

Pengaruh *Neuroticism Trait* terhadap *Self-Image* Remaja Pengguna *Earphone*

Maharani Btariputri Danardono & Nurul Hartini

Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

ABSTRAK

Penggunaan perangkat audio pribadi seperti earphone semakin umum di kalangan remaja dan telah menjadi bagian dari gaya hidup digital masa kini. Namun, intensitas penggunaan yang tinggi berpotensi menurunkan frekuensi interaksi sosial yang esensial dalam pembentukan citra diri remaja. Salah satu dimensi kepribadian yang berkaitan dengan proses pembentukan citra diri adalah neuroticism, yang mencerminkan kecenderungan individu merespon tekanan dengan emosi negatif. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh neuroticism trait terhadap self-image pada remaja pengguna earphone. Sebanyak 60 remaja berusia 15-18 tahun yang menggunakan earphone lebih dari 4 jam per hari menjadi partisipan dalam penelitian ini. Instrumen yang digunakan adalah IPIP-BFM 25 untuk mengukur neuroticism trait dan Erikson Psychosocial Stage Inventory (EPSI) subskala identity vs. role confusion untuk mengukur self-image. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan antara neuroticism trait terhadap self-image ($r = 0,160$; $p = 0,223$). Hasil ini menunjukkan bahwa pembentukan self-image remaja dalam konteks penggunaan earphone lebih kompleks dan tidak dapat dijelaskan hanya oleh faktor kepribadian neuroticism semata.

Kata kunci: *(neuroticism, self-image, remaja, earphone, Big Five Personality)*

ABSTRACT

The use of personal audio devices such as earphones is becoming increasingly common among adolescents and has become part of today's digital lifestyle. However, high-intensity usage has the potential to reduce the frequency of social interactions, which are essential in the development of adolescent self-image. One personality dimension related to the self-image formation process is neuroticism, which reflects an individual's tendency to respond to stress with negative emotions. This study aims to determine the influence of the neuroticism trait on self-image among adolescent earphone users. A total of 60 adolescents aged 15–18 years who use earphones for more than 4 hours per day participated in this study. The instruments used were the IPIP-BFM 25 to measure the neuroticism trait and the Erikson Psychosocial Stage Inventory (EPSI) identity vs. role confusion subscale to measure self-image. Data were analyzed using simple linear regression. The results showed that there was no significant effect of the neuroticism trait on self-image ($r = 0.160$; $p = 0.223$). These findings suggest that the formation of adolescent self-image in the context of earphone use is more complex and cannot be explained solely by the personality factor of neuroticism.

Keyword: *(neuroticism, self-image, adolescents, earphone use, Big Five Personality)*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital dalam dua dekade terakhir telah membawa perubahan besar dalam gaya hidup masyarakat, terutama di kalangan remaja. Salah satu perubahan paling menonjol adalah meningkatnya penggunaan perangkat audio pribadi seperti earphone. Perangkat ini tidak hanya digunakan untuk menikmati musik atau podcast, tetapi juga menjadi bagian dari gaya hidup yang mencerminkan kebutuhan remaja akan ruang pribadi di tengah tekanan sosial. Data dari World Health Organization (WHO, 2021) menunjukkan bahwa lebih dari satu miliar remaja dan dewasa muda berisiko mengalami gangguan pendengaran akibat penggunaan perangkat audio pribadi dengan volume tinggi dan durasi panjang. Studi serupa oleh Choi dan rekan-rekannya (2021) mencatat bahwa 84% remaja di Korea Selatan menggunakan earphone secara aktif setiap harinya. Di Indonesia, temuan Yudiasari dan Widati (2021) menunjukkan bahwa hampir seluruh remaja di Surabaya (98,6%) menggunakan earphone, dan sekitar 43,2% di antaranya menggunakannya lebih dari satu jam per hari. Tingginya angka ini menjadi perhatian karena penggunaan yang berlebihan tidak hanya berdampak pada kesehatan pendengaran, tetapi juga berpotensi mengganggu perkembangan psikososial remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Febinaell (2023) mengungkapkan adanya hubungan antara penggunaan earphone dan isolasi sosial pada siswa SMA. Earphone tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu dengar, melainkan juga sebagai pelindung dari lingkungan sosial yang dianggap menekan atau melelahkan. Kozel (n.d.) menyebutkan bahwa remaja sering kali menggunakan earphone untuk menciptakan ruang personal dan menghindari interaksi sosial yang tidak diinginkan, meskipun hal ini dapat memberikan kenyamanan psikologis sesaat, kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan dapat berdampak pada terbatasnya pengalaman sosial yang penting bagi pembentukan self-image. Masa remaja merupakan periode krusial dalam pembentukan identitas diri. Erikson (dalam Schultz, 2016) menyebutkan bahwa remaja berada pada tahap perkembangan *identity vs. role confusion*, dimana mereka berusaha memahami siapa diri mereka melalui eksplorasi sosial dan personal. Kurangnya keterlibatan sosial akibat penggunaan earphone yang berlebihan dapat menghambat proses ini, sehingga membentuk self-image yang negatif atau tidak realistis.

