

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Penggunaan *smartphone* telah meningkat pesat dalam beberapa tahun terakhir dan telah menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari masyarakat termasuk remaja. Data dari Exploding Topics menunjukkan bahwa Indonesia menempati urutan keempat negara dengan jumlah pengguna *smartphone* terbesar di dunia, yaitu 68,1% dari populasi (Rachmatunniisa, 2025). Tingginya penetrasi *smartphone* ini juga terjadi pada kelompok usia remaja yang saat ini didominasi oleh Generasi Alpha, yaitu individu yang lahir pada tahun 2010 hingga 2025 dan tumbuh dalam lingkungan yang sangat terintegrasi dengan teknologi digital (Gunawan et al., 2024). Kelompok remaja Generasi Alpha, khususnya pada rentang usia 12-15 tahun, berada pada masa transisi perkembangan yang kritis, di mana mereka mulai mengembangkan identitas diri dan kemandirian, namun belum sepenuhnya matang dalam meregulasi diri. Pada usia ini, akses internet yang luas serta kemudahan dalam menggunakan berbagai aplikasi menjadikan *smartphone* sebagai sarana utama bagi remaja untuk berkomunikasi, mencari informasi, dan mengekspresikan diri di media sosial.

Namun, dibalik berbagai manfaat tersebut, penggunaan *smartphone* yang semakin intens juga memunculkan fenomena *smartphone addiction*, yaitu suatu kondisi di mana adanya keterikatan berlebihan terhadap *smartphone* yang ditandai dengan kesulitan dalam mengontrol penggunaan, serta munculnya gangguan dalam aktivitas sehari-hari, serta fungsi sosial (Jayanti et al., 2023; Rafi et al., 2020). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *smartphone addiction* pada remaja berkaitan dengan berbagai dampak negative seperti gangguan konsentrasi, penurunan kualitas tidur, distraksi akademik, serta masalah emosional seperti kecemasan. (Mariyanti et al., 2021; Rosi et al., 2025). Fenomena ini juga ditemukan secara luas di berbagai negara dengan prevalensi yang cukup tinggi seperti di India 64,6%, Filipina 62,6%, dan

Malaysia 37,1% pada populasi remaja (Buctot et al., 2020; Lee et al., 2023; Yogesh et al., 2024).

Dalam konteks nasional, fenomena *smartphone addiction* pada remaja di Indonesia menunjukkan pola yang sejalan dengan temuan global. Penelitian pada remaja sekolah menengah pertama di Samarinda menunjukkan bahwa remaja dengan *smartphone addiction* memiliki risiko gangguan mental emosional yang secara signifikan lebih tinggi dibandingkan remaja dengan penggunaan *smartphone* yang lebih terkendali (Setiadi et al., 2019). Studi lain yang dilakukan di Jakarta menunjukkan bahwa walaupun sebagian besar siswa berada pada kategori *smartphone addiction* rendah, sebagian siswa dengan tingkat *smartphone addiction* tinggi tetap menunjukkan karakteristik psikologis tertentu yang berpotensi meningkatkan risiko penggunaan *smartphone* yang bermasalah (Subu et al., 2022).

Berdasarkan paparan di atas terkait meningkatnya kerentanan remaja terkait *smartphone addiction*, berbagai studi menegaskan bahwa pencegahan penggunaan *smartphone* yang bermasalah tidak hanya bergantung pada faktor psikologis, tetapi juga pada kemampuan remaja dalam mengelola, memahami, dan menggunakan teknologi digital secara bertanggung jawab. Dalam konteks ini, literasi digital dipandang sebagai kemampuan yang diharapkan mampu membekali remaja dengan kemampuan berpikir kritis dan mengelola penggunaan serta mengenali risiko dalam penggunaan *smartphone*. Literasi digital tidak hanya berkaitan dengan aspek teknis penggunaan teknologi, melainkan juga mencakup aspek kognitif, sosial, dan etis dalam berinteraksi di ruang digital.

