



## HUBUNGAN ADIKSI SMARTPHONE DENGAN KESEHATAN MENTAL MAHASISWA

### THE RELATIONSHIP OF SMARTPHONE ADDICTION WITH STUDENTS' MENTAL HEALTH

Ayu Dekawaty<sup>1\*</sup>

Program Studi Ilmu Keperawatan IKesT Muhammadiyah Palembang

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

#### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Berbagai perubahan dalam kehidupan masyarakat akibat makin berkembangnya kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi menimbulkan berbagai permasalahan bagi individu yang tidak mampu untuk beradaptasi. Mahasiswa semester awal yang masih tergolong usia remaja perlu mendapatkan perhatian yang serius karena pada masa ini terjadi pertumbuhan fisik dan psikis yang pesat. Otak remaja berkembang dalam keadaan yang konstan sehingga cenderung melakukan perilaku yang beresiko dan kurang memperhatikan konsekuensi dari tindakan yang dilakukan dibandingkan dengan orang dewasa, termasuk kemampuan dalam pengaturan penggunaan *smartphone* sehingga mungkin akan timbul perilaku adiksi yang pada akhirnya akan mempengaruhi proses belajar mahasiswa. **Tujuan:** diketahuinya hubungan antara adiksi *smartphone* dengan kesehatan mental mahasiswa. **Metode Penelitian :** Pengambilan sampel dilakukan dengan *Probability sampling* dan teknik *simple random sampling*, jumlah responden sebanyak 97 orang. Instrument yang digunakan adalah kuesioner *Smartphone Addiction Scale Short Version (SAS-SV) for adolescents* dan kuesioner *Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SV)*. **Hasil:** berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa mayoritas mahasiswa telah menggunakan *smartphone* > 1 tahun (84,5%), dengan waktu penggunaan *smartphone* dalam satu hari yang tidak terhitung (75,3%), dan mayoritas responden menyatakan paling sering membuka aplikasi media sosial (99%). Proses analisis data dilakukan dengan uji alternatif *Mann Whitney* dan didapatkan nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* sebesar 0.039 ( $0.039 < 0.05$ ). **Diskusi :** dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, yang artinya ada hubungan antara adiksi *smartphone* dengan kesehatan mental mahasiswa.

**Kata Kunci:** adiksi, *smartphone*, kesehatan mental, mahasiswa

#### ABSTRACT

**Introduction:** Various changes in people's lives due to the increasing progress of science and technology give rise to various problems for individuals who are unable to adapt. Early semester students who are still teenagers need to receive serious attention because during this period there is rapid physical and psychological growth. Teenagers' brains develop in a constant state so they tend to carry out risky behavior and pay less attention to the consequences of their actions compared to adults, including their ability to regulate *smartphone* use so that addictive behavior may arise which will ultimately affect the student's learning process. **Objective:** to find out the relationship between *smartphone* addiction and students' mental health. **Method:** Sampling was carried out using probability sampling and simple random sampling techniques, the number of respondents was 97 people. The instruments used were the *Smartphone Addiction Scale Short Version (SAS-SV) questionnaire for adolescents* and the *Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SV) questionnaire*. **Results:** Based on the research results, it was found that the majority of students had used *smartphones* for > 1 year (84.5%), with countless *smartphone* usage times in one day (75.3%), and the majority of respondents stated that they opened applications most often. social media (99%). The data analysis process was carried out using the *Mann Whitney* alternative test and the *Asymp* value was obtained. *Sig (2-tailed)* is 0.039 ( $0.039 < 0.05$ ). **Discussion:** it can be concluded that  $H_0$  is accepted and  $H_a$  is rejected, which means there is a relationship between *smartphone* addiction and students' mental health.

**Keywords:** addiction, *smartphone*, mental health, students



## PENDAHULUAN

Kesehatan mental adalah salah satu fokus permasalahan kesehatan di dunia saat ini. Berbagai perubahan yang terjadi dalam kehidupan masyarakat akibat makin berkembangnya kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi menimbulkan berbagai permasalahan bagi individu yang tidak mampu untuk beradaptasi. *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan kesehatan mental sebagai suatu keadaan sejahtera mental yang memungkinkan individu dapat mengatasi tekanan hidup, menyadari kemampuannya, belajar dan bekerja dengan baik, serta berkontribusi dengan komunitasnya. Kesehatan mental merupakan hak asasi manusia yang mendasar, yang menjadi landasan bagi pengembangan pribadi, komunitas, serta sosial ekonomi (WHO, 2022).