Disamping faktor lingkungan sosial, pembentukan self-image juga dipengaruhi oleh faktor internal, salah satunya adalah kepribadian. Salah satu dimensi kepribadian yang diyakini memiliki keterikatan kuat dengan cara individu menilai dirinya sendiri adalah neuroticism. McCrae dan Costa (2008) mendefinisikan neuroticism sebagai kecenderungan individu untuk mengalami emosi negatif seperti kecemasan, keraguan diri, dan ketidakstabilan emosi. Individu dengan tingkat neuroticism yang tinggi cenderung lebih sensitif terhadap tekanan sosial dan memiliki pandangan yang kurang positif terhadap dirinya sendiri. Pilarska (2018) menunjukkan bahwa neuroticism berhubungan erat dengan evaluasi diri yang negatif dan perasaan tidak aman secara sosial. Selain itu, Marciano dan rekan-rekan (2020) menemukan bahwa individu dengan neuroticism tinggi lebih cenderung menggunakan teknologi, termasuk perangkat audio pribadi, secara kompulsif sebagai bentuk pelarian dari ketidaknyamanan emosional. Dengan demikian, neuroticism dapat menjadi faktor yang memperkuat pengaruh penggunaan earphone terhadap pembentukan self-image remaja.

Walaupun berbagai penelitian telah membahas keterkaitan antara kepribadian dan pembentukan self-image, masih sangat terbatas studi yang secara spesifik menelaah peran trait neuroticism dalam mempengaruhi self-image remaja dalam konteks penggunaan teknologi audio seperti earphone, khususnya di Indonesia. Kebanyakan penelitian yang ada masih berfokus pada aspek fisiologis, seperti gangguan pendengaran, atau aspek sosial yang lebih umum. Kesenjangan ini menunjukkan bahwa belum banyak perhatian diberikan pada interaksi antara trait kepribadian tertentu dengan dinamika penggunaan perangkat teknologi dalam konteks psikologi perkembangan remaja. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan sebagai upaya menutup kekosongan literatur ilmiah yang ada dan memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai pembentukan self-image pada remaja dalam konteks digital saat ini.

Sebagai respon terhadap kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dari neuroticism trait terhadap self-image pada remaja pengguna earphone. Dengan demikian pengaruh ini, diharapkan dapat diperoleh gambaran yang lebih utuh tentang bagaimana kepribadian berinteraksi dengan perilaku penggunaan teknologi dalam membentuk cara remaja memandang dan menilai diri mereka sendiri. Penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan studi psikologi kepribadian dan perkembangan remaja, tetapi juga berpotensi memberikan implikasi praktis bagi pendidik, konselor, dan orang tua dalam memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis remaja di era digital.

