Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi **e-ISSN**: 2549-4236, **p-ISSN**: 1411-8939
Lembaga Penellitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
Volume 23(2), Juli 2023, 2038-2044
DOI: 10.33087/jiubj.v23i2.3642

Kecerdasan Emosional dan Kecanduan Internet pada Remaja di SMPN 3 2x11 Kayutanam Padang Pariaman

Sidaria*, Fitra Yeni, Muthmainnah, Mutiara Hariyanto
Fakultas Keperawatan, Universitas Andalas
*Correspondence: sidaria@nrs.unand.ac.id

Abstrak. Penggunaan internet yang tidak terkontrol dan berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif berupa kecanduan internet. Kecanduan internet dapat dialami siapa saja terutama para remaja. Usia remaja berada pada tahap krisis identitas, cenderung memiliki rasa keingintahuan yang sangat tinggi, dan selalu ingin mencoba hal-hal yang baru. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecanduan internet pada remaja yaitu kecerdasan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan kecanduan internet pada remaja di SMPN 3 2x11 Kayutanam Kabupaten Padang Pariaman. Metode penelitian ini menggunakan desain korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah siswa-siswi SMPN 3 2x11 Kayutanam dengan jumlah sampel 110 responden menggunakan teknik *proportional strafied random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah *The Schutte Emotional intelligence Scale* untuk kecerdasan emosional dan *Internet Addiction test* untuk kecanduan internet. Hasil penelitian menunjukkan skor rata-rata kecerdasan emosional adalah 118 merupakan kecerdasan emosional sedang dan skor rata-rata kecanduan internet adalah 42 merupakan kecanduan internet ringan. Hasil analisa bivariat menggunakan uji korelasi pearson menunjukkan nilai p=0.000 dan nilai r = -0.756 yang berarti ada hubungan bermakna antara kecerdasan emosional dan kecanduan internet dengan kekuatan hubungan kuat dengan arah negatif. Yang berarti semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin rendah kecanduan internet.

Kata kunci: kecanduan internet; kecerdasan emosional; remaja

Abstract. *Uncontrolled and excessive use of the internet can have a negative impact in the form of internet addiction. Internet addiction can be experienced by anyone, especially teenagers. Teenagers are at the stage of identity crisis, tend to have a very high curiosity, and always want to try new things. One of the factors that influence internet addiction in adolescents is emotional intelligence. This study aims to determine the relationship between emotional intelligence and internet addiction in adolescents at SMPN 3 2x11 Kayutanam, Padang Pariaman Regency. This research method uses a correlation design with a cross sectional approach. The population in this study were students of SMPN 3 2x11 Kayutanam with a total sample of 110 respondents using the proportional strafied random sampling technique. The measuring tools used are The Schutte Emotional intelligence Scale for emotional intelligence and the Internet Addiction test for internet addiction. The results showed the average score of emotional intelligence was 118 which was moderate emotional intelligence and the average score for internet addiction was 42 which was mild internet addiction. The results of bivariate analysis using the Pearson showed p value = 0.000 and r value = -0.756 which means there is a significant relationship between emotional intelligence and internet addiction with a strong relationship strength in a negative direction. Which means that the higher the emotional intelligence, the lower the internet addiction.*

Keywords: *adolescents; emotional intelligence; internet addiction*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan peralihan dari masa pubertas menuju masa dewasa, selama periode ini remaja banyak merasakan perubahan-perubahan baik secara fisik, psikologis, ataupun sosial (Pieter and Lubis, 2010). Beriringan dengan terjadinya perubahan tersebut remaja akan menghadapi berbagai tantangan baik dari dalam diri maupun dari lingkungan sosial. Pada usia remaja akan merasakan masalah kesehatan yaitu maraknya penggunaan alkohol, perasaan tertekan, tekanan akademis, perilaku seksual pranikah, dan kecanduan internet (Wang *et al.*, 2011). Kecanduan internet dapat dialami siapa saja terutama para remaja. Usia remaja berada pada tahap krisis identitas, cenderung memiliki rasa keingintahuan yang sangat tinggi, dan selalu ingin mencoba hal-hal yang baru (Sarwono, 2018).

Menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia pengguna internet terbanyak di Indonesia adalah remaja dengan rentang usia 14-24 tahun (APJII, 2020). Anak usia sekolah

dengan rentang usia 11-15 tahun mengalami kecanduan internet sebanyak 78,2% (Putri & Priyono, 2021). Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan dari 514 jumlah responden Indonesia sebagian besar termasuk kategori kecanduan dengan persentase 55.35% pada rentang usia kecil dari 22 tahun (Maharani *et al.*, 2018). Penelitian Hakim (2017) juga menyebutkan hampir 80% remaja berusia 10-19 tahun di Indonesia mengalami kecanduan internet. Kecanduan internet atau adiksi internet merupakan perilaku dalam penggunaan jaringan internet secara berlebihan, sehingga mengalami kesulitan untuk mengontrol penggunaan internet yang membuat individu hanya berfokus pada kegiatan di internet sehingga mengenyampingkan aktivitas-aktivitas mereka yang lain. Seseorang dikatakan mengalami kecanduan internet jika ia mengalami kecanduan pada satu kegiatan *online* seperti bermain *game online*, situs pornografi ataupun pada media sosial. Individu yang mengalami kecanduan internet rata-rata menggunakannya selama 40-80 jam/ minggu atau 5,7 jam -11,5 jam/hari (Young & Abreu, 2018; Young & Abreu, 2011).

Penggunaan internet berlebihan yang dialami seseorang juga memiliki dampak negatif bagi penggunanya terkhusus pada remaja yang masih sekolah di tingkat SMP. Remaja belum bisa membedakan hal-hal baik atau buruk dari internet tersebut. Dampak negatif dari penggunaan internet ini ialah adanya penurunan kedisiplinan dalam pembelajaran, munculnya stres serta rasa cemas, sering menunda-nunda pekerjaan, menunda mengerjakan tugas, *insomnia*, dan terganggunya kesehatan mata, dampak dalam hal akademik, hubungan sosial, dan kesejahteraan emosional sehingga harus ada kontrol dalam menggunakan internet (Hakim & Raj, 2019; Goswami & Singh, 2016). Faktor yang menyebabkan kecanduan internet menurut Prasetiya (2014) yaitu internet digunakan untuk pelampiasan diri dari masalah negatif, seperti rasa bersalah, kecemasan, depresi, tersedianya sarana dan prasarana untuk bisa menggunakan internet. Young (dalam Nurunnajmiah, 2019) juga menyebutkan bahwa faktor lain yang dapat meningkatkan angka kecanduan internet ini adalah kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang, jika seseorang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, maka tingkat kecanduan internet akan semakin rendah begitu juga sebaliknya.

Kecerdasan emosional adalah kecerdasan yang melibatkan kemampuan individu dalam memantau dan mengelola emosi diri dan emosi orang lain, serta bagaimana menggunakan emosi dalam penyelesaian masalah (Schutte, Malouff & Bhullar, 2009). Kemampuan dalam mengontrol dan mengelola emosi sangat penting pada masa remaja, jika remaja tidak mampu untuk mengontrol dan mengelola emosi akan terjadi kegagalan dalam mengendalikan perilaku (Mulyodiharjo, 2010). Berdasarkan hasil survey terhadap orang tua dan guru yang dilakukan oleh Goleman ditemukan fakta bahwa generasi di era modern ini lebih banyak mengalami permasalahan emosi dan sosial dibandingkan dengan generasi-generasi sebelumnya, di era modern ini mereka cenderung lebih impulsif, mudah cemas, pemurung, gugup dan agresif (Mashar, 2015). Penelitian yag dilakukan oleh Basaria (2019) menunjukkan sebagian besar remaja yang berada di Pulau Jawa dan Bali memiliki kecerdasan emosi dengan tingkat sedang sebanyak 46% dan kecerdasan emosi dengan tingkat yang rendah sebanyak 26,9% dan penelitian Yunia, Liyanovitasari and Saparwati (2019) kecerdasan emosional remaja masih rendah sebanyak 44,7%.

