

Tingkat *Smartphone Addiction* pada Penduduk di Kota Banda Aceh

Rita Fathya, Kartika Sari, Marty Mawarpury, Afriani

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran
Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh, Indonesia
email: ritafathya@gmail.com,

Abstrak

Artikel INFO

Diterima: 21 Mei 2020
Direvisi: 19 Sep 2020
Disetujui: 11 Nov 2020

DOI:
<http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.9794>

Penggunaan *smartphone* menjadi kebutuhan utama saat ini, namun penggunaan yang berlebihan dapat berdampak buruk salah satunya *smartphone addiction*. *Smartphone addiction* adalah suatu bentuk keterikatan terhadap *smartphone* yang memungkinkan terjadinya masalah sosial seperti menarik diri dan kesulitan dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mendeteksi tingkat masalah dan faktor demografi yang berkontribusi terjadinya *smartphone addiction* pada penduduk di Banda Aceh. Menggunakan desain kuantitatif dengan metode survei, responden penelitian ini berjumlah 500 orang, dengan teknik pengumpulan sampel menggunakan *unrestricted self-selected surveys*. Pengumpulan data penelitian diperoleh menggunakan skala adaptasi *Smartphone Addiction Scale Short Version (SAS-SV)* yang dikembangkan oleh Kwon, dkk. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui tingkat *smartphone addiction* pada penduduk di Kota Banda Aceh tidak jauh berbeda persebarannya, yaitu sebanyak 51.4% subjek berada pada tingkat *smartphone addiction* rendah dan 48.6% subjek berada pada tingkat *smartphone addiction* tinggi. Hasil uji *Chi Square* menunjukkan terdapat beberapa variabel demografi yang berkontribusi terhadap tingkat *smartphone addiction* ($p < 0.05$) yaitu usia, pendidikan terakhir, pekerjaan, total waktu penggunaan *smartphone* perhari, dan rutinitas memeriksa *smartphone* perhari.

Kata kunci: Penduduk Banda Aceh; *Smartphone Addiction*; Tingkat;

Level of Smartphone Addiction on Banda Aceh Society

Abstract

The use of smartphones is a basic necessity at this time, but excessive use can lead a bad impact, one of them is smartphones addiction. Smartphone addiction is a form of attachment to smartphones that allows social problems such as withdrawal and daily disturbance. This study aims to determine the problem level and demographic factors that contribute the smartphone addiction on society in Banda Aceh. Using a quantitative design with a survey method, the respondents of this study were 500 people, with sample collection techniques using unrestricted self-selected surveys. Research data collection was obtained using adaptation the Smartphone Addiction Scale Short Version (SAS-SV) by Kwon, dkk. Based on the results of the study it can be seen that the level of smartphone addiction in the population on Banda Aceh society not much different, there are 51.4% subjects with low smartphone addiction levels and 48.6% subjects with high smartphone addiction levels. Chi Square test results showed that there are several demographic variables that contributed to smartphone addiction level ($p < 0.05$), age, education level, occupation, duration of smartphone use on single day, and frequency of smartphone check on single day.

Keywords: Banda Aceh society; Level; Smartphone Addiction;

Pendahuluan

Salah satu kecanggihan teknologi adalah hadirnya *smartphone* untuk memenuhi segala kebutuhan yang dapat menggantikan *handphone* dan komputer (Samaha & Hawi, 2016). Saat ini *smartphone* telah melalui banyak perubahan dan menjadi semakin canggih dengan tersedianya beragam

fasilitas dan fitur yang dapat memudahkan penggunaannya sehingga membuat penggunaannya semakin meningkat (Wardani, 2016; Wijanarko, 2014).

Penggunaan *smartphone* didorong oleh tiga hal yaitu mengakses internet untuk mencari informasi, untuk terhubung dengan teman, dan sebagai sarana hiburan (Panji,

2014). Selain beberapa kemudahan yang diberikan terdapat juga masalah dan kerugian terkait penggunaan *smartphone* yaitu penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat menyebabkan terjadinya *smartphone addiction* atau kecanduan terhadap *smartphone* (Kibona & Mgaya, 2015; Ithnain, Ghazali & Jaafar, 2018). *Smartphone addiction* adalah suatu bentuk keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan terjadinya masalah sosial seperti menarik diri dan kesulitan dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls pada diri seseorang (Kwon dkk., 2013a).

Masalah *smartphone addiction* merupakan masalah yang terjadi di berbagai tempat termasuk di Asia. Penelitian yang dilakukan oleh Soni, Upadhyay, dan Jain (2017) pada 587 siswa SMA di India menunjukkan hasil sebanyak 53.62% subjek penelitian mengalami *smartphone addiction* tinggi dan sebanyak 33.3% mengalami *smartphone addiction* rendah. Di Korea penelitian terkait penggunaan *smartphone* juga pernah dilakukan oleh Chad dan Seo (2018) pada 1824 siswa SMA, menunjukkan hasil sebanyak 30.9% subjek penelitian mengalami *smartphone addiction* tinggi dengan rata-rata penggunaan *smartphone* selama 6 jam per hari. Penelitian ini juga menunjukkan faktor prediktif yang menyebabkan *smartphone addiction* yaitu durasi penggunaan jejaring sosial yang tinggi, dan bermain game yang berlebihan. Di Asia Tenggara penelitian terkait *smartphone addiction* juga pernah dilakukan oleh Ithnain, dkk (2018) pada 396 mahasiswa di Malaysia menunjukkan hasil hampir setengah dari subjek penelitian 47.7% mengalami *smartphone addiction* tinggi. Penelitian lainnya dilakukan di Chiang Mai, Thailand pada 800 mahasiswa menunjukkan hasil sebanyak 45.8% dari subjek penelitian mengalami *smartphone addiction* yang mengakibatkan rendahnya kesejahteraan psikologis (Tangmunkongvorakul dkk., 2019).

Masalah *smartphone addiction* juga ditemukan di Indonesia, hal tersebut dapat terlihat pada penelitian yang dilakukan oleh Tarlemba, Asrifuddin, dan Langi (2018) pada 173 siswa SMA di Manado menunjukkan hasil sebanyak 56.1% subjek penelitian mengalami *smartphone addiction*. Penelitian lainnya juga dilakukan pada 321 mahasiswa di Makassar untuk mengetahui tingkat dan tujuan penggunaan *smartphone*, menunjukkan hasil sebanyak 81.3% subjek penelitian mengalami *smartphone addiction* dengan penggunaan rata-rata 6 jam perhari dan tujuan penggunaan *smartphone* terbanyak adalah untuk mengakses media sosial (Lukman, 2018).