Berdasarkan uraian tersebut, pertanyaan utama dalam penelitian ini adalah apakah neuroticism trait berpengaruh terhadap self-image pada remaja penggunaan earphone. Pertanyaan ini dirumuskan dalam bentuk hipotesis sebagai berikut: Terdapat pengaruh antara neuroticism trait terhadap self-image pada remaja pengguna earphone.

METODE

Design Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan survei. Desain survei dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengamati hubungan antara variabel neuroticism trait dan self-image tanpa melakukan manipulasi atau intervensi. Metode ini cocok digunakan untuk menjawab hipotesis penelitian yang bersifat prediktif. Penelitian ini dilakukan secara cross-sectional, yaitu pengambilan data pada satu waktu tertentu.

Partisipan

Penelitian ini melibatkan 60 partisipan remaja (M usia = 16,7; SD usia = 1,04) yang berusia 15-18 tahun. Pemilihan partisipan dilakukan dengan teknik purposive sampling, yakni pemilihan berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan fokus penelitian. Kriteria inklusi yang digunakan adalah: (1) remaja berusia 15-18 tahun dan (2) remaja yang menggunakan earphone minimal lima jam per hari untuk berbagai aktivitas seperti mendengarkan musik, belajar, atau kegiatan lainnya. Penentuan jumlah partisipan didasarkan pada perhitungan statistical power menggunakan G*Power, dengan asumsi effect size sebesar 0,3, $\alpha = 0,05$, dan power sebesar 0,80, yang menunjukkan bahwa jumlah minimum partisipan yang dibutuhkan adalah 55 orang. Sebelum mengisi kuesioner, seluruh partisipan telah menyetujui informed consent yang tersedia di bagian awal formulir daring, dan diberi informasi bahwa partisipasi bersifat sukarela serta data dijamin kerahasiaannya.

Pengukuran

Neuroticism Trait diukur menggunakan skala IPIP-BFM 25 (International Personality Item Pool - Big Five Markers) versi 25 item yang telah diterjemahkan ke Bahasa Indonesia oleh Akhtar dan Azwar (2018). Dalam penelitian ini, digunakan 5 item yang mengukur dimensi emotional stability, yang merupakan representasi terbaik dari neuroticism. Setiap item dijawab menggunakan skala likert 5 poin (1 = "sangat sesuai" hingga 5 = "sangat tidak sesuai"). Skor neuroticism diperoleh dengan membalik skor emotional stability dan menjumlahkan kelima skor tersebut. Skala ini memiliki reliabilitas yang memadai dalam penelitian ini, dengan nilai Cronbach's alpha sebesar $\alpha = .70$.

Self-image diukur menggunakan Erikson Psychosocial Stage Inventory (EPSI) subskala identity vs. role confusion yang terdiri dari 12 item. Skala ini telah disesuaikan ke dalam Bahasa Indonesia dan digunakan untuk mengukur sejauh mana partisipasi menunjukkan integrasi identitas diri. Partisipan merespons setiap item menggunakan skala likert 5 poin (1 = "sangat tidak setuju" hingga 5 = "sangat setuju"). Skor akhir diperoleh dengan menjumlahkan seluruh item; skor yang lebih tinggi menunjukkan self-image yang lebih positif. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala ini memiliki konsistensi internal yang baik ($\alpha = .84$).

Sebelum dilakukan analisis regresi, peneliti melakukan uji asumsi statistik. Uji normalitas residual dilakukan dengan Q-Q plot, uji linearitas dilakukan dengan ANOVA linier dan kuadrat, serta uji heteroskedastisitas dilakukan melalui scatterplot residual. Hasil menunjukkan bahwa data memenuhi asumsi-asumsi yang dibutuhkan untuk analisis regresi linier.

Analisis Data

Analisis data dilakukan menggunakan regresi linier sederhana untuk mengetahui pengaruh neuroticism trait terhadap self-image pada remaja pengguna earphone. Analisis dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak jamovi versi 2.2.5. Uji regresi linier sederhana dipilih karena sesuai untuk mengetahui pengaruh satu variabel prediktor terhadap satu variabel terikat. Tingkat signifikansi dalam penelitian ini ditetapkan sebesar $\alpha = 0,05$.

