

**PENGARUH SMARTPHONE ADDICTION TERHADAP
KECEMASAN REMAJA**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

Devinna Adinda Vashtianti

1801620095

Psikologi

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2024

DEVINNA ADINDA VASHTIANTI
PENGARUH SMARTPHONE ADDICTION TERHADAP KECEMASAN
REMAJA

SKRIPSI

JAKARTA:
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2024

ABSTRAK

Penelitian dilakukan untuk mengetahui pengaruh *smartphone addiction* terhadap kecemasan remaja. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data teknik *purposive sampling*. Peneliti mengadopsi instrumen *Depression, Anxiety, and Stress Scale (DASS-21)* dan *Smartphone Addiction Scale – Short Version (SAS-SV)*. Sampel berjumlah 114 responden yaitu remaja usia 18-21 tahun dan memiliki *smartphone*. Metode pengolahan data menggunakan analisis regresi sederhana untuk menguji hipotesis penelitian. Hasil penelitian menemukan adanya pengaruh signifikan dan bersifat positif. Besar pengaruh yang dihasilkan *smartphone addiction* terhadap kecemasan adalah 18,5% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata Kunci: *Smartphone Addiction*, Kecemasan, Remaja

DEVINNA ADINDA VASHTIANTI
THE IMPACT OF SMARTPHONE ADDICTION ON ADOLESCENTS
ANXIETY

RESEARCH PAPER

Jakarta:
Department of Psychology
Faculty of Education Psychology
Jakarta State University
2024

ABSTRACT

This study aims to investigate the impact of smartphone addiction on anxiety in adolescents. A quantitative method with purposive sampling technique was used to collect data. The instruments used in this study were the Depression, Anxiety, and Stress Scale (DASS-21) and the Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV). The sample consisted of 114 adolescents aged 18-21 who own smartphones. A simple regression analysis was conducted to test the hypothesis. The results revealed a significant impact of smartphone addiction on adolescent anxiety, accounting for 18.5% of the variance in anxiety levels, with the remaining 81.5% influenced by other factors.

Keywords : Smartphone Addiction, Anxiety, Adolescents

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN
PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

PENGARUH SMARTPHONE ADDICTION TERHADAP KECEMASAN
REMAJA

Nama Mahasiswa : Devinna Adinda Vashtianti
Nim : 1801620095
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 16 Juli 2024

Pembimbing I

Erik, S.Psi., M.Si
NIP. 0001059113

Pembimbing II

Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni M.Pd
NIP. 197909252002122001

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Dekan/Penanggungjawab)		24.07.2024
Dr. Gungum Gungum (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)		24.07.2024
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Ketua Penguji)***		24.07.2024
Santi Yudhistira, M.Psi (Anggota)****		29.07.2024
Ernita Zakiah, M.Psi (Anggota)		24.07.2024

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Devinna Adinda Vashtianti

NIM : 1801620095

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "**Pengaruh *Smartphone Addiction* terhadap Kecemasan Remaja**" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret 2024 sampai dengan bulan Juli 2024.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 06 Agustus 2024

Yang Membuat Pernyataan



Devinna Adinda Vashtianti



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Devinna Adinda Vashianti
NIM : 1801620095
Fakultas/Prodi : Psikologi
Alamat email : adinda.devinna01@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Smartphone Addiction terhadap Kecemasan Remaja

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebnarnya.

Jakarta, 06 Agustus 2024



(DEVINNA ADINDA VASHIANTI)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia – Nya peneliti mampu menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana psikologi. Terima kasih kepada kedua orang tua peneliti yang selalu berada di dekat peneliti selama proses penyusunan skripsi dan memberikan segala kebutuhan serta tempat paling nyaman sehingga peneliti memiliki kemampuan untuk menyelesaikan skripsi. Kelancaran proses skripsi tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih banyak kepada:

1. Prof. Dr. Yufiarti, M.Si selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi, terima kasih banyak atas kesempatan dan fasilitas untuk melaksanakan penelitian.
2. Dr. Gumgum Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Pendidikan Psikologi.
3. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, PhD selaku Wakil Dekan Bidang Umum dan Keuangan Fakultas Pendidikan Psikologi.
4. Ibu Mira Ariyani, PhD selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Alumni Fakultas Pendidikan Psikologi.
5. Bapak Erik, S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing Utama atas seluruh arahan, masukan dan juga dukungan yang selalu diberikan kepada peneliti. Terima kasih banyak untuk segala motivasi dan pembelajaran yang diberikan baik selama perkuliahan maupun bimbingan yang menjadi salah satu dorongan peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini. Hormat dan bangga selalu dirasakan dapat berkesempatan menjadi mahasiswi bimbingan Bapak.
6. Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Pendamping atas seluruh masukan, dukungan dan motivasi yang diberikan selama ini. Terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala bantuan yang Ibu berikan. Sungguh sebuah kehormatan dan

kebanggaan peneliti dapat berkesempatan menjadi mahasiswi bimbingan Ibu.

7. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Terutama Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Psikologi yang telah memberikan pengetahuan, membimbing, dan memotivasi saya selaku peserta didik. Semoga Bapak dan Ibu selalu dilimpahkan kesehatan, kemudahan dan selalu dalam lindungan – Nya.
8. Seluruh Staff Tata Usaha Program Studi dan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
9. Tsaniya Trixie Arsetyawati dan Jacintha Cherylle Maheswari, selaku adik kandung peneliti yang sangat amat dicintai atas dukungan dan semangat yang diberikan sejak awal peneliti menempuh pendidikan hingga selesai mengerjakan tugas akhir pendidikan dan seterusnya.
10. Dukungan dari kakak dan adik sepupu terdekat, Dessy Adiasti, Bennyto Agnur, dan Irvinda Rafii serta seluruh keluarga peneliti yang tidak pernah lupa memberikan dukungan dan hiburan selama masa pengerjaan tugas akhir ini. Semoga kami semua selalu diberkahi serta diberikan kebahagiaan dan kesehatan selalu.
11. Adzkia Zahra Izzati, Nawal Muthiah, Farah Azzahra Marsudi, Sandy Jaya Nurhadi, Olga Dwi Putri, Arief Zharfan Rafihasya, Zuliyani Amarie serta Nailla Rahma yang membersamai Langkah peneliti dan selalu membantu satu sama lain selama proses kuliah hingga penyelesaian tugas akhir skripsi.
12. Kepada pihak yang turut membantu dalam memberikan doa, baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat saya sebutkan namanya. Semoga selalu dalam keadaan yang dilimpahkan kebahagiaan dan kedamaian dari Tuhan Yang Maha Esa atas ketulusan dan kebaikan yang telah diberikan kepada peneliti selama ini.
13. Kepada seluruh responden yang bersedia menjadi subyek penelitian

atas kesediaannya mengisi kuesioner sehingga keberhasilan penelitian dapat tercapai.

Peneliti berharap skripsi ini dapat membawa dampak positif bagi para pembaca karena dalam skripsi ini memuat pembelajaran moral dan teoritik yang didapatkan oleh peneliti selama masa penelitian berlangsung. Peneliti tidak menutup diri untuk menerima kritik dan saran yang sekiranya dapat menjadi pembelajaran agar lebih baik lagi.



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 LATAR BELAKANG.....	1
1.2 IDENTIFIKASI MASALAH	3
1.3 PEMBATASAN MASALAH	4
1.4 RUMUSAN MASALAH	4
1.5 TUJUAN PENELITIAN.....	4
1.6 MANFAAT PENELITIAN.....	4
BAB II Tinjauan Pustaka.....	6
2.1 Kecemasan	6
2.2 <i>Smartphone Addiction</i>	12
2.3 Remaja.....	17
2.4 Hubungan <i>Smartphone Addiction</i> dengan Kecemasan Remaja	20
2.5 Kerangka Konseptual.....	21
2.6 Hipotesis Penelitian.....	22
2.7 Hasil Penelitian Yang Relevan	22
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
3.1 Tipe Penelitian	24
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	24
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	26
3.4 Teknik Pengumpulan Data	26