Fenomena *smartphone addiction* juga terdapat di Banda Aceh, beberapa penelitian sebelumnya mengenai *smartphone addiction* pernah dilakukan dilakukan oleh Mulyana dan Afriani (2017) pada remaja SMA di Banda Aceh yang menunjukkan bahwa sebanyak 32,5% dari 336 sampel penelitian berada pada tingkat resiko tinggi *smartphone addiction*, sementara penelitian lainnya yang dilakukan Rossa (2016) pada mahasiswa di Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala menunjukkan hasil sebanyak 26,4% dari 89 sampel penelitian berada pada tingkat resiko tinggi *smartphone addiction*.

Bentuk dari *smartphone addiction* berbeda dengan internet *addiction*, internet *addiction* seperti kecanduan terhadap *games*, dan *chatting*, sedangkan *smartphone addiction* adalah kecanduan terhadap aplikasi dan fitur yang tersedia di *smartphone* seperti pemutar musik, kamera, media sosial, bahkan aplikasi edit foto (Kim, 2013). Studi menunjukkan individu yang mengalami *smartphone addiction* menganggap *smartphone* merupakan bagian penting dari kehidupannya dan merasa kosong tanpa *smartphone*. Individu yang mengalami *smartphone addiction* menunjukkan perilaku seperti merasa sulit berkonsentrasi ketika sedang

belajar atau bekerja, lupa mengerjakan pekerjaan yang telah direncanakan, selalu membawa pengisi daya kemanapun, merasa hubungan yang lebih intim dengan teman-teman yang ada di aplikasi *smartphone*, merasa gembira dan dapat menghilangkan stres ketika menggunakan *smartphone*, dan merasa hampa tanpa *smartphone* (Kwon dkk., 2013a).

Penelitian yang berkaitan dengan *smartphone addiction* lainnya juga pernah dilakukan oleh Lurhmann dari Universitas Stanford pada tahun 2010. Hasil penelitian tersebut menemukan bahwa pada 200 subjek yang menggunakan *smartphone*, seluruh subjek sangat aktif dalam menggunakan *smartphone*-nya, dan banyak subjek yang mengandalkan *smartphone* sebagai bagian dari gaya hidupnya. Secara keseluruhan, 10% dari subjek penelitian sepenuhnya kecanduan *smartphone*, 34% pada peringkat hampir kecanduan, dan 6% mengatakan tidak kecanduan sama sekali. Selanjutnya, 75% mengaku tidur dengan membawa *smartphone*, dan 69% melaporkan bahwa lebih baik melupakan dompet daripada harus meninggalkan *smartphone*-nya. Meskipun tingkat kecanduan berat tidak terlalu tinggi sebagai efek samping dari penggunaan *smartphone*, namun 41% dari subjek mengatakan apabila mereka kehilangan *smartphone* hal tersebut merupakan suatu peristiwa yang tidak menyenangkan, sedangkan 22% dari subjek mengatakan apabila mereka kehilangan *smartphone* hal tersebut lebih berbahaya dari apapun (Hope, 2010).

Smartphone addiction secara negatif mempengaruhi kehidupan sehari-hari individu baik dari segi sosial, fisik, maupun psikologis. Individu yang mengalami *smartphone addiction* lebih menyukai interaksi melalui media sosial dibandingkan dengan harus bertemu secara langsung (Bian & Leung, 2014), merasa cepat lelah, sakit kepala dan

gangguan fisik seperti sakit pada persendian (Hernanda, 2017), dan dapat menyebabkan seseorang menjadi stres, cemas, dan depresi (Boumosleh & Jaalouk, 2017). Hal tersebut dapat terlihat pada penelitian yang dilakukan oleh Suwannahong (2018) pada 400 mahasiswa di Thailand, menemukan bahwa lamanya waktu penggunaan *smartphone* dapat berpengaruh terhadap kesehatan mata dan juga kesehatan mental. Durasi penggunaan *smartphone* yang berlebihan terbukti memiliki hubungan positif dengan gejala *musculoskeletal* yaitu gangguan anggota badan pada leher dan persendian (Kim & Kim, 2015). Penggunaan *smartphone* yang dilakukan pada malam hari dapat pula berkaitan dengan gangguan tidur yang buruk, gejala insomnia, dan gejala depresi (Lemola dkk., 2014). Menurut Bhattacharyya (2017) penggunaan *smartphone* yang berlebihan cenderung menyebabkan iritabilitas, sulit tidur, harga diri rendah, dan masalah psikologis lainnya. Penelitian mengenai *smartphone addiction* lainnya juga dilakukan oleh Yang, Lin, Huan dan Chang (2018) pada 218 remaja SMP hasil penelitian juga menunjukkan terdapat korelasi positif antara durasi penggunaan *smartphone* >3 jam perhari dapat berkaitan dengan kesehatan fisik dan mental yang buruk pada remaja.

Pada survei yang dilakukan oleh Woodall (2018) dalam *Review.org* melaporkan masalah *smartphone addiction* yang dialami oleh 2000 laki-laki dan wanita berusia 18 – 54 tahun dimana 76,5% subjek menganggap dirinya kecanduan *smartphone*, 57,5% berada pada kecanduan tingkat sedang dan 19% berada pada tingkat sangat kecanduan. Selanjutnya 54,5% subjek mengatakan bahwa menggunakan *smartphone* ketika sedang mengemudi, 91,5% subjek merasa tidak nyaman jika berpergian tanpa membawa *smartphone*, dan 62% subjek mengatakan bahwa memeriksa *smartphone* hingga 160 kali dalam sehari. Hasil dari survei ini menunjukkan bahwa tidak

terdapat perbedaan pada cara seseorang menggunakan *smartphone* meskipun dengan rentang usia yang berbeda.

Permasalahan *smartphone addiction* tidak hanya terjadi pada rentang usia remaja saja, tetapi juga terjadi pada rentang usia dewasa. Seperti penelitian yang dilakukan kepada 6000 orang tua yang memiliki anak berusia 8-13 tahun. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 52% orang tua mengaku lebih sering memeriksa ponsel mereka daripada memperhatikan anak-anaknya. Menariknya, sebanyak 28% dari orang tua menyadari bahwa mereka telah mengajarkan hal yang tidak baik pada anak ketika terus menerus bermain ponsel, akan tetapi mereka juga mengaku tidak tahu bagaimana cara berhenti dari ketergantungan tersebut. Sementara itu, dari pihak anak, sebanyak 54% mengaku jika orang tua mereka memang lebih sering bermain dengan *smartphone*. Bahkan, 32% anak-anak yang menjadi subjek penelitian merasa bahwa orang tua mereka lebih mementingkan *smartphone* daripada dirinya (Gravelly, 2015).