HASIL PENELITIAN

Gambaran Statistik Deskriptif

Penelitian ini melibatkan 60 remaja pengguna earphone dengan rentang usia 15-18 tahun. Skor self-image menunjukkan bahwa nilai rata-rata $M = 42,25$ dengan $SD = 4,32$, yang berada pada kategori sedang ke tinggi. Nilai minimum dan maksimum pada variabel ini masing-masing adalah 28 dan 49. Sementara itu, skor neuroticism memiliki rata-rata $M = 15,30$ dengan $SD = 2,70$, dengan nilai minimum 10 dan maksimum 21. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas partisipan memiliki tingkat neuroticism dalam kategori sedang.

Analisis Hasil Uji Asumsi

Sebelum dilakukan analisis regresi linear sederhana, terlebih dahulu dilakukan pengujian terhadap tiga asumsi klasik, yaitu normalitas, linearitas, dan heteroskedastisitas. Hasil uji normalitas data menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa kedua variabel, baik self-image maupun neuroticism, berdistribusi normal. Pada variabel self-image, nilai Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,078 ($p = 0,200$) dan Shapiro-Wilk sebesar 0,976 ($p = 0,170$). Sementara pada variabel neuroticism, nilai Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,094 ($p = 0,200$) dan Shapiro-Wilk sebesar 0,974 ($p = 0,130$). Karena seluruh nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka data dapat dianggap memenuhi asumsi normalitas. Selanjutnya, hasil uji linearitas melalui analisis ANOVA menunjukkan nilai signifikansi sebesar $p = 0,010$, yang mengindikasikan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel neuroticism dan self-image. Dengan demikian, data memenuhi asumsi linearitas. Uji terhadap asumsi heteroskedastisitas dilakukan dengan melihat korelasi antara residual tidak terstandar dan variabel independent menggunakan Spearman's rho. Hasil menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar $p = 0,241$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas. Secara keseluruhan, data memenuhi semua asumsi dasar yang diperlukan untuk analisis regresi linear sederhana.

Analisis Korelasi

Analisis korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan positif lemah antara trait neuroticism dan self-image, dengan nilai $r = 0,160$ dan $p = 0,223$, meskipun arah hubungan positif, namun nilai $p = 0,05$ menunjukkan bahwa korelasi tersebut tidak signifikan secara statistik. Dengan demikian, tidak terdapat hubungan yang bermakna antara neuroticism trait dengan self-image pada remaja pengguna earphone.

Analisis Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi linear sederhana dilakukan untuk menguji apakah neuroticism trait memiliki pengaruh terhadap self-image. Hasil analisis menunjukkan bahwa model regresi tidak signifikan, dengan $F(1,58) = 1,522$ dan $p = 0,223$. Koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,0255 menunjukkan bahwa hanya 2,55% variasi dalam self-image yang dapat dijelaskan oleh neuroticism trait.

Nilai koefisien regresi $B = 0,301$ dengan $SE = 0,243$ dan $t = 1,233$. Interval kepercayaan 95% terhadap koefisien adalah $(-0,185; 0,787)$, yang mencakup angka nol, sehingga menunjukkan bahwa neuroticism trait bukan prediktor yang signifikan terhadap self-image. Dengan demikian, hipotesis penelitian tidak terbukti: neuroticism trait tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap self-image remaja pengguna earphone.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara neuroticism trait terhadap self-image pada remaja pengguna earphone. Hasil analisis menunjukkan bahwa neuroticism trait tidak berpengaruh secara signifikan terhadap self-image, dengan nilai $p = 0,223$ dan $r = 0,160$. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat kecenderungan arah hubungan yang positif, neuroticism trait bukanlah prediktor yang signifikan dalam menjelaskan pembentukan self-image pada kelompok remaja pengguna earphone intensif.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa remaja dengan tingkat neuroticism tinggi belum tentu memiliki self-image yang buruk, begitu pula sebaliknya. Temuan ini memperkuat pemahaman bahwa self-image pada remaja dibentuk oleh berbagai faktor yang kompleks, tidak semata-mata ditentukan oleh ciri kepribadian seperti neuroticism (Baek & Kim, 2017). Citra diri remaja sangat dipengaruhi oleh pengalaman sosial, penerimaan dari lingkungan sekitar, serta kualitas interaksi interpersonal yang memiliki, termasuk dukungan dari teman sebaya dan keluarga (Hurlock, 2003).

