GAMBARAN PERILAKU RESIKO PENGGUNAAN GADGET SISWA DI SMK KESEHATAN BINA DHARMA PONTIANAK

LISNA MISTIANI KURNIANINGSIH
NIM I1032191009

SKRIPSI

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2026

GAMBARAN PERILAKU RESIKO PENGGUNAAN GADGET SISWA DI SMK KESEHATAN BINA DHARMA PONTIANAK

LISNA MISTIANI KURNIANINGSIH
NIM I1032191009

SKRIPSI

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
gelar sarjana keperawatan pada program Studi Keperawatan

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2026

SKRIPSI

Gambaran Perilaku Resiko Penggunaan Gadget Siswa Di SMK Kesehatan Bina Dharma Pontianak

Oleh :

Lisna Mistiani Kurnianingsih
NIM I1032191009

Telah dipertahankan di hadapan dewan penguji Skripsi,
Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran,
Universitas Tanjungpura
Tanggal : 30 Juni 2026

Disetujui,

Pembimbing I	Pembimbing II
Yoga Pramana, S.Kep.,M.Or	Ns. Faisal Kholid Fahdi, S.Kep., M.Kep
NIP 198801162019031012	NIPPPK 19830210202511058
Penguji I	**Penguji II**
Ns. Ikbal Fradianto. S.Kep.,M.Kep	Ns. M. Ali Maulana, S.Kep., M.Kep
NIP 199303182019031008	NIPPPK 19850831202521104 5

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Tanjungpura

dr. Ita Armyanti, M.Pd.Ked
NIP 198110042008012011

Lulus Tanggal : 30 Juni 2026
No. SK Dekan FK : 4113/DST/UN22.9/DT.0010/2026
Tanggal : 20 Juli 2026

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
FAKULTAS KEDOKTERAN
Jalan Prof. Dr. H. Hadari Nawawi Pontianak 78124
Telepon (0561) 765342, 8121434, 8121432, 8121443, dan Sentral 8102617, 583865
Faximili (0561) 765342, 583865, 8102617, 8121443, 8121434, 8121432 Kotak Pos 1049
e-mail : kedokteran@untan.ac.id website: kedokteran.untan.ac.id

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK

LEMBAR PERSETUJUAN PERBAIKAN (REVISI)
SEMINAR HASIL PENELITIAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Lisna Mistiani Kurniangsih
Nomor Induk Mahasiswa (NIM) : I1032191009
Tanggal Seminar Hasil : 30 Juni 2026
Judul Penelitian Skripsi : Gambaran Perilaku Risiko Penggunaan Gadget Siswa Sekolah Smk Kesehatan Bina Dharma Pontianak.

Telah direvisi, disetujui oleh tim penguji/tim pembimbing dan diperkenankan untuk
Diperbanyak/Dicetak

NO.	NAMA PENGUJI	TANDA TANGAN
1.	Ns. Ikbal fradianto, S.Kep.,M.Kep NIP. 199303182019031008	
2.	Ns.M.Ali Maulana,S.Kep.,M.,Kep NIPPPK. 198508312025211045	

Pontianak, Juni 2026
Mengetahui,

Pembimbing I

Yoga Pramana, S.Kep.,M.Or
NIP.198801162019031012

Pembimbing II

Ns. Faisal Kholid Fahdi, S.Kep.,M.Kep
NIPPPK. 19830210202511058

PERYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Lisna Mistiani Kurnianingsih

NIM : I1032191009

Program Studi : S1 Keperawatan

Fakultas : Kedokteran

Universitas : Tanjungpura

Dengan ini menyatakan bahwa penelitian dengan judul **" Gambaran Perilaku Risiko Penggunaan Gadget Siswa Di SMK Kesehatan Bina Dharma Pontianak "** adalah benar bebas dari plagiarisme dan apa bila dikemudian hari pernyataan ini terbukti salah, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Tanjungpura.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