Menurut Kwon, Kim, Cho, dan Yang (2013b) terdapat 5 aspek dari *smartphone addiction*, yaitu *Daily-life Disturbance* yang merupakan gangguan kehidupan sehari-hari mencakup hilangnya pekerjaan yang sudah direncanakan, mengalami kesulitan konsentrasi di dalam kelas atau saat bekerja, penglihatan menjadi buram, nyeri pada pergelangan tangan dan di belakang leher serta terjadinya gangguan tidur.

Kedua adalah *Withdrawal*, yaitu rasa tidak sabar, gelisah, dan tidak mampu tanpa *smartphone*, selalu mengingat *smartphone* meskipun tidak menggunakannya, tidak pernah berhenti menggunakan *smartphone* dan menjaditersinggungapabiladiganggu saat sedang menggunakan *smartphone*. Ketiga adalah *Cyberspace-oriented relationship*, hal ini mencakup pertanyaan mengenai seseorang yang merasa hubungan dengan

teman yang dikenalnya melalui *smartphone* menjadi jauh lebih akrab daripada hubungan dengan teman di kehidupan nyata, mengalami perasaan kehilangan yang tidak terkendali ketika tidak menggunakan *smartphone* dan selalu memeriksa *smartphone*.

Keempat adalah *Overuse*, yaitu penggunaan *smartphone* yang tidak terkontrol, lebih memilih mencari sesuatu lewat *smartphone* daripada meminta bantuan orang lain, selalu mempersiapkan alat pengisi daya *smartphone*, dan dorongan untuk kembali menggunakan *smartphone* setelah berhenti menggunakannya. Kelima adalah *Tolerance*, yaitu selalu berusaha untuk mengontrol agar tidak menggunakan *smartphone* akan tetapi selalu gagal melakukannya.

Terlepas dari pentingnya *smartphone* dalam kehidupan sehari-hari, ternyata penggunaan *smartphone* secara tidak terkendali dapat mempengaruhi kehidupan penggunanya. Masalah *smartphone addiction* merupakan permasalahan umum yang terus menerus meningkat setiap tahunnya. Penggunaan *smartphone* pada berbagai kalangan usia dan pekerjaan serta tersedianya kemudahan dalam mengakses internet dapat mengarah pada peningkatan penggunaan *smartphone* yang berdampak mengalami *smartphone addiction*, yang mana salah satu lokasi yang berpotensi memiliki masalah *smartphone addiction* adalah Kota Banda Aceh. Kota Banda Aceh merupakan pusat kota yang menyediakan jaringan internet yang bagus, sehingga membuat penggunaan *smartphone* yang berbasis internet meningkat di Kota Banda Aceh. Berdasarkan survei yang dilakukan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2012) menunjukkan bahwa Kota Banda Aceh merupakan daerah penetrasi pengguna internet yang cukup tinggi dibandingkan dengan kota-kota lain di Sumatera dengan persentase sebesar 36.1%, sehingga dengan tersedianya kemudahan mengakses internet ini dapat

menyebabkan seseorang bertambah lama dalam penggunaan *smartphone* yang mana hal ini dapat meningkatkan kemungkinan seseorang mengalami *smartphone addiction*.

Berdasarkan uraian yang telah peneliti paparkan, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai *smartphone addiction* pada penduduk di Kota Banda Aceh. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeteksi tingkat masalah dan faktor demografi yang berkontribusi terjadinya *smartphone addiction* pada penduduk di Kota Banda Aceh.

Metode

Subjek

Penelitian ini melibatkan 500 subjek dengan karakteristik penduduk Kota Banda Aceh, laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 15-54 tahun, dan menggunakan *smartphone*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *unrestricted self selected survey*, yaitu teknik pengambilan sampel yang terbuka untuk siapapun yang ingin berpartisipasi dalam penelitian, teknik ini memberikan kebebasan kepada individu untuk memutuskan keikutsertaannya sebagai responden dalam penelitian. Untuk mengumpulkan sampel menggunakan teknik tersebut peneliti akan menyebarkan *link* penelitian melalui media sosial (Line, Whats App, Instagram).

Pengukuran

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode survei, variabel pada penelitian ini adalah *smartphone addiction*. Pada penelitian ini peneliti menggunakan skala sebagai metode pengumpulan data. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Smartphone Addiction Scale Short Version* (SAS-SV) yang dikembangkan oleh Kwon, dkk (2013b) yang berjumlah 10 aitem, validitas yang digunakan adalah validitas konkuren dengan nilai reliabilitas sebesar 0.910 yang disusun berdasarkan lima dimensi, yaitu: *daily-*

life disturbance, withdrawal, cyberspace-oriented relationship, overuse, dan tolerance. Seluruh aitem *Smartphone Addiction Scale Short Version* (SAS-SV) bersifat *favorable*. Penilaian skala menggunakan model *likert* yang terdiri dari 6 pilihan jawaban, yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, sedikit tidak setuju, sedikit setuju, setuju, dan sangat setuju. Pemberian skor terhadap jawaban pada skala dimulai dengan nilai 1 untuk pilihan "sangat tidak setuju", 2 "tidak setuju", 3 "sedikit tidak setuju", 4 "sedikit setuju", 5 "setuju", dan 6 "sangat setuju". Laki-laki yang mendapatkan skor diatas 31 dan perempuan yang mendapatkan skor diatas 33 dianggap memiliki risiko lebih tinggi mengalami *smartphone addiction* dibandingkan dengan laki-laki yang mendapatkan skor dibawah 31 dan perempuan yang mendapatkan skor dibawah 33.

Analisis Data

Data yang didapatkan dianalisis menggunakan metode analisis statistik deskriptif, *Crosstab* dan *Chi-Square Test for Independence* dengan menggunakan program *SPSS ver. 21.0 for Windows*. Analisis deskriptif dilakukan untuk mengetahui tingkat *smartphone addiction* pada penduduk di Kota Banda Aceh, sedangkan uji *Crosstab* dan *Chi-Square* dilakukan untuk melihat faktor yang berkontribusi antara data demografi seperti jenis kelamin, usia, pendidikan terakhir, pekerjaan, jumlah *smartphone* yang dimiliki, lama waktu kepemilikan *smartphone*, rutinitas memeriksa *smartphone* perhari dan total waktu penggunaan *smartphone* perhari dengan tingkat *smartphone addiction*.

