

Kecanduan *Smartphone* pada Mahasiswa; Kontribusi Karakteristik Demografi dan Status Psikososial

Smartphone Addiction in Students; Contribution of Demographic Characteristics and Psychosocial Status

Julianti Jauhari*, Nizam Ismail*, Marthoenis*, Asnawi Abdullah*

**Magister Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Aceh, Indonesia*

Email: juliantibandaaceh2016@gmail.com

Abstrak: Penggunaan *smartphone* khususnya dikalangan mahasiswa yang tidak terkontrol dapat mengakibatkan kecanduan. Banyak faktor yang diduga berperan dalam mempengaruhi kecanduan *smartphone* pada mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan karakteristik dan status psikososial terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa. Hasil penelitian ini bermanfaat secara teoretis untuk kajian ilmiah dan secara praktis untuk mengurangi dan melakukan pencegahan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa. Desain penelitian yang digunakan adalah survey analitik, dengan pendekatan cross sectional study. Pengumpulan data menggunakan instrumen baku yang dilakukan secara online. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Poltekkes Kemenkes Aceh, yang berjumlah 2.004 orang. Data dianalisis secara univariat, bivariat (Pearson Chi-Square Test) dan multivariat (Logistic Regression dengan metode Stepwise). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerjaan ayah (p -value: 0,016; OR: 0,93) dan self esteem (p -value: 0,0001; OR: 17,4) merupakan prediktor yang paling dominan mempengaruhi kecanduan *smartphone* pada mahasiswa. Hasil analisis multivariat untuk keseluruhan variabel penelitian diketahui bahwa self esteem merupakan prediktor paling dominan yang mempengaruhi kecanduan *smartphone*. Self esteem yang rendah berkontribusi sebesar 19 kali terhadap kecanduan *smartphone*. Diharapkan kepada mahasiswa agar meningkatkan kepercayaan diri dan juga kepada orang tua untuk meningkatkan perhatian dan kontrol penggunaan *smartphone* serta kepada dosen dan pengelola pendidikan untuk membuat aturan penggunaan *smartphone* di kampus.

Kata Kunci: Kecanduan, *Smartphone*, Karakteristik, Status Psikososial.

Abstract: *Uncontrolled smartphone usage, especially among students can lead to addiction. Many factors affect smartphone addiction among students. This study aims to analyze the characteristics, psychosocial status and academic performance on smartphone addiction among students. The results of this study are useful for scientific studies (theoretically), and reducing and preventing smartphone addiction among students (practically). The design of this study was an analytic survey using a cross sectional study. The data were collected online. The populations of this study were all students (2,004) of the Aceh Health Polytechnics, Ministry of Health. The data were analyzed using univariate, bivariate (Pearson Chi-Square Test) and multivariate (Logistic Regression with Stepwise methods). The results showed that the father's occupation (p -value: 0.016; OR: 0.93), self esteem (p -value: 0.0001; OR: 17.4) and attendance rate (P -value: 0.0001; OR 3.41) represent the most dominant predictor related to smartphone addiction among students. Multivariate analysis for the overall study variables known that self-esteem represent the most dominant predictor related to the smartphone addiction among students. Low self esteem contributes 19 times to smartphone addiction among students. It is expected that students should increase their confidence. Parents should increase their attention and control of smartphone usage. Lecturers and education managers should regulate the use of smartphones on campus.*

Keywords: *Addiction, Smartphone, Characteristics, Psychosocial Status.*

PENDAHULUAN

Smartphone sangat membantu dalam mengatasi tantangan kehidupan sehari-hari, dari mengatur tugas sehari-hari hingga menjaga komunikasi, dari hiburan dan belanja hingga pembelajaran *online*. Bagi pengguna *smartphone*, hal pertama yang mereka lihat di pagi hari dan hal terakhir yang mereka lihat sebelum tidur adalah *smartphone* (17). Penggunaan *smartphone* telah meningkat pesat karena kemajuan teknologi dan telah menciptakan dampak sosial bagi masyarakat. Beberapa penelitian telah mencatat bahwa kecanduan *smartphone* adalah hal yang umum di kalangan generasi muda di dunia (29).

Diperkirakan ada sekitar 4,5 miliar *smartphone* di dunia pada akhir 2019, artinya sekitar 63% dari penduduk dunia memiliki *smartphone*. Armstrong (2017) mengemukakan survey tentang penggunaan *smartphone* di dunia. Hasil survey tersebut menunjukkan rata-rata pengguna *smartphone* memeriksa perangkat mereka 47 kali sehari atau 17.155 kali setahun. 85% pengguna *smartphone* akan memeriksa perangkat mereka saat berbicara dengan teman dan keluarga. 80% pengguna *smartphone* memeriksa

perangkat mereka dalam waktu 1 jam setelah bangun tidur, 35% di antaranya akan dilakukan dalam 5 menit. 47% pengguna *smartphone* telah mencoba membatasi penggunaan, namun hanya 30% yang berhasil.

Persentase penduduk di Indonesia yang memiliki *smartphone* berdasarkan data dari Statistik Telekomunikasi Indonesia tahun 2018, tercatat sekitar 62,41%. Jumlah tersebut meningkat jika dibandingkan dengan tahun 2010 yang baru mencapai 38,05%. Selama periode tahun 2010 sampai tahun 2018, rata-rata peningkatan persentase penduduk Indonesia yang memiliki *smartphone* sebesar 3,05% per tahun. Daerah pedesaan lebih tinggi rata-rata persentase penduduk yang memiliki *smartphone*, yaitu 3,36% sedangkan daerah perkotaan sebesar 2,53%. Berdasarkan data tersebut menunjukkan besarnya penetrasi *smartphone* sampai ke pedesaan (9).

