

## ***Literature Review* Hubungan Kecanduan Smartphone dengan Gangguan Emosional Remaja**

Ferry Setiawan<sup>1\*</sup>, Yuliani Winarti<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

\*Kontak Email: [ferry10wan@gmail.com](mailto:ferry10wan@gmail.com)

Diterima: 18/07/21

Revisi: 19/07/21

Diterbitkan: 29/12/21

### **Abstrak**

**Tujuan studi:** Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis apakah ada hubungan antara sikap emosional remaja dengan kecanduan smartphone

**Metodologi:** Desain penelitian ini adalah *Literature Review* atau tinjauan pustaka. Studi *Literature Review* adalah cara yang dipakai untuk mengungkapkan data dan sumber yang berhubungan pada sebuah topik tertentu yang biasa di dapat dari berbagai sumber jurnal, dan data dari Dinas Kesehatan kota Samarinda maupun Dinas komunikasi dan informasi yang diakses secara *online*.

**Hasil:** Bahwa beberapa artikel menunjukkan kecanduan *smartphone* sangat berpengaruh terhadap emosional remaja, penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat menyebabkan terganggunya kesehatan emosional remaja.

**Manfaat:** *Review* ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti lainnya untuk digunakan sebagai acuan khususnya yang berkaitan dengan kecanduan *smartphone* dengan gangguan emosional remaja.

### **Abstract**

**Purpose of study:** The purpose of this study was to analyze whether there is a relationship between adolescent emotional attitudes and smartphone addiction.

**Methodology:** The design of this research is Literature Review or literature review. A literature review study is a method used to reveal data and sources related to a particular topic that is usually obtained from various journal sources, and data from the Samarinda City Health Office and the Communication and Information Office which is accessed online.

**Results:** that several articles show that smartphone addiction has a significant effect on adolescent emotions, excessive use of smartphones can cause disruption of adolescent emotional health.

**Applications:** This review is expected to be used as a reference for other researchers to be used as a reference, especially with regard to smartphone addiction with adolescent emotional disorders.

**Kata kunci:** *Literature Review, Smartphone, Kecanduan, , Remaja, Emosional*

## **1. PENDAHULUAN**

Penggunaan *smartphone* oleh remaja terus meningkat . Berdasarkan pada data (Newzoo, 2020) Tiongkok menjadi negara dengan jumlah pengguna *smartphone* terbesar negeri panda ini menguasai 63.4% dari total pengguna *smartphone* dunia sebanyak 911,924,000 dari total pengguna aktif *smartphone* di negeri ini, sepanjang tahun lalu populasi pengguna yang aktif secara *online* di dunia. Tahun 2022, jumlah pengguna *smartphone* diprediksi mencapai 3,9 miliar pengguna. Pertumbuhan ini akan digerakkan oleh region-region yang sedang berkembang, termasuk Timur Tengah dan Afrika, Amerika Latin, dan Asia Tenggara.

Di Indonesia sudah banyak yang memiliki *smartphone* berdasarkan hasil survei kominfo sebanyak 66,31 % masyarakat Indonesia yang memiliki, dan penggunaan *smartphone* oleh remaja usia 9-19 tahun dengan presentase rata-rata sebanyak 65,34% (Kominfo, 2017)

Berdasarkan hasil survei teknologi informasi dan komunikasi pada tahun 2017 di kota Samarinda Kalimantan Timur di dapatkan hasil dari 277 responden rata-rata 98,19% responden memiliki handphone dari jumlah rata-rata sebanyak 38,60% responden yang memiliki *smartphone*, 25,37% non *smartphone* ,dan 36,03% memiliki keduanya (Diskominfo, 2017)

Saat ini sudah banyak penelitian yang mengacu pada gangguan mental dan emosional secara lebih luas khususnya di Indonesia yang merupakan dampak dari kecanduan *gadget* yang merupakan hasil negatif dari perkembangan teknologi yang

sedang berkembang saat ini. Meskipun ada beberapa faktor risiko lain yang menjadi penyebab terjadinya gangguan emosional, trauma emosional, kegagalan dalam bersosialisasi di masyarakat akibat isolasi yang dilakukan, Fenomena yang terjadi ini dapat menjadi fenomena gunung es serta menjadi beban dan masalah baru kesehatan bagi pemerintah, dan menjadi penyebab rusaknya generasi penerus bangsa. (Wulandari, 2019)