Ketidaksignifikanan hubungan antara neuroticism dan self-image juga dapat dipahami melalui perspektif Erikson (1968), yang menyatakan bahwa pada masa remaja, individu berada pada tahap *identity vs. role confusion*, dimana pembentukan identitas dan citra diri sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial. Dalam konteks penggunaan earphone yang tinggi, remaja cenderung menggunakan media digital sebagai sarana eksplorasi identitas dan ekspresi diri, yang dalam beberapa kasus dapat meningkatkan rasa percaya diri dan self-image mereka (Sari, 2020). Oleh karena itu, sekalipun remaja memiliki kecenderungan neurotik, hal ini belum tentu berdampak langsung terhadap cara mereka menilai diri sendiri.

Hasil ini berbeda dari beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara neuroticism dengan self-image (Liu & Zhu, 2020; Baek & Kim, 2017). Perbedaan ini dapat disebabkan oleh variasi konteks penggunaan teknologi, karakteristik partisipan, serta instrument yang digunakan. Dalam penelitian ini, seluruh partisipan adalah remaja pengguna earphone intensif, yang kemungkinan telah mengembangkan mekanisme adaptif atau persepsi positif terhadap penggunaan media audio sebagai bagian dari identitas mereka (Utami, 2018).

Selain itu, hasil ini menegaskan pentingnya mempertimbangkan faktor lain dalam memahami pembentukan self-image remaja, seperti intensitas interaksi sosial secara langsung, kualitas relasi emosional, keterpaparan terhadap media sosial, serta pengaruh gaya pengasuhan. Trait kepribadian mungkin berperan sebagai predisposisi awal, tetapi pengalaman sehari-hari dan respons lingkunganlah yang lebih dominan dalam membentuk citra diri remaja (Mudiarti & Yuniarti, 2021).

SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara neuroticism trait terhadap self-image pada remaja pengguna earphone. Berdasarkan hasil analisis data, ditemukan bahwa neuroticism trait tidak berpengaruh secara signifikan terhadap self-image, yang ditunjukkan oleh nilai $p = 0,223$ dan $r = 0,160$, meskipun arah hubungan bersifat positif, namun hubungan tersebut sangat lemah dan tidak signifikan secara statistik. Hasil ini menunjukkan bahwa neuroticism trait bukan merupakan prediktor utama dalam pembentukan citra diri pada remaja yang menggunakan earphone secara intensif.

Temuan ini menegaskan bahwa pembentukan self-image pada remaja merupakan proses yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor; tidak hanya oleh karakteristik kepribadian seperti neuroticism. Lingkungan sosial, interaksi interpersonal, penerimaan dari teman sebaya dan keluarga, serta konteks penggunaan teknologi seperti earphone dan media digital, turut berperan penting dalam membentuk cara remaja menilai dan memandang dirinya sendiri. Dalam konteks era digital, remaja memiliki banyak cara untuk mengekspresikan diri dan membangun identitas personal, sehingga dampak negatif dari kecenderungan emosi negatif seperti neuroticism dapat diminimalisasi atau dimediasi oleh faktor eksternal lainnya.