, 30 Juni 2026



Lisna Mistiani Kurnianingsih

NIM I1032191009

GAMBARAN PERILAKU BERESIKO PENGGUNAAN GADGET SISWA DI SMK KESEHATAN BINA DHARMA PONTIANAK

Skripsi, 30 Juni 2026
Lisna Mistiani Kurnianingsih

XVI + 105 Halaman + 12 Lampiran + 9 Tabel

ABSTRAK

Latar Belakang: Era digitalisasi memicu peningkatan penggunaan gadget secara signifikan di kalangan remaja, yang berpotensi memberikan dampak positif maupun negatif. Penggunaan yang tidak terkontrol atau berlebihan rentan memicu masalah psikososial, mengganggu konsentrasi belajar, menurunkan interaksi sosial nyata, serta berisiko terhadap kondisi Perilaku penggunaan gadget siswa disekolah.
Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui resiko penggunaan gadget pada kesehatan siswa di SMK Kesehatan Bina Dharma Pontianak.
Metode: Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain deskriptif univariat. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X dan XI SMK Kesehatan Bina Dharma Pontianak. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan jumlah responden sebanyak 155 siswa. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner karakteristik data demografi, analisis data yang digunakan adalah analisis univariat.
Hasil: Karakteristik responden didominasi oleh usia 16 tahun (46,8%), berjenis kelamin perempuan (66,2%), berada di kelas XI (51,3%), dari jurusan Keperawatan (56,5%), dan mayoritas menggunakan jenis gadget berupa *smartphone* (95,5%). Gambaran dampak pengaruh penggunaan gadget menunjukkan porsi kategori baik sebanyak 60 siswa (39,0%), kategori cukup sebanyak 60 siswa (39,0%), dan terdapat 34 siswa (22,1%) berada dalam kategori kurang .
Kesimpulan: Sebagian besar siswa SMK Kesehatan Bina Dharma Pontianak telah menunjukkan pemanfaatan gadget yang dikelola dalam kategori baik dan cukup. Namun demikian, masih terdapat sub-populasi remaja (22,1%) yang mengalami -- dampak kurang baik akibat penggunaan gadget yang tidak terkontrol. Diperlukan adanya sinergi pengawasan dari orang tua, pembatasan waktu layar secara mandiri oleh siswa, serta edukasi berkala dari pihak sekolah dan tenaga keperawatan komunitas untuk mencegah risiko gangguan kesehatan jiwa yang lebih berat.
Kata Kunci: Gadget, Resiko Penggunaan Gadget, Remaja, Siswa SMK.
Referensi: 34 (2010-2024)

Overing Of Risky Behavior by Student's Tartget Use At SMK Kesehatan Bina Dharma Pontianak

Skripsi, 30 Juni 2026
Lisna Mistiani Kurnianingsih

XVI+ 105 Pages + 12 Appendices + 9 Tables

ABSTRACT

Background: *The digitalization era has triggered a significant increase in gadget use among adolescents, which has the potential to provide both positive and negative impacts. Uncontrolled or excessive use is prone to triggering psychosocial problems, disrupting study focus, reducing real social interaction, and pose risks to school-aged adolescents.*
Objective: *This study aims to describe the overview of gadget usage on students' risk at SMK Kesehatan Bina Dharma Pontianak.*
Methods: *This type of research was quantitative with a univariate descriptive design. The research population was all students of classes X and XI at SMK Kesehatan Bina Dharma Pontianak. The sampling technique used total sampling with 155 students as respondents. Data collection was carried out using demographic characteristics questionnaires,the data analysis used was univariate analysis.*
Results: *Respondents' characteristics were dominated by those aged 16 years old (46.8%), female (66.2%), in class XI (51.3%), majoring in Nursing (56.5%), and the majority using smartphone as their type of device (95.5%). The overview of the impact of gadget use showed that the good category was 60 students (39.0%), the moderate category was 60 students (39.0%), and there were 34 students (22.1%) in the poor category.*
Conclusion: *Most students at SMK Kesehatan Bina Dharma Pontianak have shown gadget utilization managed in the good and moderate categories. However, there is still a sub-population of adolescents (22.1%) who experience unfavorable impacts due to uncontrolled gadget use. Synergy of monitoring from parents, independent screen time restriction by students, and regular education from the school and community nursing staff are needed to prevent the risk of more severe mental health disorders.*
Keywords: *Gadget, Risks Of Gadget Use, Adolescents, Vocational High School Students.*
Reference: *34(2010-2024)*