Berdasarkan hasil survey IPSOS *Global Health Service Monitor* Tahun 2023 di 31 negara menyebutkan bahwa kesehatan mental menempati posisi pertama permasalahan kesehatan, di atas permasalahan kanker dan stres. Hasil survey juga menyajikan data bahwa populasi terbanyak yang mengalami permasalahan kesehatan adalah Gen Z, yakni generasi yang lahir pada Tahun 1997-2012 (usia saat ini 8-23 tahun) (Institut de Publique Sondage d'Opinion Secteur, 2021). Sedangkan data di Indonesia pada Tahun 2022 menyebutkan bahwa 1 dari 3 remaja (34,9%) di Indonesia memiliki satu masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir (center for Reproductive Health, University of Queenslan, 2022).

Fokus perhatian kesehatan mental tidak hanya secara global, namun juga kepada mahasiswa yang akan dipersiapkan untuk menjadi penerus masa depan bangsa. Kesehatan mental mahasiswa akan mempengaruhi bagaimana kualitas Sumber Daya Manusia Indonesia di masa yang akan datang. Berbagai faktor mempengaruhi kesehatan mental pada remaja, diantaranya paparan terhadap stresor, kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan teman sebaya, dan eksplorasi identitas (WHO, 2021). Selain itu berbagai literatur menyebutkan bahwa penggunaan *smartphone* juga

mempengaruhi kesehatan mental pada mahasiswa (Jumrianti, Nugroho, 2018)(Saniatuzzulfa & Wijiyanti, 2019)(Yanti, 2021).

*Smartphone* atau yang biasa disebut dengan ponsel pintar, merupakan jenis ponsel yang memiliki fitur serbaguna. Sejarah *smartphone* dari tahun ke tahun memberikan inovasi perkembangan yang memungkinkan pengguna untuk lebih mudah melakukan berbagai aktivitas. Berbagai kemudahan tersebut selain memberikan banyak manfaat juga memberikan dampak ketergantungan kepada mahasiswa, diantaranya mahasiswa dapat mengakses berbagai informasi dengan cepat (wikipedia, 2023).

Belum ada data pasti mengenai data pengguna *smartphone* di dunia. Namun berdasarkan laporan *The State of Mobile Internet Connectivity Report* Tahun 2023 menunjukkan bahwa pengguna *smartphone* di dunia semakin meningkat, pada akhir Tahun 2022 pengguna *smartphone* sejumlah 4,6 miliar orang (57% dari total populasi dunia). Begitupula di Indonesia, belum ada data pasti terbaru mengenai pengguna *smartphone*. Namun berdasarkan hasil salah satu survey disebutkan bahwa Indonesia berada di posisi keenam pengguna *smartphone* terbanyak di dunia, yaitu mencapai 73 juta pengguna. Jumlah ini diperkirakan akan mengalami peningkatan menjadi 115 juta pengguna pada Tahun 2027 (Syaharani, 2023). Hal ini diperkuat dengan data APJII (Asosiasi Pengguna Jasa Internet Indonesia) yang menyebutkan pengguna internet di Indonesia pada Tahun 2022 sebanyak 210 juta jiwa dan pada Tahun 2023 meningkat menjadi 215 juta jiwa (APJII, 2023).

Mahasiswa semester awal yang masih tergolong usia remaja perlu mendapatkan perhatian yang serius karena pada masa ini terjadi pertumbuhan fisik dan psikis yang pesat. Remaja memiliki area otak yang lebih cepat matang dibandingkan dengan area lainnya. Otak remaja berkembang dalam keadaan yang konstan sehingga cenderung untuk melakukan perilaku yang beresiko dan kurang memperhatikan konsekuensi dari tindakan yang dilakukan dibandingkan dengan orang dewasa (Biro Komunikasi



dan Pelayanan Publik, 2023), termasuk diantaranya kemampuan remaja dalam pengaturan kebutuhan penggunaan *smartphone*.