Hasil wawancara peneliti kepada beberapa guru di SMPN 3 2X11 Kayutanam didapatkan bahwa di sekolah mereka tidak memperbolehkan siswanya menggunakan internet dalam jam pelajaran namun sering mendapati siswanya yang diam-diam membuka *gadget* untuk mengakses internet ketika dalam jam pelajaran sedang berlangsung, muridnya lalai dalam pengerjaan tugas sekolah dan sering telat mengumpulkan tugas. Penelitian ini bertujuan unuk mengeahui hubungan kecerdasan emosional dengan kecanduan internet pada Remaja di SMPN 3 2X11 Kayutanam.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan jenis penelitian korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu berupa variabel bebas (independen) adalah kecerdasan emosional. Sedangkan variabel terikat (dependen) adalah kecanduan internet. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2022 di SMPN 3 2X 11 Kayutanam, Kabupaten Padang Pariaman. Populasi pada penelitian ini adalah remaja di SMPN 3 2x11 Kayutanam dengan total populasi sebanyak 153 orang siswa. Sampel penelitian ini adalah semua siswa/siswi SMPN 3 2x11 Kayutanam Kabupaten Padang Pariaman

yang berjumlah 110 siswa, dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *proportional strafied random sampling.*

Alat ukur yang digunakan adalah *The Schutte Emotional intelligence Scale* untuk kecerdasan emosional dengan jumlah pernyataan 33 yang dibagi menjadi 4 *komponen* antara lain persepsi emosi, mengatur emosi diri sendiri, menangani emosi orang lain dan penggunaan emosi yang dimiliki (Schutte, Malouff & Bhullar, 2009). Penskoringan menggunakan skala Likert 5 poin dengan rentang poin 1 (sangat tidak setuju) sampai dengan poin 5 (sangat setuju). Aturan tingkatan tinggi, sedang dan rendah menggunakan aturan menurut Riwidikso (2013) untuk tingkat rendah (x<mean-SD), sedang (mean-SD≤x≥ mean+SD) dan tingkat tinggi (x>mean+SD). Kuesioner ini telah dilakukan uji validitas konstruk yang berkorelasi secara teoritikal dengan nilai reliabilitas *alpha (α)* 0,879 (Apriani & Listiyandini, 2019). *Internet Addiction test* untuk kecanduan internet dengan jumlah pertanyaan 20. Penskoringan juga menggunakan 5 skala likert yaitu mulai dari 0 (tidak pernah) sampai 5 (selalu). Pada instrument ini memiliki 6 parameter antara lain *salience, excessive use, neglect social life, anticipation, neglect work, lack of self control*. Menurut Young & Abreu (2011) dari semua total skor yang diperoleh dapat dikelompokkan menjadi 4 tingkatan yaitu skor 0-30 adalah tingkat penggunaan yang normal, skor 31-49 adalah kecanduan internet ringan (*mild),* skors 50-79 adalah kecanduan internet sedang *(moderate)* dan skor 80-100 adalah kecanduan internet parah *(severe).* Kuesioner ini telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan koefisien korelasi yang baik dan memiliki nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,895 (Maharani *et al.*, 2018). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat, analisa bivariat dengan menggunakan uji korelasi *pears*on dikarenakan data yang didapatkan berdistribusi normal.

HASIL

Tabel 1
Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, dan Jenis Kelamin Remaja di SMPN 3 2x11 Kayutanam

Karakteristik Responden	f	%
Umur		
a. 12-14 tahun (Remaja awal)	49	44.5
b. 15-17 tahun (Remaja pertengahan)	60	54.5
c. 18-22 tahun (Remaja Akhir)	1	1
	110	100
Jenis Kelamin		
a. Laki-laki	48	43.6
b. Perempuan	62	56.4
Total	110	100

Sumber: data olahan

Tabel 1 dapat diketahui bahwa pada penelitian ini lebih dari setengah responden (54.5%) berada pada tahap perkembangan remaja pertengahan (15-17 tahun), dan sebagian besar responden (56.4%) berjenis kelamin perempuan.