KATA PENGANTAR

Salam sejahtera bagi kita semua. Puji dan syukur saya ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan proposal skripsi saya ini dengan judul "Gambaran Perilaku Resiko siswa Di Sekolah SMK Kesehatan Bina Dharma Pontianak" yang disusun guna melengkapi dan memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Keperawatan di Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak. Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa selama proses penulisan proposal skripsi ini, penulis tidak lepas dari berbagai hambatan dan kesulitan, namun berkat bimbingan, bantuan dan dukungan dari orang tua, keluarga, dan dari berbagai pihak yang memberikan motivasi, materi maupun yang turut membantu penulis menyelesaikan tugas akhir ini.

Proposal ini merupakan perjuangan yang sangat amat banyak menguras waktu dan pikiran penulis, maka dari itu penulis mengucapkan banyak terimakasih dan selamat kepada diri sendiri karena sudah bisa menyelesaikan tahap penulisan tugas akhir ini dengan sangat baik. Proposal ini pun merupakan hadiah kecil yang penulis berikan kepada dua orang istimewa yaitu kepada Bapak Misianus dan Ibu Martini. Kata terima kasih tidak akan pernah cukup untuk menyampaikan betapa bersyukurnya saya memiliki kedua orang tua seperti mereka. Serta penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada keluarga besar dan teman-teman yang sudah banyak mendukung dan memberikan semangat kepada penulis, sehingga proposal ini dapat terselesaikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Selama proses penulisan tugas akhir ini, penulis mendapat banyak dukungan, bimbingan dan saran dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Garuda Wiko S.H., M.Si. selaku Rektor UniversitasTanjungpura
2. dr. Ita Armytanti, M.Pd.Ked. selaku Dekan Fakultas Kedokteran UniversitasTanjungpura
3. Ns. Ikbal Fradianto, S. Kep., M. Kep. selaku Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura.
4. Ns. Mita, S. Kep., M. Kep, selaku Koordinator Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura; sekaligus selaku Dosen Penguji II yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan masukan, saran, dan arahan selama proses penyusunan skripsi ini, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
5. Titan Ligita, S.Kp., MN., Ph.D, selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan penelitian; sekaligus Dosen Penguji I yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan masukan, saran, dan arahan selama proses penyusunan skripsi ini, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
6. Yoga Pramana, S.Kep., M.Or. Selaku dosen pembimbing I yang selalu

memberikan bimbingan, pengarahan, motivasi, dan meluangkan waktu.

7. Ns. Faisal Khalid Fahdi, S.Kep.,M.Kep selaku dosen pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan, pengarahan, motivasi, dan meluangkan waktunya yang begitu padat serta memberikan keyakinan kepada penulis, bahwa penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
8. Seluruh Dosen dan Staf Tendik di Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontinak yang telah memberikan ilmu dan kelancaran pada setiap proses selama masa studi dan penyusunan tugas akhir ini.
9. Bapak Misianus, M.Pd dan Ibu Martini S.Pd , selaku Orang Tua penulis. Penulis ucapkan terima kasih yang sangat tidak terhingga atas segala bentuk semangat, do'a dan perjuangan yang diberikan selama ini. Terima kasih atas nasihat yang selalu diberikan.
10. Kristina Mistiani Kurnianingsih, selaku adik penulis. Penulis ucapkan terima kasih yang sangat tidak terhingga atas segala bentuk dukungan, teguran serta memberika semangat dalam masa perkuliahan.
11. Teruntuk Lonika Andespa, S.Kep, Ns. Aprilia Siska S.Kep, Riri Noviyanty, Dika Rianti , Dek Anny Felicya Santoso, Kak Lilis, dan Keluarga besar, selaku keluarga dan sahabat yang selalu bersama selama proses penulisan skripsi ini. Terima kasih sudah menjadi patner bertumbuh di segala kondisi yang terkadang tidak terduga, menjadi pendengar yang baik untuk penulis serta menjadi orang yang selalu memberikan semangat dan meyakinkan penulis bahwa segala masalah yang dihadapi selama proses skripsi akan berakhir.