3.5 Model Skala dan Teknik Skoring	29
3.6 Uji Coba Instrumen	31
3.7 Analisis Data	37
BAB IV PEMBAHASAN DAN HASIL.....	39
4.1 Gambaran Subyek Penelitian	39
4.2 Prosedur Penelitian.....	43
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian.....	45
4.4 Uji Normalitas.....	52
4.5 Uji Linearitas	53
4.6 Uji Hipotesis	53
4.7 Pembahasan.....	55
4.8 Keterbatasan Penelitian.....	57
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	58
5.1 Kesimpulan	58
5.2 Implikasi.....	58
5.3 Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN.....	69
RIWAYAT HIDUP.....	89

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori Kecemasan Lovibond.....	10
Tabel 3.1 Butir Skala DASS-21	29
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrumen DASS-21	30
Tabel 3.3 Butir Skala SAS-SV	30
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrumen SAS-SV	31
Tabel 3.5 Nilai <i>r Product Moment</i>	31
Tabel 3.6 Korelasi <i>Pearson</i> Item – Total Kecemasan	32
Tabel 3.7 Korelasi <i>Pearson</i> Item – Total <i>Smartphone Addiction</i>	33
Tabel 3.8 Interpretasi Reliabilitas <i>Cronbach Alpha</i>	34
Tabel 3.9 Reliabilitas Instrumen Kecemasan	34
Tabel 3.10 <i>Blueprint</i> DASS-21	34
Tabel 3.11 Reliabilitas Instrumen <i>Smartphone Addiction</i>	35
Tabel 3.12 <i>Blueprint</i> SAS-SV	36
Tabel 4.1 Data Distribusi Usia Subyek Penelitian	39
Tabel 4.2 Data Distribusi Jenis Kelamin Subyek Penelitian	40
Tabel 4.3 Data Distribusi Domisili Subyek Penelitian	40
Tabel 4.4 Data Distribusi Pekerjaan Subyek Penelitian	41
Tabel 4.5 Data Distribusi IPK Subyek Penelitian	41
Tabel 4.6 Data Distribusi Rapot Subyek Penelitian	42
Tabel 4.7 Data Distribusi Pendapatan Subyek Penelitian	42
Tabel 4.8 Data Distribusi <i>Screentime</i> Subyek Penelitian	43
Tabel 4.9 Distribusi Deskriptif Data Kecemasan Remaja	46
Tabel 4.10 Kategorisasi Kecemasan	47
Tabel 4.11 Kategorisasi Kecemasan dengan Usia	48
Tabel 4.12 Kategorisasi Kecemasan dengan Jenis Kelamin.....	48
Tabel 4.13 Distribusi Deskriptif Data <i>Smartphone Addiction</i>	49
Tabel 4.14 Kategorisasi <i>Smartphone Addiction</i>	50
Tabel 4.15 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan <i>User Smartphone</i>	50
Tabel 4.16 Tabulasi Silang Tingkat Kecemasan dengan <i>Smartphone User</i>	51

Tabel 4.17 Tabulasi Silang Hasil IPK dengan <i>Smartphone User</i>	51
Tabel 4.18 Tabulasi Silang Hasil Akhir Rapot dengan <i>Smartphone User</i> .	52
Tabel 4.19 Tabulasi Silang Hasil Pendapatan dengan <i>Smartphone User</i>	52
Tabel 4.20 Tabulasi Silang Domisili dengan <i>Smartphone User</i>	53
Tabel 4.21 Uji Linearitas.....	53
Tabel 4.22 Persamaan Regresi <i>Coefficients</i>	54
Tabel 4.23 Uji Signifikansi ANOVA	55
Tabel 4.24 Uji <i>Summary</i>	55



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	22
Gambar 4.1 Data Deskriptif Kecemasan.....	46
Gambar 4.2 Data Deskriptif <i>Smartphone Addiction</i>	49



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Uji Coba Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	69
Lampiran 2 Data Demografis	72
Lampiran 3 Data Deskriptif dan Kategorisasi Variabel	75
Lampiran 4 Olah Data	77
Lampiran 5 Tabulasi Silang	82
Lampiran 6 Lembar Validasi Instrumen Penelitian	84
Lampiran 7 Surat Persetujuan Penelitian	87
Lampiran 8 Bukti Email Dengan Penulis Awal Instrumen.....	88

