HUBUNGAN ANTARA *SCREEN TIME* PADA PERANGKAT HARIAN DENGAN KEMAMPUAN *EMOTIONAL INTELLIGENCE* PADA REMAJA

PROPOSAL SKRIPSI

UNIVERSITAS TRISAKTI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Mencapai Derajat Sarjana Kedokteran

SYAHGITA ZAKI GHIFFARI

NIM: 030002200150

UNIVERSITAS TRISAKTI

FAKULTAS KEDOKTERAN

JAKARTA, JULI 2025

Bidang Ilmu : Komunitas

PROPOSAL SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *SCREEN TIME* PADA PERANGKAT HARIAN DENGAN KEMAMPUAN *EMOTIONAL INTELLIGENCE* PADA REMAJA

UNIVERSITAS TRISAKTI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Kedokteran

SYAHGITA ZAKI GHIFFARI
NIM: 030002200150

PROGRAM PENDIDIKAN SARJANA KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERITAS TRISAKTI
JAKARTA, JUNI 2025

PERSETUJUAN

Proposal Skripsi

Judul:

HUBUNGAN ANTARA *SCREEN TIME* PADA PERANGKAT HARIAN DENGAN KEMAMPUAN *EMOTIONAL INTELLIGENCE* PADA REMAJA

Syahgita Zaki Ghiffari

NIM: 030002200150

Telah disetujui untuk diuji di hadapan

Tim Penguji Proposal Skripsi

Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti

Pada 3, Juli 2025

Pembimbing

Dr. dr. Yenny, Sp. FK

NIK : 2613/USAKTI

PENGESAHAN SKRIPSI

Judul:

HUBUNGAN ANTARA *SCREEN TIME* PADA PERANGKAT HARIAN DENGAN KEMAMPUAN *EMOTIONAL INTELLIGENCE* PADA REMAJA

Nama mahasiswa: Syahgita Zaki Ghiffari
NIM 030002200150

Telah diuji dan disahkan di hadapan **Dewan Penguji Skripsi**
Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti

Pada Hari ..... , Tanggal ..... 20....

Ketua Penguji

Nama : ....

NIK : .....

Anggota Penguji I

Nama : ……. .....

NIK :.....

Anggota Penguji II

Nama : ....

NIK : .....

Jakarta, ...20....

Dekan

Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti

Dr.dr.Yenny,Sp.FK.

NIK:2613/USAKTI

PERNYATAAN KEASLIAN PROPOSAL SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Syahgita Zaki Ghiffari
NIM	: 030002200150
Program Studi	: Pendidikan Dokter
Alamat Korespondensi	: Jl. Perkutut No 1A, Bukit Duri, Jakarta
Telepon / mobile	: 08111903939
E-mail	: 030002200150@std.trisakti.ac.id
Judul skripsi	: Hubungan *Screen Time* Pada Perangkat Harian dengan Kemampuan *Emotional Intelligence* Pada Remaja

Dengan ini menyatakan bahwa proposal skripsi yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya ilmiah saya sendiri. Proposal skripsi ini belum pernah diajukan sebagai suatu karya ilmiah untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diteritkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan proposal skripsi ini merupakan hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan SK Permendiknas No.17 tahun 2010 tentang pencegahan dan penanggulangan plagiat di perguruan tinggi.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya, agar dapat dimanfaatkan sebagaimana mestinya.

Jakarta, ... 2025

Syahgita Zaki Ghiffari

030002200150

DAFTAR ISI

PROPOSAL SKRIPSI ..... **ii**
PERSETUJUAN ..... **iii**
Judul: ..... **iii**
Tim Penguji Proposal Skripsi ..... **iii**
PENGESAHAN SKRIPSI ..... **iv**
PERNYATAAN KEASLIAN PROPOSAL SKRIPSI ..... **v**
DAFTAR ISI ..... **vi**
DAFTAR TABEL ..... **viii**
DAFTAR GAMBAR ..... **ix**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **x**
DAFTAR ARTI SINGKATAN ..... **xi**
BAB I **1**
PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar belakang 1
1.2 Perumusan masalah 2
1.3 Tujuan 3
1.3.1 Tujuan umum 3
1.3.2 Tujuan khusus 3
1.4 Hipotesis 3
1.5 Manfaat 3
BAB II **4**
TINJAUAN, RINGKASAN PUSTAKA, KERANGKA TEORI **4**
2.1 Tinjauan pustaka 4
2.1.1 Emotional intelligence (EI) pada remaja 4
2.1.1.1 Definisi emotional intelligence (EI) pada remaja 4
2.1.1.2 Faktor faktor yang mempengengaruhi emotional intelligence (EI) pada remaja 4
2.1.1.2.1 Screen time 4
2.1.1.2.2 Jenis kelamin 5
2.1.1.2.3 Usia 5
2.1.1.2.4 Keluarga 6
2.1.1.2.5 Budaya 7

2.1.1.2.6 Status sosioekonomi 7
2.1.2 *Screen time* pada perangkat harian 8
2.1.3 Hubungan antara screen time pada perangkat dengan kemampuan emotional intelligence (EI) pada remaja 9
2.2 Ringkasan pustaka 11
2.3 Kerangka teori 13
BAB III 14
KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL 14
3.1 Kerangka Konsep 14
3.2. Variabel penelitian 14
3.2.1 Variabel bebas 14
3.2.2. Variabel tergantung 14
3.3 Definisi operasional 15
Tabel 2. Definisi operasional karakteristik, variable bebas, variable tergantung 15
BAB IV 17
METODE 17
4.1 Desain 17
4.2 Lokasi dan waktu 17
4.3 Populasi dan subjek 17
4.3.1 Populasi 17
4.3.1.2 Populasi terjangkau 17
4.3.1.3 Subjek 17
4.3.1.3.1 Kriteria pemilihan subjek 17
4.3.1.3.2 Perhitungan jumlah subjek 18
4.4 Bahan dan instrument 20
4.5 Analisis statistik 21
4.6 Alur kerja penelitian 22
4.7 Etika penelitian 22
4.8 Penjadwalan penelitian 22
DAFTAR PUSTAKA 24
Lampiran 28

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Ringkasan pustaka..... 11
Tabel 2. Definisi operasional karakteristik, variable bebas, variable tergantung . 15
Tabel 3. Penjadwalan pelaksanaan penelitian..... 22

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka teori 13
Gambar 2. Kerangka konsep 14
Gambar 3. Alur kerja 22

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabel Distribusi karakteristik subjek studi (n= …) 28
Lampiran 2. Hubungan karakteristik sosiodemografik, *screen time* pada perangkat harian , dan *emotional intelligence* pada remaja (n= …) 29
Lampiran 3. *Informed Consent* 30
Lampiran 4. Formulir Persetujuan 31
Lampiran 5. Formulir Pengumpulan Data 32
Lampiran 6. KUISIONER TIEQue-SF Versi Indonesia……34

DAFTAR ARTI SINGKATAN

EI : *Emotional Intelligence*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Emotional intelligence (EI) adalah sebuah kemampuan untuk menerima, mengekspresikan, memahami, dan mengatur emosi [(1)]. Kemampuan ini sudah ada semenjak masa kanak-kanak dan berkembang seiring dengan bertambahnya usia seseorang.[(2)] Pada masa remaja, EI memiliki hubungan dengan segala aspek dari perkembangan diri.[(3)] EI dapat menentukan performa dan kesuksesan akademik [(4–6)], kesejahteraan psikologis [(7)], stress [(8)], kepribadian [(9)], motivasi [(10)], serta gaya hidup yang sehat.[(11)] Seorang remaja yang memiliki tingkat EI yang tinggi diperoleh dapat membangun hubungan sosial yang lebih baik dibandingkan dengan yang memiliki tingkat EI yang rendah. Selain itu, remaja yang memiliki tingkat EI di atas rata-rata dapat mengurangi stres terhadap masalah yang mereka hadapi [(3)], sehingga hal ini juga akan berdampak positif kepada kesejahteraan diri dan kualitas hidup mereka.