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang berjudul hubungan tingkat kecanduan *gadget* dengan gangguan emosi dan perilaku remaja dengan dilakukan uji bivariat *chi-square* didapatkan hasil yang bermakna antara tingkat kecanduan *gadget* dengan gangguan emosi dan perilaku remaja ( $p=0,002$ ). Dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan tingkat kecanduan *gadget* dengan gangguan emosi dan perilaku remaja. (Ahmad., R.A., 2017)

Pada penelitian yang di lakukan Samantha Sohn, dkk yang di lakukan di Nottinghamshire, Inggris di dapatkan hasil Penelitian tersebut mencakup 41.871 *problematic smartphone usage*. Prevalensi median *problematic smartphone usage* di antara *children* and *young people* adalah 23,3% (14,0 - 31,2%). *Problematic smartphone usage* dikaitkan dengan peningkatan kemungkinan depresi (OR = 3,17; 95% CI 2,30 - 4,37;  $\text{saya } 2 = 78\%$ ); peningkatan kecemasan (OR = 3,05 95% CI 2,64 - 3,53;  $\text{saya } 2 = 0\%$ ); stres yang dirasakan lebih tinggi (OR = 1,86; 95% CI 1,24 - 2,77;  $\text{saya } 2 = 65\%$ ); Dapat di simpulkan bahwa kecanduan *gadget* dapat menyebabkan gangguan emosional seperti stress, kecemasan, bahkan depresi. (Sohn et al., 2019)

*Smartphone* mengakibatkan aktivitas seseorang terganggu karena tidak dapat mengontrol penggunaan *smartphone* bahkan hingga lupa waktu dan sosialisasi sekitar sehingga rentan sekali mengalami gangguan emosional, beberapa pengaruh emosi terhadap perilaku individu seperti Melemahkan semangat, apabila timbul rasa kecewa karena kegagalan dan sebagai puncak dari keadaan ini ialah timbulnya rasa putus asa (frustasi) , Menghambat atau mengganggu konsentrasi belajar, apabila sedang mengalami ketegangan emosi dan biasa juga menimbulkan sikap gugup (*nervous*) , dan Terganggunya penyesuaian sosial, apabila terjadi rasa cemburu dan iri hati. (Azmi, 2017)

Karena kecenderungan kecanduan *smartphone* mengarah pada perilaku bermasalah dan mengganggu emosional, penting untuk dicatat bahwa ketertarikan *smartphone* dapat mengurangi kesempatan untuk berinteraksi dengan teman sebaya dan dalam aktivitas fisik. Ini juga dapat menyebabkan kurangnya keterampilan sosial dan kontrol emosional karena reaksi langsung dampak dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan. (Cho and Lee, 2017)

Pada penelitian (Ahmad., R.A., 2017) di gunakan analisis statistik menggunakan uji *chi square* didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecanduan *gadget* dengan gangguan emosi dan perilaku dengan ( $p=0,002$ ), Dapat di simpulkan terdapat hubungan antara tingkat kecanduan *gadget* dengan gangguan emosi dan perilaku remaja.

Berdasarkan pada uraian di atas, peneliti tertarik melakukan studi *literature* secara lebih dalam lagi mengenai hubungan kecanduan *smartphone* dengan gangguan emosional remaja

## 2. METODOLOGI

Desain pada penelitian ini merupakan desain *Literature Review*. Menginterpretasikan metode *literature* sebagai sebuah metode pengumpulan data yang digunakan dalam metodologi penelitian untuk menemukan data historis. Memandang metode sastra sebagai notasi terhadap peristiwa sebelumnya dari tulisan, gambar, dan kreasi monumental beberapa orang. Dalam hal ini sumber penelitian cenderung bersifat sekunder, yakni data yang diperlukan dalam hasil penelitian dari literatur, artikel, dan sumber apa pun yang terkait dengan penelitian. Kajian *literature* tidak hanya akan memberikan rangkuman penelitian tetapi juga memberikan penilaian serta menunjukkan hubungan antara bahan yang berbeda sehingga memunculkan tema . Sebuah kajian *literature* membuatakan rangkuman secara lengkap tentang sebuah topik tertentu sebagaimana yang ditemukan didalam buku ilmiah serta artikel jurnal.

