



**BRPKM**

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



---

ARTIKEL PENELITIAN

## **Kecanduan Smartphone Pada Remaja**

Abyan Ahmad Apriyana & Tiara Diah Sosialita, M.Psi., Psikolog

Departemen Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor apa saja yang dapat menyebabkan remaja mengalami kecanduan pada smartphone. Remaja merupakan seseorang yang berada di kisaran umur 10-24 tahun yang ditandai dengan perubahan seperti perubahan emosi, fisik, dan sosial. Pada masa ini, remaja memiliki keingintahuan yang tinggi dan mengalami perkembangan sebagai persiapan untuk memasuki masa dewasa. Hasil penelitian mendapatkan sebanyak 19 jurnal artikel yang menyesuaikan pada penelitian ini. Faktor-faktor yang dapat memengaruhi remaja menjadi kecanduan smartphone adalah faktor internal dan eksternal. Faktor eksternal seperti keadaan sosial yang menyebabkan seseorang ketakutan tertinggal informasi. Sedangkan faktor internal seperti kontrol diri yang rendah terhadap smartphone tersebut.

**Kata kunci:** *kecanduan smartphone, remaja*

### **ABSTRACT**

This study aims to determine what factors can cause adolescents to experience addiction to smartphones. An adolescent is someone who is in the age range of 10-24 years which is characterized by changes such as emotional, physical, and social changes. During this period, adolescents have high curiosity and experience development in preparation for entering adulthood. The results of the research obtained as many as 19 journal articles that fit this research. Factors that can influence adolescents to become addicted to smartphones are internal and external factors. External factors such as social circumstances that cause a person to fear being left behind information. While internal factors such as low self-control over the smartphone.

**Keywords:** *smartphone addiction, adolescent*

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), tahun, Vol. X(no), pp,

\*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: [tiarasosialita@psikologi.unair.ac.id](mailto:tiarasosialita@psikologi.unair.ac.id)



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

## PENDAHULUAN

Masa remaja dikatakan sebagai masa terjadinya perkembangan yang pesat baik dari segi fisik, emosional, psikologis, dan intelektual. Remaja adalah seseorang yang berada pada umur 10-18 tahun (Kemenkes, 2018). Sedangkan menurut WHO, remaja diartikan kedalam tiga kategori yaitu psikologis, biologis, dan sosial-ekonomi. Pada masa ini, remaja banyak menghabiskan waktunya untuk mengeksplor baik tentang diri, pengetahuan, dan lingkungannya karena mereka memiliki keingintahuan yang tinggi sebelum memasuki masa dewasa. Untuk mengeksplor rasa keingintahuannya, salah satu media yang dapat digunakan adalah melalui smartphone. Dengan menggunakan smartphone, mereka dapat mengakses berbagai informasi yang dibutuhkan. Penggunaan smartphone pada saat ini merupakan kebutuhan sehari-hari, termasuk bagi seorang remaja.

Smartphone merupakan alat bantu yang dapat menunjang kegiatan bagi remaja. Namun, penggunaan semenjak dini dan intensitas yang tinggi di kalangan remaja dapat mengakibatkan kecanduan smartphone. Kecanduan atau adiksi menurut (BNN, 2013) adalah suatu kondisi ketergantungan secara fisik dan mental terhadap hal tertentu yang dapat menimbulkan perubahan perilaku pada orang yang mengalaminya. Menurut Roger & McMillins (1991) dalam (BNN, 2013), seseorang dapat dikatakan adiksi apabila memiliki kriteria penyakit primer, seringkali tidak diperlukan pada kondisi awal yang dapat menyebabkan seseorang menjadi penyalahguna, dan bila tidak ditolong dapat berakibat kematian atau komplikasi penyakit medis, psikologis, dan sosial.

Kecanduan smartphone memberikan efek negatif bagi seorang remaja, karena hal ini dapat membuat remaja menjadi terbiasa melihat gawainya dibanding berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, kecanduan smartphone juga menyebabkan depresi stress, gangguan tidur, rasa nyeri pada jari tangan, dan menurunnya kemampuan tangan (Mason, Zamparo, Marini, & Ameen, 2022). Tidak hanya itu, kecanduan smartphone sering dikaitkan dengan kecemasan sosial dimana seseorang akan merasa sering tertinggal informasi dengan teman ketika mereka tidak hadir secara daring.