Sebuah studi yang dilakukan di Sri Lanka oleh Lankashini *et al.* menemukan hanya sekitar 49,4% remaja yang memiliki kemampuan EI yang baik [(12)], sedangkan di Indonesia sendiri hanya 26,9% remaja di Jawa dan Bali yang memiliki tingkat EI yang tinggi.[(13)] Berdasarkan prevalensi tersebut, masih terdapat cukup banyak jumlah remaja yang belum memiliki tingkat EI yang memadai, hal ini tentu saja menjadi kekhawatiran sendiri karena bisa membawa pengaruh buruk bagi masa depan para remaja tersebut. Berdasarkan penelitian, remaja yang memiliki tingkat EI yang rendah cenderung menampilkan perlakuan yang buruk dan dapat memperburuk kesehatan mental serta depresi yang berujung pada penyimpangan perilaku.[(3)]

Proses perkembanganya EI dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain adalah jenis kelamin [(14, 15)], usia [(16, 17)], keluarga [(18, 19)], budaya [(20)], status sosioekonomi [(21)], dan *screen time*.[(22)]

World Health Organization (WHO) mendefinisikan *screen time* sebagai jumlah waktu yang dihabiskan seseorang untuk berinteraksi dengan layar, terutama untuk tujuan pasif terkait hiburan.[23] Seiring dengan perkembangan digital serta penggunaan perangkat dalam kehidupan sehari-hari, *American Academy of Pediatrics* membuat sebuah pernyataan kebijakan untuk para remaja menggunakan *screen time* tidak lebih dari 2 jam dalam sehari.[24] Hal ini didukung oleh beberapa studi yang menemukan korelasi antara *screen time* dengan EI. Studi yang dilakukan oleh Aranda L *et al*. menemukan bahwa penggunaan perangkat, dalam hal ini adiksi untuk menggunakan perangkat berhubungan dengan EI.[25] Studi lain yang dilakukan oleh Nugroho *et al.* juga menemukan hubungan antara *screen time* dan EI, pada penelitian tersebut ditemukan bahwa semakin tinggi *screen time* seseorang, semakin rendah tingkat EI nya.[22] Selain EI, penggunaan screen time yang eksesif ditemukan juga berhubungan dengan kesehatan mental [26], depresi [27], bahkan juga bisa mucul pemikiran untuk bunuh diri.[28]

Berbeda dengan temuan pada studi sebelumnya, studi yang dilakukan oleh Marchamah *et al.* tidak menemukan adanya hubungan antara screen time dengan EI pada remaja.[29] Temuan ini didukung oleh penelitian oleh Nabi R, *et al.* yang tidak menemukan hubungan antara EI dengan paparan perangkat jenis apa pun.[30] Perbedaan hasil studi dalam berbagai penelitian tersebut mengindikasikan adanya celah inkonsistensi yang harus diisi. Menggabungkan antara EI dan *screen time* sebagai variabel dalam penelitian ini dapat membuka tabir baru tentang korelasi antar keduanya. Pemahaman yang lebih mendalam tentang hubungan ini penting karena dapat membantu para orang tua dalam mendidik serta mendukung tumbuh kembang anak, termasuk di dalamnya adalah pencapaian akademik. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih komprehensif terkait hubungan antara EI dan *screen time* dan efeknya kepada remaja.

1.2 Perumusan masalah

Apakah terdapat hubungan antara *screen time* pada perangkat dengan kemampuan *emotional intelligence* (EI) pada remaja?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mendukung upaya peningkatan dan perkembangan psikososial remaja dengan menentukan hubungan *screen time* pada perangkat harian dengan tingkat *emotional intelligence* pada remaja.

1.3.2 Tujuan khusus

- Untuk menentukan proporsi usia, jenis kelamin, perangkat yang digunakan, waktu *screen time* dan *emotional intelligence* (EI),
- Untuk menentukan hubungan *screen time* pada perangkat, dengan *emotional intelligence* (EI) pada remaja

1.4 Hipotesis

- Terdapat hubungan antara *screen time* pada perangkat dengan *emotional intelligence* (EI) pada remaja.

1.5 Manfaat

- Bagi pengembangan ilmu pengetahuan

  Menambah wawasan dan pemahaman mengenai hubungan antara *screen time* pada perangkat dengan emotional intelligence pada remaja serta membuka peluang untuk penelitian lebih lanjut dengan menjadi referensi lanjutan di bidang pengembangan dan emosional anak.
- Bagi profesi/institusi

  Hasil penelitian ini dapat menjadi panduan bagi para pendidik dan praktisi dalam merancang program atau intervensi yang lebih efektif dalam mendukung *emotional intelligence* (EI) remaja.
- Bagi masyarakat

  Penelitian ini dapat menjadi sumber referensi masyarakat terutama orang tua untuk dapat lebih memahami peran mereka dalam membimbing anaknya agar dapat mengembangkan kemampuan *emotional intelligence* (EI).

BAB II

TINJAUAN, RINGKASAN PUSTAKA, KERANGKA TEORI

2.1 Tinjauan pustaka

2.1.1 Emotional intelligence (EI) pada remaja

2.1.1.1 Definisi emotional intelligence (EI) pada remaja

Emotional intelligence (EI) adalah sebuah kemampuan untuk menerima, mengekspresikan, memahami, dan mengatur emosi.[1] Kemampuan emotional *intelligence* (EI) pada saat remaja berhubungan dengan segala aspek perkembangannya.[3] Studi oleh Frolove *et al.* mengungkapkan bahwa fase remaja adalah fase yang paling sensitif terhadap perkembangan *emotional intelligence* (EI), karena pada fase ini intelektualisasi dari semua proses mental muncul, yaitu ketika emosi bisa menjadi pengetahuan dan sebaliknya. Proses ini dapat terjadi karena terdapat interaksi yang terkoordinasi antara belahan otak bagian kanan dan kiri.[31]

2.1.1.2 Faktor faktor yang mempengengaruhi emotional intelligence (EI) pada remaja

Terdapat berbagai faktor yang dapat mempengaruhi *emotional intelligence* (EI) pada remaja seperti:

2.1.1.2.1 Screen time

Seorang remaja terutama pada masa digital seperti sekarang tumbuh dikelilingi oleh berbagai perangkat elektronik. Penggunaanya pada kehidupan sehari-hari memberikan dampak terhadap peningkatan *screen time* yang berlebih. Penggunaan s*creen time* yang berlebih ditemukan memiliki korelasi dengan *emotional intelligence* (EI) pada remaja. Nugroho J *et al.* lewat penelitiannya menemukan hubungan ini dengan mengujinya dan mendapatkan nilai sebesar ($p < 0.01$; $r = 0.97$). [22] Studi lain juga turut menemukan hubungan yang erat antara permasalahan penggunaan internet, seperti penggunaan perangkat *smartphone*, penggunaan sosial media, dan permainan gim, yang secara tidak langsung

mengindikasikan penambahan penggunaan *screen time* dengan diregulasi emosional pada remaja.(32)

Screen time yang berlebih dapat berefek kepada perkembangan otak dan peningkatkan risiko gangguan emosional pada remaja dengan menganggu perhatian dan konsentrasi, pembelajaran dan memori, regulasi emosional dan fungsi sosial.(33) Hasil ini menunjukkan bahwa *screen time* menjadi sebuah faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan *emotional intelligence* (EI) pada remaja.

2.1.1.2.2 Jenis kelamin

Salah satu faktor lain yang memiliki peran terhadap EI pada remaja adalah jenis kelamin. Perempuan dan laki-laki ditemukan memiliki tingkat EI yang berbeda. Melalui penelitian yang dilakukan di Italia oleh D'Amico *et al.* diperoleh bahwasanya perempuan mendapatkan nilai EI yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Penelitian ini juga menemukan perbedaan ini terjadi lebih besar pada saat masa remaja dibandingkan dengan masa pra-remaja, mempertegas pentingnya masa remaja terhadap perkembandan EI.(14)

Penelitian lain dilakukan kepada 210 pemimpin akademik perempuan dan laki-laki di Ethiopia, diperoleh bahwa perempuan mencetak nilai EI lebih tinggi dibandingkan dengan para laki-laki. Disparitas dalam EI antara perempuan dan laki-laki bisa terjadi karena perbedaan proses sosialisasi. Perempuan lebih didorong untuk berani mengekspresikan persaannya, menjadi lebih empati, dan bekerja sama sedangkan laki-laki diharapkan menjadi tegas, kompetitif, serta otonomi.(15) Berdasarkan hasill empiris dari penelitian-penelitian tersebut, secara garis besar dapat disimpulkan bahwasanya perempuan memiliki kemampuan EI yang lebih baik dibandingkan dengan laki-laki.