Tabel 2
Nilai Rata-rata Kecerdasan Emosional Remaja di SMPN 3 2x11 Kayutanam Kabupaten Padang Pariaman

Variabel	Mean	SD
Kecerdasan Emosional	118	9.45

Sumber: data olahan

Tabel 2 skor rata-rata kecerdasan emosional remaja SMPN 3 2x11 Kayutanam Kabupaten Padang Pariaman Tahun 2022 adalah 118 dan standar deviasi 9.45. dari nilai rata-rata yang didapatkan menunjukkan bahwa sampel penelitian memiliki kecerdasan emosional sedang. Hasil penelitian ini didukung Jerahu (2014) di Yogyakarta didapatkan hasil tingkat kecerdasan emosional pada remaja yaitu berada pada tingkat sedang dengan skor 104. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Nyiagani dan Kristinawati (2021) di Salatiga didapatkan skor rata-rata kecerdasan emosional remaja dengan tingkat sedang.

Kecerdasan emosional sedang pada siswa dikarenakan kurang mampu mengenali emosi diri sendiri serta tidak mengetahui bagaimana cara mengembangkan kelebihan dan potensi yang dimilikinya. Siswa kesulitan untuk mengontrol emosinya karena kurang mampu mengendalikan emosi negatif dengan berpikir positif sehingga sering meluapkan emosinya kepada orang lain. Siswa juga kesulitan dalam berempati pada orang lain dikarenakan sulit menumbuhkan hubungan saling percaya dengan orang lain (Marsela & Dwidiyanti, 2017). Menurut Lestari (2019) emosi yang berada pada tingkatan sedang pada remaja pada usia sekolah dimana karakter emosi mulai meningkat, remaja dapat melihat fenomena yang sering terjadi di masyarakat yang seringkali menunjukkan adanya kontradiksi dengan nilai-nilai moral yang

mereka ketahui, tidak jarang remaja mulai meragukan apa yang disebut baik dan buruk.

Kecerdasan emosional sama pentingnya dengan kecerdasan intelektual untuk sebuah keberhasilan dalam aspek akademik, profesional, sosial dan interpersonal. Kecerdasan emosional merujuk pada kemampuan mengenali perasaan diri sendiri, perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dan mampu menggunakan emosionalnya untuk bisa meningkatkan motivasi diri sendiri dan bisa berinteraksi secara positif dengan orang lain (Goleman, 2001; Goleman, 2002). Penelitian bidang psikologi telah membuktikan bahwa remaja yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan lebih memiliki kepercayaan diri yang tinggi, lebih merasa bahagia, dan sukses di sekolah dan mampu menguasai emosinya, dapat menjalin hubungan baik dengan orang lain, mampu mengelola stres, dan memiliki kesehatan mental yang baik. Orang dengan kecerdasan emosional yang rendah akan lebih rentan untuk meninggalkan kegiatan atau tugas sehari-hari mereka, terkait dengan belajar, bekerja, dan berinteraksi dengan orang lain (Waekuejik, 2019; Mizera, Jastrzębska, *et al.*, 2019).

Masa remaja merupakan masa yang paling mudah dipengaruhi oleh lingkungan. Oleh karena ini diperlukan upaya untuk mencegah remaja agar tidak berperilaku yang dapat merugikan dirinya sendiri dan orang lain yang disebabkan oleh rendahnya kecerdasan emosional pada remaja, seperti perilaku dalam penggunaan internet (Hurlock, 2011). Meningkatkan kecerdasan emosional dapat dilakukan dengan beberapa cara seperti *peer counseling*, dan diskusi kelompok. Penelitian Atika dan Kamaruzzaman (2015) menunjukkan bahwa *peer counseling* efektif meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Penelitian Fajrillah (2019) menunjukkan teknik diskusi kelompok dapat meningkatkan kecerdasan emosional Siswa di MTsN 2 Banda Aceh.

Tabel 3
Distribusi Kecanduan Internet pada Remaja di SMPN 3 2x11 Kayutanam Padang Pariaman

Variabel	Mean	SD
Kecanduan Internet	42	13.37

Sumber: data olahan

Tabel 3 skor rata-rata kecanduan internet pada remaja SMPN 3 2x11 Kayutanam Kabupaten Padang Pariaman Tahun 2022 adalah 42 dan standar deviasi 13.37. Nilai rata-rata yang didapatkan menunjukkan bahwa sampel penelitian rata-rata memiliki kecanduan internet ringan. Hasil penelitian ini didukung nelitian yang dilakukan oleh Maharani *et al*., (2018) yang dilakukan pada 514 responden, didapatkan remaja memiliki rata-rata nilai kecanduan internet yaitu 41.40 yang termasuk kecanduan ringan.