Berbagai penelitian menyebutkan bahwa ketidakmampuan mahasiswa membatasi diri dalam penggunaan *smartphone* dapat menyebabkan adiksi (ketergantungan) yang akhirnya berpengaruh terhadap kesehatan mental (Jumrianti, Nugroho, 2018)(Yanti, 2021). Berdasarkan hasil studi literatur juga disebutkan bahwa adiksi *smartphone* mempengaruhi gangguan emosional pada remaja (Ferry & Yuliani, 2021). Salah satu masalah gangguan emosional yang sering muncul yakni kecemasan sosial (Saniatuzzulfa & Wijiyanti, 2019)(Primadiana et al., 2019).

Hasil observasi peneliti kepada mahasiswa semester awal di 2 kelas pada Program Studi Ilmu Keperawatan didapatkan data bahwa saat jam belajar di kelas maupun saat aktivitas di luar kelas, lebih dari separuh mahasiswa yang memegang *smartphone* di tangan, membuka *smartphone* saat sedang diajak berbicara, bahkan tidak jarang seringkali mencari keberadaan *smartphone* apabila tidak terlihat di depan mata. Saat ditanya, mereka mengatakan hanya iseng saja, tidak tahu apa yang akan dilakukan, dan merasa lebih percaya diri dengan memegang *smartphone*. Meskipun ada beberapa mahasiswa yang mengatakan menggunakan *smartphone* untuk menunjang aktivitas belajar, namun beberapa mahasiswa juga mengatakan mereka menggunakan *smartphone* untuk aktivitas di media sosial.

Berbagai permasalahan tersebut menjadi dasar peneliti untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Adiksi *smartphone* dengan Kesehatan mental Mahasiswa, terutama pada mahasiswa Program studi Ilmu Keperawatan yang selama ini belum pernah dilakukan deteksi mengenai adiksi terhadap *smartphone*. Hal tersebut menjadi prioritas karena akan mempengaruhi proses belajar mahasiswa nantinya. Mahasiswa sebagai generasi muda yang akan menjadi penerus bangsa tentu sejak dini harus dipersiapkan untuk memiliki mental yang sehat sehingga dapat mendukung pembangunan negara menuju

Visi Indonesia Emas 2045. Selain itu kegiatan ini juga sejalan dengan program pemerintah melalui Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yang menjadikan Kesehatan mental sebagai salah satu prioritas utama dalam program kesehatan nasional.

## METODE

Desain dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode survei analitik melalui pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini mengambil satu data variable dependen dan independent yang dilakukan dalam sekali waktu (Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., M, 2017). Variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel independent yaitu adiksi *smartphone* dan variabel dependent yaitu kesehatan mental. Populasi adalah keseluruhan dari subjek/objek tertentu yang akan diteliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester satu Program studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan IKesT Muhammadiyah Palembang sebanyak 128 mahasiswa. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik populasi yang digunakan untuk penelitian (Sujarweni, 2015). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *Probability sampling* dengan Teknik *simple random sampling*. Perhitungan sampel dihitung dengan rumus Slovin sehingga didapatkan jumlah sampel sebanyak 97 mahasiswa.

Penelitian ini dilakukan di IKesT Muhammadiyah Palembang dan berlangsung dari bulan Maret – Juni 2024. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan cara memperoleh data primer dengan menyebarkan kuesioner tentang adiksi *smartphone* dan kesehatan mental. Sedangkan data sekunder didapatkan dari data Bagian Administrasi Akademik dan Kepegawaian serta sumber literatur, buku, dan jurnal.