## METODE

### *Desain Penelitian*

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan telaah literatur (literature review) dimana pendekatan ini bertujuan untuk menemukan teori dan temuan dari penelitian-penelitian sebelumnya. Untuk mencari literatur, peneliti menggunakan kata kunci *smartphone addiction*, adiksi smartphone, dan kecanduan smartphone pada remaja. *database* yang digunakan berasal dari Google Scholar, Pro Quest, Web of Science, dan Springer Link.

## HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil pencarian literatur dari database dan menggunakan kata kunci yang spesifik, terdapat beberapa penelitian yang memuat informasi yang dibutuhkan. Hasil dari telaah literatur akan dijadikan sebagai rangkuman bagi peneliti terkait artikel yang berhubungan dengan kecanduan smartphone pada remaja.

Nama Penulis	Judul Artikel	Tujuan	Hasil penelitian
1. Chor-Iam Chau, Yvonne Yin-yau, Tsui and Cecillia Cheng	Gamification for Internet Gaming Disorder Prevention: Evaluation of a Wise It-Use (WIT) Program for Hong Kong Primary Students	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah program Wise IT-Use (WIT) dapat mengurangi gejala yang muncul dari kecanduan game internet dan untuk mengetahui tingkat kesejahteraan emosional mereka selama program berlangsung	Program WIT yang baru dikembangkan ini dilakukan dengan dua kali tes. Hasil menunjukkan bahwa dapat mengurangi gejala pada siswa yang mengalami kecanduan game internet. Namun, pada siswa yang memiliki resiko tinggi, tidak terdapat pengurangan gejala dari kecanduan game internet. Hasil ini ditunjukkan dari analisis korelasi Pearson dimana kecanduan game internet dan perilaku (...) memiliki hubungan positif dengan afek negatif dan kecemasan sosial. Selain itu, analisis korelasi Pearson juga menunjukkan bahwa gejala kecanduan game internet pada tes pertama mengalami penurunan dan kecemasan sosial juga mengalami penurunan ( $r_s = 0.21$ & $0.25$ ).
2. Magdalena Pape, Benedict Reichrath, Laura Bottel, Stephan Herpertz, Henrik Kessler, Jan Dieris-Hirche	Alexithymia and internet gaming disorder in the light of depression: A cross-sectional clinical study	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara alexithymia dan IGD saat mengendalikan gejala depresi	Lebih dari setengah kelompok eksperimen IGD (54,1% $n = 20$ ) mengalami depresi dibanding dengan kelompok kontrol (20,5% $n = 8$ ). Pasien IGD mendapatkan skor yang lebih tinggi baik pada gejala depresi maupun tingkat IGD itu sendiri dibanding mereka yang bukan pasien IGD. Tingkat IGD yang tinggi juga memiliki hubungan positif dengan ciri alexithymia dan gejala depresi akut. Secara umum, Alexithymia dan gejala depresi akut berpengaruh pada tingkat IGD. Analisis regresi berganda dilakukan dengan tingkat keparahan IGD sebagai variabel dependen, sedangkan alexithymia serta gejala depresi

			akut sebagai variabel independen. Dari analisis tersebut, ditemukan bahwa alexithymia berpengaruh terhadap tingkat keparahan IGD (beta = 0.30, p = .014), sedangkan gejala depresi akut tidak berpengaruh terhadap tingkat keparahan IGD (beta = 0.17, p = .155). Hasil penelitian juga tidak menemukan sampel yang menjadi kelompok kontrol mengalami alexithymia
3. Ahmad Mamoun Rajab, Mohamed Sadik Zaghoul, Saed Enabi, Tawfik Mamoun Rajab, Abdullah Murhaf Al-Khani, Abdulrahman Basalah, Sara Wafik Alchalati, Joud Enabi, Saadi Aljundi, Syed Muhammad Baqui Billah, Juliann Saquib, AbdulRahman, AlMazrou, Nazmus Saquib	Gaming addiction and perceived stress among Saudi adolescents	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui prevalensi dari kecanduan game dan hubungannya dengan stres pada pelajar di Saudi.	Hampir 75% dari partisipan mengalami stress, termasuk 11,4% diantaranya memiliki tingkat stress yang tinggi dan sekitar 5% mengalami kecanduan game. Partisipan yang mengalami kecanduan game adalah mereka yang usianya lebih muda. Dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa partisipan yang mengalami kecanduan game lebih banyak terjadi pada laki-laki dibanding dengan perempuan. Selain itu, mereka yang memiliki kecanduan game memiliki latar belakang keluarga yang kurang harmonis (broken home). Partisipan yang mengalami kecanduan game juga memiliki nilai yang lebih rendah dibanding mereka yang tidak mengalami kecanduan game (38,5% dan 51,2%.
4. Eilish Duke, Christian Montag	Smartphone addiction, daily interruptions and self-report productivity	Kedatangan era ponsel pintar mengubah cara kita dalam berkomunikasi, bernavigasi, kerja, dan bagaimana	Ditemukan bahwa terdapat hubungan antara kecanduan smartphone terhadap penurunan produktivitas kerja serta jumlah jam kerja yang hilang akibat waktunya terpakai untuk menggunakan