12. Last but not least diri saya sendiri yang sudah berjuang dan bertahan sejauh ini. Terima kasih karena tidak menyerah dan melalui masa-masa hancur kemarin dengan sangat baik dan dapat mengendalikan diri dan tekanan yang sangat menguras energi. And yes, you got through this very well.
13. Berbagai pihak terkait yang telah membantu dalam penelitian ini. Penulis mengharapkan kritik serta saran yang membangun dan bermanfaat untuk skripsi ini. Sekian dan Terima Kasih.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **ii**
PERYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ..... **iii**
ABSTRAK ..... **iv**
ABSTRACT ..... **v**
KATA PENGANTAR ..... **vi**
UCAPAN TERIMA KASIH ..... **vii**
DAFTAR ISI ..... **x**
DAFTAR TABEL ..... **xiv**
DAFTAR SKEMA ..... **xv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvi**
BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang **1**
1.2 Rumusan Masalah **8**
1.3 Tujuan Penelitian **8**
1.3.1 Tujuan Umum **8**
1.3.2 Tujuan Khusus **8**
1.4 Manfaat Penelitian **8**
1.4.1 Manfaat Teoritis **8**
1.4.2 Manfaat Praktis **9**
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI **10**
2.1 Kajian Pustaka **10**
2.1.1 Pengertian Gadget **10**
2.1.2 Sejarah Singkat Gadget **11**
2.1.3 Jenis-Jenis Gadget **13**
2.1.4 Fungsi Gadget **14**
2.1.5 Dampak Pengguanaan Gadget **15**
2.2 Konsep Remaja **17**
2.2.1 Pengertian Remaja **17**
2.2.2 Ciri-ciri Remaja **18**

2.2.3 Klasifikasi Remaja 21
2.2.4 Pengaruh Lingkungan Terhadap Perkembangan Jiwa Remaja 24
2.5 Kerangka Teori 26
BAB III METODELOGI PENELITIAN 27
3.1. Desain Penelitian 27
3.2 Populasi, Sampel, dan Setting Penelitian 27
3.2,1 Populasi 27
3.2.2 Sampel 27
3.2.3 Setting Penelitian 28
3.3 Kriteria Smapel Penelitian 29
3.3.1 Kriteria Inklusi 29
3.3.2 Kriteria Eklusi 30
3.4 Kerangka Konsep 30
3.5 Variabel Penelitian 30
3.6 Definsi Operasioanal 30
3.7 Tempat dan Waktu Penelitian 31
3.7.1 Temapat Penelitian 31
3.7.2 Waktu Penelitian 31
3.8 Instumen Penelitian 31
3.9 Uji Validitas dan Reliabilitas 33
3.8.1 Uji Validitas 33
3.8.2 Uji Reliabilitas 33
3.10 Prosedur Pengumpulan Data 34
3.11 Prosedur Pengolahan Data 35
3.12 Analisis Data 36
3.12.1 Analisa Univariat 36
3.13 Pertimbangan Etika Penelitian 37
BAB IV HASIL PENELITIAN 39
4.1 Analisa Univariat 39
4.1.1 Distribusi Karakteristik Responden dan Berdasarkan