Instrument pengumpulan data dalam penelitian ini terdiri atas 2 kuesioner, yaitu Kuesioner *Smartphone Addiction Scale Short Version (SAS-SV) for adolescents*, yang terdiri atas 10 item pertanyaan untuk mengetahui adiksi mahasiswa terhadap *smartphone*. Skala yang digunakan adalah



skala likert dengan kode 1 = 'sangat tidak sesuai' hingga kode 4 = 'sangat sesuai' (Kwon et al., 2013). Kuesioner yang digunakan dalam versi Bahasa Indonesia yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya sehingga dapat digunakan untuk mengevaluasi kecanduan *smartphone* di Indonesia (Arthy et al., 2019), serta Kuesioner *Mental Health Continuum-Short Form* (MHC-SV), yang terdiri atas 14 pertanyaan berupa 3 pertanyaan mewakili aspek *emotional well-being*, 5 pertanyaan yang mewakili aspek *social well-being*, dan 6 pertanyaan yang mewakili aspek *psychological well-being* dengan rentang respon yang tersedia adalah dari "Tidak Pernah-Setiap Hari." (Yeo & Suárez,

2022). MHC-SV yang digunakan telah diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia dan telah diuji dengan koefisien reliabilitas semuanya lebih tinggi dari 0.70 yang artinya valid untuk digunakan pada usia 18-40 tahun (Putra, 2023).

Proses Analisa data dilakukan dengan uji alternatif *Mann Whitney*. Ho ditolak jika  $p < 0,05$  yang berarti ada hubungan antara kedua variabel dan Ha diterima jika  $p > 0,05$  yang berarti tidak ada hubungan antara kedua variabel.

Penelitian ini menjunjung tinggi etika penelitian. Hal tersebut diperkuat dengan proses uji etik dan mendapatkan **Surat Layak Etik dengan No. 000149/KEP IKesT Muhammadiyah Palembang/2024.**

## HASIL

**Tabel 1**  
**Karakteristik penggunaan *smartphone***  
**Mahasiswa IKesT Muhammadiyah Palembang**

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
<b>Lama menggunakan <i>smartphone</i></b>		
< 1 tahun	8	8.2
1 tahun	7	7.2
>1 tahun	82	84.5
<b>n</b>	<b>97</b>	<b>100</b>
<b>Waktu penggunaan <i>smartphone</i> dalam satu hari</b>		
1-5 kali	11	11.3
6-10 kali	13	13.4
Tidak terhitung	73	75.3
<b>n</b>	<b>97</b>	<b>100</b>
<b>Aplikasi yang sering dibuka</b>		
Media sosial ( <i>facebook, Instagram, tiktok, whatsapp, telegram, twitter</i> )	96	99
Penelusuran ( <i>google, browser</i> )	1	1
<b>n</b>	<b>97</b>	<b>100</b>

Responden pada penelitian ini berjumlah 97 orang dengan mayoritas lama menggunakan *smartphone* adalah > 1 tahun sebanyak 84,5%, mayoritas penggunaan *smartphone* dalam satu hari tidak terhitung yaitu sebanyak 75,3%, serta aplikasi yang sering dibuka mayoritas adalah media sosial (*facebook, Instagram, tiktok, whatsapp, telegram, twitter*) sebanyak 99%.

**Tabel 2**  
**Hubungan Adiksi *Smartphone* dengan Kesehatan Mental Mahasiswa IKesT Muhammadiyah Palembang**

	Mann Whitney-U	Z	Asymp. Sig (2-tailed)
<b>Kesehatan Mental Mahasiswa</b>	87.500	-2.061	.039



a. Grouping Variable: adiksi *smartphone*

Hasil uji alternatif *Mann Whitney* menunjukkan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0.039, nilai tersebut lebih kecil dari 0.05 ( $0.039 < 0.05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak yang artinya ada hubungan antara adiksi *smartphone* dengan kesehatan mental mahasiswa.

## PEMBAHASAN

Teknologi komunikasi saat ini menjadi kebutuhan dalam dunia pendidikan, khususnya bagi mahasiswa. Teknologi komunikasi yang dapat memberikan akses kemudahan dalam satu alat yang paling banyak digunakan oleh mahasiswa yaitu *smartphone*. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan pada sekelompok mahasiswa di salah satu universitas menunjukkan data bahwa mereka menggunakan *smartphone* untuk menunjang aktivitas perkuliahan. *Smartphone* dipilih karena mahasiswa dapat mengakses internet dengan mudah, dapat menampung berbagai aplikasi, serta dapat menyimpan berbagai dokumen. Selain itu mahasiswa tidak ingin dianggap 'tidak gaul' atau ketinggalan zaman karena tidak mendapatkan banyak informasi melalui *smartphone*. Pandangan mengenai kenyataan ini sudah disampaikan oleh Mark Poster sejak tahun 1990 dalam bukunya *The second Media Age* serta teori pendukung yang dikemukakan oleh Pierre Levy dalam buku yang berjudul *Cyberculture* mengenai 'media baru' membahas perkembangan media yang mempertemukan manusia dalam dunia semu yang dapat memperluas interaksi sosial, menambah pengetahuan, serta menyediakan wadah untuk berbagi pandangan atau pengetahuan secara lebih luas. Periode baru ini akan mengubah masyarakat melalui teknologi interaktif dan komunikasi jaringan dunia maya (Daeng et al., 2017).