### 2.1. Kriteria Inklusi dan Eklusi

1. Tipe Studi  
Desain penelitian ini yang diambil dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif , penelitian kualitatif dan tidak termasuk dalam *review* penelitian yang sudah di teliti.
2. Tipe Intervensi  
Intervensi utama yang telah ditelaah pada penulisan ilmiah ini adalah Hubungan antara sikap emosional remaja dengan kecanduan *smartphone*
3. Hasil Ukur  
*Outcome* yang di ukur dalam penulisan ilmiah ini adalah Hubungan antara sikap emosional remaja dengan kecanduan *smartphone* dan hasil-hasil penelitian yang berasal dari jurnal internasional maupun nasional sedangkan data pengguna *smartphone* di dapat dari kementerian komunikasi dan informasi

## 2.2. Strategi Pencarian Literatur

Peneliti melakukan pencarian data melalui *website* portal jurnal yang diakses melalui *PubMed* dan *Google Scholar*, dll. Pencarian data jurnal dilakukan dengan menggunakan kata kunci emosional remaja, gangguan emosional, kecanduan *smartphone*, penggunaan *smartphone*.

## 2.3. Sintesis Data

Tinjauan Pustaka disintesis menggunakan metode naif. Data tersebut dikelompokkan menjadi hasil ekstrak dan sejenisnya sesuai dengan hasil yang diukur terhadap tujuan. Jurnal penelitian sesuai kriteria kemudian dikumpulkan dan ringkasan jurnal meliputi nama penelitian, tahun publikasi, judul penelitian, tujuan penelitian, dan ringkasan hasil penelitian.

## 2.4. Penelusuran Jurnal

Berdasarkan hasil penelusuran di *Google Scooler*, *Directory of open acces journal*, *Pubemed* dan *Microsoft academic search* dengan kata kunci kecanduan *smartphone*, kecanduan *smartphone* dan sikap emosional. Peneliti menelusuri 65 jurnal yang berhubungan dengan kata kunci tersebut. kemudian disaring dan didapatkan jurnal sebanyak 20 jurnal yang sesuai dengan kata kunci, dan terdapat 6 jurnal yang di eksklusi karena tidak sesuai dengan kriteria artikel *full text. Assesment* kelayakan terhadap 14 jurnal *full text* dilakukan dan terdapat 5 jurnal internasional dan 9 jurnal nasional.

## 3. HASIL DAN DISKUSI

Setelah melakukan pengumpulan jurnal diperoleh melalui secara online menggunakan berbahasa inggris dan Indonesia dari berbagai database seperti *pmc*, *sciencedirect*, *google scholar*, *pubmeh*, *garuda* dan *wiley online* dalam kurun waktu 5 sampai 10 tahun terakhir (2010-2020), dengan kata kunci gangguan emosional pada remaja. Peneliti menelusuri 65 jurnal yang berhubungan dengan kata kunci tersebut. kemudian disaring dan didapatkan jurnal sebanyak 20 jurnal yang sesuai dengan kata kunci, dan terdapat 6 jurnal yang di eksklusi karena tidak sesuai dengan kriteria artikel *full text. Assesment* kelayakan terhadap 14 jurnal *full text* dilakukan dan terdapat 5 jurnal internasional dan 9 jurnal nasional, kemudian dilakukan kembali *review* jurnal yang sesuai dengan kriteria inklusi peneliti yang relevan dan akurat. Lalu, terdapat 3 jurnal yang tidak relevan, sehingga didapatkan 11 jurnal yang memenuhi kriteria peneliti dan relevan untuk dilakuakn *review*.

