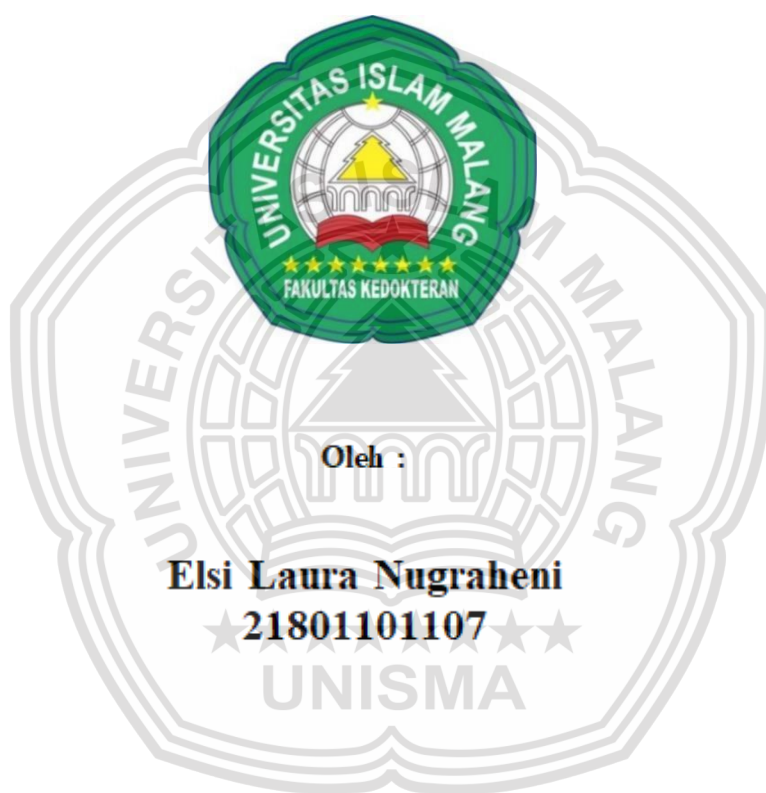




**HUBUNGAN INTENSITAS FOKUS LAYAR GAWAI  
DENGAN STRES DAN DEPRESI :  
STUDI PADA REMAJA SMP PERKOTAAN DAN  
SMP PEDESAAN DI MALANG**

**SKRIPSI**

**Untuk Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS ISLAM MALANG  
2023**



**HUBUNGAN INTENSITAS FOKUS LAYAR GAWAI  
DENGAN STRES DAN DEPRESI :  
STUDI PADA RE MAJA SMP PERKOTAAN DAN  
SMP PE DE SAAN DI MALANG**

**SKRIPSI**

**Untuk Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



Oleh :

**Elsi Laura Nugraheni  
21801101107**

★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★  
**UNISMA**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS ISLAM MALANG  
2023**

## RINGKASAN

**Elsi Laura Nugraheni.** Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Malang, 28 Juni 2023. Hubungan Intensitas Fokus Layar Gawai Dengan Stres dan Depresi :Studi Pada Remaja SMP Perkotaan dan SMP Pedesaan di Malang

**Pembimbing 1:** Erna Sulistyowati **Pembimbing 2:** Sri Fauziyah.

**Pendahuluan:** Intensitas fokus layar gawai di kalangan remaja meningkat saat ini terutama di Malang wilayah perkotaan dan pedesaan. Akibatnya akan meningkatkan terjadinya gangguan psikologi seperti stres dan depresi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek intensitas fokus layar gawai dengan tingkat stres dan depresi pada remaja di wilayah Malang.

**Metode:** Desain penelitian ini menggunakan deskriptif analitik. Data diambil secara *cross-sectional* dengan responden remaja SMP Perkotaan (n=64 orang) dan SMP Pedesaan (n=58 orang) di Malang dengan total responden sebanyak 122 orang. Pengukuran menggunakan kuesioner intensitas penggunaan gawai dan DASS-21 untuk mengukur tingkat stres dan depresi. Data dianalisa menggunakan uji *rank Spearman*, uji *Mann-Whitney*, dan uji T.