Peningkatan persentase penduduk yang menggunakan *smartphone* terjadi di seluruh wilayah di Indonesia sejak tahun 2015 sampai dengan 2018. Persentase tertinggi terdapat di Provinsi DKI Jakarta dengan nilai 76,93% pada tahun 2015 dan di Provinsi Kalimantan Timur dengan nilai 76,36% pada tahun

2018. Provinsi Kalimantan Timur dan DKI Jakarta menjadi provinsi dengan persentase tertinggi selanjutnya pada tahun 2015 dan 2018. Sementara itu, persentase terendah terdapat di Provinsi Papua dengan nilai 32,04% pada tahun 2015 dan 40,46% pada tahun 2018 (9). Data pengguna *smartphone* untuk Provinsi Aceh tidak ditemukan persentase yang pasti. Namun kecanduan *smartphone* dikalangan mahasiswa di Kota Banda Aceh pernah diteliti oleh Rossa (2016) di Universitas Syiah Kuala Banda Aceh. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 76,4% mahasiswa tidak tergantung pada *smartphone* dan sebanyak 44,9% mengalami *nomophobia* tingkat sedang. Hasil penelitian disimpulkan adanya hubungan *smartphone* adiksi dengan *nomophobia* dengan nilai p value 0,001.

Sejalan dengan meningkatnya perkembangan teknologi dan penggunaan *smartphone*, salah satu masalah yang muncul secara luas belakangan ini adalah kecanduan (*addiction*). *American Psychiatric Association* (APA, 2013) mendefinisikan kecanduan sebagai keinginan yang tidak terkendali untuk mengulangi suatu tindakan meskipun itu mengarah pada kesulitan atau

penurunan fungsionalitas. *Smartphone* juga dapat memiliki efek buruk pada hubungan interpersonal, kesehatan fisik-psikologis dan fungsi umum (15).

Kecanduan *smartphone* merupakan salah satu bentuk kecanduan teknologi, yaitu jenis kecanduan perilaku yang melibatkan interaksi manusia dan mesin serta bersifat non-kimia. Kecanduan perilaku yang paling terkenal adalah kecanduan perjudian yang telah dikategorikan sebagai gangguan kecanduan dalam versi terbaru dari *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5) karena gejala yang serupa dengan gangguan kecanduan zat, seperti disfungsi biologis, kecenderungan genetik dan pendekatan pengobatan (26). Kecanduan perilaku yang terkait dengan *game online*, olahraga, makanan, belanja, pekerjaan dan internet secara umum (khususnya seks *online* dan perjudian) semuanya menunjukkan indikasi perilaku adiktif, tetapi hanya perilaku kecanduan perjudian *online* yang diklasifikasi oleh DSM- 5 (25).

Data ilmiah tentang penggunaan *smartphone* yang bermasalah sering dilaporkan dari negara-negara Asia Timur. Satu studi dari Korea Selatan

pada 2012 melaporkan insiden kecanduan *smartphone* yang lebih tinggi (8,4%) daripada ketergantungan Internet (7,7%). Studi itu juga melaporkan bahwa 11,4% individu berusia 10-20 tahun dan 10,4% dari mereka yang berusia 20-30 tahun mengalami kecanduan *smartphone*. Di Taiwan, semua kriteria diagnostik kecanduan telah dilaporkan pada pengguna *smartphone* usia muda (1).

Kecanduan *smartphone* memberikan berbagai macam dampak pada orang yang mengalaminya. Sinsomsack & Kulachai (2018) dalam penelitiannya mengatakan bahwa kecanduan *smartphone* berdampak negatif pada hubungan sosial, hubungan keluarga, masalah kesehatan dan kinerja akademik. Selain itu juga menyebabkan fluktuasi suasana hati dan gangguan suasana hati di kalangan siswa sekolah menengah. Survei tentang kecanduan *smartphone* yang dilakukan oleh Aljomaa *et al.* (2016) menunjukkan bahwa tingkat kecanduan pada mahasiswa terhadap *smartphone* sangat tinggi, yaitu 48%. Kecanduan *smartphone* mengarah langsung atau tidak langsung ke berbagai masalah baik di dalam maupun di luar kelas bagi mahasiswa. Penggunaan *smartphone*

untuk kegiatan yang tidak relevan di lingkungan kelas disebut *cyberloafing*. *Cyberloafing* dianggap sebagai situasi negatif yang mengarah pada keberhasilan akademis yang berkurang dan dikaitkan dengan kecanduan *smartphone* (14). Sebagai hasil dari penelitian fenomenologis yang dilakukan dengan mahasiswa, Ko *et al.* (2012) mengatakan bahwa kecanduan *smartphone* ditemukan menyebabkan masalah kemarahan, gangguan psikologis pada individu dan gangguan dalam pekerjaan sehari-hari. Pada dewasa muda juga dapat menunjukkan tanda-tanda stres, gangguan tidur dan depresi yang terkait dengan penggunaan *smartphone*. Selain itu, baru-baru ini telah ditekankan bahwa tingkat stres mahasiswa sangat mengkhawatirkan. Regehr *et al.* (2013) mengemukakan bahwa penelitian harus dilakukan tentang cara menurunkan tingkat stres mahasiswa.

