

HUBUNGAN ANTARA *LONELINESS* DENGAN *SMARTPHONE ADDICTION* PADA MAHASISWA

Brilliant Liesky Tjoandra Tjoa^{1*}, Krismi Diah Ambarwati²
Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga

Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan *loneliness* dengan *smartphone addiction* pada mahasiswa aktif di kota Salatiga. Partisipan pada penelitian ini adalah 344 mahasiswa aktif di kota Salatiga yang menggunakan *smartphone* lebih dari 3 jam setiap hari. Peneliti menggunakan teknik *probability sampling* dalam menentukan sampel terpilih dari keseluruhan populasi. Alat ukur yang dipakai adalah *loneliness* versi 3 (UCLA LS) ($\alpha = .897$) dan *smartphone addiction scale* (SAS) ($\alpha = .909$) yang telah diadaptasi kedalam bahasa Indonesia. Data penelitian di uji dengan menggunakan uji korelasi *product moment* dari *Karl Pearson*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *loneliness* dengan *smartphone addiction*, yang berarti semakin tinggi *loneliness* maka semakin tinggi *smartphone addiction*, begitu pun sebaliknya. Implikasi hasil penelitian ini yaitu penelitian ini dapat membantu menjelaskan bahwa *loneliness* dapat meningkatkan penggunaan *smartphone* bagi individu khususnya mahasiswa yang dapat mengakibatkan *smartphone addiction*.

Kata kunci: *Loneliness*; *Smartphone Addiction*; Mahasiswa

Abstract

This research is a correlational quantitative research. The purpose of this study is to determine the relationship loneliness with smartphone addiction active students in the city of Salatiga. Participants in this study were 344 active students in the city of Salatiga who used smartphone more than 3 hours every day. Researchers use techniques probability sampling in determining the selected sample of the entire population. The measuring instrument used is loneliness version 3 (UCLA LS) ($\alpha = .897$) and smartphone addiction scale (SAS) ($\alpha = .909$) which has been adapted into Indonesian. The research data was tested using a correlation test product moment from Karl Pearson. The results showed that there was a significant positive relationship between loneliness with smartphone addiction, which means higher loneliness then the higher smartphone addiction, vice versa. The implication of the results of this study is that this research can help explain that loneliness can increase consumption smartphone for individuals, especially students that can result smartphone addiction.

Keywords: *Loneliness*; *Smartphone Addiction*; Student

*Corresponding Author:

Brilliant Liesky Tjoandra Tjoa
Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga
Email: Brilliant.tjoa@gmail.com

Article History

Submitted: 24 Maret 2023

Accepted: 03 Maret 2024

Available online: 15 maret 2024

PENDAHULUAN

Saat ini teknologi informasi dan komunikasi mengalami perkembangan yang sangat pesat dengan penemuan-penemuan yang ada, salah satunya yaitu program aplikasi yang berbasis android yang dapat memudahkan masyarakat untuk dapat saling berinteraksi dan mendapatkan informasi. Salah satu penemuan teknologi komunikasi yang paling banyak digunakan oleh masyarakat saat ini yaitu sebuah perangkat telepon pintar atau yang lebih dikenal dengan *smartphone*. *Smartphone* merupakan penemuan teknologi baru yang memiliki fungsi dan memberikan kemudahan untuk menggunakan internet (Phillippi & Wyatt, 2011).

Penggunaan *smartphone* dipengaruhi oleh beberapa hal, seperti memakai internet guna mencari informasi, menjalin hubungan dengan teman, dan mencari hiburan (Aditya, 2014). Tidak hanya kemudahan yang diberikan, namun terdapat juga dampak negatif dalam pemakaian *smartphone* di antaranya pemakaian *smartphone* yang berlebihan bisa mengakibatkan individu mengalami *smartphone addiction* atau kecanduan terhadap *smartphone* (Kibona & Mgya, 2015).