usia **39**
4.1.2 Distribusi Responden Berdasarkan Kelas **40**
4.1.3 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin. **40**
4.1.4 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jurusan **40**
4.1.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Tahun Angkatan .. **40**
4.1.6 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Gadget **41**
4.1.7 Distribusi Perilaku Resiko **41**
BAB V PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN **44**
5.1 Pembahasan Karakteristik Responden **44**
5.1.1 Usia **44**
5.1.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan (Kelas/Jurusan **45**
5.1.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin **46**
5.1.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Tahun Angkatan .. **47**
5.1.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Gadget yang Digunakan **47**
5.1.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia **50**
5.1.7 Pembahasan Gambaran Pengaruh Resiko **51**
BAB VI PENUTUP **54**
6.1 Kesimpulan **54**
6.1.1 Gambaran Baik **54**
6.1.2 Gambaran Buruk **55**
6.2 Saran **55**
6.2.1 Bagi Siswa **55**
6.2.2 Bagi Orang Tua **56**
6.2.3 Bagi Pihak Sekolah **56**
6.2.4 Bagi Tenaga Kesehatan/Keperawatan **56**
6.2.5 Keterbatasa Penelitian **56**
DAFTAR PUSTAKA **59**

LAMPIRAN.....62

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Distribusi Populasi…… 28

Tabel 3.2 Definisi Operasional…….. 32

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.… 42

Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Kelas……. 43

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin..... 43

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jurusa... 44

Tabel 4.5 Distribusi Responden Berdasarkan Tahun Angkatan……. 45

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Gadget……..….. 45

Tabel 4.7 Dampak/Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Kesehatan Menta.. 46

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konsep Penelitian Penggunaan Gadget terhadap Kesehatan Mental Siswa…..... 30

Bagan 3.2 Alur Prosedur Pengumpulan Data Penelitian……..…….. 36

Bagan 3.3 Alur Prosedur Pengolahan Data Penelitian….....……..... 38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Daftar Riwayat Hidup……	66
Lampiran 2	Lembar Informed Consent…….	67
Lampiran 3	Kuesioner Perilaku Berisiko Penggunaan Gawai (Gadget)……	70
Lampiran 4	Surat Lolos Etik……..	73
Lampiran 5	Surat Bebas Perpustakaan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura…….	74
Lampiran 6	Surat/berkas perizinan penelitian ……...…	75
Lampiran 7	Surat Bebas Perpustakaan Universitas Tanjungpura……...……	75
Lampiran 8	Lembar Konsultasi Pembimbing…….....……..	76
Lampiran 9	Tabulasi Data…….....……	82
Lampiran 10	Hasil Uji Univariat…….....……...	85
Lampiran 11	Permintaan Kuesioner……...……..	86
Lampiran 12	Dokumentasi Penelitian……...……	87

BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa perubahan yang dialami berupa perubahan psikologis, biologis dan sosial. Perubahan psikologis seperti perubahan emosi/kestabilan emosi, perubahan kognitif/cara berpikir dan sebagainya (Jannah, 2016). Remaja memiliki karakteristik untuk selalu mencoba hal-hal baru dan bisa bersosialisasi atau berhubungan dengan orang lain salah satunya hubungan dengan orang tua pada masa remaja adalah masa konflik setingkat lebih tinggi dari masa kanak-kanak karna remaja ingin merasa bebas namun orang tua membatasi kebebasan remaja agar terhindar dari hal yang tidak diinginkan dan hal tersebut sering memicu sebuah konflik. (Pasirlangu et al., 2023)

Beberapa permasalahan yang dihadapi saat memasuki masa remaja yaitu kenakalan remaja seperti mabuk-mabukan, geng motor dan ketergantungan gadget. Saat ini ketergantungan gadget termasuk dalam masalah yang cukup besar berawal dari ketergantungan hingga mengarah pada kecanduan, hampir semua manusia menggunakan gadget dari yang tua hingga yang muda namun gadget banyak digunakan kalangan remaja. Kelompok yang paling rentan kecanduan gadget ialah remaja karna sesuai dengan karakteristik remaja yang selalu ingin mencoba hal baru dan banyak hal yang didapat dari internet yang di akses melalui gadget (Kamaruddin et al., 2023).