		kita menghibur diri sendiri. Saat teknologi memberikan terobosan-terobosan baru, penggunaan secara konstan juga memberikan dampak negatif seperti turunnya produktivitas karena mengganggu pekerjaan.	smartphone. Selain itu, kecanduan smartphone juga berpengaruh terhadap aktivitas sehari-hari yang tidak berkaitan dengan pekerjaan.
5. Supat Sanjamsai, Darunee Phukao	Flow experience in computer game playing among Thai university students	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengalaman yang dirasakan oleh mahasiswa dalam bermain game dan untuk mengidentifikasi perilaku yang mengarah pada kecanduan game serta perilaku adiktif	Berdasarkan SEM (Structure Equation Modeling), fokus kognitif memiliki hubungan yang positif dengan persepsi pada utilitas dari sebuah game (Beta = .85). Fokus emosi juga memiliki pengaruh pada dampak fisik maupun psikologis dari sebuah game (Beta = .52). Pada penelitian ini ditemukan juga bahwa laki-laki lebih banyak menghabiskan waktunya untuk bermain didepan komputer dibandingkan perempuan. Namun, pada penelitian ini dijelaskan bahwa durasi bermain bukan menjadi indikator utama yang mengakibatkan efek negatif dari bermain game
6. Jap Tji Beng, Sri Tiatry, Fenny Lusiana, Vivien H. Wangi	Intensity of Gadgets Usage for Achieving Prime Social and Cognitive Health of Adolescents During the Covid-19 Pandemic	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan sosial media terhadap	Dari penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa rata-rata remaja menggunakan gadgetnya selama 2-4 jam perhari. Namun saat pandemi, tidak memungkinkan bahwa remaja hanya menggunakan selama 2-4 jam perhari karena

		kesehatan kognisi dan sosial bagi remaja selama pandemi covid-19	gadget tersebut digunakan untuk pembelajaran daring seperti mengerjakan tugas. Pada penelitian ini ditemukan bahwa waktu yang digunakan remaja untuk mengakses gadgetnya adalah selama 8 jam perhari selama pandemi
7. Innocent B. Mboya, Beatrice John Leyaro, Allberto Kongo, Charles Mkombe, Eliah Kyando, Johnston George	Internet addiction and associated factors among medical and allied health sciences students in northern Tanzania: a cross-sectional study	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui prevalensi dan faktor yang berhubungan dengan kecanduan internet pada mahasiswa kedokteran dan ilmu kesehatan di Tanzania utara	Prevalensi dari kecanduan internet ditemukan sebesar 31%. Mahasiswa yang menggunakan internet saat dikampus ditemukan lebih kecil kemungkinan mengalami kecanduan internet dibanding mahasiswa yang menggunakan internet saat dirumah. Prevalensi yang lebih tinggi ditemukan pada mahasiswa yang menggunakan internet dengan durasi yang lama, seperti 5 jam atau lebih per harinya.
8. Leonard Yik-Chuan Lei, Muhd Al-Aarifin Ismail, Jamilah Al-Muhammady Mohammad, Muhamad Saiful Bahri Yusoff	The relationship of smartphone addiction with psychological distress and neuroticism among university medical students	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dari kecanduan smartphone dengan kesehatan psikologis serta neurotisme pada mahasiswa kedokteran USM	Tingkat respon dari survei didapat sebesar 83,9% (574 dari 674) dimana proporsi perempuan lebih tinggi (68,5%) dibanding laki-laki (31,5%). Prevalensi dari kecanduan smartphone ditemukan sebesar 40,6%. Prevalensi pada mahasiswa laki-laki yang kecanduan smartphone ditemukan lebih tinggi (49,2%) dibanding mahasiswa perempuan yang mengalami hal yang sama (36,6%). Berdasarkan hasil analisis korelasi, ditemukan bahwa kecanduan smartphone dengan kondisi psikologis mahasiswa memiliki hubungan yang cukup signifikan ( $r_{depression} = 0,277$ , $pvalue$