Smartphone addiction merupakan kecanduan atau tidak bisa lepas dari *smartphone* yang bisa mengakibatkan munculnya masalah sosial yang di antaranya yaitu menarik diri, dan kesulitan untuk melakukan kegiatan sehari-hari atau merupakan gangguan kontrol impuls pada individu (Kwon et al., 2013). *Smartphone*

addiction juga didefinisikan sebagai perilaku yang mempunyai hubungan dengan *smartphone* yang didasari oleh kurangnya pengendalian dalam pemakaiannya sehingga dapat berdampak negatif terhadap individu (Leung & Wei, 2014). *Smartphone addiction* juga termasuk salah satu bentuk kecanduan teknologi (Lin., Chang., Lee., Tseng., Kuo., & Chen, 2014).

Kriteria diagnosis resmi untuk *smartphone addiction* masih belum ada, tetapi beberapa gejala yang umum dijumpai oleh individu yang mengalami *smartphone addiction* yaitu ketidakmampuan dalam mengontrol keinginan penggunaan *smartphone*, perasaan cemas dan rasa kehilangan jika tidak menggunakan *smartphone*, hingga menarik diri yang artinya menggunakan *smartphone* sebagai sarana mengalihkan diri saat mengalami masalah, serta turunnya produktivitas (Setiadarma, 2020). Tidak hanya itu, terdapat beberapa penelitian yang melaporkan bahwa individu dewasa awal merupakan pemakai internet paling aktif, dan mereka menghabiskan sekitar 3 jam per hari dalam menggunakan *smartphone* agar terhubung ke internet, yang mengakibatkan kemungkinan terjadinya adiksi atau kecanduan (Bakken., Wenzel., Göttestam., Johansson., & Øren, 2009; Holdoš, 2017; Morrison & Gore, 2010; Stavropoulos., Anderson., Beard., Latifi., Kuss., & Griffiths, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Cha dan Seo (2018) di Korea terhadap 1824 siswa

HUBUNGAN ANTARA LONELINESS DENGAN SMARTPHONE ADDICTION PADA MAHASISWA DI KOTA SALATIGA

Brilliant Liesky Tjoandra Tjoa, Krismi Diah Ambarwati

SMA, terdapat hasil sebesar 30,9% responden mengalami *smartphone addiction* yang tinggi dengan rata-rata pemakaian *smartphone* selama 6 jam setiap hari. Kemudian, penelitian yang dilakukan Brown (2014), menyatakan bahwa Indonesia merupakan negara dengan posisi *smartphone addiction* paling tinggi di dunia dengan pemakaian rata-rata 3 jam per hari. Menurut Batamnews (2015), rata-rata waktu pemakaian *smartphone* di beberapa kota seperti Bandung, Jabodetabek, Semarang dan Surabaya adalah 5,5 jam per hari dan sering terjadi saat malam hari.

Mahasiswa termasuk pemakai *smartphone* paling aktif. Mahasiswa tergolong individu yang berada di remaja akhir dan dewasa awal yang ada di rentang usia 18-25 tahun (Santrock, 2012). Badan pusat statistik Indonesia, menyebutkan bahwa 44,17% dari pemakai *smartphone* berada di usia 25 tahun ke bawah (Badan Pusat Statistik, 2019). Kemudian, menurut data dari Dinas Perpustakaan dan Arsip Kota Salatiga, pemustaka iSalatiga mengakses dengan menggunakan *smartphone*. Adapun para pemustaka terdiri dari kalangan remaja, dewasa, dan umum. Menurut data dari Perpustakaan Kota Salatiga tentang pengguna iSalatiga yang aktif mencapai 100 pengguna dari umur 15-40 tahun (Putri & Dewi, 2020).

Smartphone addiction dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu *daily life disturbance* (gangguan kehidupan sehari-hari), *positive anticipation*, *withdrawal*, *cyberspace-oriented relationship*, *overuse* (penggunaan berlebihan),

dan *tolerance* (Kwon et al., 2013). Menurut Young (2015), munculnya *addiction* disebabkan oleh masalah sosial berupa masalah intrapersonal seperti harga diri rendah atau kemampuan komunikasi yang rendah, dan masalah interpersonal seperti kesepian (*loneliness*).