**Hasil:** Didapatkan hasil uji korelasi yang signifikan antara intensitas fokus layar gawai dengan tingkat stres ( $p$  0,006) dan tingkat depresi ( $p$  0,004) di daerah perkotaan. Sedangkan di pedesaan tidak ada hubungan yang signifikan antara intensitas fokus layar gawai dengan tingkat stres ( $p$  0,089) dan depresi ( $p$  0,991). Terdapat perbedaan yang signifikan intensitas fokus layar gawai di perkotaan dan pedesaan ( $p$  0,010) dan tidak terdapat perbedaan signifikan stres ( $p$  0,621) dan depresi ( $p$  0,310) di perkotaan dan pedesaan.

**Kesimpulan:** Semakin tinggi intensitas fokus layar gawai dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya stres dan depresi pada remaja. Namun, stres dan depresi ini dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

**Kata kunci:** *Intensitas fokus layar gawai; Remaja; Stres; Depresi; Perkotaan; Pedesaan.*

## SUMMARY

**Elsi Laura Nugraheni.** Faculty of Medicine, Islamic University of Malang, 28 June 2023. The Correlation between Screen Time and Stress and Depression Level in Urban and Rural Adolescent Junior High School in Malang

**Pembimbing 1:** Erna Sulistyowati **Pembimbing 2:** Sri Fauziyah.

**Introduction:** Nowadays, screen time among teenagers increases its intensity, especially in urban and rural area Malang. Consequently, it rises the occurrence of psychological disorder like stress and depression. This research aimed to determine the correlation between the screen time and the stress and depression level of junior high school teenagers.

**Methods:** The method is analytic descriptive study design. Data were taken cross-sectionally with respondents in Malang, urban (n=64 respondents) and rural (n=58 respondents) or 122 respondents in total. We used kuesioner intensitas penggunaan gawai and DASS-21 questionnaire to measure the level of stress and depression. Data were analyzed using rank Spearman's method (it considered significant at  $p$  less than 0,05), Mann-Whitney test, and T-Test.

**Results:** A significant correlation was found both in the screen time and stress level ( $p$  0,006) and depression level ( $p$  0,004) in urban areas, but there was no significant correlation in rural areas (stress level  $p$  0,089; depression level  $p$  0,991). There is significant comparison in the intensity of gadgets use in urban and rural areas ( $p$  0,010) and there is no significant comparison in stress ( $p$  0,621) and depression ( $p$  0,310) in urban and rural areas.

**Conclusion:** The higher screen time intensity rises the possibility of stress and depression in teenagers. However, the occurrence of stress and depression are also influenced by other factors.

**Keywords:** *Screen time, Adolescent, Stress, Depression, Urban, Rural.*

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar Belakang

Penggunaan gawai berlebih mempengaruhi tingkat emosional seperti timbulnya stres dan gejala depresif terutama pada remaja (Khalili-Mahani *et al.*, 2019). Gawai merupakan sebuah alat dengan banyak fitur yang berfungsi dan bertujuan untuk mencari informasi baru untuk mempermudah hidup manusia (Setianingsih, 2018). Penggunaan gawai oleh remaja Indonesia memiliki presentase yang tinggi dan terus meningkat seiring waktu. Berdasarkan data dari Mendikbud 90% siswa memiliki sebuah perangkat/gawai dan hanya 1% yang tidak memilikinya. Penggunaan gawai pada siswa remaja berintensitas 2-3 jam, 4-5 jam, dan 5 jam sehari (Kemdikbud, 2019). Penggunaan gawai secara kompulsif, paparan berbagai informasi melalui internet, penyimpangan penggunaan gawai seperti akses konten yang tidak sesuai ditambah tidak adanya pendampingan dari orang tua membuat remaja rentan terkena dampak negatif dari penggunaan gawai (Khalili-Mahani *et al.*, 2019). Remaja rentan mengalami stres dan depresi karena pada fase remaja terjadi banyak perubahan besar pada aspek biologis, fisiologis, dan psikologis. Perubahan hormonal pada remaja dan keterbatasan kognitif akan menyebabkan terjadinya fluktuasi emosi. Selain hal tersebut, mekanisme coping stres, cara berpikir, proses pencarian jati diri pada remaja, dan pengaruh eksternal seperti teman dan lingkungan merupakan faktor risiko yang membuat remaja rentan mengalami stres dan depresi (Ajhuri & K.F., 2019).