Table 1 : Literature Review Jurnal

No	Penulis	Judul	Tahun	Tujuan penelitian	Desain penelitian	Hasil
1	Hui-Lien Chou, Chien Chou	<i>A quantitative analysis of factors related to Taiwan teenagers' smartphone addiction tendency using a random sample of parent-child dyads</i>	2019	Studi ini bertujuan untuk mengatasi faktor orang tua dan individu yang terkait dengan kecenderungan kecanduan <i>smartphone</i> remaja (terutama berusia 13 hingga 18) dengan sampel yang mewakili pasangan orang tua-anak di pendidikan menengah di sekitar Taiwan	simple random sampling	hasil Uji-F yang signifikan untuk kedua analisis menunjukkan bahwa hubungan yang diusulkan dapat diandalkan secara <i>statistic</i> (( F (18,53) = 9,75, p <0,01)). Tidak ada tanda-tanda <i>multicollinearity</i> ( 1.02 ≤ VIF ≤ 1.42), untuk intervensi yang sesuai dalam konteks dibahas diikuti oleh analisis
2	Ahmad Ramadhana Asif, Farid Agung Rahmad	hubungan tingkat kecanduan <i>gadget</i> dengan gangguan emosi dan perilaku remaja	2017	Menganalisis hubungan tingkat kecanduan <i>gadget</i> dengan gangguan emosi dan perilaku remaja	analitik observasional	Dari uji bivariat chi-square didapatkan hasil yang bermakna antara tingkat kecanduan <i>gadget</i> dengan gangguan emosi dan perilaku remaja (p=0,002). Tidak terdapat hubungan antara tingkat pendidikan ayah dengan gangguan emosi

dan perilaku ( $p=0,521$ ), tingkat pendidikan ibu dengan gangguan emosi perilaku ( $p=0,903$ ), dan jumlah saudara dengan gangguan emosi dan perilaku ( $p=0,627$ ).

3	Leonard Yik-Chuan Lei, Muhd Al-Aarifin Ismail, Jamilah Al-Muham mady Moham mad dan Muhama d Saiful Bahri Yusoff	<i>The relationship of smartphone addiction with psychological distress and neuroticism among university medical students</i>	2020	untuk mengetahui faktor hubungan kecanduan <i>smartphone</i>	studi cross-sectional	Prevalensi kecanduan <i>smartphone</i> adalah 40,6%. Itu lebih tinggi pada mahasiswa kedokteran laki-laki (49,2%) dibandingkan perempuan (36,6%). Hasil ini menunjukkan hubungan yang signifikan antara kecanduan <i>smartphone</i> , kesehatan psikologis dan neurotisme
4	Arlinda Sari Wahyuni, Ferdinan Benito Siahaan, Mudia Arfa, Ivana Alona, Nerdy	Hubungan Durasi Bermain <i>Gadget</i> dengan Kondisi Mental Emosional Siswa Sekolah Dasar	2019	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara durasi bermain <i>gadget</i> dengan kondisi mental-emosional remaja	Desain cross sectional	Hasil penelitian ini menemukan hubungan antara lama bermain <i>gadget</i> dengan mentalemosional dengan nilai probabilitas 0,0001 ( $p < 0,05$ )
5	Fadilla Putri Amalya, Rodman Tarigan, Kuswinart	Hubungan Adiksi <i>Smartphone</i> dengan Perilaku Mental dan Emosional pada Remaja di Wilayah Kecamatan Bandung Wetan	2019	menganalisis hubungan tingkat kecanduan <i>smartphone</i> dengan perilaku mental dan emosional pada remaja wilayah kecamatan Bandung Wetan.	observasional analitik	hasil hubungan antara kecanduan <i>smartphone</i> dengan perilaku mental emosional meskipun menunjukkan adanya korelasi yang signifikan ( $p=0,011$ ).
6	Meita Dhamayanti, Resti Gradia Dwiwina, Rubiah Adawiyah	<i>Influence of Adolescents' Smartphone Addiction on Mental and Emotional Development in West Java, Indonesia</i>	2019	Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan pengaruh kecanduan gawai terhadap gangguan mental emosional pada remaja awal.	cross sectional	penelitian ini ada hubungan antara kecanduan <i>smartphone</i> dengan masalah mental emosional pada remaja awal