HASIL

Hasil analisis deskriptif tingkat *smartphone addiction* menunjukkan bahwa sebanyak 51.4% subjek berada pada tingkat *smartphone addiction* rendah dan sebanyak 48.6% subjek berada pada tingkat *smartphone addiction* tinggi.

Tabel 1. Analisis Deskriptif Tingkat Smartphone Addiction

Tingkat <i>Smartphone Addiction</i>	Jumlah Subjek	Persentase (%)
Tingkat <i>smartphone addiction</i> rendah	257	51.4
Tingkat <i>smartphone addiction</i> tinggi	243	48.6

Berdasarkan hasil analisis deskriptif dapat diketahui bahwa pada variabel usia frekuensi subjek tertinggi terdapat pada usia 22-39 tahun yang memiliki tingkat *smartphone addiction* rendah dan frekuensi subjek terendah terdapat pada usia 40-54 tahun yang memiliki tingkat *smartphone addiction* tinggi. Pada variabel jenis kelamin frekuensi subjek tertinggi terdapat pada jenis kelamin perempuan dengan tingkat *smartphone addiction* rendah dan frekuensi terendah terdapat pada jenis kelamin laki-laki dengan tingkat *smartphone addiction* rendah. Pada variabel pendidikan terakhir frekuensi subjek tertinggi terdapat pada pendidikan terakhir sebagai pelajar (SMP, SMA) dengan tingkat *smartphone addiction* tinggi, sedangkan frekuensi terendah terdapat pada kelompok pendidikan terakhir sebagai sarjana (S1, S2, dan S3) dengan tingkat *smartphone addiction* tinggi. Selanjutnya pada variabel pekerjaan, frekuensi tertinggi terdapat pada kelompok bekerja dengan tingkat *smartphone addiction* rendah, dan frekuensi terendah terdapat pada kelompok pelajar dengan tingkat *smartphone addiction* rendah.

Variabel jumlah *smartphone* yang dimiliki frekuensi subjek tertinggi adalah kelompok hanya memiliki satu *smartphone* dengan tingkat *smartphone addiction* tinggi dan frekuensi terendah adalah kelompok yang memiliki 2-3 *smartphone* dengan tingkat *smartphone addiction* tinggi. Pada variabel lama kepemilikan *smartphone* frekuensi tertinggi yaitu kelompok kepemilikan *smartphone* <1 tahun sampai 5 tahun dengan tingkat *smartphone addiction* tinggi dan frekuensi terendah yaitu kelompok kepemilikan *smartphone* lebih dari 10 tahun dengan tingkat *smartphone addiction* tinggi. Pada variabel

total waktu penggunaan *smartphone* frekuensi tertinggi adalah kelompok dengan total waktu penggunaan >6 jam pada tingkat *smartphone addiction* tinggi, dan frekuensi terendah adalah kelompok dengan total waktu penggunaan <60 menit pada tingkat *smartphone addiction* tinggi. Selanjutnya, variabel rutinitas memeriksa *smartphone* frekuensi tertinggi adalah kelompok dengan rutinitas memeriksa *smartphone* <10 menit sekali dengan tingkat *smartphone addiction* tinggi dan frekuensi terendah adalah kelompok rutinitas memeriksa *smartphone* >5 jam sekali dengan tingkat *smartphone addiction* tinggi.

Analisis data juga dilakukan menggunakan *Crosstab* dan *Chi Square* yang dilakukan dengan menguji 8 variabel demografi untuk mengetahui adakah kontribusi antara variabel-variabel demografi dengan tingkat *smartphone addiction*, hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat 5 variabel demografi yang memiliki nilai signifikansi kurang dari 0.05 ($p < 0.050$), yaitu usia, pendidikan terakhir, pekerjaan, total waktu penggunaan *smartphone*, dan rutinitas memeriksa *smartphone* yang artinya variabel demografi tersebut berkontribusi terhadap tingkat *smartphone addiction* individu. Variabel demografi lainnya seperti jenis kelamin, jumlah *smartphone* yang dimiliki, dan lama kepemilikan *smartphone* menunjukkan nilai signifikansi lebih dari 0.05 ($p > 0.05$) yang artinya variabel-variabel demografi tersebut tidak berkontribusi terhadap tingkat *smartphone addiction* individu secara signifikan.

Tabel 2. Analisis Deskriptif Penyebaran Frekuensi Data Demografi Tingkat *Smartphone Addiction*

No.	Deskripsi Subjek	Kategori	Tingkat <i>Smartphone Addiction</i> (n)		Signifikansi (p)
			Rendah	Tinggi	
1	Usia	15-21 tahun	71 (37,0%)	121 (63,0%)	0.000*
		22-39 tahun	138 (55,0%)	113 (45,0%)	
		40-54 tahun	48 (84,2%)	9 (15,8%)	
2	Jenis Kelamin	Laki-laki	90 (48,4%)	96 (51,6%)	0.300
		Perempuan	167 (53,2%)	147 (46,8%)	
3	Pendidikan Terakhir	Pelajar (SMP, SMA)	108 (40,1%)	161 (59,9%)	0.000*
		Sarjana (S1,S2,S3)	149 (64,5%)	82 (35,5%)	
4	Pekerjaan	Pelajar	8 (16,3%)	41 (83,7%)	0.000*
		Mahasiswa	106 (47,1%)	119 (52,9%)	
		Bekerja	125 (64,1%)	70 (35,9%)	
		Tidak Bekerja	18 (58,1%)	13 (41,9%)	
5	Jumlah <i>Smartphone</i>	1 <i>Smartphone</i>	207 (49,4%)	210 (50,4%)	0.078
		2-3 <i>Smartphone</i>	50 (60,2%)	33 (39,8%)	
6	Lama Waktu Kepemilikan <i>Smartphone</i>	<1 Tahun – 5 Tahun	158 (49,8%)	160 (50,3%)	0.021
		6-10 Tahun	67 (48,9%)	70 (51,1%)	
		>10 Tahun	32 (71,1%)	13 (28,9%)	
7	Total Waktu Penggunaan <i>Smartphone</i> Perhari	<60 menit	37 (82,2%)	8 (17,8%)	0.000*
		1-3 jam	90 (60,8%)	58 (39,2%)	
		3-6 jam	77 (55,0%)	63 (45,0%)	
		>6 jam	53 (31,7%)	114 (68,3%)	
8	Rutinitas Memeriksa <i>Smartphone</i> Perhari	<10 menit sekali	76 (43,2%)	100 (56,8%)	0.004*
		30 menit sekali	84 (49,4%)	86 (50,6%)	
		1-5 jam sekali	68 (63,0%)	40 (37,0%)	
		>5 jam dan lainnya	29 (63,0%)	17 (37,0%)	

