords: gaded, psychological impact, adolescents, depression, anxiety, stress