2.1.1.2.3 Usia

Semakin bertambah usia seseorang, semakin bertambah juga pengalaman yang sudah mereka lewati. Tingkat kesadaran diri dari orang yang berusia lebih tua serta pembelajaran dari interaksi sosial dengan sesama individu yang sudah di alami menjadikan mereka lebih baik dibandingkan orang yang berusia lebih muda. Hal-

hal tersebut adalah alasan mengapa usia menjadi faktor dari perkembangan EI para remaja.[34] Berdasarkan penelitian, umur ditemukan memiliki hubungan yang erat dengan EI, yang mengindikasikan seiring dengan bertambahnya umur, kemampuan EI juga akan mengalami peningkatan.[2] Pemuan pada penelitian lain turut mendukung hal tersebut, studi oleh Budler *et al*. yang dilakukan pada mahasiswa keperawatan di Slovenia, menemukan bahwa EI pada pada para mahasiswa tersebut berganti seiring dengan waktu, yaitu lama dari durasi akademik yang sudah mereka jalani dan usia. Merujuk pada hasil dari berbagai penelitian tersebut, hal ini mengindikasikan bahwa usia menjadi salah satu faktor yang turut berperan dalam perkembangan EI pada remaja. [35]

2.1.1.2.4 Keluarga

Keluarga telah menjadi bagian yang penting dalam kehidupan bersosial, mereka menjadi medium interaksi pertama bagi anak dengan individu lain. Proses interaksi ini dimulai sejak anak dilahirkan dan berlanjut selama sepanjang kehidupannya. Salah satu temuan penting dalam studi yang dilakukan oleh Martin A et al. adalah kapabilitas dari sistem keluarga untuk memenuhi kebutuhan selama fase terutama pada masa perkembangan atau sering disebut dengan *family function*,[36] berhubungan erat dengan EI. Hasil dari studi ini juga menekankan bahwa keluarga menjadi penting terhadap perkembangan emosional pada remaja.[18]

Studi lain oleh Liu Z *et al*. mendapatkan bahwa gaya pengasuhan oleh orang tua juga memiliki korelasi yang signifikan dengan EI. Penelitian tersebut membuat sebuah kesimpulan dimana kehangatan emosional yang diberikan oleh ayah dan ibu berdampak kepada EI pada anak.[19] Ketika orang tua berhasil memberikan dukungan emosional yang baik kepada anak, perkembangan EI juga diharapkan menjadi lebih baik sehingga bisa mendapatkan banyak keuntungan selama fase remaja. Berdasar kepada hasil-hasil penelitian tersebut, dapat dinyatakan bahwa faktor keluarga memberikan peran terhadap perkembangan EI pada remaja.

2.1.1.2.5 Budaya

EI dapat dipelajari melalui edukasi formal ataupun praktik budaya.[20] Konteks budaya ini termasuk berbagai macam faktor, seperti norma sosial, kepercayaan religius, variasi bahasa dan praktik tradisi, dan semua yang membentuk kognitif, emosional, serta pengalaman perilaku dari remaja.[37]

Norma sosial mempengaruhi persepsi remaja akan dirinya sendiri dan orang lain, membentuk kesadaran emosional mereka. Bahasa dapat mempengaruhi identitas budaya, koneksi sosial, dan perkembangan kognitif. Kemampuan remaja dalam bahasa asli mereka berefek kepada kapasitas mereka untuk mengkomunikasikan perasaan, membuat hubungan sosial, dan menangani permasalah dengan orang lain, dimana semua hal tersebut mempengaruhi perkembangan EI. Perayaan budaya memungkinkan remaja untuk bersatu, mengekspresikan diri mereka secara emosional dan berbangga atas budaya mereka. Ritual tradisi ini mengembangkan karakteristik seperti ketangguhan, kasih saying, dan semangat komunitas pada remaja yang kemudian dapat meningkatkan EI mereka.[37] Proses-proses tersebut menjadikan budaya sebagai faktor penting yang menentukan EI pada remaja.

2.1.1.2.6 Status sosioekonomi

Status sosioekonomi (SES) adalah hal yang kompleks dan memiliki konstruksi multidimesional, yang meliputi karakteristik objektif yang independen seperti pendapatan atau edukasi, dan penilaian subjektif orang terhadap posisi mereka di dalam spektrum sosioekonomi.[38] Dalam definisi yang lebih sederhana, SES merepresentasikan kepemilikan secara normatif sumber daya sosial dan ekonomi yang berharga.[39]

Berdasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Schmalor *et al.* SES ditemukan memiliki hubungan dengan EI, dimana ketidakadilan ekonomi subjektif mengurangi EI terutama pada meraka yang melihat dirinya lebih tinggi dalam tingkatan hierarki sosial.[21] Penelitian lain yang dikerjakan oleh Liu Z *et al.* dilakukan dengan membandingkan antara sekolah yang berada di kota dan desa di China, hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa tingkat SES dan EI dari murid

yang berada di desa lebih rendah ketika dibandingkan dengan yang berada di kota.[19] Studi tersebut memberikan bukti kuat tentang hubungan antara SES dan EI pada remaja.

2.1.2 *Screen time* pada perangkat harian

World Health Organization mendefinisikan *screen time* sebagai jumlah waktu yang dihabiskan seseorang untuk berinteraksi dengan layar, terutama untuk tujuan pasif terkait hiburan.[23] Bersamaan dengan perkembangan teknologi yang kian melesat, penggunaan dari perangkat sehari-hari sebagai penunjang kehidupan mengalami lonjakan yang signifikan. Lonjakan ini scara tidak langsung juga berdampak kepada penggunaan screen time yang berlebih. *American Academy of Pediatrics* dalam upaya menanggulangi hal tersebut memberikan rekomendasi bahwa sebaiknya penggunaan perangkat dibatasi tidak lebih dari 2 jam dalam satu hari terutama untuk para remaja.[24] Penggunaan perangkat yang melampaui batas tersebut, ditemukan memiliki hubungan dengan berbagai macam hal yang dapat merugikan seseorang seperti penurunan dari kesejahteraan psikologis sampai mengalami emosional yang kurang [40] yang dapat berujung kepada penurunan kualitas hidup.

Dalam penelitiannya Kumari *et al.* membagi *screen time* ke dalam enam kategori: [41]

1. *Educational screen time, screen time* yang digunakan untuk tujuan pendidikan.
2. *Passive screen time, screen time* yang digunakan untuk mengonsumsi konten pada layar tanpa terlibat aktif secara langsung atau berinteraksi.
3. *Active screen time, screen time* yang digunakan untuk mempromosikan pembelajaran, kreatifitas, pemecahan masalah, dan interaksi.
4. *Interactive sceen time, screen time* yang membutuhkan partisipasi aktif, keterlibatan, dan masukan.
5. *Social screen time, screen time* yang digunakan untuk berinteraksi dengan orang lain, membagikan pengalaman, dan menjaga hubungan.
6. *Creation screen time, screen time* yang digunakan untuk membuat, mengekspresikan, dan membawa ide-ide ke kehidupan.

Berdasarkan pada pengkategorian tersebut, dapat ditemukan bahwa tidak semua *screen time* memiliki efek yang negatif terhadap seseorang. Kakon *et al.* dalam penelitiannya mengungkapkan, meskipun begitu, pengawasan terhadap penggunaan *screen time* terutama pada remaja tetap harus dipantau untuk menghindari efek buruk dari penggunaannya yang berlebihan.[42]

2.1.3 Hubungan antara screen time pada perangkat dengan kemampuan emotional intelligence (EI) pada remaja

Screen time pada perangkat harian memainkan peran krusial dalam membentuk *emotional intelligence* (EI) pada remaja. Remaja yang memiliki tingkat EI yang tinggi diperoleh dapat membangun hubungan sosial yang baik dan mengurangi stres terhadap masalah yang mereka hadapi.[3] EI diperlukan oleh remaja karena kemampuan ini menjadi bekal penting untuk para remaja mempersiapkan kehidupan dewasa, mengigat fase remaja merupakan transisi dari masa kanak-kanak menuju tahap dewasa.[41] Fase remaja ini merupakan fase yang esensial karena banyak perubahan yang terjadi pada segi fisik, emosional, dan psikologi,[41] sehingga jika ditemukan terdapat kekeliruan dalam proses perkembanganya, dapat menyebabkan hal buruk kepada para remaja terutama jika dibiarkan pada jangka panjang. EI pada penelitian ditemukan berkorelasi dengan seluruh aspek perkembangan pada fase remaja,[3] sehingga dapat dikatakan EI menjadi salah satu indikator kesuksesan proses perkembangan para remaja.

