

Gambaran Smartphone Addiction pada Remaja di Tangerang Selatan

Irnawati Jayanti¹, Namira Rahman², Amallia Hanna Bahagianti Sajidah³, Aries Yulianto⁴

¹ Universitas Pembangunan Jaya; irnawati.jayanti@student.upj.ac.id

² Universitas Pembangunan Jaya; namira.rahman@student.ac.id

³ Universitas Pembangunan Jaya; amallia.hannabahagianti@student.ac.id

⁴ Universitas Pembangunan Jaya; aries.yulianto@upj.ac.id

Article Info

Article history:

Received Maret 2023

Revised Maret 2023

Accepted Maret 2023

Kata Kunci:

Smartphone addiction,
Smartphone Addiction Scale,
remaja, Tangerang Selatan.

Keywords:

Smartphone addiction,
Smartphone Addiction Scale,
adolescence, South Tangerang.

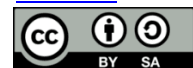
ABSTRAK

Lebih dari 50% pengguna *smartphone* di Indonesia merupakan remaja. Dari data yang ditemukan, pengguna ponsel di Tangerang Selatan mengalami peningkatan sebanyak 3,3%, dari tahun sebelumnya. Salah satu faktor yang menyebabkan peningkatan tersebut adalah karena penggunaan *smartphone* pada remaja di Tangerang Selatan yang bertujuan untuk mencari informasi ataupun menghibur diri di kala stres. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *smartphone addiction* pada remaja di Tangerang Selatan. Peneliti melakukan penelitian terhadap 100 remaja (50 laki-laki dan 50 perempuan) yang tinggal di Tangerang Selatan dengan *descriptive research strategy* melalui *survey research design*. Perilaku *smartphone addiction* diukur menggunakan Smartphone Addiction Scale (SAS) yang terdiri dari 33 pertanyaan dengan 6 dimensi, masing-masingnya menggambarkan hubungan dan keterikatan mereka dengan *smartphone*. Hasil yang menunjukkan bahwa perilaku *smartphone addiction* pada remaja di Tangerang Selatan cenderung sedang. Selain itu, ditemukan tidak ada perbedaan *smartphone addiction* antara remaja laki-laki dan perempuan.

ABSTRACT

More than 50% of smartphone users in Indonesia are teenagers. From the data found, smartphone users in South Tangerang had increased 3.3% from last year. One of factors of this increase is teenagers in South Tangerang used smartphone to find information or entertain themselves to reduce stress. The purpose of this study was to describe the smartphone addiction in adolescents in South Tangerang. Researchers conducted research on 100 adolescents (50 men and 50 women) who lived in South Tangerang using descriptive research strategy through a survey research design. Smartphone addiction was measured by the Smartphone Addiction Scale (SAS) consist of 33 questions with 6 dimensions, each describing the participant's relationship and attachment to their smartphones. The results showed that smartphone addiction in adolescents in South Tangerang tends to be moderate. Also, there were no difference in smartphone addiction between men and women.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Corresponding Author:

Name: Aries Yulianto, S.Psi., M.Si.

Institution: Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya, Jl. Cendrawasih Raya Blok B7/P, Kel. Sawah Baru Kec. Ciputat, Tangerang Selatan, Banten 15413

Email: aries.yulianto@upj.ac.id**1. PENDAHULUAN**

Penggunaan *smartphone* dalam kehidupan sehari-hari saat ini menjadi suatu hal yang tidak dapat dipisahkan. Berbagai macam kegiatan manusia yang menggunakan *smartphone* membuatnya menjadi sebuah kebutuhan di zaman ini. Menurut hasil survei Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemkominfo) pada tahun 2017, pengguna *smartphone* di Indonesia sudah mencapai 66,3%, dengan usia pengguna mulai dari 9-65 tahun (Indonesiabaik.id, 2018). Hal ini membuktikan bahwa persebaran penggunaan *smartphone* di Indonesia cukup luas dari segi usia. Penelitian lain dilakukan kepada 1026 remaja (45% perempuan dan 55% laki-laki) di Inggris yang menghasilkan kesimpulan bahwa sebanyak 55,9% partisipan berisiko terindikasi penyalahgunaan dan kecanduan *smartphone* (Mulyaningrum, 2020).