Menurut Russell, *loneliness* didefinisikan sebagai interaksi sosial yang tidak seperti dari apa yang diharapkan atau dicapai, dalam hal ini termasuk perasaan risau, tertekan, dan persepsi kurangnya interaksi sosial pada individu (Lou., Yan., Nickerson., & McMorris, 2012). Menurut Weiss, setiap hubungan yang membutuhkan interaksi secara pribadi, bisa mengakibatkan perasaan tidak diterima dan *lonely* sehingga memunculkan pikiran yang negatif (Perlman & Peplau, 1982).

Loneliness merupakan perasaan cemas, terdapat tekanan dan pikiran negatif pada hubungan sosial (Panicker & Sachdev, 2014). Aspek-aspek *loneliness* terdiri dari *personality*, *social desirability*, dan *depression* (Russell, 1996). Dampak negatif dari *loneliness* yaitu timbulnya perasaan negatif, memiliki sedikit teman, menghabiskan waktu luang dalam aktivitas soliter (menggunakan *smartphone*, membaca buku, dan berdiam diri di kamar), masalah kesehatan, dan mengonsumsi alkohol (Baron., Branscombe., & Byrne, 2011; Perlman & Peplau, 1998).

Hal yang membuat individu mengalami *smartphone addiction* yaitu sesuai dengan yang terdapat dalam aspek *loneliness* (*social desirability*), individu mempunyai kemauan

HUBUNGAN ANTARA LONELINESS DENGAN SMARTPHONE ADDICTION PADA MAHASISWA DI KOTA SALATIGA

Brilliant Liesky Tjoandra Tjoa, Krismi Diah Ambarwati

untuk memiliki hubungan sosial yang sesuai dengan apa yang diinginkan, dalam hal ini individu memakai *smartphone* untuk menghilangkan rasa kesepian (*loneliness*) yang dialami dengan melakukan kontak sosial melalui *smartphone*. Individu yang mengalami *loneliness* dapat menurunkan derajat kesepiannya dengan cara melakukan kontak sosial (Perlmán & Peplau, 1982). Kemajuan teknologi di era sekarang, membuat hubungan sosial dilakukan melalui media sosial yang saat ini mudah diakses melalui *smartphone*. Individu yang merasa kesepian (*loneliness*) secara aktif memakai *smartphone* yang merupakan elemen yang tidak dapat diganti dalam kehidupan setiap hari. Kesepian membuat individu sering terlibat dalam kegiatan menggunakan *smartphone*, karena terdapat fasilitas-fasilitas dalam *smartphone*. Fasilitas *smartphone* yang sering digunakan mahasiswa setiap hari yaitu media sosial yang digunakan untuk melakukan kontak sosial (Kwon et al., 2013). Hal ini diperkuat dengan penelitian Salehan dan Negahban (2013), menunjukkan hasil bahwa penyebab *smartphone addiction* pada mahasiswa yaitu menggunakan layanan jejaring sosial atau *social networking service* (SNS). Mahasiswa yang memiliki tingkat *smartphone addiction* lebih tinggi cenderung menggunakan *smartphone* dengan tujuan melakukan kontak sosial lebih tinggi dari pada mahasiswa yang memiliki tingkat *smartphone addiction* lebih rendah (Park & Lee, 2014).