7	Jocelyne Matar Boumosleh, Doris Jaalouk	<i>Depression, anxiety, and smartphone addiction in university students- A cross sectional study</i>	2017	Studi ini bertujuan untuk menilai prevalensi gejala kecanduan ponsel cerdas, dan untuk memastikan apakah depresi atau kecemasan, secara independen, berkontribusi pada tingkat kecanduan ponsel cerdas di antara sampel mahasiswa Lebanon, sambil menyesuaikan secara bersamaan untuk sosiodemografi penting, akademik, gaya hidup, ciri kepribadian, dan ponsel cerdas. variabel terkait.	cross sectional	prevalensi gejala kecanduan smartphone sangat besar di antara sampel mahasiswa
8	Simon Simangunsong, Dian Ratna Sawitri	<i>hubungan stres dan kecanduan smartphone pada siswa kelas x sma negeri 5 surakarta</i>	2017	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres dengan kecanduan smartphone	metode cluster random sampling	Analisis data menunjukkan $R^2 = 0,16$ yang menjelaskan bahwa sumbangan stres terhadap kecanduan smartphone sebesar 16 % sedangkan sisanya 84 % ditentukan oleh faktor lain.
9	Nurherawati	<i>hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan smartphone pada mahasiswa fakultas psikologi</i>	2019	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan <i>smartphone</i> pada mahasiswa Fakultas Psikologi	metode kuantitatif korelasi	Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecanduan smartphone dengan kontrol diri dengan nilai korelasi sebesar $(r_{yx}) = -0,747$ dengan signifikansi $(p)$ sebesar $0,000 (< 0,05)$ sehingga hipotesis penelitian diterima. Koefisien determinasi nilai $R^2 = 0,557$ yang berarti variabel kontrol diri dipengaruhi oleh kecanduan smartphone sebesar 55,7% dan sisanya 44,3% dipengaruhi oleh variabel lain
10	Samantha Sohn, Phillipa Rees, Bethany Wildridge, Nicola J. Kalk and Ben	<i>Prevalence of problematic smartphone usage (PSU) and associated mental health outcomes amongst children and young people (CYP): a systematic review,</i>	2019	Untuk melakukan tinjauan sistematis dan meta-analisis untuk memeriksa prevalensi PSU dan mengukur hubungan dengan bahaya kesehatan mental.	Strategi pencarian menggunakan <i>Medical Subject Headings</i>	Penelitian tersebut mencakup 41.871 CYP, dan 55% adalah perempuan. Prevalensi median PSU di antara CYP adalah 23,3% (14,0 - 31,2%). PSU dikaitkan dengan peningkatan kemungkinan depresi ( $OR = 3,17; 95\% CI 2,30$ )

	Carter	<i>meta-analysis and GRADE of the evidence</i>				- 4.37; saya 2 = 78%); peningkatan kecemasan (OR = 3,05 95% CI 2,64 - 3.53; saya 2 = 0%); stres yang dirasakan lebih tinggi (OR = 1,86; 95% CI 1,24 - 2,77; saya 2 = 65%); dan kualitas tidur yang lebih buruk (OR = 2.60; 95% CI; 1.39 - 4.85, saya 2 = 78%).
11	Andreas Wisnu Adi Purnomo, Lobi JT Loekmo no	<i>The Relationship of Cigarette Addiction, Smartphone Addiction and Self-Control of Men's Dormitory Students</i>	2020	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan rokok, kecanduan <i>smartphone</i> secara simultan dan pengendalian diri	kuantitatif korelasional	didapatkan nilai R sebesar -0,350 dengan arah berlawanan. Sebagai perbandingan, diperoleh nilai F hitung sebesar 2,128 dan F tabel dengan signifikan 5% sebesar 4,130. Dengan kata lain F hitung <F tabel, yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan. perbandingan, diperoleh nilai Fhitung sebesar 2,128 dan F tabel dengan signifikan 5% sebesar 4,130. Dengan kata lain Fhitung < F table