Smartphone saat ini menjadi teknologi berguna yang membawa produktivitas dan kenyamanan dalam kehidupan sehari-hari (Zhang et al., 2014). *Smartphone* digunakan mulai dari memperoleh informasi, membantu mengurangi stres dengan bermain permainan, hingga berkomunikasi dengan individu lain. Dengan kemudahan-kemudahan tersebut, tak jarang banyak individu yang malah terjebak. Sehingga, dapat diketahui bahwa di balik manfaatnya, kita juga tak bisa menutup mata bahwa ada beberapa dampak negatif yang akhirnya ditimbulkan oleh keberadaan alat ini. Salah satunya adalah *smartphone addiction*.

Smartphone addiction merupakan sebuah perilaku keterikatan terhadap *smartphone* yang menimbulkan masalah sosial, seperti kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari hingga menarik diri, dan juga bisa menimbulkan gangguan impuls dalam diri seseorang (Kwon, Lee, et al., 2013). Dengan adanya perilaku tersebut dan kesulitan dalam mengatur dorongan dalam dirinya untuk menggunakan *smartphone*, seseorang akan cenderung fokus pada *smartphone*-nya tanpa memedulikan lingkungan sekitar (Amna et al., 2020).

Penggunaan *smartphone* pada remaja pun ikut menjadi sorotan. Remaja pada konteks ini merupakan individu yang berada pada usia 15-18 tahun (Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2020). Ditunjukkan oleh hasil survei, bahwa lebih dari 50% pengguna *smartphone* adalah orang-orang yang berada di usia remaja (Indonesiabaik.id, 2018). *Smartphone addiction* pada remaja berkaitan dengan beberapa faktor yang di antaranya seperti stres dalam dunia akademik, kepribadian individu itu sendiri, apa yang dirasakan oleh individu, kualitas dalam persahabatan, jenis kelaminnya, dan frekuensi penggunaan *smartphone* (Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2020).

Seperti halnya yang dikatakan oleh remaja di Tangerang Selatan, bahwa *smartphone* dapat mempermudah mereka dalam mencari informasi, berkomunikasi melalui media sosial, serta dapat mengerjakan tugas dan menunjang kegiatan sekolah. Tetapi, beberapa dari mereka menggunakan *smartphone* sebagai penghilang bosan saat sedang mengikuti proses pembelajaran secara langsung. Inilah yang membuat mereka tidak dapat lepas dari *smartphone* dan menjadi ketergantungan (Viviyanti, 2019). Oleh karena itu di dalam Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas), daerah

Tangerang Selatan sendiri menempati urutan kelima dengan kenaikan pengguna ponsel tertinggi sebanyak 3,3% (dari 76% ke 79,3%) dalam rentang waktu 2016-2019 (Maharrani, 2021). Berdasarkan pemaparan yang berada di atas, peneliti ingin mengetahui, "Bagaimana *smartphone addiction* pada remaja di Tangerang Selatan?". Peneliti menduga adanya *smartphone addiction* yang tinggi pada remaja di Tangerang Selatan.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Pengertian Smartphone Addiction*

Kwon, Lee, et al., (2013) mengembangkan pengertian *smartphone addiction* berdasarkan konsep *internet addiction* yang telah dikemukakan sebelumnya oleh Kimberly Young. Menurut Kwon, Kim, et al., (2013), *smartphone addiction* merupakan sebuah perilaku keterikatan terhadap *smartphone* yang menimbulkan masalah sosial, seperti kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari hingga menarik diri, dan juga bisa menimbulkan gangguan impuls dalam diri seseorang.