Tingginya waktu penggunaan *smartphone* pada mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai hal, diantaranya faktor lingkungan serta faktor perilaku. Keluarga, kampus, serta lingkungan sosial merupakan bagian yang mempengaruhi proses pembentukan karakter dan perilaku mahasiswa. Sebagaimana keluarga memberikan contoh perilaku dalam penggunaan *smartphone* dalam aktivitas sehari-hari serta bagaimana mahasiswa mencontoh perilaku dari orang-orang yang

ada di sekitar mereka. Selain itu semakin luasnya akses serta kemudahannya untuk menggunakan *smartphone* juga menjadi poin penting yang dapat mempengaruhi intensitas penggunaan *smartphone* pada remaja (li & Pustaka, 2016).

Mahasiswa semester awal yang masih tergolong usia remaja perlu mendapatkan perhatian yang serius karena pada masa ini terjadi pertumbuhan fisik dan psikis yang pesat. Remaja memiliki area otak yang lebih cepat matang dibandingkan dengan area lainnya. Otak remaja berkembang dalam keadaan yang konstan sehingga cenderung untuk melakukan perilaku yang beresiko dan kurang memperhatikan konsekuensi dari tindakan yang dilakukan dibandingkan dengan orang dewasa (Biro Komunikasi dan Pelayanan Publik, 2023), termasuk diantaranya kemampuan remaja dalam pengaturan kebutuhan penggunaan *smartphone*, termasuk pada mahasiswa kesehatan dengan berbagai stressor yang dihadapi. Berdasarkan hasil studi pada mahasiswa kedokteran di Malaysia didapatkan hasil bahwa terdapat prevalensi kecanduan *smartphone* yang tinggi khususnya pada mahasiswa laki-laki yang menyebabkan masalah psikologis dengan kelompok rentan adalah mahasiswa dengan kepribadian neurotik (Lei et al., 2020).

Mahasiswa sebagai generasi muda yang akan menjadi penerus bangsa tentu sejak dini harus dipersiapkan untuk memiliki mental yang sehat sehingga dapat mendukung pembangunan negara menuju Visi Indonesia Emas 2045. Selain itu sejalan dengan program pemerintah melalui Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yang menjadikan Kesehatan mental sebagai salah satu prioritas utama dalam program kesehatan nasional. Generasi muda saat ini dihadapkan pada perkembangan ilmu teknologi komunikasi yang dapat memberikan akses kemudahan dalam satu alat yang paling banyak digunakan oleh mahasiswa yaitu



*smartphone*. Berbagai dampak muncul akibat semakin berkembangnya teknologi tersebut, salah satunya yaitu dampak kecanduan atau adiksi yang berakibat pada gangguan emosional remaja (Ferry & Yuliani, 2021).

Adiksi atau kecanduan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah kejangkitan suatu kegemaran hingga lupa hal-hal yang lain. Menurut DSM-5 kecanduan atau *addiction* memiliki karakteristik berupa toleransi terhadap suatu hal, penarikan diri, terus menggunakan meskipun tahu dampak negatifnya, *lost control*, berupaya mengurangi namun sering gagal, serta minimnya keterlibatan dalam aktivitas sosial (*DSM-5 Criteria for Addiction Simplified*, 2020).