Faktor yang mempengaruhi kecanduan *smartphone* ada dua yaitu meliputi faktor internal dan faktor eksternal, pertama faktor internal yaitu berasal dari dalam diri dan faktor eksternal yaitu dorongan dari luar yang memerlukan pengetahuan khusus dan dalam pengelolaan sumber daya, pada penelitiannya di dapatkan hasil dari 75 responden yang bermakna antara tingkat kecanduan *gadget* dengan gangguan emosi dan perilaku remaja ( $p=0,002$ ). Tidak terdapat hubungan antara tingkat pendidikan ayah dengan gangguan emosi dan perilaku ( $p=0,521$ ), tingkat pendidikan ibu dengan gangguan emosi perilaku ( $p=0,903$ ), dan jumlah saudara dengan gangguan emosi dan perilaku ( $p=0,627$ ) Terdapat hubungan tingkat kecanduan *gadget* dengan gangguan emosi dan perilaku remaja (Ahmad., R.A., 2017). *smartphone* secara simultan dan pengendalian diri (Wisnu., et al., 2020). Ada beberapa aspek dalam kecanduan yaitu *daily life disturbance*, *positive anticipation*, dan *withdrawal*. *Daily life disturbance* mencakup gagal melakukan pekerjaan yang sudah direncanakan, sulit berkonsentrasi ketika belajar, menderita sakit kepala ringan, pengelihatn kabur, menderita sakit di pergelangan tangan atau di belakang leher dan gangguan tidur. Pengguna *smartphone* juga mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi pada kegiatan atau pekerjaan yang sedang dilakukan karena terus memikirkan *smartphone* yang dimilikinya. *Positive anticipation* merupakan perasaan bersemangat dari pengguna dan menjadikan *smartphone* sebagai sarana untuk mengurangi atau menghilangkan stress dan perasaan hampa tanpa *smartphone*. Bagi sebagian besar pengguna *smartphone*, *smartphone* bukan hanya perangkat berkomunikasi akan tetapi *smartphone* memberikan kesenangan, mengurangi kelelahan dan mengurangi rasa cemas. *Withdrawal* adalah kondisi dimana pengguna *smartphone* merasa tidak sabar, resah dan *intolerable* tanpa *smartphone*. Selain itu, *withdrawal* merupakan kondisi dimana pengguna *smartphone* secara terus-menerus memikirkan *smartphone* yang dimiliki meskipun sedang tidak menggunakannya (Ghozali M Hasyim, 2018). Penggunaan *gadget* dikategorikan intensitas tinggi bila menggunakan *gadget* dengan durasi lebih dari 120 menit / hari dan dalam sekali pakai > 75 menit. Selain itu, dalam sehari bisa berkali-kali (lebih dari 3 kali pemakaian) penggunaan *gadget* dengan durasi 30-75 menit akan menyebabkan ketagihan dalam penggunaan *gadget*. Selanjutnya penggunaan *gadget* dengan intensitas sedang jika menggunakan *gadget* dengan durasi lebih dari 40-60 menit / hari dan intensitas penggunaan dalam sekali pakai 2-3 kali / hari untuk setiap pemakaian (Wahyuni et al., 2019). Pengguna *smartphone* yang tidak dapat menggunakan *smartphone* dengan tepat dapat mengganggu kegiatan lain dalam kehidupan sehari-hari, mengubah interpersonal, dan bahkan dapat mempengaruhi kesehatan serta kebahagiaan. Selain itu, terhadap remaja yang sedang berkembang, penggunaan *smartphone* yang tidak tepat (salah satu kategori adiksi *smartphone*) dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku mental emosionalnya (Amalya, 2019).

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari *review* jurnal, dapat diambil kesimpulan bahwa beberapa artikel menunjukkan kecanduan *smartphone* sangat berpengaruh terhadap emosional remaja, penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat menyebabkan terganggunya kesehatan emosional remaja. Dari beberapa artikel yang menunjukkan bahwa semakin tinggi kecanduan *smartphone* maka akan semakin tinggi tingkat gangguan emosional yang dialami remaja. Remaja yang memiliki gangguan emosional dapat mempengaruhi kemampuannya untuk berfikir, kurang bisa mengendalikan emosional, selain hal itu juga mengakibatkan peningkatan resiko terjadinya obesitas, stress, tekanan darah tinggi, gangguan mental hingga penyakit jantung.