Bersamaan dengan transformasi teknologi yang cepat dan masif, menjadikan remaja banyak menggunakan perangkat pada kegiatan sehari-harinya. Penggunaan perangkat harian ini tentu akan meningkatkan jumlah *screen time* para remaja yang dapat berakibat pada banyak hal negatif. Pemakaian *screen time* yang tidak proposional dapat mengakibatkan penurunan tingkat EI pada remaja yang dalam beberapa penelitian ditemukan berhubungan dengan penurunan kesehatan mental serta penyimpangan perilaku.[3] Sebaliknya, .

Hubungan antara *screen time* pada perangkat harian dan EI sempat di tentang oleh penelitian yang dilakukan oleh Marchamah *et al.* dan Nabi R, *et al.* yang tidak menemukan hubungan antara *screen time* dan EI.[29][30] Meski begitu,

hasil dari dua studi tersebut belum memberikan hasil yang signifikan. Berbeda halnya dengan itu, studi yang dilakukan oleh Nugroho et al. menemukan hasil yang signifikan dengan nilai sebesar ($p < 0.01$; r = 0.97).[22] Studi yang dilakukan oleh Aranda L *et al*. juga turut mendukung hasil tersebut, dengan menemukan hubungan penggunaan perangkat dengan EI.[25] Berdasarkan hasil dari penelitian-penelitian tersebut, meskipun terdapat penemuan kontra yang mengungkapkan hubungan *screen time* dengan EI, studi yang mendukung hubungan ini meraih hasil yang lebih signnifikan, sehingga dengan demikian dapat disimpulkan bahwasanya terdapat hubungan antara *screen time* dan EI pada remaja

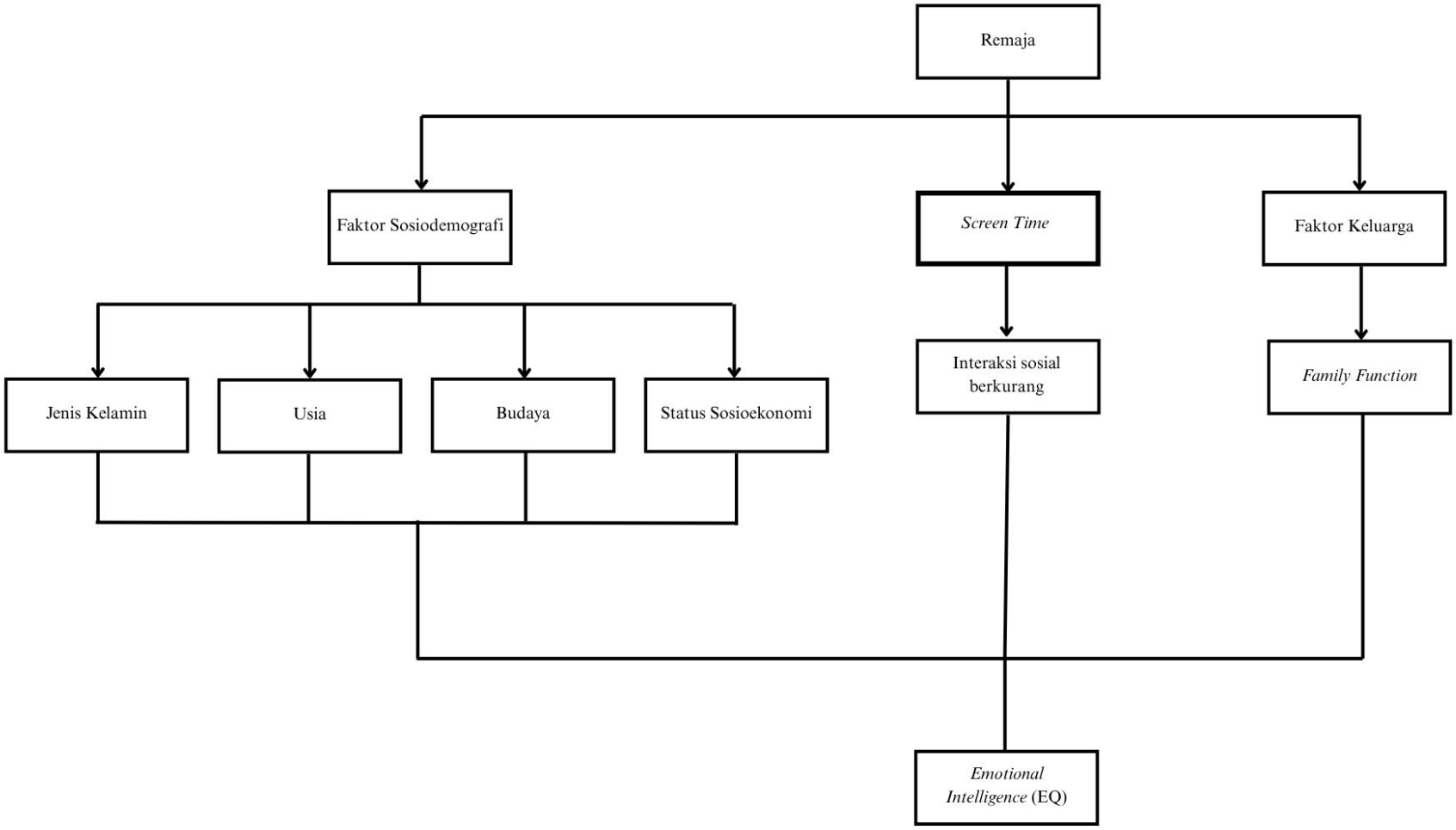
2.2 Ringkasan pustaka

Tabel 1. Ringkasan pustaka.

Peneliti	**Lokasi & waktu**	**Desain**	**Subjek**	**Variabel yang diteliti**	**Lama**	**Hasil**
Nugroho J , *et al*.	Indonesia 2023	*Cross-Sectional Analytic Observational*	90 remaja (18-24 tahun)	Variabel bebas: *Screen time* Variabel tergantung: *Emotional intelligence*		Terdapat hubungan antara *screen time* dan EI (r = 0.97; $p < 0.01$).
Aranda M, *et al*.	Spanyol 2022	*Cross-sectional*	552 dewasa muda	Variabel bebas : *Emotional intelligence*, *Adult attachment* Variabel tergantung: *Problematic smartphone usage*		Penggunaan *smartphone* pada remaja yang berlebih berkorelasi dengan *emotional intelligence* ($p < 0.01$)

Marchamah D, *et al.*	Indonesia 2022	*Cross-Sectional*	252 remaja (15-18 tahun)	Variabel bebas: Penggunaan perangkat dengan *screen time* Variabel tergantung: *Emotional Intelligence*	Penggunaan *screen time* tidak memberikan dampak pada *emotional intelligence* (p 0.722 > 0.05)
Nabi R, *et al.*	Amerika Serikat 2021	*Cross-Sectional*	400 orang tua	Variabel bebas: Penggunaan media digital Variabel tergantung: *Emotional Intelligence* anak	*Screen time* pada perangkat apapun tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan EI, hanya proses membaca yang memiliki hubungan yang positif dengan EI. (p > 0.05)

2.3 Kerangka teori



Gambar 1. Kerangka teori

BAB III

KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL

3.1 Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka konsep

3.2. Variabel penelitian

3.2.1 Variabel bebas

Variabel bebas pada penelitian ini adalah *screen time* pada perangkat harian

3.2.2. Variabel tergantung

Variable tergantung pada penelitian ini adalah *emotional intelligence* pada remaja.