Penelitian Arefin *et al.* (2018) juga mengemukakan mengenai dampak penggunaan *smartphone* pada mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada lima faktor dampak dari kecanduan *smartphone* seperti, antisipasi positif, ketidaksabaran, menarik diri, gangguan

kehidupan sehari-hari dan persahabatan dunia maya. Faktor-faktor seperti meningkatnya ketidaksabaran dan gangguan kehidupan sehari-hari ditemukan secara signifikan terkait dengan kinerja akademik pada mahasiswa. Studi ini menunjukkan bahwa mahasiswa harus mengurangi penggunaan *smartphone* yang intens untuk melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari dengan lancar.

Berbagai faktor seperti genetik, biologis, psikologis dan sosiokultural dilaporkan berperan dalam perkembangan kecanduan *smartphone* (29). Satu studi melaporkan bahwa faktor psikologis berperan dalam pengembangan kecanduan *smartphone* (36). Penelitian Munasinghe (2016) menemukan bahwa faktor kesepian, kegunaan, tingkat pendapatan keluarga dan jenis kelamin secara positif mempengaruhi kecanduan terhadap *smartphone* pada mahasiswa. Kesepian dan jenis kelamin mahasiswa memiliki dampak yang lebih tinggi terhadap kecanduan *smartphone*. Kemajuan teknologi mengarah pada perkembangan kinerja akademik mahasiswa, karena kecanduan *smartphone* akan mengurangi kinerja akademik mahasiswa.

Penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan *smartphone* seperti yang dilakukan oleh Pearson & Hussain (2016) dan hasilnya menunjukkan bahwa faktor-faktor psikologis seperti narsisme, keterbukaan, neurotisme dan usia berpengaruh terhadap kecanduan *smartphone*. Aker *et al.* (2017) mengatakan bahwa depresi, kecemasan, susah tidur dan dukungan sosial keluarga secara signifikan mempengaruhi kecanduan terhadap *smartphone* pada mahasiswa. Cho & Kim (2014) dalam penelitiannya menyampaikan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan *smartphone* adalah jenis kelamin, rata-rata penggunaan dalam seminggu, rata-rata penggunaan di akhir pekan, sosialitas dan impulsif. Berdasarkan penelitian terkait tersebut, maka dapat disimpulkan ada 2 (dua) faktor secara umum yang mempengaruhi kecanduan terhadap *smartphone*, yaitu karakteristik demografi dan faktor psikososial.

Fenomena terkait dengan penggunaan *smartphone* dikalangan mahasiswa Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan (Poltekkes Kemenkes) Aceh berdasarkan

pengamatan peneliti adalah seluruh mahasiswa menggunakan *smartphone* untuk kegiatan komunikasi, hiburan serta sosial media dan terkadang tampak mahasiswa menggunakan *smartphone* untuk hal-hal yang tidak berhubungan dengan proses belajar di kelas. Selanjutnya dari laporan beberapa dosen saat dilakukan monitoring dan evaluasi proses pembelajaran oleh bagian penjaminan mutu Poltekkes Kemenkes Aceh diketahui bahwa masih ada mahasiswa menggunakan *smartphone* saat belajar di kelas maupun di laboratorium. Akan tetapi hasil penelitian mengenai kecanduan *smartphone* dan faktor-faktor yang mempengaruhinya pada mahasiswa di Poltekkes Kemenkes Aceh belum tersedia. Penelitian ini ingin mengetahui hubungan faktor karakteristik demografi dan faktor psikososial serta ditambah dengan performa akademik sebagai faktor yang berhubungan lainnya terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Aceh.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan karakteristik demografi dan status psikososial terhadap kecanduan

smartphone pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Aceh.

METODELOGI PENELITIAN

Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Sampel dalam penelitian adalah mahasiswa Poltekkes Kemenkes Aceh, yang berjumlah 2.004 orang. Variabel independen adalah karakteristik demografi (jenis kelamin, BMI, kebiasaan jajan, kebiasaan olah raga serta latar belakang pendidikan dan pekerjaan orang tua) dan status psikososial (stres, depresi, kecemasan, *self esteem*, stabilitas emosional, ikatan tidak aman dan pengaruh teman sebaya). Sedangkan variabel dependen adalah kecanduan *smartphone*. Instrumen pengumpulan data menggunakan *Depression, Anxiety and Stress Scale* (DASS-21) yang dikembangkan oleh Lovibond dan Lovibond pada tahun 1995 (7). *Rosenberg Self-Esteem Scale*, *Big Five Inventory* (BFI), *Mobile Attachment Questionnaire* (MAQ) dan *Korean Smartphone Addiction Proneness Scale* (K-SAPS) (18). Seluruh instrumen pengumpulan data dibuat dalam bentuk instrumen *online*. Analisis data

menggunakan statistik deskriptif dan inferensial (*chi-square test* dan regresi logistik metode *stepwise*).

HASIL PENELITIAN

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan selama dua bulan secara online. Dari 2.004 sampel, sebanyak 1.886 orang (94,1%) yang mengisi instrumen pengumpulan data secara online. Sisanya sebanyak 118 orang tidak mengisi instrumen online karena sedang dalam cuti akademik, sakit dan melakukan kegiatan praktik di luar kampus.

Hasil analisis data penelitian dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 1 Kecanduan *Smartphone* (n=1.886).

No	Kecanduan <i>Smartphone</i>	Freq.	%
1	Normal	336	17,82
2	Ringan	141	7,48
3	Sedang	1.153	61,13
4	Berat	256	13,57
	Total	1.886	100,00

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 1.886 responden, sebanyak 1.153 orang (61,13%) mengalami kecanduan *smartphone* katagori sedang.