			<0,001; kecemasan = 0,312, nilai-p <0,001; stres = 0,329, p-value <0,001). Namun, kecanduan smartphone dengan neurotisisme memiliki hubungan yang tidak signifikan ( $r = 0.173$ , p-value <0.001). Kemudian analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa kecanduan smartphone memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kondisi kesehatan psikologis (bdepression = 0.101, p-value < 0.001; anxiety = 0.120, p-value < 0.001; bstress = 0.132, p-value <0,001; bneurotisisme = 0,404, p-value <0,05).
9. Silvia Sanz-Blas, Daniela Buzova, Maria Jose Miquel-Romero	From Instagram overuse to instastress and emotional fatigue: the mediation of addiction	Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan pandangan baru terkait fenomena penggunaan berlebihan pada aplikasi Instagram	Hasil analisis menunjukkan bahwa empat dari lima hipotesis yang dibuat sebelumnya menunjukkan pengaruh langsung dan signifikan. Dimana penggunaan yang berlebih berpengaruh pada adiksi (beta 0,78), penggunaan yang berlebih berpengaruh pada kelelahan emosional (0,48), penggunaan yang berlebih berpengaruh pada instastress (0,31). Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa adiksi dalam penggunaan aplikasi instagram disebabkan oleh responden yang menghabiskan waktu lebih lama daripada yang seharusnya.
10. Kavya Raj, Rebecca Segrave, Jeggan Tiego, Antonio Verdejo-Gracia Murat Yucel	Problematic Use of the Internet among Australian university students: Prevalence and profile	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui profil dan prevalensi dari gangguan penggunaan internet pada	Studi penelitian ini adalah studi cross-sectional dan dilakukan dengan survei daring. Sampel akan diminta untuk mengisi kuesioner tentang demografis dan tentang penggunaan internet mereka. Respon dari

		mahasiswa di negara Australia	kuesioner dibagi menjadi tiga kelompok (Kelas I, II, dan III) dimana terdapat 299 responden di kelas I, 365 responden di kelas II, dan 123 responden di kelas III. Masing-masing kelas ini memiliki tingkatan dalam menentukan keparahan dari PUI berdasarkan IAT-10. Ditemukan bahwa responden yang tidak memiliki gejala PUI ( $M = 13.87$ , $SD = 2.06$ ) memiliki skor IAT-10 yang lebih rendah dibandingkan dengan responden yang berpotensi memiliki gejala PUI ( $M = 20.63$ , $SD = 3.22$ ), $p < .001$ , $\eta^2 = 0.409$ , 95% CI [6.75, 7.33]. Sedangkan responden yang berpotensi memiliki gejala PUI memiliki skor yang lebih rendah dibanding responden yang memiliki gejala PUI ( $M = 31.69$ , $SD = 4.80$ ), $p < .001$ , $\eta^2 = 0.134$ , 95% CI [11.06, 11.83]. Selain itu, preferensi dalam berkomunikasi secara daring juga diukur, diketahui bahwa responden yang tidak memiliki gejala PUI menunjukkan preferensi yang lebih kecil daripada responden yang berpotensi memiliki PUI ( $M = 3.32$ , $SD = 1.68$ ), $p < .001$ , $\eta^2 = 0.025$ , 95% CI [0.17, 0.78]. Sedangkan responden yang berpotensi mengalami PUI juga menunjukkan lebih sedikit preferensi dibanding responden yang memiliki PUI ( $M = 4.17$ , $SD = 1.76$ ), $p < .001$ , $\eta^2 = 0.134$ , 95% CI [0.44, 1.25].
11. Mina Jeon, Mi-Sun Lee, Ji-Young Yoon,	Mental health literacy of Internet gaming disorder	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan	Secara keseluruhan, responden yakin bahwa seseorang yang mengalami gangguan