2.2 *Dimensi Smartphone Addiction*

Smartphone addiction memiliki enam dimensi (Kwon, Lee, et al., 2013), yaitu:

1. *Daily-life Disturbance*. Pada dimensi ini, penggunaan *smartphone* yang dapat mengganggu kegiatan sehari-hari. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat menyebabkan timbulnya sakit pada bagian tubuh tertentu, seperti sakit pada bagian leher dan tangan, pandangan kabur, mengalami insomnia, ataupun sakit kepala.
2. *Positive Anticipation*. Pada dimensi ini, individu beranggapan bahwa menggunakan *smartphone* sebagai salah satu sarana hiburan, untuk menghilangkan kelelahan dan stres. Dampaknya, individu akan merasa senang ketika dekat dengan *smartphone*, namun akan merasa kecemasan apabila jauh dari *smartphone*.
3. *Withdrawal*. Pada dimensi ini, individu menjadi menarik diri dari lingkungan sosialnya karena selalu ingin menggunakan *smartphone*-nya, dan tidak ingin diganggu saat menggunakan *smartphone*.
4. *Cyberspace-oriented Relationship*. Pada dimensi ini individu merasa hubungan sosial di dunia maya melalui *smartphone* lebih menyenangkan dibandingkan dengan hubungan di dunia nyata.
5. *Overuse*. Individu di dimensi ini memiliki ketidakmampuan untuk mengontrol penggunaan *smartphone*. Individu memiliki keinginan untuk terus menggunakan *smartphone* setelah beberapa saat tidak menggunakannya. Termasuk juga mencegah terjadinya ketidakberfungsian *smartphone*-nya, misal dengan selalu membawa *powerbank*.
6. *Tolerance*. Pada dimensi terakhir ini, individu berusaha untuk berhenti menggunakan *Smartphone* secara berlebihan, namun selalu mengalami kegagalan.

3. METODE PENELITIAN

3.1 *Strategi dan Desain Penelitian*

Peneliti menggunakan strategi penelitian deskriptif dengan *survey research design* (Gravetter & Forzano, 2018). Peneliti hanya meneliti satu variabel, dengan mencari tahu *smartphone addiction* pada remaja di Tangerang Selatan tanpa adanya perbandingan maupun manipulasi terhadap variabel lain melalui menjawab pertanyaan yang telah dibuat di dalam kuesioner.

3.2 *Partisipan*

Karakteristik penelitian adalah remaja berusia 15-18 tahun, berdomisili di Tangerang Selatan serta memiliki atau menggunakan *smartphone*. Populasi penduduk berusia 15-19 tahun di Tangerang Selatan berjumlah 104.378 orang (Badan Pusat Statistik Kota Tangerang Selatan, 2023). Partisipan akan diambil menggunakan metode *quota sampling* (Gravetter & Forzano, 2018), yaitu sebanyak 50 orang remaja laki-laki dan 50 orang remaja perempuan. Proses pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner *online* kepada remaja laki-laki dan perempuan di berbagai universitas maupun sekolah-sekolah yang ada di Tangerang Selatan melalui media sosial.