Tabel 2 Karakteristik demografi dan hubungannya dengan kecanduan *smartphone* (n = 1.886).

No	Karakteristik	Freq.	%	P
1	Jenis Kelamin:			
	a. Laki-Laki	316	16,76	0,0001
	b. Perempuan	1.570	83,24	
2	BMI:			
	a. Kurus	143	7,58	0,0001
	b. Normal	1.608	85,26	
	c. Gemuk	104	5,51	
	d. Obesitas	31	1,64	
3	Kebiasaan Jajan:			
	≤ Rp. 50.000,-	1.851	98,14	0,277
	> Rp. 50.000,-	35	1,86	
4	Kebiasaan Olah Raga:			
	a. Setiap hari	1.034	54,83	0,0001
	b. Seminggu sekali	631	33,46	
	c. Tidak teratur	112	5,94	
	d. Tidak pernah			
5	Pendidikan Ayah:			
	a. Tinggi	582	30,86	0,022
	b. Menengah	1.068	56,63	
	c. Dasar	226	11,98	
	d. Tidak Sekolah	10	0,53	
6	Pendidikan Ibu:			
	a. Tinggi	426	22,59	0,0001
	b. Menengah	1.196	63,41	
	c. Dasar	258	13,68	
	d. Tidak Sekolah	6	0,32	
7	Pekerjaan Ayah:			
	a. PNS/TNI/POL RI/ Pensiunan	503	26,67	0,0001
	b. Pegawai Kontrak	255	13,52	
	c. Pegawai BUMN/Swasta	297	15,75	
	d. Wirausaha	359	19,03	
	e. Buruh	65	3,45	
	f. Petani/Nelayan	316	16,76	
	g. Tidak Tetap	91	4,83	
8	Pekerjaan Ibu:			
	a. PNS/TNI/POL RI/ Pensiunan	317	16,81	0,0001
	b. Pegawai Kontrak	186	9,86	
	c. Pegawai BUMN/Swasta	199	10,55	
	d. Wirausaha	256	13,57	
	e. Buruh	25	1,33	
	f. Petani/Nelayan	128	6,79	
	g. Ibu Rumah Tangga	775	41,09	

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 1.886 responden, terdapat 1.570 orang (83,24%) berjenis kelamin perempuan, 1.608 orang (85,26%) dengan BMI normal, 1.851 orang (98.14%) dengan kebiasaan jajan \leq Rp. 50.000,-, 1.034 orang (54.83%) dengan kebiasaan olah raga seminggu sekali, 1.068 orang (56.63%) pendidikan ayah katagori menengah, 1.196 orang (63.41%) pendidikan ibu katagori menengah, 503 orang (26.67%) pekerjaan ayah sebagai PNS/TNI/POLRI/ Pensiunan dan 775 orang (41.09%) pekerjaan ibu sebagai ibu rumah tangga. Hasil analisis menggunakan *chi-square test* diketahui bahwa jenis kelamin ($P: 0,0001$), BMI ($P: 0,0001$), kebiasaan olah raga ($P: 0,0001$), pendidikan ayah ($P: 0,022$). Pendidikan ibu ($P: 0,0001$), pekerjaan ayah ($P: 0,0001$) dan pekerjaan ibu ($P: 0,0001$) berhubungan dengan kecanduan *smartphohe* pada mahasiswa. Sedangkan kebiasaan jajan ($P: 0,277$) tidak berhubungan dengan kecanduan *smartphohe* pada mahasiswa.

Tabel 3 Status psikososial dan hubungannya dengan kecanduan *smartphone* ($n = 1.886$).

No	Status Psikososial	Freq.	%	<i>P</i>
1	Stres:			0,0001
	a. Normal	1.660	88,02	
	b. Ringan	162	8,59	
	c. Sedang	64	3,39	
	d. Parah	0	0,00	
	e. Sangat Parah	0	0,00	
2	Kecemasan:			0,0001
	a. Normal	688	36,48	
	b. Ringan	415	22,00	
	c. Sedang	766	40,62	
	d. Parah	17	0,90	
	e. Sangat Parah	0	0,00	
3	Depresi:			0,0001
	a. Normal	1.106	58,64	
	b. Ringan	712	37,75	
	c. Sedang	68	3,61	
	d. Parah	0	0,00	
	e. Sangat Parah	0	0,00	
4	<i>Self Esteem</i> :			0,0001
	a. Normal	1.753	92,95	
	b. Harga diri rendah	133	7,05	
5	Stabilitas Emosi:			0,0001
	a. Baik	1.617	85,74	
	b. Kurang	269	14,26	
6	Ikatan Tidak Aman:			0,0001
	a. Tidak Terikat	74	3,92	
	b. Terikat	1.812	96,08	
7	Pengaruh Teman Sebaya:			0,0001
	a. Baik	1.119	59,33	
	b. Buruk	767	0,67	

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa dari 1.886 responden, sebanyak 1.660 orang (88,02%) tidak stres (normal), 766 orang (40,62%) mengalami kecemasan sedang, 1.106 orang (58,64%) tidak depresi (normal),

1.753 orang (92,95%) *self esteem* normal, 1.812 orang (96,08%) tidak terikat dan 1.119 orang (59,33%) pengaruh teman sebaya baik. Hasil analisis menggunakan *chi-square test* diketahui bahwa seluruh variabel status psikososial berhubungan dengan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa ($P < 0,05$).