Soo-Young Bhang	and problematic smartphone use among Korean Teenagers	kuesioner tentang literasi kesehatan mental dari literatur sebelumnya yang berkaitan dengan literasi kesehatan mental. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk membahas literasi kesehatan mental dan hubungannya dengan gangguan penggunaan internet dan perilaku penggunaan smartphone yang berlebih pada remaja di Korea agar mereka dapat mengetahui sampai mana ambang adiksi, serta persepsi mereka terhadap seseorang yang mengalami adiksi	penggunaan internet dan kecanduan smartphone mengalami kesulitan untuk hidup dengan gangguan tersebut dimana mereka sulit untuk diobati, merasa kurang bahagia, memiliki kehidupan akademik yang kurang, dan kurang puas dalam pertemanannya, namun memiliki empati yang kurang terhadap orang lain. Kemudian untuk melihat kemungkinan dalam memberikan rekomendasi bantuan untuk seseorang yang memiliki gangguan penggunaan internet dan kecanduan smartphone, ditemukan bahwa responden paling banyak merekomendasikan bantuan dari orang tua (M= 5.86), sedangkan rekomendasi dari internet paling sedikit (M=3.61). Wilcoxon test juga digunakan untuk melihat perbandingan rekomendasi bantuan antara gangguan penggunaan internet dengan kecanduan smartphone. Ditemukan bahwa bantuan dari orang tua dan konselor lebih membantu bagi seseorang yang mengidap gangguan penggunaan internet, sedangkan bantuan dari teman dinilai kurang membantu (orang tua (p<0.001), konselor (p=.04), teman (p=0.9). Untuk perbandingan literasi kesehatan mental bagi seseorang dengan risiko rendah & tinggi untuk mengalami gangguan penggunaan internet, diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan diantara keduanya. Responden yang
-----------------	---	---	--

			memiliki risiko tinggi terhadap gangguan penggunaan internet menganggap bahwa bantuan dari konselor dirasa sangat berguna (M= 6.00, SD= 1.34), sedangkan responden yang memiliki risiko rendah menganggap bantuan orangtua yang sangat berguna (M= 6.22, SD= 1.31). Untuk perbandingan literasi kesehatan mental untuk kecanduan smartphone berdasarkan risiko rendah atau tinggi dari gangguan internet, ditemukan bahwa responden yang memiliki risiko tinggi lebih mengenali gejala kecanduan smartphone dibanding responden yang memiliki risiko rendah (p= .015).
12. Vincent Wan-Ping Lee, Henry Wai-Hang Ling, Johnson Chung-sing Cheung, Sincere Yee-Chun Tung, Cathy Miu-Yee Leung, Yu-Cheung Wong	Technology and Family Dynamics: The Relationships Among Children;s Use of Mobile Devices, Family atmosphere and Parenting Approaches	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui suasana keluarga, efikasi orang tua, metode pengasuhan anak dan pola penggunaan smartphone pada anak akan mengakibatkan dampak negatif bagi kesejahteraan anak	Secara keseluruhan, aktivitas daring yang paling sering dilakukan oleh anak dengan gawainya adalah untuk berkomunikasi dengan orang lain (98.7%), diikuti dengan bermain game (95.7%), mencari informasi (95.6%), dan menelusuri internet atau web yang menarik (92.4%). Sangat sedikit anak-anak yang menggunakan gawainya untuk melakukan belanja daring (33.7%). Kemudian, sikap orang tua terhadap anak saat mereka menggunakan gawainya ditemukan cukup adil (46.7% vs 42.7%). Perbedaan pendidikan orang tua ternyata berpengaruh pada sikap mereka saat anak-anak menggunakan gawainya dimana orang tua yang memiliki latar belakang pendidikan yang tinggi lebih keras dalam mengajari anaknya