Mahasiswa memerlukan kontak sosial dengan orang lain setiap saat, hal ini membuat

mahasiswa menggunakan *smartphone* secara berlebihan dibandingkan pengguna *smartphone* lainnya. Menurut Woyke, *smartphone* menjadikan dunia maya sebagai bagian terpenting dalam kontak sosial, mudah diakses, dan membuat individu melakukan kontak sosial yang dapat dilakukan selama 24 jam (Subagio & Hidayati, 2017). Menurut Lundquist, Lefebvre, dan Garramone (2014), bahwa pengguna *smartphone* merasa terikat terhadap *smartphone* yang dimiliki. Mahasiswa juga merasa terikat terhadap *smartphone* sehingga merasa tidak bisa berfungsi tanpa *smartphone*. Penggunaan *smartphone* yang tidak terkontrol ini dapat digambarkan kondisi *smartphone* (Kwon et al., 2013).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Subagio dan Hidayati (2017), dengan responden siswa SMA Negeri 2 Bekasi, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *loneliness* dengan *smartphone addiction*. Semakin tinggi *loneliness* maka semakin tinggi *smartphone addiction* yang dialami. Selain itu, penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Panicker dan Sachdev (2014), dengan responden 84 siswa *junior college* di Ulhasnagar, juga menunjukkan bahwa menghilangkan rasa kesepian (*loneliness*), mahasiswa secara aktif memakai *smartphone* yang merupakan elemen yang tak tergantikan dalam kehidupan setiap hari. Dari penelitian tersebut, kesepian menjadikan individu sering terlibat dalam kegiatan menggunakan *smartphone*. Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya yang

HUBUNGAN ANTARA LONELINESS DENGAN SMARTPHONE ADDICTION PADA MAHASISWA DI KOTA SALATIGA

Brilliant Liesky Tjoandra Tjoa, Krismi Diah Ambarwati

dilakukan pada kalangan siswa SMA dan siswa *junior college* (Panicker & Sachdev, 2014; Subagio & Hidayati, 2017) terlihat bahwa tujuan individu menggunakan *smartphone* yaitu untuk menghilangkan perasaan kesepian (*loneliness*) yang dialami. Namun meningkatnya penggunaan *smartphone* karena fasilitas-fasilitas yang tersedia dalam *smartphone*, justru membawa masalah baru bagi individu yaitu timbulnya *smartphone addiction*. Hal ini terjadi karena individu menggunakan *smartphone* untuk membantunya dalam menghadapi kesulitan emosional dan pelarian terhadap masalah yang dialami.

Penelitian sebelumnya juga hanya menggambarkan *loneliness* secara umum dan mengkaji *smartphone addiction* hanya pada siswa SMA dan *junior college*, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap kecenderungan *smartphone addiction* pada mahasiswa aktif di kota Salatiga, karena penelitian sebelumnya hanya menggunakan responden siswa SMA dan siswa *junior college*. Oleh karena itu, peneliti bermaksud meneliti hubungan antara *loneliness* dengan *smartphone addiction* pada mahasiswa di kota Salatiga. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara *loneliness* dengan *smartphone addiction* pada mahasiswa di kota Salatiga.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif ini memakai pendekatan korelasional. Populasi

dalam penelitian ini merupakan mahasiswa aktif yang berada di Kota Salatiga, memiliki *smartphone* yang menyediakan fasilitas-fasilitas *modern* dan terhubung ke internet, dan menggunakan *smartphone* lebih dari 3 jam setiap hari. Partisipan dalam penelitian ini sebesar 344 Mahasiswa.

Teknik yang dipakai dalam pengambilan sampel menggunakan metode *probability sampling*, dan pengambilan data dilakukan pada bulan Desember 2022 sampai Januari 2023 melalui penyebaran media *google form* kepada mahasiswa aktif di Kota Salatiga yang sesuai dengan kriteria.

Alat ukur dalam penelitian ini adalah *loneliness* versi 3 (UCLA LS) yang disusun oleh Russell (1996) yang terdiri dari 20 item, contoh item dari skala ini yaitu: "Saya merasa sendirian", dengan reliabilitas $\alpha = .897$, dan *smartphone addiction scale* (SAS) yang dikembangkan oleh Kwon, et al. (2013) yang terdiri dari 33 item, contoh item dari skala ini yaitu: "Pekerjaan yang telah direncanakan terlewatkan karena penggunaan *smartphone*", dengan reliabilitas $\alpha = .909$. Alat ukur telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia. Jenis skala penelitian ini adalah skala Likert dan masing-masing item dijawab dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban (1) sangat tidak setuju, (2) tidak setuju, (3) setuju, (4) sangat setuju.