Di Bangladesh dilaporkan usia remaja awal di daerah urban (perkotaan) memiliki intensitas dan prevalensi gejala depresi yang lebih tinggi daripada remaja yang berada di daerah rural (pedesaan). Daerah urban memiliki prevalensi gejala depresif sebesar 43,7% sedangkan rural sebesar 21,4% akibat lama penggunaan fokus layar gawai (Anjum et al., 2021). Menurut BPS, data hasil Survei Susenas tahun 2020 tercatat 53,73% orang di Indonesia menggunakan internet (Badan Pusat Statistik, 2020). Pengguna gawai di Jawa Timur sebanyak 26 juta jiwa (Habibie, 2022). Di Kabupaten Malang, menurut BPS pada tahun 2020, presentase penduduk yang mengakses internet menggunakan gawai sebesar 53,28% (Badan Pusat Statistik Kabupaten Malang, 2020). Sedangkan fokus layar gawai di Kota Malang termasuk tinggi yaitu sebesar 52,2% (Habibie, 2022).

Sehubungan dengan uraian di atas perlu dilakukan tindakan untuk mengidentifikasi apakah remaja di Malang memiliki intensitas fokus layar gawai yang berlebih dan apakah hal tersebut memiliki hubungan dengan terjadinya stres dan depresi pada remaja. Penelitian ini dilakukan pada daerah perkotaan dan pedesaan dengan responden remaja usia 12-15 tahun di Malang. Pada daerah perkotaan kami memilih responden dari SMP Islam Maarif 03 Kota Malang karena pada penelitian oleh Rozalia (2016) intensitas pemakaian gawai siswa di Kecamatan Blimbing, Kota Malang adalah sedang-tinggi sebanyak 83%. Selain itu, SMP Islam Maarif 03 Kota Malang termasuk satu yayasan Nahdlatul Ulama sehingga hasil penelitian ini dapat menjadi masukan ke yayasan NU yang merupakan satu yayasan dengan Universitas Islam Malang. Sedangkan pada daerah pedesaan kami memilih MTs Nurul Ulum dan MTs Al Muslihun yang berada di Sumawe, Kabupaten Malang karena pada studi

pendahuluan, kami menemukan 55,56% memiliki intensitas fokus layar gawai dengan kategori rendah-sangat rendah dimana di daerah tersebut masih terkendala jaringan. Hasil dan data penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk menentukan langkah-langkah pencegahan gangguan *mood* pada remaja terutama gangguan *mood* berupa stres dan depresi pada remaja.

## 1.2. Rumusan Masalah

1. Adakah hubungan intensitas fokus layar gawai dengan status stres berdasarkan instrumen DASS-21 pada siswa SMP daerah perkotaan dan pedesaan di Malang?
2. Adakah hubungan intensitas fokus layar gawai dengan status depresi berdasarkan instrumen DASS-21 pada siswa SMP daerah perkotaan dan pedesaan di Malang ?

## 1.3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan antara lain:

1. Untuk mengetahui hubungan intensitas fokus layar gawai dengan status stres pada siswa SMP di daerah perkotaan dan pedesaan Malang.
2. Untuk mengetahui hubungan intensitas fokus layar gawai dengan status depresi pada siswa SMP di daerah perkotaan dan pedesaan Malang.

## 1.4. Manfaat Penelitian

### 1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini kami harapkan dapat memberi data dasar mengenai hubungan intensitas fokus layar gawai dengan stres dan depresi pada siswa usia remaja di daerah perkotaan dan pedesaan Malang.

#### 1.4.2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut:

- a) Bagi Fakultas Kedokteran: Mampu memberi kontribusi dalam penelitian ilmiah tentang pengaruh intensitas fokus layar gawai pada remaja dengan stres dan depresi.
- b) Bagi remaja: Mampu memberi informasi kepada khususnya remaja awal mengenai pentingnya pengaruh intensitas atau intensitas fokus dalam penggunaan gawai, sehingga dapat menghindari terjadinya stres dan depresi.
- c) Bagi sekolah: Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi sehingga dapat dilakukan pencegahan dan pemberian konseling pada siswa dengan intensitas fokus layar gawai yang tinggi terutama siswa yang mengalami dampak negatif berupa stres dan depresi.
- d) Peneliti selanjutnya: Penelitian ini diharap dapat digunakan sebagai data awal dan sumber/referensi untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai tindakan pencegahan terjadinya stres dan depresi akibat intensitas fokus dalam penggunaan gawai pada remaja.