Mahasiswa semester awal yang masih tergolong usia remaja mengalami pertumbuhan fisik dan psikis yang pesat. Remaja memiliki area otak yang lebih cepat matang dibandingkan dengan area lainnya. Otak remaja berkembang dalam keadaan yang konstan sehingga cenderung untuk melakukan perilaku yang beresiko dan kurang memperhatikan konsekuensi dari tindakan yang dilakukan dibandingkan dengan orang dewasa (Biro Komunikasi dan Pelayanan Publik, 2023), termasuk diantaranya kemampuan remaja dalam pengaturan kebutuhan penggunaan *smartphone*.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan data bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara adiksi *smartphone* dengan perilaku mental dan emosional (Jumrianti, Nugroho, 2018)(Yanti, 2021)(Ferry & Yuliani, 2021)(Amalya et al., 2019). Gangguan mental emosional yang mungkin muncul diantaranya yaitu depresi dan kecemasan (Saniatuzzulfa & Wijiyanti, 2019)(Primadiana et al., 2019)(Chłoń-Domińczak et al., 2014). Studi mengenai penggunaan media sosial yang terdapat di *smartphone* dan kesehatan mental pada mahasiswa di Indonesia menunjukkan data bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial memperbesar kecenderungan munculnya depresi ringan (Sujarwoto et al., 2023).

Berdasarkan analisis diatas penulis berasumsi bahwa semakin besar

tantangan untuk tetap menjaga kesehatan mental seiring dengan semakin berkembangnya teknologi komunikasi. Ketertarikan terhadap *smartphone* akan semakin tinggi dengan berbagai fasilitas yang ditawarkan sehingga akan memperbesar kemungkinan untuk terus menggunakan *smartphone*. Hal tersebut tentu saja berakibat negatif apabila seseorang tidak dapat mengontrol diri yang akan berdampak terhadap kesehatan mental.

## SIMPULAN DAN SARAN

Mahasiswa sebagai generasi yang akan terus mengikuti perkembangan zaman akan dihadapkan dengan berbagai tantangan, termasuk diantaranya tantangan dalam beradaptasi dan mengontrol diri terhadap perkembangan teknologi komunikasi. Hal tersebut diperlukan agar tetap terjaga kesehatan mental pada mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat hubungan antara adiksi *smartphone* dengan kesehatan mental mahasiswa dengan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0.039 ( $0.039 < 0.05$ ).

## FUNDING

Penelitian ini mendapatkan pendanaan dari hibah IKesT Muhammadiyah Palembang yang ditetapkan dalam SK Penetapan Pemenang Hibah Penelitian IKesT Muhammadiyah Palembang No. 1543/KEP/II.3.AU/F/2023.

## KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada potensi konflik kepentingan terhadap penelitian yang akan dipublikasikan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada semua pihak yang telah terlibat dalam penelitian, terutama IKesT Muhammadiyah Palembang.

## KEPUSTAKAAN

Amalya, F. P., Tarigan, R., & Kuswinarti, K. (2019). Hubungan Adiksi Smartphone dengan Perilaku Mental dan Emosional pada Remaja di Wilayah Kecamatan Bandung