*p<0,05

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mendeteksi tingkat masalah dan faktor yang berkontribusi terjadinya *smartphone addiction* pada penduduk di Kota Banda Aceh. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa tingkat *smartphone addiction* pada penduduk di Kota Banda Aceh tidak jauh berbeda persebarannya, yaitu sebanyak 51.4% subjek berada pada tingkat *smartphone*

addiction rendah dan sebanyak 48.6% subjek berada pada tingkat *smartphone addiction* tinggi. Meskipun hasil penelitian menunjukkan jumlah persebaran yang tidak jauh berbeda, namun hasil penelitian ini menunjukkan tingkat *smartphone addiction* tinggi pada penduduk di Banda Aceh memiliki proporsi yang lebih tinggi dibandingkan dengan penelitian lainnya, seperti dalam penelitian yang dilakukan oleh Lee, Kim, dan Choi (2017) menunjukkan hasil sebanyak 13.5%

dari subjek penelitian berada pada tingkat *smartphone addiction* tinggi dan 86.5% subjek lainnya berada pada tingkat *smartphone addiction* rendah. Penelitian lainnya juga dilakukan Demirci, Akgonul, dan Akpinar (2015) pada mahasiswa di Universitas Turki menunjukkan hasil sebanyak 39.8% subjek penelitian mengalami *smartphone addiction*, selanjutnya penelitian yang dilakukan di Lebanon menunjukkan hasil sebanyak 44.6% dari subjek penelitian mengalami *smartphone addiction* (Hawi & Samaha, 2016).

Fenomena *smartphone addiction* dapat memberikan dampak patologis pada penggunanya. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *smartphone addiction* dapat menyebabkan depresi, kecemasan, dan gangguan tidur (Elhai, Dvorak, Levine, & Hall, 2016; Alhassan, Alqadhib, Taha, Alahmari, Salam, & Almutairi, 2018; Xie, Dong, & Wang, 2018). Seorang individu yang mengalami depresi dapat mendorong terjadinya penggunaan *smartphone* secara berlebihan untuk menghindari emosi negatif depresi, namun penggunaan *smartphone* yang berlebihan akan membuat individu terjaga hingga larut malam sehingga menimbulkan lebih banyak depresi, cepat marah, stress dan menjadi cemas, sehingga menyebabkan *smartphone addiction* berkaitan erat dengan patologis (Yen, Yen, Chen, Chang, Yeh, & Ko, 2012).

Hasil analisis deskriptif tingkat *smartphone addiction* jika dilihat lebih lanjut kelompok usia 15-21 tahun menunjukkan persentase yang lebih tinggi mengalami *smartphone addiction* dibandingkan dengan kelompok usia lainnya, hal ini dapat terjadi karena pada usia tersebut merupakan masa dimana individu mulai mencari identitas dirinya, pada satu sisi mereka masih bergantung pada orang tua-nya, namun disisi lain mereka berusaha untuk mandiri dan membangun identitasnya sendiri sehingga pada masa ini mereka akan menggunakan aplikasi yang ada di

smartphone untuk mengeksplorasi identitas, sehingga mereka sangat terikat terhadap *smartphone* dan menganggap *smartphone* perangkat penting bagi mereka (Cha & Seo, 2018).

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Ha, Chin, Park, Ryu, dan Yu (2008) dan Lee, dkk (2016) menunjukkan penyebab remaja memiliki kecenderungan kecanduan yang lebih tinggi berkaitan dengan harga diri yang rendah pada remaja. Remaja yang memiliki harga diri rendah umumnya memiliki krisis kepercayaan diri, kurangnya kontrol diri, dan akan cenderung mencari keintiman di dunia maya di mana mereka akan membangun diri yang baru, sehingga penggunaan *smartphone* pada usia ini dilakukan sebagai pelarian terhadap permasalahan yang dirasakan, penyelesaian masalah dilakukan dengan melakukan hal-hal yang dianggap menyenangkan dan *smartphone* merupakan salah satu perangkat yang menawarkan berbagai aplikasi yang dapat dijadikan pilihan ketika menghadapi masalah sehingga pada usia tersebut lebih rentan mengalami *smartphone addiction* (Aydin & Sari, 2011; Chiu, 2014; Van Deursen, Bolle, Hegner, & Kommers, 2015). Pada usia dewasa meskipun berada pada tingkat yang lebih rendah mengalami *smartphone addiction*, namun tetap memiliki resiko. Penyebab usia dewasa lebih rendah mengalami *smartphone addiction* dapat terjadi dikarenakan penggunaan *smartphone* pada usia dewasa hanya sebagai pilihan disela waktu senggangnya, selain itu usia dewasa juga sudah lebih matang dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapinya (Van Deursen dkk., 2015).

Pada variabel jenis kelamin frekuensi subjek tertinggi terdapat pada jenis kelamin perempuan dengan tingkat *smartphone addiction* rendah dan frekuensi terendah terdapat pada jenis kelamin laki-laki dengan tingkat *smartphone addiction* rendah. Lebih

lanjut jika dilihat pada tingkat *smartphone addiction* tinggi menunjukkan hasil jika jenis kelamin laki-laki menunjukkan nilai persentase yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan, hal ini dapat disebabkan karena laki-laki akan menggunakan *smartphone* untuk tujuan bisnis, pemanfaatan teknologi, dan hubungan profesional. Lebih lanjut dijelaskan bahwa laki-laki kurang memiliki kontrol diri terhadap penggunaan teknologi, sedangkan pada perempuan mereka lebih mungkin untuk mengenali penggunaan *smartphone* mereka yang bermasalah atau penggunaan yang berlebihan, sehingga akan berusaha untuk mengurangi atau menghentikan penggunaannya lebih dari laki-laki, sehingga dibandingkan dengan perempuan laki-laki cenderung mengembangkan ketergantungan yang berlebihan pada *smartphone* dan mereka cenderung menjadi pengguna yang lebih bermasalah dari perempuan (Lee, Chang, Lin & Cheng, 2014).