Namun, temuan empiris di Indonesia menunjukkan adanya kesenjangan antara kondisi ideal tersebut dengan kondisi aktual. Studi mengenai literasi digital pemuda di Indonesia wilayah perkotaan menunjukkan indeks literasi digital yang tinggi, namun capaian tersebut tidak terdistribusi secara merata dan dipengaruhi oleh faktor usia serta kondisi ekonomi (Angeline et al., 2021). Intensitas penggunaan *smartphone* di kalangan remaja Indonesia tergolong tinggi dengan durasi penggunaan yang dapat mencapai lebih dari enam hingga tujuh jam per hari. Penggunaan ini sebagian besar mengarah pada aktivitas

pencarian informasi dan pemanfaatan materi pembelajaran digital yang menunjukkan potensi positif dalam mendukung proses belajar (A. I. Sari et al., 2020). Namun, tingginya intensitas penggunaan menunjukkan bahwa tanpa literasi digital yang terstruktur dan komprehensif, pemanfaatan *smartphone* berisiko berhenti pada aspek fungsional saja, tanpa adanya keseimbangan antara kemampuan pengelolaan diri, pemahaman etika digital, serta kesadaran terhadap dampak penggunaan yang berlebihan.

Sejalan dengan tingginya intensitas penggunaan *smartphone*, komunikasi orang tua serta konteks sosial budaya juga turut memengaruhi. Penelitian menunjukkan bahwa komunikasi orang tua yang terbatas dan pengawasan yang minim, khususnya di wilayah perkotaan membatasi keterlibatan remaja dalam pengembangan literasi digital yang bersifat reflektif dan etis (Hamzah et al., 2025). Studi tersebut menemukan bahwa meskipun remaja menyadari pentingnya literasi digital, kurangnya dialog dan pendampingan dari orang tua serta guru menyebabkan literasi digital lebih dipahami sebagai kemampuan teknis, bukan sebagai keterampilan dalam mengelola penggunaan digital. Sebaliknya, dukungan keluarga dan nilai budaya lokal yang kuat membantu remaja sadar, berani, dan memiliki sifat proaktif dalam menghadapi risiko digital termasuk perilaku bermasalah di media sosial (Hamzah et al., 2025). Temuan ini menegaskan bahwa komunikasi orang tua yang dialogis dan kontekstual memiliki peran penting dalam menjembatani kesenjangan antara penggunaan *smartphone* dan pengembangan literasi digital remaja.

Berdasarkan kajian berbagai studi yang ada, dapat diidentifikasi sejumlah kesenjangan penelitian teoritis dan empiris dalam kajian *smartphone addiction* pada remaja di Indonesia. Secara teoritis, penelitian tentang *smartphone addiction* masih cenderung melihat fenomena ini dengan menitikberatkan pada aspek tunggal seperti pencarian kesenangan emosional atau gejala perilaku adiktif, tanpa mempertimbangkan sifat *smartphone addiction* yang multidimensional dan dipengaruhi oleh tekanan lingkungan sosial yang lebih luas. Selain itu, pemahaman mengenai literasi digital sebagai

faktor internal dan komunikasi orang tua sebagai faktor eksternal yang secara bersama-sama memengaruhi *smartphone addiction* masih sangat terbatas.

Sedangkan dari sisi empiris, meskipun sudah ditemukan beberapa studi terkait literasi digital, studi yang secara spesifik mengintegrasikan literasi digital dengan komunikasi orang tua terhadap *smartphone addiction* masih relatif sedikit. Integrasi literasi digital sebagai faktor internal dan komunikasi orang tua sebagai faktor eksternal dapat menjadi strategi preventif yang relevan dengan program literasi digital sekolah, kebijakan pendidikan, dan pedoman pengasuhan di era digital. Terdapat penelitian yang menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dalam aktivitas digital anak melalui praktik *parental mediation*, khususnya dalam bentuk *active mediation* berupa diskusi atau percakapan terkait penggunaan media digital berkaitan dengan tingkat literasi digital remaja. Diskusi antara orang tua dan anak mengenai cara menggunakan media digital dan potensi risiko dapat membantu anak memahami dan mengevaluasi informasi digital secara lebih kritis. Temuan tersebut menunjukkan bahwa komunikasi orang tua mengenai penggunaan media digital berperan dalam mendukung perkembangan literasi digital pada remaja (Lou et al., 2024).