Tabel 4. Kontribusi karakteristik demografi terhadap kecanduan *smartphone*.

Prediktor	OR	P	95% CI	
			Lower	Upper
Jenis Kelamin	0,46229	0,000	0,3123	0,6841
Pekerjaan Ayah	0,92918	0,018	0,8744	0,9873
Constanta	11,5419	0,000	7,5924	17,545
	4	1	09	99

Tabel 4 di atas menunjukkan hasil analisis regresi logistik dengan metode stepwise, diketahui bahwa jenis kelamin (P -value: 0,0001) dan pekerjaan ayah (P -value: 0,016) merupakan prediktor yang berhubungan secara signifikan terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa dengan P -value $< 0,05$. Pekerjaan ayah merupakan prediktor yang paling dominan berhubungan terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa dengan *Odds Ratio* (OR) 0,93 atau 1. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa

dengan pekerjaan ayah sebagai PNS/TNI/POLRI/Pensiunan berpengaruh sebesar 1 kali terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa. Sedangkan BMI, kebiasaan jajan, Pendidikan ayah, pendidikan ibu dan pekerjaan ibu tidak dimasukkan kedalam model karena tidak lolos uji kelayakan.

Tabel 5 Kontribusi status psikososial terhadap kecanduan *smartphone*.

Prediktor	OR	P-value	95% CI	
			Lower	Upper
Stres	3,3228	0,0001	2,042956	5,404422
<i>Self esteem</i>	17,39996	0,0001	4,282874	70,69054
Constanta	3,764376	0,0001	3,328926	4,256786

Tabel 5 di atas menunjukkan hasil analisis regresi logistik dengan metode stepwise, diketahui bahwa stres (P -value: 0,0001) dan *self esteem* (P -value: 0,0001) merupakan prediktor yang berhubungan secara signifikan terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa dengan P -value $< 0,05$. *Self esteem* merupakan prediktor yang paling dominan berhubungan terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa dengan *Odds Ratio* (OR) 17,4 atau 17. Hasil ini menunjukkan bahwa *self esteem* yang rendah berkontribusi sebesar 17 kali terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa.

Sedangkan kecemasan, depresi, ikatan tidak aman dan pengaruh teman sebaya tidak dimasukkan kedalam model karena tidak lolos uji kelayakan.

Tabel 6 Kontribusi karakteristik demografi dan status psikososial terhadap kecanduan *smartphone*

Prediktor	OR	P-value	95% CI	
			Lower	Upper
Jenis kelamin	0,4364732	0,0001	0,2918347	0,6527971
Kebiasaan olah raga	1,204968	0,044	1,005364	1,444202
Pekerjaan Ayah	0,9239907	0,014	0,8674289	0,9842407
Stres	2,982996	0,0001	1,855876	4,794643
Self esteem	19,13406	0,0001	4,700126	77,89415
Stabilitas emosi	1,607147	0,014	1,099259	2,349693

Tabel 6 di atas menunjukkan hasil analisis regresi logistik dengan metode stepwise untuk kontribusi karakteristik demografi dan status psikososial terhadap kecanduan *smartphone*. Berdasarkan hasil analisis tersebut diketahui bahwa jenis kelamin (P-value: 0,0001), kebiasaan olah raga (P-value: 0,044), pekerjaan ayah (P-value: 0,014), stres (P-value: 0,0001), *self esteem* (P-value: 0,0001) dan stabilitas emosi (P-value: 0,01) merupakan prediktor yang secara signifikan berhubungan terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa. *Self esteem* merupakan

prediktor yang paling dominan berhubungan terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa dengan *Odds Ratio* (OR) 19,1 atau 19. Hasil ini menunjukkan bahwa *self esteem* yang rendah berhubungan sebesar 19 kali terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari delapan variabel karakteristik, hanya tiga variabel yang layak masuk kedalam model yaitu jenis kelamin, kebiasaan olah raga dan pekerjaan ayah. Sedangkan BMI, kebiasaan jajan, pendidikan ayah, pendidikan ibu dan pekerjaan ibu tidak layak dimasukkan kedalam model. Jenis kelamin dan pekerjaan ayah merupakan prediktor yang berhubungan secara signifikan terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa. Pekerjaan ayah berhubungan sebesar 1 kali terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Cha & Seo (2018) dalam penelitiannya, yaitu orang tua yang bekerja merupakan prediktor yang signifikan terhadap kecanduan *smartphone*. Hal ini disebabkan kurangnya perhatian oleh orang tua dan mahasiswa akan

menggunakan *smartphone* tanpa aturan dan panduan dari orang tua. Selanjutnya Cho & Lee (2017) mengatakan hal yang sama, yaitu ada perbedaan tingkat kecanduan *smartphone* antara mahasiswa dengan orang tua yang bekerja dan tidak bekerja. Lee & Ogbolu (2018) dalam penelitiannya juga mengemukakan hal yang sama, yaitu kontrol dari orang tua secara signifikan berhubungan dengan tingkat kecanduan *smartphone* pada anak. Kondisi ini sering terjadi pada anak dengan orang tua bekerja di luar rumah.