3.3 Definisi operasional

Tabel 2. Definisi operasional karakteristik, variable bebas, variable tergantung

Variabel	Definisi	Alat ukur	Cara mengukur	Hasil	Skala	Referensi
Usia	Lama waktu hidup atau ada (sejak dilahirkan atau diadakan)	Kuisioner	Kuisioner	1. < 17 tahun 2. ≥ 17 tahun	Nominal	Feraco T, *et al.* [43]
Jenis kelamin	Karakteristik yang didasarkan pada perbedaan faktor biologis	Kuisioner	Kuisioner	1. Laki laki 2. Perempuan	Nominal	Asmawaw A, *et al*. [15]
Perangkat yang digunakan	Perangkat elektronik yang digunakan dalam kegiatan sehari-hari	Kuisioner	Kuisioner	1. Handphone 2. Tablet 3. Laptop 4. TV	Nominal	Vizcaino M, *et al.*[44]

Screen time pada perangkat	Jumlah waktu yang dihabiskan seseorang untuk berinteraksi dengan layar, terutama untuk tujuan pasif terkait hiburan	Kuisioner	Kuisioner	1. ≤ 2 jam 2. > 2 jam	Nominal	Wang H, *et al.* [45]
Emotional intelligence (EI)	sebuah kemampuan untuk menerima, mengekspresikan, memahami, dan mengatur emosi	*Trait Emotional Intelligence Questionnaire – Short Form* (TEIQue-SF)	Kuisioner	1. Rendah (1-30%) 2. Rata-rata (31-70%) 3. Tinggi (71-99%)	Ordinal	Petrides K [46]

BAB IV

METODE

4.1 Desain

Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan kuesioner sebagai instrumen utama pengumpulan data.

4.2 Lokasi dan waktu

Penelitian ini akan dilakukan di SMA Al Izhar Pondok Labu dan dilaksanakan pada bulan Agustus 2025.

4.3 Populasi dan subjek

4.3.1 Populasi

4.3.1.2 Populasi target

Populasi target pada penilitian ini adalah remaja berusia 16 -18 tahun di SMA Al Izhar Pondok Labu pada Agusrus 2025.

4.3.1.2 Populasi terjangkau

Populasi terjangkau pada penelitian ini adalah remaja berusia 16 -18 tahun di SMA Al Izhar Pondok Labu kelas XI pada Agustus 2025.yang dipilih dengan metode *consecutive non random samplinng* yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi

4.3.1.3 Subjek

4.3.1.3.1 Kriteria pemilihan subjek

- **Inklusi**

1. Remaja yang berusia 16-18 tahun.
2. Remaja yang aktif menggunakan perangkat harian.
3. Remaja yang merupakan siswa aktif SMA Al Izhar Pondok Labu kelas XI.
4. Remaja yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian dan bersedia mengisi kuisioner secara lengkap dan jujur.

- **Eksklusi**

1. Remaja yang sedang menjalani terapi intervensi psikologis aktif yang dapat mempengaruhi tingkat EI secara signifikan seperti *cognitive behavioral therapy*, *social-emotional learning*, dan *emotional regulation training*
2. Remaja yang memiliki gangguan mental yang dapat mempengaruhi seperti skizofrenia, gangguan spektrum autisme, ADHD, dan gangguan bipolar.

4.3.1.3.2 Perhitungan jumlah subjek

Rumus populasi infinit:

$$n_0 = \frac{(Za^2) \times p \times q}{d^2}$$

$$n_0 = \frac{(1{,}96^2) \times 0{,}27 \times 0{,}73}{0{,}05^2}$$

$$n_0 = 302{,}88 \approx 303$$

Keterangan:

n_0 : Jumlah sampel minimal yang dibutuhkan

Za : Tingkat kemaknaan yang dikehendaki adalah 95% dengan nilai 1.96

p : Prevalensi tingkat *emotional intelligence* (EI) yang rendah

q : Prevalensi tingkat *emotional intelligence* (EI) yang tidak rendah 1-p

d : kesalahan absolut yang dapat diterima, pada studi ini digunakan 5% (0,05)

Rumus populasi finit:

$$n = \frac{n_0}{1 + (n_0 \,/\, N)}$$

$$n = \frac{303}{1 + (303/187)}$$

$$n = 115{,}63 \approx 116$$

Keterengann

n : Besar sampel minimal populasi finit

n_0 : Jumlah sampel minimal yang dibutuhkan

N : jumlah populasi terjangkau

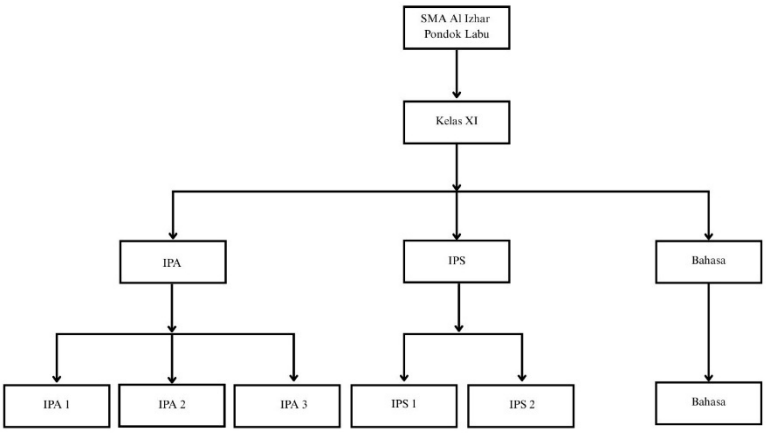
Berdasarkan rumus perhitungan finit, didapatkan jumlah sampel 102 kemudian ditambahkan dengan jumlah drop out sebesar 15% adalah:

$$116 \times \frac{15}{100} = 17$$

Besar sampel yang dibutuhkan dari hasil perhitungan ditambah dengan sampel drop out adalah 115 + 17 = 132

Pemilihan sampel akan dilakukan pada siswa aktif SMA Al Izhar Pondok Labu kelas XI yang terdiri dari kelas IPA, IPS, dan Bahasa dan sampel yang diperlukan adalah 132 orang. Kelas IPA terdiri dari 3 kelas yaitu IPA 1, IPA 2, dan IPA 3. Kelas IPS terdiri dari 2 kelas yaitu IPS 1 dan IPS 2. Kelas Bahasa hanya terdapat

satu kelas yaitu Bahasa. Pemilihan sampel akan digunakan metode *consecutive non random sampling* sesuai absensi dan kedatangan siswa pada hari penelitian. Jumlah yang harus didapatkan yaitu sebesar 22 siswa masing-masing kelas untuk memenuhi kebetuhan pemenuhan sampel dengan komposisi 50% laki-laki dan 50% perempuan.



Gambar 3. Alur pemilihan sampel

4.4 Bahan dan instrument

Instrumen yang digunakan pada penilitian ini berasal dari data primer yang diperoleh menggunakan kuisioner *Trait Emotional Intelligence Questionnaire – Short Form* (TEIQue-SF).

Trait Emotional Intelligence Questionnaire – Short Form (TEIQue-SF)

TEIQue-SF adalah sebuah metode yang sudah banyak digunakan untuk mengukur emotional intelligence (EI) di seluruh dunia dan sudah di terjemahkan ke lebih dari 20 bahasa. TEIQue-SF pada awalnya dipelopori oleh Professor K.V. Petrides dan merupakan versi yang lebih pendek dari TEIQue. Kuisioner ini mencakup 30 pertanyaan yang merujuk kepada diri sendiri dan memerlukan subjek untuk menilai sejauh mana mereka stuju atau tidak akan pernyataan tersebut. Subjek akan memilih dengan skala tujuh poin, dimulai dari 1 (sangat tidak setuju)

sampai 7 (sangat setuju). TEIQue-SF terdiri dari 4 komponen utama yaitu *Well-Being, Self Control, Emotionality, Sociability* yang kemudian skor rata-rata dari keempat komponen tersebut diakumulasi untuk mencari nilai total EI. TEIQue-SF telah diterjemahkkan ke Bahasa Indonesia dan telah diuji validitasnya. Hasil menunjukkan bahwa TEIQue-SF bisa digunakan untuk mengukur EI di Indonesia. Interpretasi dari kuisioner TEIQue-SF.

1 – 30 % = Rendah

31 – 70 % = Rata-rata

71– 99 % = Tinggi

4.5 Analisis statistik

Analisis data menggunakan uji univariat dan bivariat digunakan dalam proposal ini.