Dikemukakan Young & Abreu (2018) dimana ketika seseorang memiliki pengendalian diri yang rendah dalam mengontrol penggunaan internet yang nantinya akan menyebabkan kegagalan dalam mengurangi maupun menghentikan penggunaan internet. Kecanduan internet yang terjadi pada remaja sebaiknya dicegah dengan menghindari penggunaan internet > 3 jam/hari (Kurniasanti *et al*., 2019). Seseorang yang mengalami kecanduan internet ringan sudah merasakan gangguan dalam kemampuan berkonsentrasi, dimana konsentrasi mereka terhadap pelajaran mulai berkurang. Apabila kondisi ini dibiarkan begitu saja maka akan dapat meningkatkan kecanduan internet remaja kepada tingkat yang lebih tinggi (Novianty et al., 2019). Dampak umum kecanduan internet yaitu perasaan bahwa bermain internet lebih penting daripada sekolah, menjadi malas bergerak dan tidak bisa mengatur waktu, gangguan kesehatan fisik, perasaan sulit untuk menjauh dari Internet; dan kesulitan berinteraksi sosial di dunia nyata, yang kemudian menimbulkan sikap bermusuhan akibat kurangnya kemampuan untuk mengendalikan emosi (Suryani, Sriati & Septiani, 2020).

Masya dan Candra (2016) melaporkan bahwa terdapat faktor internal dan eksternal yang menjadi penyebab seorang remaja menjadi kecanduan. Faktor internal adalah kebosanan di rumah, ketidakmampuan untuk menetapkan prioritas dalam hidup, dan kurangnya pengendalian diri. Faktor eksternal kurang terkontrol lingkungan karena melihat teman lain juga bermain internet, kurang bersosialisasi dengan baik hubungan, dan harapan orang tua yang tinggi yang dibebankan pada anak. Upaya menangani kecanduan internet pada remaja perlu peranan penting tenaga kesehatan, guru dan keluarga melalui berbagai tindakan antara lain membantu remaja mengendalikan penggunaan internet misal dengan mengatur waktu

penggunaan internet, mengedukasi berbagai dampak penggunaan internet yang berlebihan baik terhadap pendidikan, kesehatan, hubungan sosial dan ekonomi, mengalihkan kepada aktifitas positif seperti berolahraga, melakukan hobi dan rekreasi, melakukan bimbingan dan konseling (Utami & Nurhayati, 2019).

Tabel 4
Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kecanduan Internet Remaja di SMPN 3 2x11 Kayutanam

Variabel	P *value*	r	R^2
Kecanduan Internet	0.000	-	0.57
Kecerdasan Emosional		0.756	

Sumber: data olahan

Tabel 4 dapat dilihat bahwa nilai p *(value)*= 0.000 artinya terdapat hubungan yang bermakna antara kecerdasan emosional dengan kecanduan internet pada remaja di SMPN 3 2x11 Kayutanam. Nilai koefisien korelasi (r) yang diperoleh sebesar -0.756 menunjukkan kekuatan hubungan kuat dengan arah negatif. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin rendah kecanduan internet. Nilai koefisien determinan (R^2) = 0.57 yang artinya kecerdasan emosional berkontribusi sebesar 57% terhadap kecanduan internet pada remaja di SMPN 3 2x11 Kayutanam, Kabupaten Padang Pariaman. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Elvinawanty dan Manurung (2019) yang hasil penelitiannya menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara kecerdasan emosional dengan kecanduan internet. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Saraiva *et al.*, 2018) pada remaja di portugis ada hubungan yang bermakna antara variabel kecerdasan emosional dengan variabel kecanduan internet.