Namun hasil penelitian ini berbeda dengan yang dikemukakan oleh Zencirci *et al.* (2018), yaitu karakteristik pada mahasiswa yang mempengaruhi kecanduan *smartphone* adalah jenis kelamin, tingkat sosial-ekonomi dan status kesehatan serta berbagai fungsi *smartphone* yang digunakan. Selanjutnya, Aznar-Díaz *et al.* (2019) dalam penelitiannya tentang pengaruh sosiodemografi terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa menemukan bahwa secara parsial atau bivariat variabel independen, yaitu umur, jenis kelamin, pekerjaan dan waktu penggunaan berhubungan secara signifikan dengan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa. Hasil uji

multivariat, hanya waktu penggunaan *smartphone* yang secara signifikan sebagai prediktor dari kecanduan *smartphone* pada mahasiswa.

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa secara umum karakteristik sosiodemografi berhubungan terhadap tingkat kecanduan *smartphone* pada mahasiswa. Prediktor yang paling dominan akan berbeda-beda pada setiap penelitian tergantung dari karakter masing-masing responden yang diteliti.

Selanjutnya, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dari tujuh variabel status psikososial, hanya tiga variabel yang layak masuk kedalam model yaitu stres, *self esteem* dan stabilitas emosi. Sedangkan kecemasan, depresi, ikatan tidak aman dan pengaruh teman sebaya tidak layak dimasukkan kedalam model. Stres dan *self esteem* merupakan prediktor yang berhubungan secara signifikan terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa. *Self esteem* merupakan prediktor yang paling dominan berhubungan terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa. *Self esteem* berhubungan sebesar 17 kali terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lee & Cho (2015) yang menunjukkan bahwa kecanduan *smartphone* sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti karakteristik sosiodemografi, karakteristik kehidupan sekolah dan karakteristik terkait kesehatan serta sebagian sangat dipengaruhi oleh harga diri, kecemasan dan *locus of control*. Chu *et al.* (2020) juga menunjukkan hasil penelitian yang sama, yaitu *self esteem* dan agresivitas secara langsung mempengaruhi kecanduan *smartphone* pada mahasiswa, sementara itu sikap pengasuhan yang afektif, keterikatan teman sebaya, ketahanan dan gejala depresi secara tidak langsung mempengaruhinya. Akan tetapi Aker *et al.* (2017) menunjukkan hasil penelitian yang berbeda, yaitu depresi, kegelisahan, insomnia dan dukungan sosial keluarga secara statistik signifikan sebagai prediktor terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa.

Namun beberapa pendapat menyetujui bahwa *self esteem* sebagai prediktor psikososial dari kecanduan *smartphone*. Li *et al.* (2019) mengatakan bahwa *self esteem* layak mendapat perhatian sebagai penyebab perilaku kecanduan *smartphone*. *Self*

esteem adalah tentang representasi mental dari perasaan keseluruhan tentang harga diri dan penerimaan diri dan harga diri sangat penting untuk perkembangan sosial remaja dan adaptasi sosial. Berdasarkan teori sistem ekologis dan teori resiliensi faktor ganda, model penjelasan perilaku masalah remaja mengakui bahwa harga diri rendah sebagai salah satu faktor risiko tingkat individu.

Banyak penelitian sebelumnya telah menemukan hubungan yang kuat antara *self esteem* yang rendah dan masalah perilaku atau penyimpangan, seperti agresi, merokok, alkohol dan/atau penggunaan narkoba, masalah judi dan kenakalan. Masalah perilaku atau penyimpangan ini semua mengarah kepada perilaku kecanduan (37). Sementara itu, model kognitif-perilaku dari kecanduan *smartphone* juga menunjukkan bahwa *self esteem* yang rendah adalah aspek kritis dari kognisi maladaptif diri, yang merupakan faktor inti yang mengarah ke penggunaan *smartphone* yang bermasalah (8).

Relevansi penjelasan di atas dengan penelitian ini adalah banyak penelitian telah mengaitkan *self esteem* dan penggunaan *smartphone* yang bermasalah sehingga *self esteem* yang rendah merupakan faktor risiko

kecanduan *smartphone* dan *self esteem* telah diidentifikasi sebagai anteseden dari kecanduan *smartphone*. Lebih lanjut Wang *et al.* (2016) mengemukakan bahwa hubungan teman sebaya yang berkualitas rendah di kalangan remaja dapat menyebabkan *self esteem* yang rendah, yang pada gilirannya dapat menyebabkan penggunaan *smartphone* yang bermasalah. Kim & Koh (2018) juga menemukan bahwa *self esteem* yang rendah dikaitkan dengan penggunaan *smartphone* yang bermasalah. Pawar & Shah (2019) juga mengatakan bahwa menghabiskan lebih banyak waktu di media sosial atau kecanduan pada media sosial dapat menghasilkan lebih banyak orientasi perbandingan sosial sehingga menghasilkan tingkat *self esteem* yang lebih rendah.

Merujuk dari hasil penelitian ini, dimana *self esteem* yang rendah pada mahasiswa merupakan prediktor yang paling dominan terhadap kecanduan *smartphone*. Oleh sebab itu diperlukan upaya untuk meningkatkan *self esteem* pada mahasiswa. Salah satunya seperti dalam penelitian Nurhayati *et al.* (2018) tentang upaya meningkatkan percaya diri siswa menggunakan model pembelajaran kolaboratif. Model pembelajaran kolaboratif dimulai

dengan memberikan motivasi dan persepsi kepada mahasiswa dalam proses pembelajaran. Selanjutnya, Kususanto & Chua (2012) juga mengatakan upaya untuk meningkatkan *self esteem* pada mahasiswa melalui *Locus of Control* (LoC) terhadap persepsi ekspektasi guru, sehingga guru memiliki persepsi dan ekspektasi yang positif terhadap mahasiswa dan dapat meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa.

