

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT PENGGUNAAN SMARTPHONE
TERHADAP KESEHATAN MENTAL PADA
REMAJA DI SMAN 11 KOTA PADANG
TAHUN 2026**

*Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Pendidikan Strata 1 Keperawatan*



Oleh

**SALSABILA DWI ELDIVA
2214201048**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2026**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama lengkap : Salsabila Dwi Eldiva
NIM : 2214201048
Tempat/ tgl lahir : Padang/ 17 Juni 2004
Tanggal masuk : 4 September 2022
Program Studi : SI Keperawatan
Nama Pembimbing Akademik : Ns. Diana Arianti, M.kep
Nama Pembimbing I : Ns. Diana Arianti, M.kep
Nama Pembimbing II : Ns. Titi Purwani, M.Kep

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

“Hubungan Tingkat Penggunaan *Smartphone* terhadap Kesehatan Mental pada Remaja di SMAN 11 Kota Padang Tahun 2026”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan usulan skripsi ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, 21 Agustus 2026


Salsabila Dwi Eldiva

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Salsabila Dwi Eldiva

Nim : 2214201048

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul : Hubungan Tingkat Penggunaan *Smartphone* terhadap Kesehatan Mental pada Remaja di SMAN 11 Kota Padang Tahun 2026

Telah diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Hasil Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

Padang, Agustus 2026

Pembimbing I

(Ns. Diana Arianti, S.Kep., M.Kep)

Pembimbing II

(Ns. Titi Purwani, S.Kep., M.Kep)

Disahkan oleh :

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang

(Ns. Syalvia Oresti, S.Kep, M.Kep., Ph.D)

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

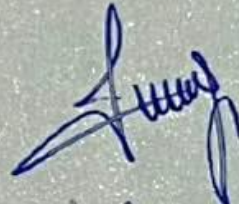
Nama : Salsabila Dwi Eldiva
NIM : 2214201048
Program Studi : Keperawatan
Judul : Hubungan Tingkat Penggunaan *Smartphone* terhadap Kesehatan Mental pada Remaja di SMAN 11 Kota Padang Tahun 2026

Padang, Agustus 2026

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I

Ns. Diana Arianti, S.Kep., M.Kep

()

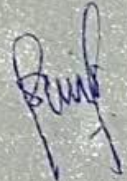
Pembimbing II

Ns. Titi Purwani, S.Kep., M.Kep

()

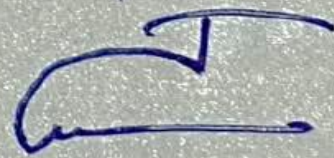
Penguji I

Ns. Amelia Susanti, S.Kep., M.Kep., Sp. Kep. J (

()

Penguji II

Ns. Tomi Jepisa, S.Kep., M.Kep

()

Disahkan oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifiah Padang



(Ns. Syalvia Oresti, S.Kep, M.Kep, Ph.D)

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI

Skripsi, Agustus 2026

Salsabila Dwi Eldiva

Hubungan Tingkat Penggunaan *Smartphone* terhadap Kesehatan Mental pada Remaja di SMAN 11 Kota Padang Tahun 2026

xiv + 57 halaman, 7 tabel, 2 gambar, 12 lampiran

ABSTRAK

Remaja merupakan kelompok yang rentan mengalami masalah kesehatan mental. Berdasarkan data I-NAMHS, 15,5 juta remaja di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental. Di Sumatera Barat sebanyak 17,7% remaja menunjukkan gejala kecemasan dan depresi. Survei awal di SMAN 11 Kota Padang terhadap 15 siswa menunjukkan bahwa 11 siswa (73,3%) menggunakan *smartphone* lebih dari 7 jam per hari dan mengalami kesulitan mengontrol penggunaan *smartphone* dan merasa cemas dan gelisah jika tidak menggunakan *smartphone*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat penggunaan *smartphone* terhadap kesehatan mental pada remaja di SMAN 11 Kota Padang Tahun 2026.

Metode penelitian ini deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional study* dan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian dilakukan di SMAN 11 Kota Padang. Populasi penelitian sebanyak 289 peserta didik. Pengumpulan data telah dilakukan pada tanggal 29 Juli- 3 Agustus 2026 menggunakan metode *simple random sampling* sebanyak 74 responden. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *chi-square*.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui lebih dari separuh (54,1%) responden termasuk dalam tingkat penggunaan *smartphone* tinggi, dan lebih dari separuh (51,4%) responden termasuk dalam kategori beresiko mengalami masalah kesehatan mental. Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* didapatkan hasil *p-value*=0,000 ($<0,05$).

Disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat penggunaan *smartphone* terhadap kesehatan mental pada remaja di SMAN 11 Kota Padang. Diharapkan guru BK dapat meningkatkan upaya promotif dan preventif dalam menjaga kesehatan mental siswa/siswi melalui edukasi tentang penggunaan *Smartphone* yang bijak, sebagai upaya peningkatan kesehatan mental di kalangan remaja.

Daftar Bacaan : 33 (2017 -2025)

Kata Kunci: Kesehatan mental, Remaja, Tingkat Penggunaan *Smartphone*

ALIFAH UNIVERSITY PADANG

FACULTY OF HEALTH SCIENCES AND INFORMATIONTECHNOLOGY

Skripsi, August 2026

Salsabila Dwi Eldiva

The Relationship Between Smartphone Usage Levels and Mental Health Among Adolescents at SMAN 11 Padang City in 2026

xiv + 57 pages, 7 tables, 2 figures, 12 appendices

ABSTRACT

Adolescents are a group vulnerable to experiencing mental health issues. Based on I-NAMHS data, 15.5 million teenagers in Indonesia experience mental health issues. In West Sumatra, 17.7% of teenagers show symptoms of anxiety and depression. An initial survey at SMAN 11 Kota Padang involving 15 students showed that 11 students (73.3%) used smartphones for more than 7 hours per day and had difficulty controlling smartphone usage, feeling anxious and restless if they did not use their smartphones. This study aims to determine the relationship between the level of smartphone usage and mental health among adolescents at SMAN 11 Kota Padang in 2026.

The research method is descriptive-analytical with a cross-sectional study approach and a quantitative research type. The research was conducted at SMAN 11 Kota Padang. The research population consisted of 289 students. Data collection was conducted from July 29 -3 August, 2026, using the simple random sampling method with 74 respondents. Data analysis was conducted univariately and bivariate using the chi-square test.

Based on the research results, it was found that more than half (54.1%) of the respondents fall into the high smartphone usage category, and more than half (51.4%) of the respondents fall into the category at risk of experiencing mental health problems. Based on the results of the chi-square statistical test, a p-value of 0.000 (<0.05) was obtained.

It is concluded that there is a significant relationship between the level of smartphone usage and mental health among teenagers at SMAN 11 Kota Padang. It is hoped that schools can enhance promotive and preventive efforts in maintaining the mental health of students thru education on wise smartphone usage, as an effort to improve mental health among teenagers.

References: 33 (2017-2025)

Keywords: Mental Health, Adolescents, Smartphone Usage Rate