			dibanding orang tua yang lebih rendah latar belakang pendidikannya. Selain itu, ditemukan bahwa ibu lebih keras dalam mengajari anaknya saat mereka memegang gawai dibanding ayah.
13. Xin-Yi Wei, Lei Ren, Huai-Bin Jiang, Chang Liu, Hong-Xia Wang, Jing-Yu Geng, Ting Gao, Jing Wang, Li Lei	Does adolescents' social anxiety trigger problematic smartphone use, or vice versa? A comparison between problematic and unproblematic smartphone users	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah kecemasan sosial memicu PSU dan apakah PSU memicu kecemasan sosial di antara pengguna usia remaja yang bermasalah dan tidak bermasalah.	Penelitian ini dikelompokkan menjadi dua kelompok. Kedua kelompok menunjukkan level menengah terkait kecemasan sosial. Ditemukan bahwa sampel yang diambil pertama kali memiliki kecanduan smartphone yang lebih tinggi (PSU: $t = 30$ , $p < 0.001$ ; social anxiety: $t = 9$ , $p < 0.001$ ). Selain itu ditemukan juga bahwa kedua kelompok sampel memiliki kecemasan sosial yang lebih tinggi T2 (PSU: $t = 18$ , $p < 0.001$ ; social anxiety: $t = 7$ , $p < 0.001$ ).
14. J. Mitchell Vaterlaus, Alexandra Aylward, Dawn Tarabochia, Jillian D. Martin	"A smartphone made my life easier": An exploratory study on age of adolescent smartphone acquisition and well-being	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan potensi antara usia remaja dalam penggunaan smartphone dengan kesejahteraan remaja akhir untuk mengetahui pengalaman penggunaan smartphone pada usia remaja akhir yang telah menggunakan smartphone dari masa remaja	Remaja perempuan lebih banyak menghabiskan waktunya dalam menggunakan smartphone dalam bersosial media, SMS, menggunakan komputer. Sedangkan laki-laki lebih menghabiskan waktunya dalam bermain game online. Perbedaan terbesar terlihat dari tingkat kesejahteraan terhadap penggunaan smartphone dimana perempuan dua kali lebih tinggi dibanding laki-laki ( $d = -0.47$ vs $d = -0.20$ , $Z = 24.10$ , $p < .001$ ).

		awal, menengah, atau akhir.	
15. Michela Cesarina Mason, Gioele Zamparo, Andrea Marini, Nisreen Ameen	Glued to your phone? Generation Z's smartphone addiction and online compulsive buying	Tujuan penelitian ini adalah untuk menggali potensi hubungan antara adiksi pada smartphone terhadap perilaku pembelian secara kompulsif	Ditemukan bahwa regulasi mood dan pengalaman fokus memediasi hubungan antara adiksi smartphone dengan perilaku belanja kompulsif (indirect effect = 0.031, 95% C.I.:0.013 to 0.054). Selain itu, adiksi smartphone memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap regulasi mood (beta = 0,538, SE = 0.071, p. <0.001) yang menunjukkan bahwa seseorang cenderung akan mengatur suasana hati dengan menggunakan smartphone. Kemudian, hasil juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara adiksi smartphone dengan perilaku belanja kompulsif (beta = 0.207, SE = 0.047, p.> 0.001).
16. Jie Long, Pengcheng Wang, Shuoyu Liu, Li Lei	Materialism and adolescent problematic smartphone use: The mediating role of fear of missing out and the moderating role of narcissism	Tujuan penelitian ini adalah untuk memvalidasi model konseptual di mana materialisme dapat memperburuk Fear of Missing Out (FoMO) atau rasa takut remaja akan ketinggalan yang pada gilirannya akan meningkatkan kemungkinan penggunaan smartphone remaja yang bermasalah; serta	Pada analisis korelasi, kecanduan smartphone berhubungan positif dengan materialisme (r = .34, p <.001). Variabel FoMO juga berhubungan positif dengan narsisme (r = .021, p < .001). Kemudian, materialisme berhubungan positif dengan FoMO (r = .22, p < 0.001). Materialisme juga berhubungan positif dengan narsisme (r = 0.23, p < .001). Untuk analisis mediasi, materialisme tidak berpengaruh terhadap FoMO $\beta = .76$ , p < .001. Namun memiliki pengaruh terhadap kecanduan smartphone $\beta = .33$ , p < .001. FoMO memediasi secara parsial terhadap hubungan antara

		hubungan antara materialisme dan penggunaan smartphone yang bermasalah melalui FoMO yang dimoderasi oleh narsisme.	materialisme dengan kecanduan smartphone pada remaja (pengaruh tidak langsung = .15, SE = .032, 95% CI = [.095, .228].
17. Abdul Fauzi, Titis Eka Apriliyanti, Masmuhul Khoir, Antonia Helena Hamu	Indikasi kecanduan smartphone pada remaja di Surabaya	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui indikasi kecanduan smartphone pada remaja di Surabaya	Responden terdiri dari 400 remaja siswa SMP dengan 30.5% laki-laki dan 69.5% perempuan. 4 (empat) dari enam indikator kecanduan smartphone pada siswa berada pada kategori sedang yaitu terganggunya aktivitas (52.5%), orientasi ruang maya (63.5%), antisipasi positif (50.8%), dan gejala penarikan (58%). Sedangkan dua indikator lainnya termasuk pada kategori ringan (penggunaan berlebih (45.5%) dan toleransi (51%)).
18. Nacep Hamrat, Dede Rahmat Hidayat, Mohamad Syarif Sumantri	Dampak Stres Akademik dan Cyberloafing terhadap kecanduan Smartphone	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh stres akademik dan cyberloafing terhadap kecanduan smartphone	Uji signifikansi dilakukan untuk melihat pengaruh antar variabel. Jika nilai t-hitung lebih besar dari nilai t-tabel, maka pengaruh antar variabel dinyatakan signifikan ( $\alpha = 0.05$ , adalah 1.645). Nilai koefisien jalur variabel stres akademik terhadap cyberloafing sebesar 0.33 dengan nilai jalur tersebut bernilai positif yang artinya semakin tinggi stres akademik, maka semakin tinggi pula cyberloafing mahasiswa. Uji signifikansi pengaruh stres akademik terhadap cyberloafing sebesar 4.38. Maka, stres akademik berpengaruh terhadap cyberloafing mahasiswa. Nilai koefisien jalur pada stres