Selain itu, fokus penelitian pada Generasi Alpha juga menjadi kesenjangan signifikan. Mayoritas studi meneliti remaja tanpa perhatian khusus pada Generasi Alpha yang lahir setelah 2010 di dalam lingkungan digital yang jauh lebih intens dan kompleks sehingga penelitian ini menargetkan karakteristik dan kebutuhan khusus mereka sangat dibutuhkan.

Kondisi tersebut menjadikan penelitian mengenai *smartphone addiction* pada remaja, khususnya Generasi Alpha di Indonesia, semakin penting untuk dilakukan. Secara teoritis, perilaku penggunaan teknologi pada remaja dapat dipahami melalui perspektif *Self-Determination Theory* yang dikembangkan oleh Edward L. Deci dan Richard M. Ryan (Deci & Ryan, 2000). Teori ini menjelaskan bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh pemenuhan tiga kebutuhan psikologis dasar yaitu *autonomy* (kemandirian), *competence* (kompetensi), dan *relatedness* (keterhubungan). Dalam konteks penggunaan *smartphone* pada remaja, literasi digital dapat dipahami sebagai

kemampuan yang mendukung pemenuhan kebutuhan *competence* karena membantu remaja dalam memahami serta mengelola penggunaan teknologi secara lebih bijak. Sementara itu, pola komunikasi orang tua yang terbuka dan dialogis dapat mendukung pemenuhan kebutuhan *autonomy* dan *relatedness* melalui adanya ruang diskusi, dukungan emosional, serta keterlibatan orang tua dalam aktivitas digital anak. Pemenuhan kebutuhan psikologis tersebut diharapkan dapat membantu remaja mengelola penggunaan *smartphone* secara lebih sehat sehingga mengurangi kecenderungan *smartphone addiction*.

Penelitian ini menawarkan beberapa kebaruan yang membedakannya dari studi-studi sebelumnya mengenai *smartphone addiction* remaja di Indonesia. Pertama, penelitian ini mengintegrasikan literasi digital sebagai faktor internal dan komunikasi orang tua sebagai faktor eksternal dalam satu kerangka analisis yang komprehensif. Kedua, penelitian ini menekankan fokus pada Generasi Alpha yaitu kelompok yang lahir setelah tahun 2010 dan tumbuh di era transformasi digital yang semakin kompleks sehingga dapat membantu memahami karakteristik, perilaku, dan kebutuhan unik Generasi Alpha yang masih terbatas. Dengan menargetkan kelompok Generasi Alpha ini, penelitian akan memberikan *insight* yang relevan guna mengembangkan strategi preventif yang sesuai dengan konteks digital saat ini. Ketiga, penelitian ini dilakukan dalam konteks Indonesia dengan memperhitungkan faktor budaya, sosial, dan pendidikan yang memengaruhi perilaku remaja.