Pada variabel pendidikan terakhir frekuensi subjek tertinggi terdapat pada pendidikan terakhir sebagai pelajar (SMP, SMA) dengan tingkat *smartphone addiction* tinggi sedangkan frekuensi terendah terdapat pada kelompok pendidikan terakhir sebagai sarjana (S1, S2, dan S3) dengan tingkat *smartphone addiction* tinggi, sedangkan pada variabel pekerjaan, frekuensi tertinggi terdapat pada kelompok bekerja dengan tingkat *smartphone addiction* rendah dan frekuensi terendah terdapat pada kelompok pelajar dengan tingkat *smartphone addiction* rendah. Hal ini dapat terjadi karena perbedaan dalam pemanfaatan *smartphone*, penggunaan *smartphone* pada pelajar dan mahasiswa didominasi penggunaan pada saat sekolah atau belajar, mengakses internet, mengerjakan tugas, menghabiskan waktu untuk menonton video dan bermain game, sehingga membuat mereka lebih terikat dengan penggunaan *smartphone* dibandingkan dengan kelompok lainnya (Tamura, Nishida, Tsuji, & Sakakibara, 2017).

Ditinjau dari variabel total waktu penggunaan *smartphone* frekuensi tertinggi terdapat pada kelompok dengan total waktu penggunaan lebih dari 6 jam pada tingkat *smartphone addiction* tinggi, sedangkan frekuensi terendah terdapat pada kelompok dengan total waktu penggunaan dibawah 60 menit pada tingkat *smartphone addiction* tinggi. Selanjutnya, pada variabel rutinitas memeriksa *smartphone* frekuensi tertinggi terdapat pada kelompok dengan rutinitas memeriksa *smartphone* kurang dari 10 menit sekali dengan tingkat *smartphone addiction* tinggi, dan frekuensi terendah terdapat pada kelompok rutinitas memeriksa *smartphone* lebih dari 5 jam sekali dengan tingkat *smartphone addiction* tinggi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lin, Chiang, Lin, Ko, Lee, dan Lin (2016) dan Liu, Lin, Pan dan Lin (2016) dijelaskan bahwa *smartphone addiction* tidak selalu berkaitan dengan lama penggunaan *smartphone*, namun berdasarkan penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa individu yang lebih sering memeriksa *smartphone*-nya dan lebih lama pemakaiannya memiliki kecenderungan lebih tinggi mengalami *smartphone addiction* (Haug, Castro, Kwon, Filler, Kowatsch, & Schaub, 2016; Lin, Lin, Lee, & Lin, 2015).

Hasil analisis uji *Chi Square* yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat beberapa variabel demografi yang berkontribusi terhadap tingkat *smartphone addiction* pada individu, yaitu usia, pendidikan terakhir, pekerjaan, total waktu penggunaan *smartphone* perhari, dan rutinitas memeriksa *smartphone* perhari dengan nilai signifikansi kurang dari 0.05 ($p < 0.05$).

Hasil penelitian terkait usia pada penelitian ini menunjukkan nilai $p = 0.000$ dengan rentang usia 15-21 tahun merupakan rentang usia yang memiliki kecenderungan *smartphone addiction* tertinggi, hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan oleh Kwon, dkk (2013b), dan

Alhassan, dkk (2018) yang menunjukkan bahwa terdapat kontribusi yang signifikan antara tingkat usia dengan tingkat *smartphone addiction* pada seseorang, dimana individu dengan rentang usia yang lebih muda memiliki risiko *smartphone addiction* yang lebih tinggi dibandingkan dengan usia dewasa, karena pada usia tersebut remaja sedang berada pada tahap pencarian identitas sehingga mereka lebih sering dalam pemanfaatan *smartphone* dan mereka lebih rentan menerima teknologi baru daripada kelompok generasi yang lebih tua, hadirnya teknologi apabila tidak dimanfaatkan dengan semestinya dapat menyebabkan *smartphone addiction*.

Hasil penelitian terkait pendidikan terakhir dan pekerjaan pada penelitian ini menunjukkan nilai $p=0.000$ dengan kategori pendidikan terakhir sebagai pelajar dan pekerjaan sebagai mahasiswa merupakan kategori yang memiliki kecenderungan *smartphone addiction* tinggi, sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Kwon, dkk (2013a) yang menunjukkan hasil dimana individu dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah dan sebagai pelajar lebih memungkinkan untuk mengalami *smartphone addiction*, hal ini dapat disebabkan karena perbedaan dalam pemanfaatan *smartphone* dan kurangnya kontrol pada diri mereka (Kim, Namkoong, Ku, & Kim, 2008).

Hasil penelitian terkait total waktu penggunaan *smartphone* dalam sehari pada penelitian ini menunjukkan nilai $p=0.000$ dengan total waktu penggunaan *smartphone* >6 jam merupakan kategori yang memiliki kecenderungan *smartphone addiction* tinggi, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Cha dan Seo (2018), Alhazmi, Alzahrani, Baig, Salawati, dan Alkatheri (2018) dan Lukman (2018) yang menunjukkan terdapat kontribusi yang signifikan antara total waktu penggunaan *smartphone* terhadap tingkat *smartphone*

addiction, lebih lanjut dijelaskan jika semakin lama waktu yang seseorang gunakan untuk mengakses *smartphone*-nya maka semakin besar pula kemungkinan individu tersebut akan mengalami *smartphone addiction*.

Variabel rutinitas memeriksa *smartphone* dalam sehari pada penelitian ini menunjukkan nilai $p=0,004$ dengan rutinitas memeriksa *smartphone* <10 menit sekali merupakan kategori yang memiliki kecenderungan *smartphone addiction* tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat kontribusi yang signifikan antara rutinitas memeriksa *smartphone* dengan tingkat *smartphone addiction*, hal ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Lin, dkk (2015) dan penelitian Riani (2016) yang menunjukkan hasil bahwa rutinitas memeriksa *smartphone* yang semakin sering dapat menyebabkan individu menjadi ketergantungan terhadap *smartphone* dan mempengaruhi tingkat *smartphone addiction* individu.

Pada uji *Chi Square* variabel demografi jenis kelamin, jumlah *smartphone* yang dimiliki, dan lama waktu kepemilikan *smartphone* memiliki nilai $p>0.05$ yang artinya variabel demografi tersebut tidak berkontribusi terhadap tingkat *smartphone addiction*.

Pada proses pelaksanaan penelitian ini disadari masih terdapat beberapa keterbatasan dan kekurangan, yaitu pengkategorisasian hasil penelitian yang hanya melihat berdasarkan tingkat tinggi dan rendah *smartphone addiction* saja dan penelitian ini bersifat kuantitatif, sehingga hasil penelitian tidak dapat melihat interaksi yang lebih mendalam antara variabel demografi dengan tingkat *smartphone addiction*.

Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat *smartphone addiction* pada penduduk di Kota Banda Aceh. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa tingkat *smartphone addiction* pada subjek penelitian tidak jauh berbeda persebarannya yaitu sebanyak 51.4% subjek memiliki tingkat *smartphone addiction* rendah dan 48.6% subjek memiliki tingkat *smartphone addiction* tinggi, hal ini menunjukkan bahwa meskipun jumlah subjek yang mengalami tingkat *smartphone addiction* tinggi lebih sedikit jumlahnya, tetapi perbedaannya tidak terlalu jauh dengan subjek yang memiliki tingkat *smartphone addiction* rendah yaitu hanya 2,8%, yang mana tidak menutup kemungkinan hal tersebut dapat mengakibatkan individu mengalami tingkat *smartphone addiction* yang lebih tinggi. Hasil analisis *Chi Square* juga menunjukkan terdapat beberapa variabel demografi yang berkontribusi terhadap tingkat *smartphone addiction* pada individu, yaitu usia, pendidikan terakhir, pekerjaan, total waktu penggunaan *smartphone* perhari dan rutinitas memeriksa *smartphone*.

Daftar Pustaka

- Agusta, D. (2016). Faktor-faktor resiko kecanduan menggunakan *smartphone* pada siswa di SMK negeri 1 Kalasan Yogyakarta. *E-Journal Bimbingan dan Konseling*, 3(5), 86-96.
- Alhazmi, A. A., Alzahrani, S. H., Baih, M., Salawati, M. E., & Alkatheri, A. (2018). Prevalence and factors associated with smartphone addiction among medical students at King Abdulaziz University, Jeddah. *Pac J Med Sci*, 34(4), 984-988. DOI: <https://doi.org/10.12669/pjms.344.15294>
- Alhassan, A. A., Alqadhib, E. M., Taha, N. W., Alahmari, R. A., Salam, M., & Almutairi, A. F. (2018). The relationship between addiction to smartphone usage and depression among adults: a cross sectional study. *BMC Psychiatry*, 18(148), 1-8. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1745-4>
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2012). *Statistic Pengguna Internet Indonesia 2012*. Diakses pada tanggal 13 Mei 2019 dari <https://www.slideshare.net/so3p/apjii-statistik-pengguna-internet-indonesia-2012>
- Aydin, B., & Sari, S. V. (2011). Internet addiction among adolescents: the role of self-esteem. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 3500-3505. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.04.325>.
- Bhattacharyya, R. (2017). Addiction to modern gadgets and technologies across generation. *Eastern Journal of Psychiatry*, 18(2).
- Bian, M., & Leung, L. (2014). Linking loneliness, shyness and smartphone addiction symptom, and patterns of smartphone use to social capital. *Media Asia*, 42(2). DOI: 10.1177/0894439314528779
- Boumosleh, J. M., & Jaalouk, D. (2017). Depression, anxiety, and smartphone addiction in university students – A cross sectional study. *PLoS ONE*. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0182239>
- Cha, S-S., & Seo, B-K. (2018). Smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea: Prevalence, social networking service, and game use. *Health Psychology Open*, 1-15. DOI <https://doi.org/10.1177/205510291875504>
- Chiu, S-I. (2014). The relationship between life stress and smartphone addiction on Taiwanese university student: A meditation model of learning self-efficacy and social efficacy. *Computers in Human Behavior*, 34, 49-57. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2014.01.024>
- Demirci, K., Akgonul, M., & Akpınar, A. (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression and anxiety in University students. *Journal of Behavioral Addiction*, 4(2), 85-92. DOI: 10.1556/2006.4.2015.010.
- Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C., & Hall, B. J. (2016). Problematic smartphone use: A conceptual overview

- and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of Affective Disorders*. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.030>
- Gravelly, D. (2015 September 25). Survei: *Smartphone* kalahkan perhatian orang tua pada anak. *Techno.id*. Diakses pada 16 April 2019 dari <https://www.techno.id/tech-news/survei-smartphone-kalahkan-perhatian-orang-tua-pada-anak-1509254.html>
- Ha, J. H., Chin, B., Park, D.-H., Ryu, S.-H., & Yu, J. (2008). Characteristics of excessive cellular phone use in Korean adolescents. *Cyber Psychology & Behavior*, *11*, 783-784.
- Haug, S., Castro, R. P., Kwon, M., Filler, S., Kowatsch, T., & Schaub, M. P. (2015). Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland. *Journal of Behavioral Addictions* *4*(4), 299–307. DOI: 10.1556/2006.4.2015.037
- Hawi, N. S., & Samaha, M. (2016). To excel or not to excel: strong evidence on the adverse effect of smartphone addiction on academic performance. *Computer & Education*, *98*, 81-89.
- Hernanda, Y. (2017). *Hubungan Lama Penggunaan Smartphone dengan Kesehatan Mental Remaja di SMK Negeri 5 Padang Tahun 2017. Skripsi*. Diakses dari <http://scholar.unand.ac.id/26583/>
- Hope, D. (2010, March 8). iPhone addictive, Survey reveals. *Live Science*. Diakses pada tanggal 27 Maret 2019 dari <https://www.livescience.com/6175-iphone-addictive-survey-reveals.html>
- Ithnain, N., Ghazali, S. E., & Jaafar, N. (2018). Relationship between smartphone addiction with anxiety and depression among undergraduate students in Malaysia. *International Journal of Health Sciences & Research*, *8*(1), 163-171.
- Kemp, S. (2018). Digital In 2018: World's Internet Users Pass The 4 Billion Mark. *We Are Social*. Diakses pada 6 oktober 2018 dari <https://wearesocial.com/blog/2018/01/global-digital-report-2018>
- Kibona, L., & Mgaya, G. (2015). Smartphones' effects on academic performance of higher learning students. *Journal of Multidisciplinary Engineering Science and Technology (JMEST)*, *2*(4), 777-784.
- Kim, E.-J., Namkoong, K., Ku, T., & Kim, S.-J. (2008). The relationship between online game addiction and aggression, self-control, and narcissistic personality traits. *European Psychiatry*, *23*(3), 212-218. DOI: 10.1016/j.eurpsy.2007.10.010.
- Kim, H. (2013). Exercise rehabilitation for smartphone addiction. *Journal of Exercise Rehabilitation*, *9*(6), 500-505.
- Kim, H.-J., & Kim, J.-S. (2015). The relationship between smartphone use and subjective musculoskeletal symptoms and university students. *Journal of Physical Therapy Science*, *27*(3), 575-579. DOI: 10.1589/jpts.27.575
- Kwon, M., Lee, J.-Y., Won, W.-Y., Park, J.-W., Min, J.-A., Hanh, C., ... Kim, D.-J. (2013a). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PLoS ONE*, *8*(2), 1-7.
- Kwon, M., Kim, D.-J., Cho, H., & Yang, S. (2013b). The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLoS ONE*, *8*(12), 1-7. DOI: 10.1371/journal.pone.0083558
- Lee, Y.-K., Chang, C.-T., Lin, Y., & Cheng Z.-H. (2014). The dark side of smartphone usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Computers in Human Behavior*, *31*, 373-383.
- Lee, H., Kim, J. W., & Choi, T. Y. (2017). Risk factor for smartphone addiction in Korean adolescents: smartphone use patterns. *J Korean Med Sci*, *32*, 1674-1679. DOI: <https://doi.org/10.3346/>