			<p>akademik terhadap kecanduan smartphone adalah 0.62. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara stres akademik terhadap kecanduan smartphone (<math>t = 9.53</math>). Kemudian, uji signifikansi pada cyberloafing terhadap kecanduan smartphone menunjukkan nilai 1.83 yang artinya terdapat pengaruh dari cyberloafing terhadap kecanduan smartphone. Uji signifikansi dilakukan kembali pada variabel stres akademik dan cyberloafing terhadap kecanduan smartphone. Hasil uji t menunjukkan nilai 8.59 yang artinya stres akademik dan cyberloafing memiliki pengaruh terhadap kecanduan smartphone</p>
<p>19. Diana Putri Maharani, Anak Ayu Nyoman Trisna Narta Dewi, Ni Nyoman Ayu Dewi</p>	<p>Pengaruh durasi penggunaan dan tingkat kecanduan smartphone terhadap kejadian forward shoulder posture pada remaja usia 16-18 tahun di SMA Negeri 2 Denpasar</p>	<p>Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh durasi penggunaan smartphone terhadap kejadian forward shoulder posture pada remaja usia 16-18 tahun di SMA Negeri 2 Denpasar</p>	<p>Sampel berjumlah 63 orang dengan rincian 39 siswa perempuan (61,9%) dan 24 siswa laki-laki (38,1%) dengan usia 16 tahun merupakan sampel sebanyak 27 orang (42,9%), Usia 17 tahun 15 orang (23,8%), dan 18 tahun 21 orang (33,3%). Sebanyak 31 orang (49,2%) menggunakan smartphone dengan durasi tinggi dan 32 orang (50,8%) menggunakan smartphone dengan durasi sedang, tidak ada satupun yang menggunakan smartphone dengan durasi rendah. Sedangkan sebanyak 46 orang (73%) positif FSP, dan 17 orang (27%) dinyatakan negatif FSP. Pada uji chi-square, ditemukan bahwa durasi penggunaan smartphone berpengaruh terhadap kejadian</p>

			<p>forward shoulder posture (FSP), nilai p-value sebesar 0,028 (<math>p &lt; 0,05</math>). Uji chi-square juga menemukan bahwa kecanduan smartphone berpengaruh terhadap kejadian forward shoulder posture (FSP) dengan p-value sebesar 0,043 (<math>p &lt; 0,05</math>). Untuk hasil uji regresi logistik, durasi penggunaan smartphone memiliki p-value sebesar 0,021 (<math>p &lt; 0,05</math>) dimana bisa disimpulkan terdapat pengaruh dari durasi penggunaan smartphone terhadap kejadian FSP. Nilai Prevalence Ratio sebesar 0,212 yang artinya durasi penggunaan smartphone yang tinggi dapat meningkatkan resiko terjadinya FSP 0,212 kali lebih tinggi dibanding dengan durasi penggunaan smartphone yang rendah. Sedangkan tingkat kecanduan smartphone memiliki p-value sebesar 0,032 (<math>p &lt; 0,05</math>), dapat diartikan bahwa kecanduan smartphone berpengaruh terhadap kejadian FSP. Nilai Prevalence Ratio sebesar 4,774 yang berarti kecanduan smartphone yang tinggi dapat meningkatkan resiko terjadinya FSP 4,774 kali lebih tinggi.</p>
--	--	--	---