Gadget adalah alat elektronik yang memiliki ukuran relatif kecil dan praktis dalam penggunaannya (Anggraini, 2019). Gadget adalah sebuah alat elektronik kecil bersifat portable yang mudah dan praktis dibawa kemana saja. Gadget merupakan salah satu teknologi terbaru yang dapat membantu aktivitas manusia menjadi lebih mudah.

Gadget seringkali dianggap sesuatu yang tidak biasa atau sesuatu yang cerdik. Gadget memiliki perbedaan dengan teknologi lainnya yaitu memiliki unsur kebaruan dan bentuknya yang lebih kecil. Gadget merupakan salah satu alat canggih yang menyediakan berbagai fitur aplikasi berupa jejaring sosial, hiburan dan berita.

Fungsi utama dari kemunculan gadget adalah memudahkan manusia untuk melakukan pekerjaan, contohnya adalah memudahkan dalam berkomunikasi, mencari informasi, hiburan, serta aktivitas lainnya. gadget memiliki tiga fungsi yaitu sebagai media komunikasi, akses informasi, dan media hiburan. Sebagai media komunikasi gadget memudahkan manusia untuk dapat saling terhubung satu sama lain walaupun berada di tempat yang jauh. Sebagai akses informasi gadget menyediakan berbagai macam data. Selain itu, gadget menyediakan fitur hiburan yaitu mendengarkan musik secara online, menonton video dan mengakses game. (Jalilah, 2021)

Penggunaan gadget dapat berhubungan pada kesehatan mental dan motivasi belajar siswa di sekolah. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dapat memicu terjadinya

kecanduan gadget pada siswa, yang dapat mengganggu kesehatan mental dan motivasi belajar mereka

Kesehatan mental adalah kondisi dimana seseorang memiliki kesejahteraan yang terlihat dari dirinya yang mampu menyadari potensinya sendiri, memiliki kemampuan untuk mengatasi tekanan hidup dan normal di setiap situasi dalam kehidupan, mampu bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya. Menurut Federasi Kesehatan Mental Dunia (World Federation for Mental Health) menjelaskan pengertian dari kesehatan mental sebagai kondisi yang memungkinkan adanya perkembangan yang baik secara fisik, intelektual dan emosional, selama hal itu sesuai dengan keadaan orang lain. Kesehatan mental yang baik memiliki kondisi batin yang berada dalam keadaan tentram, tenang dan positif, sehingga hal tersebut membuat seseorang untuk menikmati kehidupan sehari-hari dan menghargai orang lain di sekitar. Namun, ketika sebaliknya ketika memiliki gangguan kesehatan mental maka akan menimbulkan hubungan seperti emosi selalu tinggi, cepat marah, dan mengalami sakit yang tidak dapat dijelaskan. (Akbar et al., 2024)

Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS), survei kesehatan mental nasional pertama yang mengukur angka kejadian gangguan mental pada remaja 10 – 17 tahun di Indonesia, menunjukkan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental sementara satu dari dua puluh remaja Indonesia memiliki gangguan mental dalam 12 bulan terakhir. Angka ini setara dengan 15,5 juta dan 2,45 juta remaja. Remaja

dalam kelompok ini adalah remaja yang terdiagnosis dengan gangguan mental sesuai dengan panduan Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Edisi Kelima (DSM-5) yang menjadi panduan penegakan diagnosis gangguan mental di Indonesia.

Penelitian yang dilakukan oleh The Lancet Psychiatry terhadap 150 ribu orang dewasa di 29 negara di dunia pada tahun 2001 hingga 2022 menunjukkan sekitar 50 persen populasi dunia menderita satu gangguan kesehatan mental selama hidupnya.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan penggunaan Gadget Pada Kesehatan mental Siswa di Sekolah SMK Kesehatan Bina Dharma Pontianak".

