

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Literasi digital merupakan keterampilan yang kompleks dan mencakup berbagai dimensi, mulai dari aspek teknis hingga kemampuan berpikir kritis, kolaboratif, dan pemahaman terhadap etika serta keamanan digital. Meskipun secara teoritis literasi digital berperan dalam membantu individu terutama remaja mengelola penggunaan *gadget* secara bertanggung jawab, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara literasi digital dengan tingkat kecanduan *gadget* ($r = 0,126$; $p = 0,40$).

Temuan ini menunjukkan bahwa literasi digital bukanlah satu-satunya faktor penentu perilaku adiktif terhadap *gadget*. Berbagai faktor eksternal seperti pola asuh dalam keluarga, pengaruh sosial lingkungan, tekanan teman sebaya, serta kondisi psikologis individu juga memiliki kontribusi penting. Dengan demikian, strategi pencegahan kecanduan *gadget* sebaiknya melibatkan pendekatan yang menyeluruh dan lintas sektor.

5.2 Implikasi Keperawatan

1. Peran Perawat Sebagai Pendidik

Perawat komunitas memiliki peran penting dalam memberikan edukasi literasi digital kepada siswa, tenaga pendidik, dan orang tua. Materi yang diberikan hendaknya tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga membentuk pola perilaku digital yang sehat dan aman.

2. Pendeteksian dan Pencegahan Dini

Perawat perlu melakukan deteksi dini terhadap tanda-tanda kecanduan *gadget*, khususnya pada remaja. Literasi digital yang rendah dapat menjadi salah satu indikator risiko yang harus dianalisis bersama faktor lainnya.

3. Pengembangan Intervensi Terpadu

Program intervensi yang dikembangkan hendaknya mencakup pembinaan etika digital, penguatan kemampuan regulasi diri, dan kolaborasi aktif dengan

keluarga serta pihak sekolah guna menciptakan lingkungan digital yang sehat dan terkendali.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian ini, terdapat beberapa rekomendasi yang dapat diberikan kepada pihak-pihak terkait guna mencegah dan menangani masalah kecanduan *gadget* di kalangan remaja, khususnya siswa sekolah menengah.

1. Dalam praktik keperawatan, perawat terutama yang bekerja di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama seperti puskesmas, unit kesehatan sekolah, atau klinik remaja dianjurkan untuk mengikuti pelatihan tentang literasi digital dan dampaknya terhadap perilaku kesehatan mental, khususnya kecanduan *gadget*. Melalui penelitian ini, perawat diharapkan mampu mengidentifikasi secara dini gejala kecanduan *gadget*, memberikan edukasi yang tepat kepada siswa dan orang tua, serta menyusun intervensi yang sesuai dengan konteks sosial dan budaya setempat.
2. Bagi institusi pendidikan, penting untuk merancang program literasi digital yang tidak hanya mengajarkan keterampilan teknis, tetapi juga mengintegrasikan pembinaan karakter, nilai-nilai etika digital, dan manajemen waktu. Sekolah perlu menerapkan kebijakan penggunaan *gadget* yang seimbang agar siswa tidak terpapar penggunaan teknologi secara berlebihan. Selain itu, pelatihan bagi guru dan orang tua juga sangat diperlukan agar mereka dapat mendampingi serta mengawasi penggunaan *gadget* oleh peserta didik secara bijak dan bertanggung jawab.
3. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk Penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain longitudinal untuk melihat dampak jangka panjang, serta pendekatan multivariat seperti regresi berganda atau SEM guna menguji variabel-variabel kompleks lainnya. Uji mediasi dan moderasi juga perlu dilakukan untuk memahami peran faktor-faktor seperti motivasi belajar atau perbedaan durasi penggunaan edukatif vs hiburan dalam memediasi hubungan antara kecanduan *gadget* dan literasi digital. Penelitian ini masih memiliki keterbatasan, di antaranya terbatas pada

hubungan linier, penggunaan instrumen berbasis *self-report* yang rentan terhadap bias persepsi, serta keterbatasan generalisasi pada populasi dengan karakteristik tertentu seperti usia dan status pendidikan. Pendekatan kualitatif juga dapat dipertimbangkan agar memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman dan persepsi subjektif siswa terkait penggunaan *gadget* dalam kehidupan sehari-hari.

4. Bagi para pembuat kebijakan, dibutuhkan pendekatan kolaboratif antar sektor khususnya sektor kesehatan, pendidikan, dan keluarga dalam membentuk lingkungan digital yang sehat dan mendukung tumbuh kembang remaja. Literasi digital seharusnya tidak hanya menjadi bagian dari kurikulum pendidikan formal, tetapi juga masuk dalam strategi promosi kesehatan nasional, yang diarahkan pada pembentukan generasi muda yang tidak hanya melek teknologi, tetapi juga bijak dalam menggunakannya.