Berdasarkan hasil ini, penting bagi praktisi psikologi, pendidik, maupun orang tua untuk tidak hanya memperhatikan aspek kepribadian dalam memahami dinamika psikologis remaja, melainkan juga mempertimbangkan konteks sosial, teknologi, dan relasi interpersonal yang dialami remaja sehari-hari. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji variabel-variabel lain yang berpotensi lebih berpengaruh terhadap self-image, serta menggunakan desain dan pendekatan yang lebih luas agar dapat meningkatkan kompleksitas perkembangan psikososial remaja secara lebih menyeluruh.

UCAPAN TERIMAKASI

Terima kasih penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat-Nya penulis dapat menyelesaikan artikel ini dengan baik. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada keluarga dan rekan-rekan penulis terhadap dukungannya yang berperan penting dalam menyelesaikan artikel ini dengan baik. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada Prof. Dr. Nurul Hartini, S.Psi., M.Kes., Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan masukan selama proses penyusunan penelitian hingga penulisan artikel ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh partisipan kepada seluruh partisipan remaja yang telah bersedia meluangkan waktu untuk mengisi instrument penelitian ini.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Maharani Btariputri Danardono dan Nurul Hartini 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

- Ahadiyanto, N. (2020). Hubungan Dimensi Kepribadian The Big Five Personality dengan Tingkat Kesejahteraan Psikologis Narapidana: (Di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Malang). *Al-Hikmah: Jurnal Ilmu Dakwah dan Pengembangan Masyarakat*, 18(1), 105-116.
- Akhtar, H., & Azwar, S. (2018). Development and validation of a short scale for measuring big five personality traits: The IPIP-BFM-25 Indonesia. *Journal of innovation in psychology, education and didactics*, 22(2), 155-174.
- Ansari, H., Mohammadpoorasl, A., Rostami, F., Maleki, A., Sahebihagh, M. H., & Naieni, K. H. (2014). Pattern of use of earphone and music player devices among Iranian adolescents. *International journal of preventive medicine*, 5(6), 776.
- Aulia Karerina Setio, A. (2024). Pengaruh Work-Family Balance Terhadap Psychological Well-Being pada Mompreneur dengan Family Support sebagai Variabel Moderator (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Bailey 2nd, J. A. (2003). Self-image, self-concept, and self-identity revisited. *Journal of the National Medical Association*, 95(5), 383.

- Choi, Jay Hyug; Park, Sung Su; Kim, So Young. Associations of Earphone Use with Tinnitus and Anxiety/Depression. *Noise and Health* 23(111):p 108-116, Oct–Dec 2021.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications
- Deborafebinaell, A. G (2023). Hubungan Smartphone Addiction dengan Perilaku Isolasi Sosial pada Remaja di SMA BPOKRI 1 Yogyakarta (Doctoral dissertation, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta).
- Dewi, D. (2024). Gaya Komunikasi Generasi Z dalam Membentuk Citra Diri di Era Digital di SMA 8 Pinrang. *Skripsi*, Universitas Hasanuddin.
- Fedi, S. (2018). Memahami karakter data penelitian dengan mengamati koefisien skewness dan kurtosis. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan Missio*, 10(2), 137-273.
- Fhadila, K. D. (2017). Menyikapi perubahan perilaku remaja. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 2(2), 16-23.
- Haryono, E., Slamet, M., & Septian, D. (2023). *Statistika spss 28*.
- Hoshina, T., Fujiyama, D., Koike, T., & Ikeda, K. (2022). Effects of an active noise control technology applied to earphones on preferred listening levels in noisy environments. *Journal of Audiology & Otology*, 26(3), 122.
- Hurlock, E. B. (1980). *Developmental psychology: A life-span approach*. McGraw-Hill Book Company.
- Irfan, A. (2013). Uji Korelasional.
- Kozel, A. (n.d.). Why are teenagers dependent on headphones? The North Star.
- Kurniawan, R. (2016). *Analisis regresi*. Prenada Media.
- Laela, F. N. (2022). Analisis perilaku modeling pada kpop idols terhadap self image remaja. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 12(1), 104-110.
- Marciano, L., Camerini, A. L., & Schulz, P. J. (2020). Neuroticism in the digital age: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior Reports*, 2, 100026.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. Jr. (2008). *The Five-Factor Theory of Personality*. Dalam O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (3rd ed., pp. 159–181). New York: Guilford Press.
- Mohammadpoorasl, A., Hajizadeh, M., Marin, S., Heydari, P., & Ghalenoei, M. (2018). Prevalence and pattern of using headphones and its relationship with hearing loss among students. *Health Scope*, 7(4), 4-8.
- Mudak, S., & Manafe, F. S. (2023). Pemulihan citra diri remaja madya: Integrasi psikologi dan teologi. *Jurnal ilmiah religiosity entity humanity (JIREH)*, 5(1), 60-72.
- Müller, M., Sindermann, C., Rozgonjuk, D., Rozgonjuk, D.; Montag, C. (2021). Mind-Wandering Mediates the Associations Between Neuroticism and Conscientiousness, and Tendencies Towards Smartphone Use Disorder.
- Murfanya, L. (2019). Analisis Struktur Faktor Variabel Trait Personality. Volume IV Nomor 1 Januari 2015, 47.

