

## HUBUNGAN SMARTPHONE ADDICTION DENGAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING MAHASISWA TINGKAT II SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH MEDAN TAHUN 2025

**Jagentar Parlindungan Pane1, Imelda Derang2, Nursedy Simbolon3**

<sup>1,2</sup>STIKes Santa Elisabeth Medan

<sup>3</sup>Program studi Ners

Article Info	ABSTRAK
<p><b>Article History:</b>            Received 16/02/2026.            Revised -            Accepted 10/03/2026.</p> <hr/> <p><b>Keywords:</b>            Psychological Well-Being,            Smartphone Addiction</p>	<p>Smartphone saat ini menjadi kebutuhan pokok bagi semua kalangan terutama mahasiswa. Penggunaan smartphone yang berlebihan menyebabkan gangguan pada kegiatan akademik dan interaksi sosial serta berdampak pada masalah kesehatan mental mahasiswa seperti kecemasan, depresi, serta penurunan kesejahteraan psikologis (psychological well-being). Mahasiswa yang candu akan smartphone akan memiliki minat belajar yang kurang, tingkat stres yang tinggi, pengendalian diri yang kurang serta selalu asik terhadap dirinya sendiri. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara smartphone addiction dengan psychological well-being mahasiswa tingkat II Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan Tahun 2025. Jenis penelitian korelasional dengan desain cross sectional. Sampel penelitian sebanyak 140 orang dengan menggunakan teknik proportionate stratified random sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner Smartphone addiction SAS-SV dan Psychological Well-Being versi short scale. Telah dilakukan uji etik penelitian dengan nomor 121/KEPK-SE/PE-DT/IX/2025. Hasil penelitian sebanyak 124 orang (88,6%) smartphone addiction pada kategori sedang dan 16 orang (11,4%) dalam kategori tinggi, sementara untuk psychological well-being sebanyak 114 orang (81,4%) dalam kategori sedang dan 26 orang (18,6%) dalam kategori tinggi. Berdasarkan uji Fisher Exact didapatkan p-value = 0,01 (p value &lt; 0,05) dimana terdapat hubungan smartphone addiction dengan psychological well-being. Melakukan schedule digital detox salah satu solusi yang tepat untuk mengontrol penggunaan smartphone pada mahasiswa.</p> <p><b>ABSTRACT</b></p> <p><i>Smartphones have now become a basic necessity for all groups, especially students. Excessive smartphone use causes disruptions in academic activities and social interactions and impacts students' mental health issues such as anxiety, depression, and a decline in psychological well-being. Students who are addicted to smartphones tend to have low learning motivation, high stress levels, poor self-control, and are often absorbed in themselves. This study aims to examine the relationship between smartphone addiction and the psychological well-being of second-year students at Santa Elisabeth College of Health Sciences Medan 2025. This is a correlational study with a cross-sectional design. The research sample consists of 140 people using the proportionate stratifies random sampling technique. The research instruments used are the Smartphone Addiction SAS-SV questionnaire and the short version of the Psychological Well-</i></p>

---

*Being scale. An ethics review is conducted for this research with the number 121/KEPK-SE/PE-DT/IX/2025. The results show that 124 people (88.6%) have smartphone addiction at a moderate level and 16 people (11.4%) at a high level, while for psychological well-being, 114 people (81.4%) are at a moderate level and 26 people (18.6%) at a high level. Based on the Fisher Exact test, a p-value of 0.01 ( $p < 0.05$ ) is obtained, indicating a relationship between smartphone addiction and psychological well-being. Scheduling digital detoxes is one appropriate solution to control smartphone use among students.*

---

*\*Corresponding Author: [jagentarp@gmail.com](mailto:jagentarp@gmail.com)*

---