Hasil analisis untuk mengetahui hubungan karakteristik demografi dan status psikososial secara simultan terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa, diketahui bahwa jenis kelamin, kebiasaan olah raga, pekerjaan ayah, stres, *self esteem*, stabilitas emosi dan tingkat kehadiran merupakan prediktor yang secara signifikan berhubungan terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa. Berdasarkan hasil analisis ini diketahui bahwa *self esteem* merupakan prediktor yang paling dominan berhubungan terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa dengan *Odds Ratio* (OR) 19,1 atau 19. Hasil ini menunjukkan bahwa *self esteem* yang rendah berhubungan sebesar 19 kali terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mulyana & Afriani (2017), yaitu skor tinggi pada harga diri akan menurunkan skor pada skala kecanduan *smartphone*, dan sebaliknya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa remaja dengan tingkat harga diri yang tinggi cenderung tidak mengalami kecanduan *smartphone*. Mohamed & Mostafa (2020) juga mengatakan bahwa ada korelasi negatif yang signifikan secara statistik antara *self esteem* dengan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa.

Lebih lanjut Chen (2020) dalam penelitian tentang faktor psikologis dan sosial yang mempengaruhi kecanduan *smartphone*. Dari faktor-faktor psikologis dan sosial seperti *self-esteem*, kepuasan hidup, keterampilan sosial, norma subjektif, norma kelompok dan identitas sosial, maka *self esteem* merupakan faktor yang paling dominan memprediksi kecanduan *smartphone* pada mahasiswa.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *self esteem* secara negatif berhubungan terhadap kecanduan *smartphone*, dimana semakin tinggi *self esteem* maka

semakin rendah resiko kecanduan *smartphone* pada mahasiswa.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa karakteristik dan status psikososial secara signifikan berkontribusi terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa. *Self esteem* merupakan prediktor yang paling dominan berhubungan terhadap kecanduan *smartphone*. *Self esteem* yang rendah berhubungan berkontribusi terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa.

SARAN

Kepada mahasiswa diharapkan agar meningkatkan kepercayaan diri (*self esteem*) dengan cara selalu mengembangkan potensi diri, meningkatkan perilaku asertif, menghargai usaha sendiri dan selalu melakukan hal-hal yang positif. Selanjutnya penting juga bagi mahasiswa untuk melakukan upaya-upaya pencegahan kecanduan *smartphone* dengan cara melakukan aktivitas-aktivitas positif seperti berolah raga dan membaca. Kepada orang tua diharapkan agar meningkatkan perhatian kepada mahasiswa terutama dalam penggunaan *smartphone* dengan menyepakati bersama mahasiswa aturan

dalam penggunaan *smartphone* sehari-hari. Kepada pihak institusi pendidikan, baik pengelola maupun dosen agar dapat melakukan langkah-langkah pencegahan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa dengan membuat aturan tertulis tentang penggunaan *smartphone* di lingkungan kampus serta melakukan sosialisasi terhadap aturan tersebut kepada mahasiswa sejak awal perkuliahan. Kepada peneliti lainnya yang tertarik untuk meneliti tentang kecanduan *smartphone* pada mahasiswa disarankan untuk melakukan penelitian dengan desain quasi eksperimen dan memberikan intervensi untuk mencegah dan mengatasi kecanduan *smartphone* pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

1. Aker S., Sahin M.K., Sezgin S. & Oguz G., Psychosocial factors affecting smartphone addiction in university students, *Journal of addictions nursing*, 2017;28(4):215-219.
2. Aljomaa S.S., Qudah M.F.A., Albursan I.S., Bakhiet S.F. & Abduljabbar A.S., Smartphone addiction among university Students in the light of some variables, *Computers in Human Behavior*, 2016;61:155-164.
3. APA, Statistical manual of mental disorders: DSM-5™. Arlington, VA American Psychiatric Publishing, 2013.
4. Arefin M., Islam M., Mustafi M., Afrin S. & Islam N., Impact of Smartphone Addiction on Academic Performance of Business Students: A Case Study, Md. and Mustafi, Mohitul and Afrin, Sharmina and Islam, Nazrul, Impact of Smartphone Addiction on Academic Performance of Business Students: A Case Study (August 21, 2018), 2018.
5. Armstrong M., Smartphone Addiction Tightens Its Global Grip: New York, NY: Statista; 2017.
6. Aznar-Díaz I., Trujillo-Torres J.-M., Alonso-García S. & Rodríguez-Jiménez C., Sociodemographic factors influencing smartphone addiction in university students, *Research in Social Sciences and Technology*, 2019;4(2):137-146.
7. Beaufort I.N., De Weert-Van Oene G.H., Buwalda V.A., de Leeuw J.R.J. & Goudriaan A.E., The Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21) as a Screener for Depression in Substance Use Disorder Inpatients: A Pilot