Internet mampu membuat seseorang merasa bahagia maupun senang. Internet dapat mengalihkan emosi negatif (takut, sedih, kecewa, gelisah, bersalah dll) menjadi emosi positif (bahagia, cinta, harapan, keyakinan dll). Jadi untuk mengalihkan emosi negatif itu seseorang akan menggunakan internet untuk mengalihkan emosi negatif yang dirasakan. Namun jika tidak mampu memanfaatkan dan menggunakannya dengan baik, maka emosi positif yang dapat ditimbulkan dari penggunaan internet ini akan dengan mudah menghasilkan ketidakseimbangan yang mengarah pada penyalahgunaan sehingga mengalami kecanduan internet (Quaglieri et al., 2022). Individu yang tidak mampu menangani ataupun mengenali emosi akan merasa tertekan karena sulit untuk mengungkapkan perasaan yang dirasakan kepada orang lain, sehingga individu tidak memperoleh bantuan dari orang lain dimana hal ini tidak mengembangkan kemampuan interpersonal yang baik dan akhirnya meluapkan semua perasaan yang dirasakan dengan internet (Mizera, Jastrzebska, *et al.*, 2019). Kecerdasan emosional yang dimiliki remaja di SMPN 3 2x11 Kayutanam berada pada tingkatan sedang sehingga remaja perlu meningkatkan kecerdasan emosional untuk mencegah dan mengurangi kecanduan internet. Kun dan Demetrovics (2010) menyatakan kecerdasan emosional memiliki peranan penting dalam perilaku kecanduan salah satunya kecanduan internet. Menurut Hastuti, L.Tobing dan Novianti (2020) kecerdasan emosional juga berguna untuk mengenali, memahami, mengatur, menggunakan emosi secara baik sehingga dapat membedakan baik buruk suatu kegiatan ataupun tindakan, tidak berlebihan dalam kesenangan, mampu mengatur suasana hati, dan kemampuan menyelesaikan konflik.

SIMPULAN

Kecerdasan emosional remaja di SMPN 3 2x11 Kayutanam Kabupaten Padang Pariaman berada pada kategori sedang, kecanduan internet berada pada kategori ringan. Dimana dua variabel ini memiliki hubungan yang kuat dan arah yang negatif yang berarti semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki remaja makan kecanduan internet akan berkurang.

DAFTAR PUSTAKA

APJII, 2020, *APJII Buletin: Survei Pengguna Internet APJII 2019-Q2 2020.*

Apriani, F. and Listiyandini, R.A. 2019, Kecerdasan Emosi sebagai Prediktor Resiliensi Psikologis pada Remaja di Panti Asuhan, *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), 325–339.

Atika, A. and Kamaruzzaman, 2015, Melalui peer counseling pada Siswa Kelas X SMA Negeri 10 Pontianak, *Jurnal Pendidikan Sosial*, 2(2), 121–130.

Basaria, D. 2019, Gambaran Kecerdasan Emosi pada Remaja di Pulau Jawa dan Bali, *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(1)

Elvinawanty, R. and Manurung, Y.S. 2019, Kecanduan Internet Ditinjau dari Kecerdasan Emosional Remaja di

Warung Internet Kelurahan Sekip Medan Internet Addiction Judging from Emotional Intelligence of Youth in Warnet Sekip Medan Village, 2(1), 47–54

Fajrillah, P. 2019, *Meningkatkan kecerdasan emosional siswa melalui teknik diskusi kelompok di MTsN 2 Banda Aceh*. UIN Ar-Raniry Fakultas Tarbiyah dan Keguruan.

Goleman, D. 2001, *Kecerdasan emosional untuk mencapai puncak prestasi*. Jakarta: PT. Gramedia.

Goleman, D. 2002, *Emotional intelligence: kecerdasan emosional, mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta: P.T Gramedia Pustaka Utama.

Goswami, V. and Singh, D.R. 2016, Internet Addiction among Adolescents: A Review of the Research', *International Journal of Indian Psychology*, 3(3).

Hakim, S.N. and Raj, A.A. 2019, Dampak Kecanduan Internet (Internet Addiction) pada Remaja, 280–284.

Hastuti, T.S., L.Tobing, D. and Novianti, E. 2020, Hubungan Perilaku Kecanduan Game Online Dengan Kecerdasan Emosional Remaja Di SMA Sejahtera 1 Depok, *Journal Press*,

Hurlock, E., 2011, *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

Jerahu, I. 2014, Tingkat Kcerdasan Emosi Siswa SMP dan Implikasinya Terhadap Penyusunan Program Bimbingan Kelompok. Universitas Sanata Dharma.