Secara keseluruhan, penelitian ini menghadirkan *novelty* dalam tiga aspek yaitu: integrasi faktor internal dan eksternal terhadap *smartphone addiction*, fokus pada Generasi Alpha, dan kontekstualisasi dalam realitas sosial-budaya Indonesia. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian psikologi perkembangan, khususnya terkait perilaku adiktif digital pada remaja Generasi Alpha, serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengintegrasikan faktor internal dan eksternal dalam memahami *smartphone addiction*.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Tingginya angka prevalensi *smartphone addiction* pada remaja di tingkat global maupun nasional (Indonesia).
2. Adanya kerentanan psikologis pada remaja Generasi Alpha, seperti kontrol diri yang belum optimal dan kecenderungan perilaku kompulsif dalam penggunaan *smartphone*.
3. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan sebagai bentuk pelarian dari tekanan psikologis yang dialami remaja.
4. Literasi digital remaja di Indonesia masih didominasi oleh kemampuan teknis, namun masih rendah dalam aspek reflektif, etis, dan pengelolaan diri.
5. Kurangnya komunikasi dialogis dan pengawasan dari orang tua dalam mendampingi aktivitas digital remaja.
6. Adanya risiko gangguan kesehatan mental, akademik, dan fungsi sosial akibat penggunaan *smartphone* yang tidak bijak pada kelompok usia kritis.

1.3 Pembatasan Masalah

1. Variabel Terikat: *Smartphone addiction*
2. Variabel Bebas: Literasi digital (faktor internal), *conversation orientation*, dan *conformity orientation* (faktor eksternal)
3. Subjek penelitian: Remaja yang termasuk Generasi Alpha dengan rentang usia 12-15 tahun dan masuk ke dalam kategori adiksi berdasarkan *cut-off* SAS-SV.
4. Kajian *smartphone addiction* sebagai kecenderungan perilaku penggunaan *smartphone* yang bermasalah, bukan sebagai diagnosis gangguan adiktif klinis

1.4 Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat pengaruh antara literasi digital dengan *smartphone addiction* pada remaja Generasi Alpha usia 12-15 tahun?
2. Apakah terdapat pengaruh antara *conversation orientation* dengan *smartphone addiction* pada remaja Generasi Alpha usia 12-15 tahun?

3. Apakah terdapat pengaruh antara *conformity orientation* dengan *smartphone addiction* pada remaja Generasi Alpha usia 12-15 tahun?
4. Sejauh mana peran literasi digital, *conversation orientation*, dan *conformity orientation* secara bersama-sama dalam memengaruhi risiko *smartphone addiction* pada remaja Generasi Alpha?

1.5 Tujuan Penelitian

1. Menguji secara empiris pengaruh antara literasi digital dengan tingkat *smartphone addiction* pada remaja Generasi Alpha.
2. Menguji secara empiris pengaruh antara *conversation orientation* dengan tingkat *smartphone addiction* pada remaja Generasi Alpha.
3. Menguji secara empiris pengaruh antara *conformity orientation* dengan tingkat *smartphone addiction* pada remaja Generasi Alpha.
4. Menganalisis secara empiris pengaruh literasi digital, *conversation orientation*, dan *conformity orientation* secara simultan terhadap *smartphone addiction* pada remaja Generasi Alpha.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

- a. Memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi Pendidikan dan perkembangan, khususnya terkait perilaku adiktif di era digital.
- b. Memperkaya literatur mengenai karakteristik unik remaja Generasi Alpha yang masih sangat terbatas dalam studi-studi sebelumnya.
- c. Menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya mengenai model integrasi faktor internal dan eksternal dalam mengatasi masalah perilaku digital.

1.6.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Orang Tua: Memberikan wawasan mengenai pentingnya pola komunikasi dialogis dan pendampingan aktif daripada sekadar pengawasan teknis.

- b. Bagi Sekolah: Menjadi landasan dalam menyusun kurikulum literasi digital yang tidak hanya fokus pada *skill* teknis, tetapi juga pada etika dan kontrol diri.
- c. Bagi Remaja: Meningkatkan kesadaran akan risiko adiksi dan pentingnya memiliki kemampuan berpikir kritis dalam menggunakan teknologi.
- d. Bagi Pembuat Kebijakan: Memberikan data empiris untuk menyusun program intervensi kesehatan mental remaja berbasis komunitas dan keluarga di era *Society 5.0*.