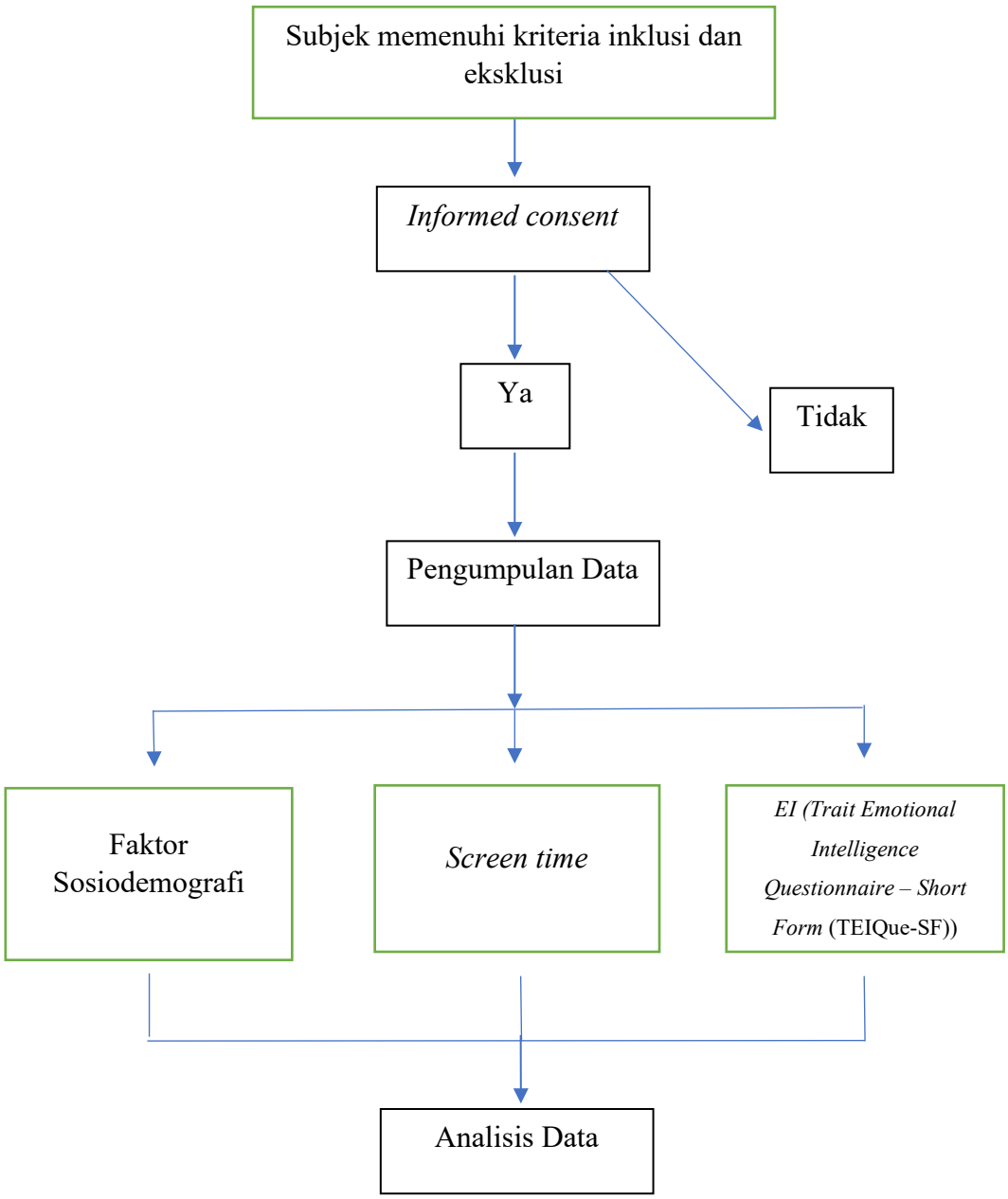
Analisis univariat

Analisis data univariat digunakan untuk menjelaskan setiap variabel penelitian yang kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase. Data yang akan dianalisis menggunakan uji analisis univariat antara lain usia, jenis kelamin, perangkat harian yang digunakan, *screen time* pada perangkat, dan *emotional intelligence* (EI) pada remaja

Analisis bivariat

Untuk menentukan hubungan *screen time* pada perangkat harian dengan kemampuan *emotional intelligence* pada remaja digunakan uji *Chi-square* dengan batas kemakanaan statistic $p<0,05$. Bila persyaratan *Chi-square* tak bisa dipenuhi digunakan uji *Fisher extract.*

4.6 Alur kerja penelitian



Gambar 4. Alur kerja

4.7 Etika penelitian

Penelitian ini akan dilakukan setelah lolos kaji etik Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti

4.8 Penjadwalan penelitian

Tabel 3. Penjadwalan pelaksanaan penelitian

Kegiatan	WAKTU (BULAN)												
	2025-2026												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1
Pemilihan judul													
Penyusunan dan penyelesaian BAB I **(Pendahuluan)**													
Penyusunan dan penyelesaian BAB II (**Tinjauan Pustaka)**													
Penyusunan dan penyelesaian BAB III **(Kerangka konsep & definisi operasional)**													
Penyusunan dan penyelesaian BAB IV **(Metode)**													
Persiapan ujian													
Pengumpulan data													
Pengelolaan data													
Presentasi hasil													
Revisi													

DAFTAR PUSTAKA

1. Bru-Luna LM, Martí-Vilar M, Merino-Soto C, Cervera-Santiago JL. Emotional intelligence measures: A systematic review. Vol. 9, Healthcare (Switzerland). MDPI; 2021.
2. Drigas A, Papoutsi C. Nine Layer Pyramid Model Questionnaire for Emotional Intelligence. Int J online Biomed Eng. 2021;17(7):123–42.
3. Furqani Z. NN. The Role of Emotional Intelligence in Adolescent Development. 2020;277–80.
4. Quílez-Robres A, Usán P, Lozano-Blasco R, Salavera C. Emotional intelligence and academic performance: A systematic review and meta-analysis. Think Ski Creat. 2023;49(June).
5. Alvi T, Nadakuditi RL, Alotaibi TH, Aisha A, Ahmad MS, Ahmad S. Emotional intelligence and academic performance among medical students – a correlational study. Eur Rev Med Pharmacol Sci. 2023;27(4):1230–7.
6. Altwijri S, Alotaibi A, Alsaeed M, Alsalim A, Alatiq A, Al-Sarheed S, et al. Emotional Intelligence and its Association with Academic Success and Performance in Medical Students. Saudi J Med Med Sci [Internet]. 2021 Jan 1 [cited 2025 May 28];9(1):31–7. Available from: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33519341/
7. Guerra-Bustamante J, León-Del-Barco B, Yuste-Tosina R, López-Ramos VM, Mendo-Lázaro S. Emotional intelligence and psychological well-being in adolescents. Int J Environ Res Public Health. 2019;16(10):1–12.
8. Fteiha M, Awwad N. Emotional intelligence and its relationship with stress coping style. Heal Psychol Open. 2020;7(2).
9. Alegre A, Pérez-Escoda N, López-Cassá E. The relationship between trait emotional intelligence and personality. Is trait EI really anchored within the Big Five, Big Two and Big One frameworks? Front Psychol. 2019;10(APR).
10. Shengyao Y, Xuefen L, Jenatabadi HS, Samsudin N, Chunchun K, Ishak Z. Emotional intelligence impact on academic achievement and psychological well-being among university students: the mediating role of positive psychological characteristics. BMC Psychol. 2024;12(1):1–17.
11. Kokubun K, Nemoto K, Yamakawa Y. Cultural and emotional intelligence correlates with healthy lifestyles. Acta Psychol (Amst) [Internet]. 2025;255(August 2024):104854. Available from: https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.104854
12. Lankashini MS, Lakmali VGD, Lenagala SAK, Liyanage ALRP, Arambepola C. Level of emotional intelligence and its association with person-related characteristics among grade 8 students in a suburban setting. Ceylon J Med Sci. 2017;54(1):27.

13. Basaria D. Gambaran Kecerdasan Emosi pada Remaja di Pulau Jawa dan Bali. Provitae J Psikol Pendidik. 2019;12(1):83.

14. D'Amico A, Geraci A. Sex differences in emotional and meta-emotional intelligence in pre-adolescents and adolescents. Acta Psychol (Amst) [Internet]. 2022;227(April):103594. Available from: https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103594

15. Asmamaw AT, Semela T. Are African academic women more emotionally intelligent than men? Exploring emotional intelligence, gender, and leadership in higher education. Heliyon [Internet]. 2023;9(12):e22949. Available from: https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e22949

16. Bitar A, Amnelius L, Kristoffersson E, Boman J. Emotional intelligence among medical students in Sweden – a questionnaire study. BMC Med Educ. 2023;23(1):1–9.