- Wetan. *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika*, 2(2), 9–17.
- APJII. (2023). *Survei Internet APJII 2023*. <https://survei.apjii.or.id/>
- Arthy, C. C., Effendy, E., Amin, M. M., Loebis, B., Camellia, V., & Husada, M. S. (2019). Indonesian version of addiction rating scale of smartphone usage adapted from smartphone addiction scale-short version (SAS-SV) in junior high school. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(19), 3235–3239. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.691>
- Biro Komunikasi dan Pelayanan Publik, K. R. (2023). *Menjaga Kesehatan Mental Para Penerus Bangsa*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20231012/3644025/menjaga-kesehatan-mental-para-penerus-bangsa/>
- Center for Reproductive Health, University of Queensland, & J. B. H. (2022). Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS):Laporan Peneleitian. *Pusat Kesehatan Repriduksi*, 1–70.
- Chłoń-Domińczak, A., Sienkiewicz, Ł., & Trawińska-Konador, K. (2014). The development of the polish qualifications framework as an application of knowledge management in public policy. *Proceedings of the European Conference on Knowledge Management, ECKM*, 1, 214–222.
- Daeng, I. T. M., Mewengkang, N. ., & Kalesaran, E. R. (2017). Jurnal Kemudahan Smartphone. *Acta Diurna*, 6(1), 1–15.
- Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., M. S. (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Pustaka Baru Press.
- DSM-5 Criteria for Addiction Simplified*. (2020). Addiction Policy Forum. <https://www.addictionpolicy.org/post/dsm-5-facts-and-figures>
- Ferry, S., & Yuliani, W. (2021). Literature review hubungan kecanduan smartphone dengan gangguan emosional remaja. *Borneo Student Research*, 3(1), 2021. <https://doi.org/10.52523/maskermedika.v12i2.668>
- li, B. A. B., & Pustaka, K. (2016). *Faktor Yang Mempengaruhi Penggunaan Tiktok. 2018*, 267–282.
- Institut de Publique Sondage d'Opinion Secteur. (2021). IPSOS Global Health Service Monitor 2021. *Ipsos*, 1(November), 1–32. <https://www.ipsos.com/en/global-health-service-monitor-2020>
- Jumrianti, Nugroho, A. (2018). *Hubungan Antara Kecanduan Smartphonedengan Psychological Well-Beingpada Remaja*. 2(1), 49–57. <http://repository.uin-suska.ac.id/13797/>
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLoS ONE*, 8(12), 0083558. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>
- Lei, L. Y. C., Al-Aarifin Ismail, M., Mohammad, J. A. M., & Bahri Yusoff, M. S. (2020). The relationship of smartphone addiction with psychological distress and neuroticism among university medical students. *BMC Psychology*, 8(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00466-6>
- Primadiana, D. B., Nihayati, H. E., Wahyuni, E. D., & Keperawatan, F. (2019). HUBUNGAN SMARTPHONE ADDICTION DENGAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA (Relationship between Smartphone Addiction with Social Anxiety in Adolescents) KONTAK PENULIS. *E-Journal Unair*, 1(1), 21–28. <http://e-journal.unair.ac.id/PNJ%7C21JournalHomepage:https://e-journal.unair.ac.id/PMNJ/index>
- Putra, R. F. N. P. (2023). Adaptasi Mental Health Continuum – Short Form Bahasa Indonesia. *Psychocentrum Review*, 5(2), 86–96. <https://doi.org/10.26539/pcr.521768>
- Saniatuzzulfa, R., & Wijiyanti, A. N. (2019). Smartphone Addiction Ditinjau Dari Subjective Well



- Being, Kecemasan Sosial, Dan Materialisme Pada Mahasiswa Di Universitas "Y." *Psycho Idea*, 17(2), 145.  
<https://doi.org/10.30595/psychoid ea.v17i2.4029>
- Sugiyono, P. D. (2017). *Metode Penelitian*. Alfabeta.
- Sujarweni, V. W. (2015). *Statistik untuk Kesehatan*. Penerbit Gava Media.
- Sujarwoto, Saputri, R. A. M., & Yumarni, T. (2023). Social Media Addiction and Mental Health Among University Students During the COVID-19 Pandemic in Indonesia. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21(1), 96–110.  
<https://doi.org/10.1007/s11469-021-00582-3>
- Syahrani, M. (2023). 10 Negara Dengan Pengguna Smartphone Terbanyak Di Dunia, Indonesia Masuk Daftar! <https://goodstats.id/article/10-negara-dengan-pengguna-smartphone-terbanyak-di-dunia-indonesia-masuk-daftar-fDv25#:~:text=Indonesia berada di posisi keenam,juta pengguna pada 2027 mendatang.>
- WHO. (2021). *Mental Health of adolescent*. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health>
- WHO. (2022). *Mental Health*. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- wikipedia. (2023). *Ponsel cerdas*. [https://id.wikipedia.org/wiki/Ponsel\\_cerdas](https://id.wikipedia.org/wiki/Ponsel_cerdas)
- Yanti, N. M. H. (2021). *Hubungan Kecanduan Smartphone Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di Posyandu Remaja Desa Kekeran*. <http://repository.binausadabali.ac.id/346/>
- Yeo, Z. Z., & Suárez, L. (2022). Validation of the mental health continuum short form: The bifactor model of emotional, social, and psychological well-being. *PLoS ONE*, 17(5 May), 1–25.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0268232>