Kun, B. and Demetrovics, Z. 2010, Emotional intelligence and addictions: a systematic review., *Substance use & misuse*, 45(7–8), 1131–1160.

Kurniasanti, K.S. *et al*. 2019, Internet Addiction: A New Addiction?, *Medical Journal of Indonesia*, 28(1), 82–91.

Lestari, D.P., Sofah, R. and Putri, R.M. 2019, Tingkat Kecerdasan Emosi Peserta Didik Kelas XI di SMA N 15 Palembang, *Konseling Komprehensif*

Maharani, D.A. *et al.* 2018, Mengujikan Internet Addiction Test (IAT) ke Responden Indonesia,

Marsela, P.A. and Dwidiyanti, M. 2017, Gambaran Tingkat Kecerdasan Emosi Mahasiswa Bidikmisi di Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, *Jurnal Jurusan Keperawatan*, 1–7.

Mashar, R. 2015, *Emosi anak usia dini dan strategi pengembangannya*. Jakarta: Kencana.

Masya, H. and Candra, D.A. 2016, Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016, *Konseli : Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 103–118.

Mizera, S., Jastrzębska, K., *et al.* 2019, The Relation Between Emotional Intelligence and Internet Addiction in Katowice High School Students. *Psychiatria Danubina*, 31(Suppl 3), 568–573.

Mizera, S., Jastrzebska, K., *et al.* 2019, The Relation Betweet Emotional Intelligence and Internet Addiction in Katowice HIgh School Students, *Psychiatria Danubina*, 31.

Mulyodiharjo, S. 2010, *The Power of Communication*. Jakarta: Gramedia.

Novianty, D.D., Sriati, A. and Yamin, A. 2019, Gambaran Penggunaan Dan Tingkat Kecanduan Internet Pada Siswa-Siswi Sma X di Jatinangor, *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 5(2), 76–87

Nurunnajmiah, P.A. 2019, Hubungan Antara Emotional Intelliegence dengan Kecanduan Internet pada Mahasiswa Pengguna Whatsapp dan Instagram.

Nyiagani, P.W. and Kristinawati, W. 2021, Kecerdasan Emosi dengan Resiliensi Berdasarkan Jenis Kelamin pada Remaja di Panti Asuhan, *Philanthropy: Journal of Psychology*, 5(2), 295.

Pieter, H.Z. and Lubis, N.L. 2010, *Pengantar Psikologi dalam Keperawatan*. Jakarta: Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Prasetiya, E.C. 2014, Fenomena Internet Addiction pada Mahasiswa. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.

Putri, T.H. and Priyono, D. 2021, Kecanduan Internet pada Anak Sekolah Selama Pandemi Covid-19, *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(4), 745–752.

Riwidikso, H. 2018, *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Rohima Press.

Saraiva, J. *et al.* 2018, The Relationship

Between Emotional Intelligence and Internet Addiction Among Youth and Adults, *Journal of Addictions Nursing*, 29(1), 13–22.

Sarwono, S.W. 2018, *Psikologi Remaja*, Depok : Rajawali Pers.

Schutte, N.S., Malouff, J.M. and Bhullar, N. 2009, The Assessing Emotions Scale.

Suryani, S., Sriati, A. and Septiani, N. 2020, Lived experiences of adolescents with internet addiction', *Nurse Media Journal of Nursing*, 10(2), 158–170.

Utami, T.W. and Nurhayati, F. 2019, Kecanduan Internet Berhubungan Dengan Interaksi Sosial Remaja', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 33.

Waekuejik, W. 2019, Pengaruh kecerdasan emosi terhadap kecanduan penggunaan internet pada siswa-siswi di sekolah Wittaya Islam Mulniti Pattani Thailand. UIN Maulana Malik Ibrahim.

Wang, H. *et al.* 2011, Problematic internet use in high school students in Guangdong Province, China, *PLoS ONE*, 6(5).

Young, K.S. and Abreu, C. 2011, *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. Hoboken, New Jersey: Hoboken, New Jersey : Wiley.

Young, K.S. and Abreu, C.N. 2018, *Internet Addiction in Children and Adolescents*, in. New York: Springer International Publishing.

Yunia, S.A.P., Liyanovitasari and Saparwati, M. 2019, Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Kenakalan Remaja Pada Siswa, *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(1), 55–64