17. Megías-Robles A, Gutiérrez-Cobo MJ, Fernández-Berrocal P, Gómez-Leal R, Cabello R. The development of ability emotional intelligence during adolescence. Pers Individ Dif. 2024;224(March).

18. Barragán Martín AB, Molero Jurado MDM, Pérez-Fuentes MDC, Oropesa Ruiz NF, Martos Martínez Á, Simón Márquez MDM, et al. Interpersonal support, emotional intelligence and family function in adolescence. Int J Environ Res Public Health. 2021;18(10).

19. Liu Z, Wu G. The Influence of Family Socioeconomic Status on Primary School Students' Emotional Intelligence: The Mediating Effect of Parenting Styles and Regional Differences. Front Psychol. 2022;13(February).

20. Dai-kosi AD. Culture and Emotional Intelligence: How Much Does Culture Influence Emotional Intelligence Among Ghanaians? Res Humanit Soc Sci. 2020;10(14):19–25.

21. Schmalor A, Heine SJ. Subjective Economic Inequality Decreases Emotional Intelligence, Especially for People of High Social Class. Soc Psychol Personal Sci. 2022;13(2):608–17.

22. Nugroho JPA, Suryanto YI, Nugraha LN, Prakoso AB. the Relationship Between Screen Time and Emotional Quotient in Medical Students. Berk Ilm Kedokt Duta Wacana. 2023;8(2):81–6.

23. WHO GUIDELINES ON PHYSICAL ACTIVITY AND SEDENTARY BEHAVIOUR.

24. Hill D, Ameenuddin N, Chassiakos YR, Cross C, Radesky J, Hutchinson J, et al. Media use in school-aged children and adolescents. Pediatrics [Internet]. 2016 Nov 1 [cited 2025 Jun 3];138(5). Available from: /pediatrics/article/138/5/e20162592/60321/Media-Use-in-School-Aged-Children-and-Adolescents

25. Aranda M, García-Domingo M, Fuentes V, Linares R. Emotional intelligence and adult attachment: Effects on problematic smartphone usage. An Psicol. 2022;38(1):36–45.

26. Santos RMS, Ventura S de A, Nogueira YJ de A, Mendes CG, Paula JJ de, Miranda DM, et al. The Associations Between Screen Time and Mental Health in Adults: A Systematic Review. J Technol Behav Sci. 2024;1–21.

27. Gao J, Gao L. A meta-analysis of prospective cohort studies on screen time and the risk of depression in adolescents. Acta Psychol (Amst). 2024;251(October 2024).

28. Chu J, Ganson KT, Baker FC, Testa A, Jackson DB, Murray SB, et al. Screen time and suicidal behaviors among U.S. children 9–11 years old: A prospective cohort study. Prev Med (Baltim). 2023;169:1–11.

29. Marchamah DNS, Sudrajat A, Rahmatika DN. Use of Gadgets with Screen Time on Emotional Intelligence in The Digital Era in Middle Adolescence (15-18 Years). J-Kesmas J Fak Kesehat Masy (The Indones J Public Heal. 2022;9(2):56.

30. Nabi RL, Wolfers LN. Does Digital Media Use Harm Children's Emotional Intelligence? A Parental Perspective. Media Commun. 2022;10(1):350–60.

31. Frolova O, Kashkaryova L, Serbova O, Malykhina T. Comparative Analysis of the Emotional Intelligence Development of Adolescents with Different Levels of Psychological Competence. J Hist Cult Art Res. 2019;8(4):68.

32. Yang H, Wang Z, Elhai JD, Montag C. The relationship between adolescent emotion dysregulation and problematic technology use: Systematic review of the empirical literature. J Behav Addict. 2022;11(2):290–304.

33. Manwell LA, Tadros M, Ciccarelli TM, Eikelboom R. Digital dementia in the internet generation: Excessive screen time during brain development will increase the risk of Alzheimer's disease and related dementias in adulthood. J Integr Neurosci. 2022;21(1).

34. Todorova A. Examining emotional intelligence evolution with age: insights from Bulgarian digital entrepreneurs of different generations. IIMT J Manag. 2024;1(1):5–23.

35. Budler LC, Gosak L, Vrbnjak D, Pajnkihar M, Štiglic G. Emotional Intelligence among Nursing Students: Findings from a Longitudinal Study. Healthc. 2022;10(10):4–11.

36. Alejandro F, Brambila-tapia AJL, C LS, Toledo-lozano CG, Garc S, Eunice M, et al. behavioral sciences Mexican Adolescents. 2023;

37. Dubey D, Kewalramani S, Sanyal S. Cultural Perspective on Emotional Intelligence and Behaviour Patterns Among Adolescents in Gujarat and Maharashtra. Ann Neurosci. 2024;

38. Navarro-Carrillo G, Alonso-Ferres M, Moya M, Valor-Segura I. Socioeconomic Status and Psychological Well-Being: Revisiting the Role of Subjective Socioeconomic Status. Front Psychol. 2020;11(June):1–15.

39. Antonoplis S. Studying Socioeconomic Status: Conceptual Problems and an Alternative Path Forward. Perspect Psychol Sci. 2023;18(2):275–92.

40. Twenge JM, Campbell WK. Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. Prev Med Reports [Internet]. 2018;12(September):271–83. Available from: https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2018.10.003

41. Kumari N. Impact of Digital Screen Time on Adolescents. 2024;12(3).

42. Kakon SH, Soron TR, Hossain MS, Haque R, Tofail F. Supervised and Unsupervised Screen Time and Its Association With Physical, Mental, and Social Health of School-Going Children in Dhaka, Bangladesh: Cross-Sectional Study. JMIR Pediatr Parent. 2025;8:1–12.

43. Feraco T, Meneghetti C. Social, Emotional, and Behavioral Skills: Age and Gender Differences at 12 to 19 Years Old. J Intell. 2023;11(6).

44. Vizcaino M, Buman M, Desroches T, Wharton C. From TVs to tablets: The relation between device-specific screen time and health-related behaviors and characteristics. BMC Public Health. 2020;20(1):1–10.

45. Wang H, Shen S, Abbey C, Kennedy T, Feng E, Li R, et al. The Association Between Screen Time and Outdoor Time on Adolescent Mental Health and Academic Performance: Evidence from Rural China. Risk Manag Healthc Policy. 2023;16(January):369–81.

46. Petrides K V. TEIQue-SF Corporate Report. 2021;1–12.

Lampiran:
Dummy table

Lampiran 1. Tabel Distribusi karakteristik subjek studi (n= …)

***Screen time* pada perangkat harian, *emotional intelligence* (EI) remaja**	**Rerata ± SD/ median (min-mak)**	**Frekuensi (n)**	**Persentase (%)**
Usia (tahun)			
< 17 tahun			
≥ 17 tahun			
Jenis kelamin			
Laki-laki			
Perempuan			
Perangkat yang digunakan			
Smartphone			
Tablet			
Laptop			
TV			
***Screen time* pada perangkat**			
≤ 2 jam			
> 2 jam			
***Emotional Intelligence* (EI)**			
Rendah			
Rata-rata			
Tinggi			

Keterangan: Emotional intelligence (EI) diukur menggunakan kuisioner *Trait Emotional Intelligence Questionnaire – Short Form* (TEIQue-SF) dikategorikan: 1-30% (rendah); 31-70% (rata-rata); 71-99% (tinggi)

Lampiran 2. Hubungan karakteristik sosiodemografik, *screen time* pada perangkat harian , dan *emotional intelligence* pada remaja (n= …)

***Screen time* pada perangkat harian**	***Emotional Intelligence***		**Nilai p**
	Rendah, n(%)	**Tinggi, n(%)**	
***Screen time* pada perangkat harian**			
≤ 2 jam			
> 2 jam			

Analisis data menggunakan uji …. Batas kemaknaan statistik yang digunakan p<0,05

Lampiran 3. ***Informed Consent***

INFORMED CONSENT

Penjelasan mengenai penelitian

Penelitian mengenai *screen time* pada perangkat dan *emotional intelligence* pada remaja dapat memberikan pengetahuan pada durasi *screen time* berapa dapat ditemukan tingkat *emotional intelligence* yang rendah pada remaja.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan petunjuk kepada para remaja agar dapat memahami dan mengelola emosi mereka dengan lebih baik, sehingga mampu meningkatkan hubungan sosial, kesejahteraan psikologis, serta mencegah munculnya stres atau gangguan emosional di masa mendatang.