## BAB VII

### PENUTUP

#### 7.1. Kesimpulan

Berdasarkan data, hasil, dan analisis dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada hubungan intensitas fokus layar gawai dengan stres dan depresi di perkotaan. Semakin tinggi intensitas fokus layar gawai maka semakin tinggi angka stres dan depresi pada remaja di daerah perkotaan.
2. Tidak ada hubungan intensitas fokus layar gawai dengan stres dan depresi di pedesaan. Stres dan depresi pada remaja di daerah pedesaan tidak berhubungan dengan tinggi atau rendahnya intensitas fokus layar gawai melainkan karena faktor lainnya.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan intensitas fokus layar gawai pada remaja di perkotaan dan pedesaan.
4. Tidak ada perbedaan yang signifikan dari tingkat stres dan depresi pada remaja di perkotaan dan pedesaan.

#### 7.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti menyarankan untuk:

Sekolah:

1. Mengedukasi para siswa mengenai penggunaan gawai yang baik, menjelaskan dampak positif dan negatif, serta memberikan informasi

mengenai dampak penggunaan gawai yang berlebih terhadap kesehatan fisik dan psikologis.

2. Memberikan sesi konseling kepada siswa untuk mereduksi stres dan depresi serta menjelaskan mekanisme coping stress.
3. Melakukan sosialisasi kepada orang tua siswa agar memberikan batasan dan mendampingi putra-putrinya saat menggunakan gawai.

Peneliti selanjutnya:

1. Melakukan studi lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi stres dan depresi pada remaja.
2. Melakukan penelitian mengenai hubungan pernikahan dini dengan angka depresi pada remaja di daerah pedesaan.
3. Melakukan penelitian dengan memberikan intervensi berupa edukasi mengenai hubungan intensitas layar gawai yang tinggi terhadap stres dan depresi pada remaja dengan harapan dapat mereduksi intensitas pemakaian gawai dan angka stres serta depresi pada remaja.
4. Menggunakan teknik *sampling* metode *stratified sampling* agar lebih tepat.
5. Mencari kuesioner untuk mengukur stres dan depresi yang lebih sesuai untuk anak-anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ajhuri, & K.F. (2019). Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. In *Yogyakarta: Penebar Media Pustaka*.
- Andriani, J. A., Romadhon, Y. A., Herawati, E., & Candrasari, A. (2021). Pengaruh Bentuk Keluarga dan Tingkat Pendidikan Orang Tua Terhadap Tingkat Depresi Remaja di Era Pandemi Covid-19. *The 13th University Research Colloquium*, 57(9), 1092–1098.
- Anggadewi, B. E. T. (2020). Dampak Psikologis Trauma Masa Kanak-kanak pada Remaja. *Journal of Counseling and Personal Development*, 2(2), 1–7.
- Anjum, A., Hossain, S., Hasan, M. T., Alin, S. I., Uddin, M. E., & Sikder, M. T. (2021). Depressive Symptom and Associated Factors Among School Adolescents of Urban, Semi-Urban and Rural Areas in Bangladesh: A Scenario Prior to COVID-19. *Frontiers in Psychiatry*, 12(708909), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.708909>
- Aryana, F., Pratama, G.C., & Azhali, B. A. (2021). Perubahan Lama Screen Time, Pola Tidur, dan Pola Makan Pada Anak Sebelum dengan Setelah Kebijakan Belajar di Rumah. *Prosiding Pendidikan Dokter*, 7(1), 265–271. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29313/kedokteran.v7i1.26597>
- Aryani, F. (2016). *Stres Belajar Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling*. [http://eprints.unm.ac.id/2478/1/Buku - Stres Belajar.pdf](http://eprints.unm.ac.id/2478/1/Buku-Stres-Belajar.pdf)
- Asih, G. (2018). Stress Kerja. In *Semarang University Press* (Vol. 7, Issue 1). [https://www.researchgate.net/publication/269107473\\_What\\_is\\_governance/link/548173090cf22525dcb61443/download%0Ahttp://www.econ.upf.edu/~reynal/Civil\\_wars\\_12December2010.pdf%0Ahttps://think-asia.org/handle/11540/8282%0Ahttps://www.jstor.org/stable/41857625](https://www.researchgate.net/publication/269107473_What_is_governance/link/548173090cf22525dcb61443/download%0Ahttp://www.econ.upf.edu/~reynal/Civil_wars_12December2010.pdf%0Ahttps://think-asia.org/handle/11540/8282%0Ahttps://www.jstor.org/stable/41857625)
- Ayu, F. (2015). *Hubungan Karakteristik Sosiodemografi dengan Tingkat Depresi yang Dialami Mahasiswa Semester I, III, dan V di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang*.
- Ayu, I. M., Situngkir, D., Nitami, M., & Nadiyah. (2020). Program Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja di SMK “X” Tangerang Raya. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 3(1), 87–95. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kreativitas/article/view/2412>
- Azis, M. Z., & Bellinawati, N. (2015). *Faktor Risiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang*. 2(2), 197–202. <https://doi.org/10.1063/1.3106611>
- Baby, N. M., Koshy, G., & Mathew, A. (2017). The effect of electromagnetic radiation due to mobile phone use on thyroid function in medical students studying in a medical college in South India. *Indian Journal of Endocrinology and Metabolism*, 21(6), 797–802. [https://doi.org/10.4103/ijem.IJEM\\_12\\_17](https://doi.org/10.4103/ijem.IJEM_12_17)
- Badan Pusat Statistik. (2020). Statistik Telekomunikasi Indonesia. *Statistik Telekomunikasi Indonesia*, 8305002(December), 1–361.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Malang. (2020). *Kabupaten Malang Dalam Angka: Malang Regency in Figures 2020*.
- Badan Pusat Statistik Kota Malang. (2020). *Kota Malang dalam Angka: Malang*