- Nabila, S. (2022). Perkembangan remaja adolescence. *Jawa Timur: Universitas Jember*.
- Novasari, E. P. (2016). Pengaruh big five personality terhadap subjective wellbeing pada remaja yang menggunakan Twitter. *Jurnal Psikologi*, 1-27.
- Noviyanti, S. (2022, July 20). Pakai headset Bluetooth, kepercayaan diri remaja “Citayam Fashion Week” meningkat. *KOMPAS.com*.
- Nurhaswinda, N., Egistin, D. P., Rauza, M. Y., Rahma, R., Ramadhan, R. H., Ramadani, S., & Wahyuni, W. (2025). Analisis regresi linier sederhana dan penerapannya. *Jurnal Cahaya Nusantara*, 1(2), 69-78.
- Octavia, L., Widjanarko, B., & Mulyanto. (2021). *Perilaku penggunaan earphone dan dampaknya terhadap kesehatan telinga pada remaja*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(2), 101–108.
- Patience. (2024, November 7). Side effects of Long-Term Headphone Use - City Medicals Limited. City Medicals Limited.
- Pilarska, A. (2018). Big-Five personality and aspects of the self-concept: Variable-and person-centered approaches. *Personality and Individual Differences*, 127, 107-113.
- Poer, A. (2023, December 7). *Perbedaan Headset, Earphone, Headphone, dan Handsfree*. *DatascripMall.ID*.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2006). The content validity index: are you sure you know what's being reported? Critique and recommendations. *Research in nursing & health*, 29(5), 489-497.
- Polit, D. F., Beck, C. T., & Owen, S. V. (2007). Is the CVI an acceptable indicator of content validity? Appraisal and recommendations. *Research in nursing & health*, 30(4), 459-467.
- Pratama, D. (2021). Karakteristik perkembangan remaja. *Jurnal Edukasimu*, 1(3).
- Pratama, Handy. (2017). Translasi Subskala Identity dari Skala Erikson Psychosocial Stage Inventory (EPSI): Validasi Awal dengan Menggunakan Analisis Faktor Konfirmatori.
- Putri, D. A., & Suryani, E. (2022). *Perbandingan kenyamanan dan risiko penggunaan berbagai perangkat audio pribadi*. *Jurnal Teknologi Kesehatan*, 10(1), 55–62.
- Putri, F. R., Ariyani, M., & Wahyuni, L. D. (2024, December). Personality Traits Conscientiousness and Openness to Experience as a Predictors of Authentic Self-Presentation Online. In 4th International Conference on Social Sciences and Law (ICSSL 2024) (pp. 73-81). Atlantis Press.
- Putri, W. A. (2024). Analisis regresi robust m estimator untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi lama studi mahasiswa S1 statistika FMIPA universitas lambung mangkurat. *RAGAM: Journal of Statistics & Its Application*, 3(1), 69-82.
- Putri, W. S. R., Nurwati, N., & Budiarti, M. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja. *Prosiding Ks*, 3(1).
- Ramadhani, F. N., & Yuliani, A. (2020). *Penggunaan earphone dan pengaruhnya terhadap interaksi sosial remaja*. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 44–53.
- Ramadhani, T. N., & Putrianti, F. G. (2014). Hubungan antara kepercayaan diri dengan citra diri pada remaja akhir. *Jurnal Spirits*, 4(2), 22-32.
- Ratnasari, D. (2017). Spitting in the soup: disain intervensi dalam konseling untuk mereduksi perilaku maladaptif pada remaja. *Review Article*, 78(1), 78-88.