Era digitalisasi yang terus berkembang, penggunaan gadget telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari, terutama di kalangan remaja. Gadget seperti smartphone, tablet, dan laptop tidak hanya digunakan sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai sarana untuk mengakses informasi, hiburan, dan bahkan untuk memenuhi kebutuhan sosial. Sehingga gadget memiliki Hubungan positif, seperti memudahkan komunikasi dan akses informasi, juga terdapat Hubungan negatif terutama bagi remaja yang mulai menggunakan gadget dalam aktivitas sehari-hari. Meningkatnya teknologi justru mengurangi intensitas hubungan individu. Bergantung pada interaksi sosial yang terjadi melalui media, ikatan solidaritas sosial remaja melemah (Hasanah, 2020). Penggunaan gadget telah menjadi bagian tak terpisahkan dalam kehidupan remaja modern. Hampir setiap remaja menghabiskan

sebagian besar waktu harian mereka untuk menggunakan gadget. Terlebih lagi, pengaruh gadget pada remaja dapat (Brignall dan Valley memberikan Hubungan negatif terhadap perilaku baik di lingkungan sosial maupun dalam lingkungan keluarga. (Pengguna gadget di dunia mencapai puncaknya di negara Tiongkok pada tahun 2020, di mana sekitar 63,4% penduduknya menggunakan gadget. (Budiman et al., 2023)

Survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), jumlah pengguna internet di Indonesia meningkat signifikan dari 64,8% menjadi 27,9 juta jiwa. Peningkatan ini sebesar 10,2% menunjukkan adopsi yang cepat terhadap teknologi internet di 1 2 Indonesia (Fiidatun Rohana, 2020). Khususnya di Jawa Timur menunjukkan bahwa sekitar 30% masyarakat Jawa Timur menggunakan internet. (Amalia Nur Fariha, 2020), sebanyak 49% pengguna internet terdapat di Jawa Timur. Menurut Badan Pusat Statisktik Provinsi Jawa Timur di daerah jombang di dapat data 80,09% pengguna.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada saat melakukan Praktik dan Penelitian, didapatkan sekitar 8 (80%), ditemukan bahwa sebagian besar remaja di SMK Kesehatan Bhina Dharma Pontianak, menggunakan gadget sebagai alat genggam yang digunakan secara rutin dalam kehidupan sehari-hari. Banyak perubahan terjadi pada remaja yang menggunakan perangkat elektronik, terutama dalam interaksi sosial merek acontohnya, yang awalnya mereka sering mengobrol secara langsung dengan keluarga, sekarang mereka lebih sering berkomunikasi melalui aplikasi pesan instan atau media sosial. Jika

perilaku remaja yang menggunakan perangkat elektronik tersebut dibiarkan, ada kemungkinan mereka akan mengembangkan sikap acuh tak acuh terhadap lingkungan sosial karena berkonsentrasi pada perangkat daripada berbicara. Penggunaan gadget pada remaja dapat memberikan Hubungan positif dan negatif. Hubungan positifnya terlihat ketika gadget digunakan untuk mencari informasi yang berkaitan dengan pendidikan, seperti pembelajaran dan peningkatan pengetahuan. Penggunaan gadget juga dapat memiliki Hubungan negatif jika digunakan secara berlebihan, misalnya bermain game lebih dari 2 jam atau mengakses situs-situs yang berisi konten negatif seperti situs film dewasa. Akibat dari penggunaan gadget yang berlebihan, remaja pada masa 3 sekarang cenderung lebih tertarik dan terlibat dengan gadget mereka daripada berinteraksi dengan orang tua. Penelitian ini dapat mengungkap bagaimana hal tersebut mempengaruhi interaksi sosial antar keluarga. Beberapa remaja juga lebih memilih untuk curhat atau mengekspresikan perasaan mereka melalui jejaring sosial menggunakan gadget daripada berbicara langsung dengan orang tua mereka. Selain itu, ada juga remaja yang menggunakan gadget sebagai sarana untuk mencari informasi yang seharusnya tidak mereka akses (Waldito, 2021). Remaja menjadi malas untuk berolahraga dan beraktivitas fisik karena kemudahan akses ke berbagai teknologi dan media informasi. Mereka lebih suka duduk dan menikmati dunia di dalam perangkat mereka. Mereka secara bertahap kehilangan kenikmatan bermain bersama teman dan keluarga.