3.3 Instrumen

Instrumen yang akan digunakan adalah skala Smartphone Addiction Scale (SAS) yang dari penelitian Amalia (Amalia, 2019) yang diadaptasi dari (Kwon, Kim, et al., 2013). Skala ini berisi 33 pernyataan yang terbagi dalam 6 dimensi, yaitu *Daily-life disturbance* (5 pernyataan, contoh: "sulit menyerap informasi dan pelajaran dari guru/dosen karena penggunaan *smartphone*"), *Positive anticipation* (8 pernyataan, contoh: "merasa nyaman dan tenang saat menggunakan *smartphone*"), *Withdrawal* (6 pernyataan, contoh: "memikirkan *smartphone* walaupun sedang tidak menggunakannya"), *Cyberspace-oriented relation* (7 pernyataan, contoh: "merasa bahwa teman dari internet lebih bisa mengerti saya daripada teman di dunia nyata"), *Overuse* (4 pernyataan, contoh: "lebih memilih mencari informasi lewat *smartphone* dibanding bertanya langsung kepada orang lain"), dan *Tolerance* (3 pernyataan, contoh: "selalu berpikir bahwa saya harus mengurangi waktu bermain *smartphone*"). Setiap pernyataan dapat dipilih dari skala 1-6 (1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = agak tidak setuju, 4 = agak setuju, 5 = setuju, dan 6 = sangat setuju). Skor setiap partisipan diketahui dari penjumlahan skor dari seluruh pernyataan menjadi sebuah skor total. Oleh karena itu, partisipan akan memperoleh skor antara 33 hingga 198, dimana semakin besar skor nya menunjukkan semakin tinggi *smartphone addiction* individu tersebut.

3.4 Prosedur

Dalam melakukan penelitian, peneliti memberi pesan secara daring di beberapa aplikasi seperti Instagram, LINE, dan Whatsapp kepada calon partisipan. Sebelumnya, peneliti bertanya terlebih dahulu terkait kerelaan atau kesediaan calon partisipan untuk mengisi kuesioner dan menjawab pertanyaan dengan sejujur-jujurnya dan tanpa adanya tenggat waktu. Jika bersedia, maka peneliti langsung membagikan kuesioner tersebut secara online dengan beberapa data yang perlu diisi terlebih dahulu, seperti usia, kecamatan domisili, jenis kelamin, jenjang pendidikan, kepemilikan *smartphone*, serta pertanyaan sesuai dengan Smartphone Addiction Scale (SAS).

3.5 Teknik Analisis

Teknik analisis yang digunakan adalah statistik deskriptif, yaitu rata-rata, simpang baku, nilai tertinggi, hingga nilai terendah. Peneliti membagi kategori *smartphone addiction* yang dialami oleh setiap partisipan menjadi tiga kelompok yaitu: tinggi, sedang, dan rendah. Penentuan kategori ini berdasarkan perhitungan *z-score*, dimana nilai *z-score* antara -1,0 hingga +1,0 termasuk kelompok sedang, lebih kecil dari -1,0 termasuk rendah, dan lebih besar dari +1,0 termasuk tinggi. *Z-score* dihitung dengan mengurangi skor setiap individu dengan rata-rata total, dibagi dengan simpang baku (Shultz et al., 2014). Untuk perhitungan, peneliti menggunakan perangkat lunak JASP versi 0.16.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 menyajikan gambaran partisipan secara umum berupa jenis kelamin, usia, pekerjaan, dan asal kecamatan. Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat bahwa jumlah partisipan laki-laki dan perempuan sesuai yang direncanakan, dengan sebagian besar berusia 18 tahun (57%), sebagian besar pekerjaan sebagai mahasiswa (66%), dan terbanyak berasal dari Kecamatan Ciputat (31%).

Tabel 1. Gambaran demografis partisipan penelitian (N=100)

Variabel	n (%)
Jenis Kelamin	
Laki-laki	50 (50)
Perempuan	50 (50)
Usia (tahun)	
15	16 (16)
16	16 (16)
17	11 (11)
18	57 (57)
Pekerjaan	
Mahasiswa	66 (66)
Pelajar	34 (34)
Asal Kecamatan	
Ciputat	31 (31)
Ciputat Timur	10 (10)
Pamulang	21 (21)
Pondok Aren	28 (28)
Serpong	6 (6)
Serpong Utara	3 (3)
Setu	1 (1)

Tabel 2 menyajikan gambaran *smartphone addiction* per usia maupun secara total. Skor *smartphone addiction* yang diperoleh partisipan berkisar antara 78 hingga 178. *Mean* paling tinggi berada pada kelompok usia 15 tahun (130,69) sedangkan *mean* paling rendah pada kelompok usia 16 tahun (116,44).