#### SARAN DAN REKOMENDASI

##### 1. Untuk remaja dan orang tua

Penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh remaja dan orangtua sebagai bahan bacaan untuk tidak membiasakan diri untuk bermain *gadget* melebihi batasan sehingga mengalami kecanduan dan berdampak bahaya untuk kesehatan mental remaja yang berisiko terjadinya stress, tekanan darah tinggi, bahkan penyakit jantung.

##### 2. Untuk Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk peneliti selanjutnya yang melakukan penelitian terkait dan perlu dilakukan penelitian berkelanjutan meneliti masalah kecanduan *smartphone* terhadap gangguan emosional pada remaja agar dapat ditemukan solusi yang terbaik untuk mengatasi masalah tersebut.

##### 3. Untuk program Studi S1 Kesehatan Masyarakat

Dengan penelitian literature *review* ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi untuk meningkatkan upaya promotif dan preventif terhadap masalah kesehatan khususnya penyakit yang diakibatkan oleh gangguan emosional remaja dengan melakukan seminar edukasi pada remaja dan orangtua agar tidak kecanduan *smartphone* sehingga kesehatan terjaga dengan baik.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada segala pihak yang di libatkan dalam penyusunan jurnal ini, terkhusus ucapan terima kasih kepada dosen pembimbing yang banyak sekali membantu penulis dalam melakukan penyusunan jurnal ini. Dan ucapan terima kasih juga penulis ucapkan kepada proyek KDM (Kerjasama Dosen Mahasiswa) Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur (UMKT), yang memberikan dukungan untuk menyelesaikan skripsi mahasiswa dan penerbitan.

#### REFERENSI

- Ahmad., R. A. (2017) 'Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Gangguan Emosi Dan Perilaku Remaja', 6(2), pp. 148–157.
- Amalya, F. P. (2019) 'Hubungan Adiksi Smartphone dengan Perilaku Mental dan Emosional pada Remaja di Wilayah Kecamatan Bandung Wetan', 2(2), pp. 9–17.
- Azmi, N. (2017) 'Potensi emosi remaja dan pengembangannya', 2(1), pp. 36–46.
- Boumosleh, J. M. and Jaalouk, D. (2017) 'Depression, anxiety, and smartphone addiction in university students- A cross sectional study', pp. 1–14.
- Cho, K. S. and Lee, J. M. (2017) 'Influence of smartphone addiction proneness of young children on problematic behaviors and emotional intelligence: Mediating self-assessment effects of parents using smartphones', *Computers in Human Behavior*. Elsevier Ltd, 66, pp. 303–311. doi: 10.1016/j.chb.2016.09.063.
- Diskominfo (2017) *Survei Penggunaan Media Teknologi Informasi Dan Komunikasi (TIK) Kota Samarinda*. Samarinda.
- Ghozali M Hasyim, A. (2018) 'Hubungan antara kecanduan penggunaan'. Samarinda: Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
- Kemertian Informasi Dan Komunikasi, K. (2017) 'Survey Penggunaan TIK 2017'.
- Leonard (2020) 'The relationship of smartphone addiction with psychological distress and neuroticism among university medical students'. *BMC Psychology*, pp. 1–9.
- Newzoo (2020) *Top Countries by Smartphone Users*. Available at: <https://newzoo.com/insights/rankings/top-countries-by-smartphone-penetration-and-users/>.
- Sohn, S. et al. (2019) 'Correction to: Prevalence of problematic smartphone usage and associated mental health outcomes amongst children and young people: a systematic review, meta-analysis and GRADE of the evidence (BMC

Psychiatry, (2019), 19, 1, (356), 10.1186/s12888-019-2350-', BMC Psychiatry. BMC Psychiatry, 21(1), pp. 1–10. doi: 10.1186/s12888-020-02986-2.

Wahyuni, A. S. *et al.* (2019) 'The Relationship between the Duration of Playing Gadget and Mental Emotional State of Elementary School Students', 7(1), pp. 148–151.

Wulandari, D. and Hermiati, D. (2019) 'Deteksi Dini Gangguan Mental dan Emosional pada remaja yang Mengalami Kecanduan Gadget', Jurnal Keperawatan Silampari, 3(1), pp. 382–392. doi: 10.31539/jks.v3i1.843.