*Municipality in Figures 2020.*

- Boers, E., Afzali, M. H., Newton, N., & Conrod, P. (2019). Association of Screen Time and Depression in Adolescence. *JAMA Pediatrics*, *173*(9), 853–859. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2019.1759>
- Busch, P. A., & McCarthy, S. (2021). Antecedents and consequences of problematic smartphone use: A systematic literature review of an emerging research area. *Computers in Human Behavior*, *114*(February 2020). <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106414>
- Christiana, R. W., Bouldin, E. D., & Battista, R. A. (2021). Active living environments mediate rural and non-rural differences in physical activity, active transportation, and screen time among adolescents. *Preventive Medicine Reports*, *23*, 101422. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2021.101422>
- Diananda, A. (2018). Psikologi Remaja dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, *1*(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Elvin, S. D., & Jauhari, J. (2020). Kontribusi Karakteristik Demografi Dan Performa Akademik Terhadap Kecanduan Smartphone Pada Mahasiswa. *Idea Nursing Journal*, *XI*(3), 41–47. <http://202.4.186.66/INJ/article/view/20654>
- Febyan, Wijaya, S. H., Tannika, A., & Hudyono, J. (2019). Peranan Sitokin pada Keadaan Stres sebagai Pencetus Depresi Role of Cytokines in Stressful Condition as A Trigger for A Depression. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, *6*(4), 210–214.
- Ferianti, & Sunawan. (2021). Hubungan Depresi dan Pilihan Aplikasi Smartphone dengan Kecanduan Smartphone Pada Siswa SMA. *ENLIGHTEN (Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam)*, *4*(1), 54–65. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v4i1.2109>
- Fink, G. (2016). Stress, Definitions, Mechanisms, and Effects Outlined: Lessons from Anxiety. *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior: Handbook of Stress, October*, 3–11. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800951-2.00001-7>
- Firdaus, A. M. yunanta, & Hidayati, E. (2019). Pengetahuan Dan Sikap Remaja Terhadap Penggunaan Napza Di Sekolah Menengah Atas Di Kota Semarang. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, *6*(1), 1. <https://doi.org/10.26714/jkj.6.1.2018.1-7>
- González-Rivera, J. A., Pagán-Torres, O. M., & Pérez-Torres, E. M. (2020). Depression, anxiety and stress scales (Dass-21): Construct validity problem in hispanics. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, *10*(1), 375–389. <https://doi.org/10.3390/ejihpe10010028>
- Habibie, M. R. (2022). Penggunaan Gawai dengan Intensitas Tinggi oleh Remaja di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang Mempengaruhi Perilaku Perundungan Siber dan Kepercayaan Diri. *Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang*, 1–8.
- Idayati, R. (2011). PENGARUH RADIASI HANDPHONE TERHADAP KESEHATAN. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, *11*(2), 115–120.
- Indriani, D. (2021). Durasi dan Aktivitas Penggunaan Smartphone Berkelanjutan pada Remaja. *JIM FKPEP*, *V*(1), 124–130.
- Jannah, M. (2016). Remaja dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam Adolescence's Task And Development In Islam. *Jurnal Psikoislamedia*, *1*(1),