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel *Smartphone Addiction* berdasarkan Usia

Statistik	Usia (tahun)				Total (N=100)
	15 (n=16)	16 (n=16)	17 (n=11)	18 (n=57)	
Rata-rata	130,69	116,44	125,45	117,00	120,03
Simpang baku	27,12	15,05	22,03	18,03	20,19
Minimum	79,00	88,00	94,00	78,00	78,00
Maksimum	178,00	141,00	165,00	158,00	178,00

Tabel 3 menyajikan gambaran variabel *smartphone addiction* berdasarkan jenis kelamin. Berdasarkan data ini, meskipun partisipan remaja laki-laki (M= 117,96; SD = 20,69) memiliki rata-rata yang lebih rendah dibandingkan partisipan perempuan (M= 122,10; SD = 19,67) dalam *smartphone addiction*, tidak ditemukan perbedaan yang signifikan diantara kedua kelompok remaja tersebut, $t(98) = 1,026, p > 0,05$.

Tabel 3. Statistik deskriptif variabel *Smartphone Addiction* berdasarkan jenis kelamin

Statistik	Jenis Kelamin	
	Laki-laki (n=50)	Perempuan (n = 50)
<i>Rata-rata</i>	117,96	122,10
<i>Simpang baku</i>	20,69	19,67
Minimum	78,00	83,00
Maksimum	172,00	178,00

Tabel 4 menampilkan kategori *smartphone addiction* pada partisipan. Dari tabel ini dapat diketahui bahwa sebagian besar partisipan termasuk dalam kategori sedang. Hal ini terjadi karena *smartphone* bisa menghibur para pelajar dan mahasiswa di kala penat dan dapat menghilangkan stres dalam kehidupan sehari-hari, seperti dalam menjalani pendidikan (Fakultas Psikologi UIN Syarif

Hidayatullah Jakarta, 2020). Selain itu, meskipun Tangerang Selatan sebagai kota dengan kenaikan pengguna ponsel tertinggi ke-5 (Maharrani, 2021), tidak membuat remaja di Tangerang Selatan mayoritas tidak mengalami *smartphone addiction*.

Tabel 4. Kategori *smartphone addiction* dari partisipan (N=100)

Kategori	Rentang <i>z-score</i>	Rentang skor total	Frekuensi		
			Laki-laki	Perempuan	Total
Tinggi	> +1,0	< 100	11 (22%)	11 (22%)	13 (13%)
Sedang	-1,0 s/d +1,0	100 s/d 140	31 (62%)	33 (66%)	73 (73%)
Rendah	< -1,0	> 140	8 (16%)	6 (12%)	14 (14%)

5. KESIMPULAN

Tujuan dari penelitian ini untuk menggambarkan *smartphone addiction* yang terjadi pada remaja di daerah Tangerang Selatan. Setelah mendapatkan hasil, peneliti dapat menyimpulkan bahwa perilaku *smartphone addiction* pada remaja di Tangerang Selatan tergolong sedang. Hasil ini berbeda dengan dugaan peneliti sebelumnya bahwa perilaku *smartphone addiction* termasuk tinggi pada remaja di Tangerang Selatan.

Penelitian ini tetap memerlukan kajian yang lebih mendalam, karena hasil penelitian yang peneliti lakukan belum dapat menggambarkan secara tepat keseluruhan tingkat *smartphone addiction* remaja di Kota Tangerang Selatan. Keterbatasan jumlah partisipan yang hanya 100 orang belum dapat mewakili populasi remaja di Kota Tangerang Selatan. Peneliti menyarankan jika penelitian serupa dilakukan kembali, maka jumlah partisipan diambil minimal 270 orang (Sugiyono, 2016).