- Study, European addiction research, 2017;23(5):260-268.
8. Billieux J., Maurage P., Lopez-Fernandez O., Kuss D.J. & Griffiths M.D., Can disordered mobile phone use be considered a behavioral addiction? An update on current evidence and a comprehensive model for future research, *Current Addiction Reports*, 2015;2(2):156-162.
 9. BPS. Statistik Telekomunikasi Indonesia 2018, Jakarta: Badan Pusat Statistik, 2019.
 10. Cha S.-S. & Seo B.-K., Smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea: Prevalence, social networking service, and game use, *Healthpsychology open*, 2018;5(1):2055102918755046.
 11. Chen C.-Y., Smartphone addiction: Psychological and social factors predict the use and abuse of a social mobile application, *Information, Communication & Society*, 2020;23(3):454-467.
 12. Cho G.-Y. & Kim Y.-H., Factors affecting smartphone addiction among university students, *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 2014;15(3):1632-1640.
 13. Cho K.-S. & Lee J.-M., Influence of smartphone addiction proneness of young children on problematic behaviors and emotional intelligence: Mediating self-assessment effects of parents using smartphones, *Computers in Human Behavior*, 2017;66:303-311.
 14. Choi H.-S., Lee H.-K. & Ha J.-C., The influence of smartphone addiction on mental health, campus life and personal relations-Focusing on K university students, *Journal of the Korean Data and Information Science Society*, 2012;23(5):1005-1015.
 15. Choi S.-W., Kim D.-J., Choi J.-S., Ahn H., Choi E.-J., Song W.-Y., et al., Comparison of risk and protective factors associated with smartphone addiction and Internet addiction, *Journal of behavioral addictions*, 2015;4(4):308-314.
 16. Chu H.S., Tak Y.R. & Lee H., Exploring psychosocial factors that influence smartphone dependency among Korean adolescents, *PloS one*, 2020;15(5):e0232968.
 17. Gökçearslan Ş., Uluyol Ç. & Şahin S., Smartphone addiction, cyberloafing, stress and social support among university

- students: A path analysis, *Children and Youth Services Review*, 2018;91:47-54.
18. Kim D., Lee Y., Lee J., Nam J.K. & Chung Y., Development of Korean smartphone addiction proneness scale for youth, *PloS one*, 2014;9(5):e97920.
 19. Kim E. & Koh E., Avoidant attachment and smartphone addiction in college students: The mediating effects of anxiety and self-esteem, *Computers in Human Behavior*, 2018;84:264-271.
 20. Ko K.-S., Lee M.-J. & Kim Y.-E., A research on addictive use of smartphone by university students, *Journal of Digital Contents Society*, 2012;13(4):501-516.
 21. Kususanto P. & Chua M., Students' Self-Esteem at School: The Risk, the Challenge, and the Cure, *Journal of Education and Learning*, 2012;6(1):1-14.
 22. Lee E.J. & Ogbolu Y., Does parental control work with smartphone addiction?: A cross-sectional study of children in South Korea, *Journal of addictions nursing*, 2018;29(2):128-138.
 23. Lee H.-Y. & Cho Y.-C., Relationship between psychosocial factors and smartphone addiction among middle school students in rural areas, *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 2015;16(7):4711-4722.
 24. Li C., Liu D. & Dong Y., Self-Esteem and Problematic Smartphone Use Among Adolescents: A Moderated Mediation Model of Depression and Interpersonal Trust, *Frontiers in psychology*, 2019;10:2872.
 25. Lin Y.-H., Chiang C.-L., Lin P.-H., Chang L.-R., Ko C.-H., Lee Y.-H. & Lin S.-H., Proposed diagnostic criteria for smartphone addiction, *PloS one*, 2016;11(11):e0163010.
 26. Liu C.-H., Lin S.-H., Pan Y.-C. & Lin Y.-H., Smartphone gaming and frequent use pattern associated with smartphone addiction, *Medicine*, 2016;95(28).
 27. Mohamed S.M. & Mostafa M.H., Impact of smartphone addiction on depression and self-esteem among nursing students, *Nursing Open*, 2020.
 28. Mulyana S. & Afriani A., Hubungan Antara Self-Esteem dengan Smartphone Addiction pada Remaja SMA di Kota Banda Aceh, *Jurnal Psikogenesis*, 2017;5(2):102-114.

29. Munasinghe P., editor Factors influencing the Smartphone Addiction among Students of the North Central Province in Sri Lanka. Proceedings of Annual Bangkok Business and Social Sciences Research Conference; 2016.
30. Nurhayati N., Rosmaiyadi R. & Buyung B., Efforts to Improve Student's Self Confidence Using Collaborative Learning Model, *JPMI (Jurnal Pendidikan Matematika Indonesia)*, 2018;2(2):57-62.
31. Pawar T. & Shah J., The Relationship Between Social Media Addiction, Self-Esteem, Sensation Seeking and Boredom among College students, *Indian Journal of Mental Health*, 2019;6(4).
32. Pearson C. & Hussain Z., Smartphone addiction and associated psychological factors, 2016.
33. Regehr C., Glancy D. & Pitts A., Interventions to reduce stress in university students: A review and meta-analysis, *Journal of affective disorders*, 2013;148(1):1-11.
34. Rossa E., Hubungan Smartphone Addiction Dengan Kecenderungan Nomophobia Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala, ETD Unsyiah, 2016.
35. Sinsomsack N. & Kulachai W., editors. A study on the impacts of Smartphone addiction. 15th International Symposium on Management (INSYMA 2018); 2018: Atlantis Press.
36. Wang C., Lee M.K., Yang C. & Li X., Understanding problematic smartphone use and its characteristics: A perspective on behavioral addiction, *Transforming healthcare through information systems: Springer*; 2016. p. 215-225.
37. Yang K.-M., The effect of self-esteem and depression on smartphone addiction among university students, *Journal of the Korea Convergence Society*, 2016;7(1):113-123.
38. Zencirci S.A., Aygar H., Göktaş S., Önsüz M.F., Alaiye M. & Metintaş S., Evaluation of smartphone addiction and related factors among university students, *International Journal of Research in Medical Sciences*, 2018;6(7):2210.