- 243–256.
- Josyaf, A. (2021). Rancangan Prototype Sistem Informasi Peminjaman Laptop Berbasis Web pada Laboratorium Komputer. *Jurnal SCRIPT*, 9(2), 94–103.
- Kemdikbud. (2019). *Risalah Kebijakan Penggunaan Gawai*. 1–4. [www.puslitjakdikbud.go.id](http://www.puslitjakdikbud.go.id)
- Khalili-Mahani, N., Smyrnova, A., & Kakinami, L. (2019). To each stress its own screen: A cross-sectional survey of the patterns of stress and various screen uses in relation to self-admitted screen addiction. *Journal of Medical Internet Research*, 21(4), 1–20. <https://doi.org/10.2196/11485>
- Kresna, R. (2016). Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah Kabupaten Malang Tahun 2016 – 2021. *Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah Kabupaten Malang Tahun 2016 – 2021*.
- Kurniawan, G. Y. (2021). Correlation of depression and anxiety with smartphone addiction among medical clerkship. *Journal of Clinical and Cultural Psychiatry*, 2(1), 11–14. <https://doi.org/10.36444/jccp.v2i1.28>
- Kustiwan, I. (2014). Pengertian Dasar dan Karakteristik Kota, Perkotaan, dan Perencanaan Kota. *Modul Perencanaan Kota*, 1–55. <http://repository.ut.ac.id/3999/1/ADPU4433-M1.pdf>
- Lin, Q., Abbey, C., Zhang, Y., Wang, G., Lu, J., Dill, S.-E., Jiang, Q., Singh, M. K., She, X., Wang, H., & Rozelle, S. (2022). Association between mental health and executive dysfunction and the moderating effect of urban – rural subpopulation in general adolescents from Shangrao , China : a population- - based cross- - sectional study. *BMJ Open*, 12, 1–9. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-060270>
- Maras, D., Flament, M. F., Murray, M., Buchholz, A., Henderson, K. A., Obeid, N., & Goldfield, G. S. (2015). Screen Time is Associated with Depression and Anxiety in Canadian Youth. *Preventive Medicine*, 73, 133–138. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2015.01.029>
- Masdar, H., Saputri, P. A., Rosdiana, D., Chandra, F., & Darmawi, D. (2016). Depresi, Ansietas dan Stres Serta Hubungannya dengan Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 12(4), 138–143. <https://doi.org/10.22146/ijcn.23021>
- Maslim, R. (2013). Diagnosis Gangguan Jiwa Rujukan Ringkas dari PPDGJ - III. In *Diagnosis Gangguan Jiwa Rujukan Ringkas dari PPDGJ - III dan DSM - 5*.
- Miadinar, M. (2021). Tingkat Kesehatan Mental di Tim Atletik Tulungagung Selama Pada Atlet dan Non-Atlet. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 09(03), 31–40.
- Mustaridi. (2020). Upaya Meningkatkan Kemampuan Komputer pada Pembelajaran Melalui Pelatihan TIK di SMK Negeri 1 Mesuji Raya. *Jurnal Edukasi*, 6(2), 199–210.
- Nasution, I. (2008). Stress pada Remaja. *USU Repository*, 2(1), 1–26. [https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5221/4735%0Ahttp://ldfebui.org/wp-content/uploads/2017/08/BN-06-2017.pdf%0Ahttp://eprints.ums.ac.id/37501/6/BAB II.pdf](https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5221/4735%0Ahttp://ldfebui.org/wp-content/uploads/2017/08/BN-06-2017.pdf%0Ahttp://eprints.ums.ac.id/37501/6/BAB%20II.pdf)
- Nazneen, N. A. (2019). Perbedaan Kecenderungan Depresi Ditinjau dari Jenis Kelamin dengan Kovarian Kepribadian Neuroticism pada Mahasiswa Fakultas