- jkms.2017.32.10.1674
- Lemola, S., Perkinson-Gloor, N., Brand, S., Dewald-Kaufman, J. F., & Grob, A. (2014). Adolescents' electronic media use at night, sleep disturbance, depressive symptoms in the smartphone age. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(2), 405-418. DOI:10.1007/s10964-014-0176-x
- Lin, Y-H., Chiang, C-L., Lin, P-H., Ko, C-H., Lee, Y-H., & Lin, S-H. (2016). Proposed diagnostic criteria for smartphone addiction. *PLoS ONE*, 11(11), 1-11.
- Lin, Y-H., Lin, Y-C., Lee, Y-H., & Lin, P-H. (2015). Time distortion associated with smartphone addiction: Identifying smartphone addiction via a mobile application (App). *Journal of Psychiatric Research*, 30, 1-7. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpsychires.2015.04.003>
- Liu, C-H., Lin, S-H., Pan Y-C., & Lin, Y-H. (2016). Smartphone gaming and frequent use pattern associated with smartphone addiction. *Medicine*, 95(28), 1-4.
- Lukman. (2018). *Penggunaan dan Adiksi Smartphone Di Kalangan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2015 dan 2016. Skripsi*. Diakses dari http://digilib.unhas.ac.id/uploaded_files/temporary/DigitalCollection/ZGE2MzA czYTdjODdIODYwNjA2Mzk-2MjUyOA==.pdf
- Misyaroh, D. A. (2016). *Hubungan Antara Loneliness dengan Smartphone Addiction Pada Mahasiswa Universitas Negeri Di Kota Malang. Skripsi*. Diakses dari <http://etheses.uin-malang.ac.id/5579/1/12410121.pdf>
- Panji, A. (2014). Hasil Survei Pemakaian Internet Remaja Indonesia. *Kompas.com*. Diakses pada 7 Oktober 2018 dari <https://tekno.kompas.com/read/2014/02/19/1623250/Hasil.Survei.Pemakaian.Internet.Remaja.Indonesia>
- Riani, V. F. (2016). *Gambaran Ketergantungan Smartphone Terhadap Produktivitas Kerja pada Pekerja CV. Traveline Citra Nusantara Yogyakarta. Skripsi*. Diakses dari https://repository.usd.ac.id/6627/2/099114006_full.pdf
- Salehan, M., & Negahban, A. (2013). Social networking on smartphone: When mobile phone become addictive. *Computers in Human Behavior*, 34, 2632-2639.
- Samaha, M., & Hawi, N., S. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior*, 57, 321-325.
- Soni, R., Upadhyay, R., & Jain, M. (2017). Prevalence of smartphone addiction, sleep quality and associated behavior problems in adolescents. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 5(2), 512-519. DOI: <http://dx.doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20170141>
- Santroek, J. W. (2012). *Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Suwannahong, R. (2018). Faktor affecting the students health from using smartphones. *Herald NAMSCA*, 1, 680-683.
- Tamura, H., Nishida, T., Tsuji, A., & Sakakibara, H. (2017). Association between excessive use of mobile phone and insomnia and depression among Japanese adolescents. *Int J Environ Res Public Health*, 14(701). DOI: 10.3390/ijerph14070701
- Tangmunkongvorakul, A., Musumari, P. M., Thongpibul, K., Sriathanaviboonchai, K., Techasrivichien, T., Suguimoto, S. P., ... Kihara, M. (2019). Association of excessive smartphone use with psychological well-being among university students in Chiang Mai, Thailand. *PLoS ONE*, 14(1). DOI: e0210294. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0210294>
- Tarlemba, F., Asrifuddin, A., & Langi F. L. F. G. (2018). Hubungan tingkat stress dan *smartphone addiction* dengan gangguan kualitas tidur pada remaja di SMA Negeri 9 Binsus Manado. *Jurnal Kesmas*, 7(5).

Van Deursen, A. J., Bolle, C. L., Hegner, S. M., & Kommers, P. A. M., (2015). Modelling habitual and addictive smartphone behavior the role of *smartphone* usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender. *Computers in Human Behavior*, 45, 411–420. DOI:<http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.039>

Wardani, A. S. (2016). Menilik Perkembangan *Smartphone* dari Masa ke Masa. *Liputan6.com*. Diakses pada 5 oktober 2018 dari <https://www.liputan6.com/tekn/read/2669811/menilik-perkembangan-smartphone-dari-masa-ke-masa>

Wijanarko, K. S. (2014). Pengaruh nilai pelanggan terhadap kepuasan serta dampaknya terhadap loyalitas menggunakan *smartphone* samsung galaxy series di Kota Palu. *E-Jurnal Katalogis*, 2(7), 34-46.

Woodall, M. (2018, December 14). Cell Phone Behavior Survey: What Do People Do on Their Phones?. *Reviews.org*. Diakses pada 16 April 2019 dari <https://www.reviews.org/trends/cell-phone-addiction/>

Xie, X., Dong, Y., & Wang, J. (2018). Sleep quality as a mediator of problematic smartphone use and clinical health symptoms. *Journal of Behavioral Addictions*. DOI: 10.1556/2006.7.2018.40

Yen, J.-Y., Yen, C.-F., Chen, C.-S., Chang, Y.-H., Yeh, Y.-C., & Ko, C.-H. (2012). The bidirectional interactions between addiction, behaviour approach and behaviour inhibition systems among adolescents in a prospective study. *Psychiatry Research*, 200, 588–592.