Oleh karena itu kami mengharapkan saudara untuk ikut serta dalam penelitian ini. Bila bersedia maka peneliti akan melakukan wawancara menggunakan kuisioner. Hasil pemeriksaan ini akan diinformasikan kepada bapak/ibu/saudara dan semua hasil pemeriksaan akan dirahasiakan.

Bila ada pertanyaan, saudara dapat menghubungi peneliti di nomor telepon

08111903939

Saudara bebas untuk menolak ikut dalam penelitian ini. Bila bapak/ibu/saudara bersedia ikut dalam penelitian ini kami mohon untuk membubuhkan tanda tangan pada formular persetujuan bawah ini.

Jakarta, ... 20....

Syahgita Zaki Ghiffari

Lampiran 4. Formulir Persetujuan

FORMULIR PERSETUJUAN

Semua penjelasan di atas telah disampaikan kepada saya dan telah saya pahami. Dengan

menandatangani formulir ini saya SETUJU untuk ikut dalam penelitian ini.

Nama peserta penelitian:

Tanda tangan:

Tanggal:

TTD orang tua

Lampiran 5. Formulir Pengumpulan Data

Formulir Pengumpulan Data.

Nomor Responden

Screen time dengan emotional intelligence

Karakteristik sosiodemografi

1. Nama:
2. Kelas:
3. Alamat:
4. Nomor telepon:
5. Usia

   <17 tahun

   ≥ 17 tahun

6. Jenis Kelamin
   Laki-laki
   Perempuan
7. Keluarga

   - Penghasilan keluarga

   < Rp. 7,000,000.00
   ≥ Rp 7,000,000.00

   - Status pernikahan

   Bersama

   Berpisah

   - Pendidikan terakhir orang tua

   SD

SMP

SMA

Sarjana

Magister

Doktor

- Pertemuan keluarga

< 5 kali per minggu

≥ 5 kali per minggu

- Kehadiran keluarga dalam acara penting

Hadir

Tidak hadir

8. Perangkat harian yang digunakan
   Smartphone
   Tablet
   Laptop
   TV

9. Screen time pada perangkat harian
   ≤ 2 jam
   > 2 jam

10. Emotional Intelligence (EI)
    Rendah
    Rata-rata
    Tinggi

Lampiran 6. KUISIONER TIEQue-SF Versi Indonesia

KUISIONER TIEQue-SF Versi Indonesia

1 . . . . . 2 . . . . . 3 . . . . . 4 . . . . . 5 . . . . . 6 7
Sangat Tidak Setuju — Sangat Setuju

No.	Pertanyaan	Skala (1-7)
1	Saya tidak kesulitan untuk mengungkapkan emosi saya dengan kata-kata	1 2 3 4 5 6 7
2	Saya sering kesulitan melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain.	1 2 3 4 5 6 7
3	Secara keseluruhan, saya adalah orang yang bermotivasi tinggi	1 2 3 4 5 6 7
4	Saya biasanya kesulitan mengendalikan emosi saya	1 2 3 4 5 6 7
5	Secara umum, saya tidak menikmati hidup	1 2 3 4 5 6 7
6	Saya bisa menghadapi orang dengan efektif	1 2 3 4 5 6 7
7	Saya cenderung untuk sering berubah pikiran	1 2 3 4 5 6 7
8	Seringkali, saya tidak dapat memahami emosi apa yang saya rasakan	1 2 3 4 5 6 7
9	Saya merasa memiliki sejumlah kelebihan	1 2 3 4 5 6 7
10	Saya sering kesulitan mempertahankan hak-hak saya	1 2 3 4 5 6 7
11	Saya biasanya mampu mempengaruhi perasaan orang lain.	1 2 3 4 5 6 7
12	Secara keseluruhan, saya memiliki perspektif/ pandangan yang suram pada banyak hal	1 2 3 4 5 6 7
13	Orang-orang terdekat saya sering mengeluh bahwa saya tidak memperlakukan mereka dengan benar.	1 2 3 4 5 6 7
14	Saya sering kesulitan menyesuaikan hidup saya dengan keadaan	1 2 3 4 5 6 7
15	Saya mampu menghadapi stres	1 2 3 4 5 6 7
16	Saya sering kesulitan menunjukkan perasaan saya kepada orang-orang terdekat saya	1 2 3 4 5 6 7
17	Biasanya, saya bisa berempati dan memahami emosi orang lain	1 2 3 4 5 6 7
18	Saya biasanya kesulitan memotivasi diri sendiri	1 2 3 4 5 6 7
19	Saya biasanya mampu menemukan cara untuk mengendalikan emosi saya jika diperlukan.	1 2 3 4 5 6 7
20	Secara keseluruhan, saya senang dengan hidup saya	1 2 3 4 5 6 7
21	Saya menganggap diri saya sebagai negosiator yang handal	1 2 3 4 5 6 7

22	Saya cenderung untuk terlibat dalam hal-hal yang kemudian saya sesali	1 2 3 4 5 6 7
23	Saya sering merenung dan memikirkan perasaan saya	1 2 3 4 5 6 7
24	Saya percaya bahwa saya memiliki kelebihan saya sendiri	1 2 3 4 5 6 7
25	Saya cenderung untuk mengalah meski saya tahu bahwa saya benar	1 2 3 4 5 6 7
26	Rasanya saya tidak punya kendali atas perasaan orang lain sama sekali	1 2 3 4 5 6 7
27	Saya percaya bahwa segala hal dalam hidup saya akan baik-baik saja	1 2 3 4 5 6 7
28	Saya kesulitan menjalin hubungan bahkan dengan orang-orang terdekat saya.	1 2 3 4 5 6 7
29	Umumnya, saya mampu beradaptasi dengan lingkungan baru.	1 2 3 4 5 6 7
30	Orang lain mengagumi saya karena ketenangan saya.	1 2 3 4 5 6 7

Cara Penilaian Kuisioner

LANGKAH 1: Skor Balikan (Reverse Scoring)

Beberapa item dalam kuesioner ditulis dalam bentuk negatif, sehingga perlu **dibalik skornya**. Jika responden memilih **1 (Sangat Tidak Setuju)**, maka skor aslinya diubah menjadi **7 (Sangat Setuju)**.

Item yang perlu dibalik skornya (reverse scored):
Item 2, 4, 6, 10, 12, 18, 20, 26

Cara membalik skor:
Skor Baru = 8 - Skor Asli
Contoh:
Jika peserta menjawab "2" pada item 2, maka skor dihitung sebagai 8 - 2 = 6.

LANGKAH 2: Kelompokkan Item ke dalam 4 Faktor

Kuesioner TEIQue-SF memiliki **4 faktor utama**. Masing-masing faktor terdiri dari 6–8 item.

Berikut contoh pengelompokan item (mengacu pada versi umum Petrides, 2006):

Faktor	Nomor Item
Well-Being	1, 9, 11, 21, 23, 28
Self-Control	2(R), 4(R), 6(R), 13, 16, 18(R), 25
Emotionality	3, 5, 10(R), 14, 17, 20(R), 22
Sociability	7, 12(R), 15, 19, 24, 26(R)
Global Trait EI	Semua 30 item

Catatan: “R” artinya item tersebut dibalik skornya terlebih dahulu.

LANGKAH 3: Hitung Skor Rata-rata

- **Skor Global** = Rata-rata dari semua **30 item** (setelah item negatif dibalik)
- **Skor per Faktor** = Rata-rata dari item-item dalam masing-masing faktor

---

LANGKAH 4: Konversi Skor ke Persentil

Gunakan **tabel norma (*norm table*)** dari TEIQue untuk mengubah skor rata-rata menjadi **skor persentil**, yaitu persentase posisi peserta dibandingkan dengan kelompok normatif.
Contoh interpretasi:

Rentang Persentil	Interpretasi
1–30	Rendah
31–70	Rata-rata
71–99	Tinggi