- Psikologi Ubaya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 8(1), 696–710. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/3708/2826>
- Novianti, V. (2018). Identifikasi Urban Compactness Di Kota Malang (Identification Urban Compactness In Malang City). *Compactness Di Kota Malang (Identification Urban Compactness In Malang City)*, 1, 1–8.
- Novitaningsih, T., Santoso, S. I., & Setiadi, A. (2019). Analisis Profitabilitas Usahatani Padi Organik Di Paguyuban Al-Barokah Kecamatan Susukan Kabupaten Semarang. *Mediagro*, 14(01), 42–57. <https://doi.org/10.31942/md.v14i01.2619>
- Priyambodo, G. (2019). Pengaruh Marketing Public Relations Tools Dbl Academy Terhadap Brand Awareness Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Usia 5-15 Tahun Disurabaya. *Repository.Unair.Ac.Id*, 071511533035, 1–19.
- Priyantoro, E. (2016). Persepsi Dasar terhadap Video Game sebagai Aplikasi Pragmatis dan Media Reflektif. *Jurnal Itenas Rekarupa*, IV(1), 47–57.
- Purnomo, D. P., & Supratman. (2018). Pengaruh peran orang tua terhadap tingkat depresi pada siswa dan siswi di sma negeri 2 sukoharjo. *Publikasi Ilmiah UMS*, 58–65. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstream/handle/11617/3635/DIDIK-PUTRO-SUPRATMAN-Fix.pdf?sequence=1>
- Puteri, M. A. (2022). *Identifikasi Coping Stress Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan*.
- Rachman, T. (2018). Pengaruh Intensitas Penggunaan Gawai pada Minat Belajar Anak. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 10–27.
- Ripa'i, M. S. Y. I. D. (2019). Hubungan Durasi Penggunaan Smartphone Pada Pagi Hari Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau. 9(2), 1–12.
- Rozalia, M. F. (2016). HUBUNGAN INTENSITAS PEMANFAATAN GADGET DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS V SDN SE-GUGUS VIII KECAMATAN BLIMBING KOTA MALANG. *Prosiding Seminar Nasional KSDP Prodi SI PGSD “Konstelasi Pendidikan Dan Kebudayaan Indonesia Di Era Globalisasi,”* (April), 1–11.
- Sadock, B. J., Sadock, V. A. and R. P. (2015). Kaplan and Sadock’s Synopsis of Psychiatry, Psychiatrie. In *American Journal of Psychiatry*. <https://doi.org/10.1176/ajp.149.7.972>
- Schneiderman, N., Ironson, G., & Siegel, S. D. (2005). Stress and health: Psychological, behavioral, and biological determinants. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1(Lacey 1967), 607–628. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.144141>
- Setianingsih, S. (2018). Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah. XVI(2), 191–205.
- Sherwood, L. (2019). Introduction to Human Physiology. *Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC*.
- Sugiono, D. K. (2020). *Hubungan tingkat stress dengan internet addiction pada mahasiswa yang menjalani skripsi di universitas bhakti kencana tahun 2020*.
- Suparmini, & Wijayanti, A. T. (2015). Masyarakat Desa dan Kota (Tinjauan Geografis, Sosiologis, dan Historis). *Buku Ajar*, 2–5.

- Suprapti, R. (2022). Disfungsi Kognitif Pada Depresi Oleh : dr. Rini Suprapti, Sp. KJ Rumah Sakit Jiwa Daerah dr. Amino Gondohutomo Semarang. *Jurnal Buletin Kesehatan*, 2(11), 1–43.
- Syalis, E. R., & Nurwati, N. (2020). Analisis Dampak Pernikahan Dini Terhadap Psikologis Remaja. *Jurnal Pekerjaan Sosial*, 3(1), 29–38.
- Tarlemba, F., Asrifuddin, A., & Langi, F. L. F. G. (2018). HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN KECANDUAN SMARTPHONE DENGAN GANGGUAN KUALITAS TIDUR PADA REMAJA DI SMA NEGERI 9 BINSUS MANADO. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 7(5), 1–9. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/22080>
- Thapar, A., Collishaw, S., Pine, D. S., & Thapar, A. K. (2012). Depression in Adolescence. *The Lancet*, 379(9820), 1056–1067. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60871-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60871-4)
- Wijaya, H. E., Putri, S. A. A., Firdausi, Z., & Nabila, N. N. (2021). Pengaruh Religiusitas Terhadap Penggunaan Gawai yang Bermasalah: Peran Kontrol Diri dan Stres Pada Mahasiswa. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(2), 95–111. <https://doi.org/10.32923/psc.v3i2.1933>
- Zamrodah, Y. (2021). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Smartphone dan Kualitas Tidur dengan Kebugaran Jasmani Peserta Didik Kelas VIII DI SMP Negeri 2 Karangpucung Kabupaten Cilacap Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021. 15(2), 1–23.