- Santrock, J. W. (2011). *Adolescence* (13th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2018). *Life-span development*. McGraw-Hill.
- Sari, Y. (2023). Hubungan Konformitas dengan Citra Diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Skripsi*, Universitas Medan Area.
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2016). *Theories of Personality* (11 th ed.). Boston, MA: Cengage Learning
- Sihombing, P. R., Suryadiningrat, S., Sunarjo, D. A., & Yuda, Y. P. A. C. (2022). Identifikasi data outlier (pencilan) dan kenormalan data pada data univariat serta alternatif penyelesaiannya. *Jurnal Ekonomi Dan Statistik Indonesia*, 2(3), 307-316.
- Siroj, R. A., Afgani, W., Fatimah, F., Septaria, D., & Salsabila, G. Z. (2024). Metode penelitian kuantitatif pendekatan ilmiah untuk analisis data. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)*, 7(3), 11279-11289.
- Statista. (2023). *Most used audio device types among consumers worldwide 2023*.
- Subhaktiyasa, P. G., Candrawati, S. A. K., Sumaryani, N. P., Sunita, N. W., & Syakur, A. (2025). Penerapan statistik deskriptif: Perspektif kuantitatif dan kualitatif. *Emasains: Jurnal Edukasi Matematika dan Sains*, 14(1), 96-104.
- Sutisna, I. (2020). *Statistika penelitian*. Universitas Negeri Gorontalo, 1(1), 1-15.
- Syahrizal, H., & Jailani, M. S. (2023). Jenis-jenis penelitian dalam penelitian kuantitatif dan kualitatif. *QOSIM: Jurnal Pendidikan, Sosial & Humaniora*, 1(1), 13-23.
- Thahir, A. (2018). *Psikologi perkembangan*.
- Utami, S. A., Grasiawaty, N., & Akmal, S. Z. (2018). Hubungan tipe kepribadian berdasarkan big five theory personality dengan keseimbangan karier pada siswa sma. *Jurnal Psikogenesis*, 6(1), 11-18.
- Wibhowo, C. (2020). *Kepribadian Ambang dan Budaya Jawa: Sebuah Kajian Pustaka*. Universitas Katolik Soegijapranata.
- Wicaksana, S. A., Novasari, E. P., & Octaviany, T. (2018). Uji validitas dan reliabilitas NEO-PI-R versi humanika cousing.
- Wicaksono¹, A., Gibran, A. F., Irmansyah, D., & Aji⁴, H. (2021). Ukuran Penyebaran Data (kemiringan dan keruncingan).
- Widana, I. W., & Muliani, N. P. L. (2020). Uji persyaratan analisis.
- World Health Organization. (2015). *Make listening safe* (No. WHO/NMH/NVI/15.2). World Health Organization.
- World Health Organization. (2017). *Make listening safe initiative*.
- World Health Organization. (2019). *Safe listening devices and systems: a WHO-ITU standard*.
- World Health Organization. (2021). *World report on hearing*. Geneva: World Health Organization.
- Yudiasari, N., & Widati, S. (2021). Pengembangan media promosi kesehatan tentang bahaya penggunaan earphone mahasiswa Universitas Airlangga di Surabaya. *Preventif Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 57- 86.