## DISKUSI

Remaja pada dasarnya adalah seseorang yang memiliki keingintahuan yang tinggi. Mereka akan Smartphone pada dasarnya adalah perangkat yang digunakan manusia untuk mendukung kegiatan sehari-harinya. Agar smartphone dapat berfungsi dengan optimal, dibutuhkan internet untuk mengoptimalkan penggunaan smartphone. Namun, terdapat dampak negatif dari internet dan smartphone yang salah satunya adalah kecanduan smartphone. Berdasarkan hasil telaah literatur sebelumnya, terdapat faktor yang dapat menyebabkan remaja mengalami kecanduan smartphone, yaitu faktor internal dan eksternal. Salah satu faktor eksternal tersebut adalah faktor sosial seperti ketakutan akan tertinggal informasi dengan yang lain sehingga menyebabkan kecanduan internet dan smartphone. Menurut (Has, 2020) ketakutan tertinggal informasi disebabkan karena penggunaan smartphone yang berlebihan sehingga seseorang merasa terbiasa dan akan merasa gelisah apabila tidak sering memeriksa smartphonanya. Faktor sosial yang lain adalah terkait dengan penggunaan sosial media dimana jika remaja tidak memiliki sosial media, maka ia akan dianggap tertinggal oleh zaman. Selain itu, faktor internal juga berperan dalam mendukung terjadinya kecanduan smartphone. Faktor internal ini terjadi karena seseorang tidak dapat mengendalikan keinginannya dengan baik atau memiliki kontrol diri yang rendah serta *sensation seeking* yang rendah. Peran diri dan orangtua sangat penting dalam mencegah terjadinya kecanduan smartphone. Orangtua dapat membatasi jam penggunaan smartphone bagi anak agar tidak terjadi kecanduan. Selain itu, anak sendiri harus memiliki kontrol diri agar tidak mengalami kecanduan dan anak juga dapat memilih pergaulan yang seperti apa agar tidak terjerumus kedalam lingkungan yang merugikan dirinya.

## SIMPULAN

Berdasarkan telaah literatur sebelumnya, kecanduan smartphone pada remaja dilatarbelakangi faktor internal dan eksternal. Salah satu faktor yang mendukung kecanduan smartphone adalah faktor sosial dimana saat seorang remaja merasa tertinggal informasi dengan temannya, ia akan segera melihat smartphonanya dalam waktu yang berlebihan agar tidak tertinggal informasi. Selain itu, kontrol diri dan *sensation seeking* yang rendah juga mengakibatkan kecanduan smartphone karena seseorang merasa tidak tenang apabila tidak dekat dengan smartphonanya. Oleh karena itu, dengan telaah literatur sebelumnya, perilaku kecanduan smartphone pada remaja memiliki dampak negatif bagi masa hidupnya apabila hal ini tidak ditanggapi dengan serius.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang terkait atas bantuan yang diberikan dalam membuat penelitian ini: Allah Swt. Tuhan Yang Maha Esa, Ibu Tiara selaku dosen pembimbing, orang tua yang selalu mendukung dan mendoakan kelancaran kami dalam berkuliah. Penulis sadar bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna sehingga peneliti mengharapkan kritik dan saran dari pembaca demi kesempurnaan penelitian ini.

## DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN



**Abyan Ahmad Apriyana & Tiara Diah Sosialita tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.”**

#### PUSTAKA ACUAN

- BNN. (2013, April 18). *Mengenal Adiksi*. Retrieved from <https://bnn.go.id/mengenal-adiksi/>  
<https://bnn.go.id/mengenal-adiksi/>
- Has, E. M. (2020, 7 12). *Intensitas Kecanduan Smartphone di Kalangan Remaja*. Retrieved from <https://news.unair.ac.id/2020/07/12/intensitas-kecanduan-smartphone-di-kalangan-remaja/?lang=id#:~:text=Intensitas%20penggunaan%20smartphone%20yang%20tinggi%20di%20kalangan%20remaja%20dapat%20menyebabkan,perilaku%20berbahaya%2C%20dan%20bahkan%20hipertensi.>
- Kemendes. (2018). *Remaja Indonesia Harus Sehat: Kementerian Kesehatan*. Retrieved from [www.kemkes.go.id](http://www.kemkes.go.id): <https://www.kemkes.go.id>
- Mason, M. C., Zamparo, G., Marini, A., & Ameen, N. (2022). Glued to your phone? Generation Z's smartphone addiction and online compulsive buying. *Computers in Human Behavior*, 1-13.