Selain itu, berlama-lama di depan layar perangkat elektronik juga dapat mengganggu interaksi sosial (Rohana & Hartini, 2020). Misalnya, seorang

remaja yang terlalu banyak menghabiskan waktu di depan layar mungkin menjadi kurang peka terhadap perasaan orang lain, sehingga mengurangi kemampuan mereka untuk membangun hubungan yang sehat dan kuat dengan orang-orang di sekitar mereka. Hubungan positif dari interaksi sosial meliputi peningkatan kesejahteraan sosial, solidaritas kelompok, dan dukungan emosional. Melalui interaksi sosial, individu dapat merasa termasuk dalam kelompok, mendapatkan dukungan dari orang lain, dan meningkatkan rasa kebahagiaan dan kesejahteraan secara keseluruhan. (Agus budiman, 2022)

Selain itu, interaksi sosial juga dapat memiliki Hubungan negatif seperti konflik interpersonal, stres, dan isolasi sosial. Konflik interpersonal dapat muncul ketika perbedaan pendapat atau kepentingan antara individu tidak 4 terselesaikan dengan baik. Stres juga dapat timbul akibat tekanan sosial dari interaksi yang kompleks dan menuntut. Isolasi sosial, di mana seseorang merasa terasing dari lingkungan sosialnya, juga dapat menjadi Hubungan negatif dari interaksi sosial yang tidak (Zuliana, 2024) Sebagai orang tua, penting untuk mendampingi remaja saat menggunakan gadget. Selain itu, pemilihan aplikasi yang tepat untuk remaja juga perlu diperhatikan. Sebaiknya, orang tua membatasi penggunaan gadget remaja agar tidak melebihi 30 menit setiap (Erida, 2022) Hal ini dikarenakan penggunaan gadget dapat mempengaruhi pola interaksi sosial remaja. Gadget memiliki pengaruh yang kuat dalam ingatan aremaja dan dapat memengaruhi perkembangan sifat individual remaja, seperti menjadi pemalu, pemarah, kurang percaya diri, dan kurang peka terhadap lingkungan sekitar. Penelitian dengan judul " Hubungan

Penggunaan Gadget pada kesehatan mental siswa di SMK Kesehatan Bina Dharma Pontianak " didasarkan pada konteks di atas.

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran penggunaan gadget pada kesehatan mental siswa disekolah SMK Kesehatan Bina Dharma Pontianak.

1.2.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik siswa berdasarkan usia, jenis kelamin, kelas, jurusan dan angkatan
2. Mengetahui Perilaku resiko gadget

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti mendapatkan sebuah masalah yaitu, “Bagaimana gambaran penggunaan gadget pada kesehatan mental siswa di sekolah”.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat Peneliian ini adalah Untuk Menyelesaikan Tugas Akhir yaitu skripsi saya. Selain itu Manfaat lain dalam penelitian ini adalah Supaya bia mengetahii Pengaruh dan Dampak penggunaan gadget yang berlebihan pada Kesehatan mental Siswa dan siswi yang masih Bersekolah.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi ilmu pengetahuan yaitu untuk mengetahui gambaran penggunaan Gadget Pada Kesehatan Mental Remaja. Supaya Banyak orang Tua dan anak bisa mengkondisikan penggunaan gadget

dengan sewajarnya. Supaya tidak terjadi pengaruh yang lebih buruk pada kesehatan dan mental anak remaja pada umumnya, Terutama di Tingkat SMK dan SMA.

1.4.2 Manfaat Praktik

1. Bagi Instusi Peneliti

   Menambah Wawasan dan pengetahuan mengenai Gambaran Penggunaan gadget pada Remaja

2. Bagi Instusi Pendidikan

   Mengidentifikasi Kejadian dan Resiko Kecanduan gadget sehingga lebih memperhatikan kesehatan remaja

3. Bagi Responden

   Meningkatkan Kesadaran mengenai Kecanduan Gadget serta dapat Menggunakan Gadget dengan baik dan memperhatikan kesehatan Remaja.