Terkait hasil yang diperoleh, untuk mencegah remaja memiliki *smartphone addiction* yang tinggi, peneliti menyarankan remaja di Tangerang Selatan untuk lebih banyak bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Hal ini karena tidak semua hal bisa diandalkan dengan *smartphone* saja dan tidak semua hiburan hanya berada di *smartphone*. Para remaja juga bisa membangun relasi antar individu seperti teman ataupun sahabat karib di dunia nyata (Cha & Seo, 2018). Sehingga, para remaja bisa lebih terdorong dalam berinteraksi secara langsung dengan individu lain tanpa adanya penghalang dari *smartphone*. Remaja menjadi lebih produktif dalam melakukan kegiatan, dan bisa memanfaatkan *smartphone* lebih bijak tanpa adanya perilaku ketergantungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, I. (2019). *Hubungan smartphone addiction dan selfitis behavior pada remaja di Indonesia*. Universitas Pembangunan Jaya.
- Amna, Z., Faradina, S., & Mufidah, R. (2020). Gambaran kecenderungan adiksi penggunaan ponsel cerdas pada mahasiswa. *Seurune Jurnal Psikologi Unsyiah*, 3(2), 101–112. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v3i2.17615>
- Badan Pusat Statistik Kota Tangerang Selatan. (2023). *Kota Tangerang Selatan dalam angka: 2023*. <https://tangselkota.bps.go.id/publication/download.html?nrbvfeve=YTNIZWMwMTIwNTcyMTQ1MW NmNWE3NmEz&xzmn=aHR0cHM6Ly90YW5nc2Vsa290YS5icHMuZ28uaWQvcHVibGljYXRpb24vMj AyMy8wMi8yOC9hM2VIYzAxMjA1NzIxNDUxY2Y1YTc2YTMva290YS10YW5nZXJhbmctc2VsYXRhbi 1kYWxhbS1hbmdrYS0y>
- 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*, 5(1). <https://doi.org/10.1177/2055102918755046>
- Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. (2020). *Adiksi smartphone lebih cenderung terjadi pada remaja, kok bisa?* Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. <http://psikologi.uinjkt.ac.id/adiksi->

- smartphone-lebih-cenderung-terjadi-pada-remaja-kok-bisa/
- Gravetter, F. J., & Forzano, L.-A. B. (2018). *Research methods for the behavioral sciences*. Cengage Learning, Inc.
- Indonesiabaik.id. (2018). 66,3% masyarakat Indonesia memiliki smartphone #8. Indonesiabaik.Id. <https://indonesiabaik.id/infografis/663-masyarakat-indonesia-memiliki-smartphone-8>
- Kwon, M., Kim, D., Cho, H., & Yang, S. (2013). The Smartphone Addiction Scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLoS ONE*, 8(12), 1–7.
- Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., Gu, X., Choi, J. H., & Kim, D. J. (2013). Development and validation of a Smartphone Addiction Scale (SAS). *PLoS ONE*, 8(2), 1–7. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0056936>
- Maharrani, A. (2021). *Ponsel masih terkonsentrasi di kota besar*. Lokadata.Id. <https://lokadata.id/artikel/ponsel-masih-terkonsentrasi-di-kota-besar>
- Mulyaningrum, A. (2020). *Hubungan antara perilaku mabuk gawai pada orangtua (parental phubbing) dan kecanduan ponsel pintar (smartphone addiction) pada remaja*. Universitas Islam Indonesia.
- Shultz, K. S., Whitney, D. J., & Zickar, M. J. (2014). *Measurement theory in action: Case studies and exercises*. Taylor & Francis.
- Sugiyono, S. (2016). *Statistik untuk penelitian*. Alfabeta.
- Viviyanti, N. K. (2019). *Pengaruh self control, leisure boredom dan smartphone usage terhadap kecanduan smartphone pada remaja*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Zhang, K. Z. K., Chen, C., & Lee, M. K. O. (2014). Understanding the role of motives in smartphone addiction. *PACIS 2014 Proceedings*, 131–140.