Data yang diperoleh akan dianalisis dengan bantuan program *statistical package for social science* (SPSS) versi 21.0 for windows dengan menggunakan uji statistik korelasi

HUBUNGAN ANTARA LONELINESS DENGAN SMARTPHONE ADDICTION PADA MAHASISWA DI KOTA SALATIGA

Brilliant Liesky Tjoandra Tjoa, Krismi Diah Ambarwati

pearson sesuai dengan tujuan penelitian, untuk mengetahui hubungan antara *loneliness*

dengan *smartphone addiction* pada mahasiswa di Kota Salatiga.

HASIL

Tabel 1
Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	Kategori	N	%
<i>Smartphone Addiction</i>	Tinggi	44	12,8
	Sedang	264	76,7
	Rendah	36	10,5
<i>Loneliness</i>	Tinggi	11	3,2
	Sedang	201	58,4
	Rendah	132	38,4

Dapat dilihat dari tabel diatas, kategori *smartphone addiction* dan *loneliness* paling banyak yaitu pada kategori sedang dengan jumlah presentase *smartphone addiction*

sebesar 76,7% atau sebanyak 264 partisipan dan jumlah presentase *loneliness* sebesar 58,4% atau sebanyak 201 partisipan.

Tabel 2
Uji Hipotesis

Variabel	<i>Smartphone Addiction</i>	
	<i>r</i>	<i>p</i>
<i>Loneliness</i>	.327	< .001

Dari hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *loneliness* dengan *smartphone addiction* ($r=.327$, $p<.01$). Jadi, dapat dikatakan, semakin tinggi *loneliness* maka akan semakin tinggi *smartphone addiction*, begitu juga sebaliknya semakin rendah *loneliness* maka akan semakin rendah juga *smartphone addiction*.

smartphone addiction pada mahasiswa aktif di kota Salatiga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0,327 dan nilai signifikansi $\alpha = 0.000$ ($p<0.05$). Maka, semakin tinggi *loneliness* yang dialami mahasiswa aktif di kota Salatiga, akan semakin tinggi juga kecenderungan *smartphone addiction* yang dapat muncul. Sedangkan, semakin rendah *loneliness* yang dialami mahasiswa aktif di kota Salatiga, maka akan semakin rendah juga *smartphone addiction* nya.

DISKUSI

Berdasarkan hasil dari penelitian hubungan antara *loneliness* dengan *smartphone addiction* pada mahasiswa aktif di kota Salatiga, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif signifikan antara *loneliness* dengan

Menurut Russell (1996), terdapat tiga aspek dalam *loneliness* di antaranya yaitu *personality*, *social desirability*, dan *depression*. Ketiga aspek ini dapat membuat individu

HUBUNGAN ANTARA LONELINESS DENGAN SMARTPHONE ADDICTION PADA MAHASISWA DI KOTA SALATIGA

Brilliant Liesky Tjoandra Tjoa, Krismi Diah Ambarwati

mengalami *smartphone addiction*. Dalam aspek *personality* dikatakan bahwa beberapa bentuk kepribadian dan suasana hati akan menentukan karakteristik perilaku individu, dalam hal ini individu yang mengalami *loneliness* akan cenderung menarik diri dalam bersosialisasi maupun berhubungan dengan banyak orang secara langsung karena merasa tidak diterima, sehingga mengakibatkan individu lebih memilih melakukan hubungan sosial melalui dunia maya dengan menggunakan *smartphone*. Hal yang membuat individu mengalami *smartphone addiction* juga sesuai dengan yang terdapat dalam aspek *social desirability*, individu mempunyai keinginan untuk mendapatkan kehidupan sosial yang sesuai dengan apa yang diharapkan, dalam hal ini individu menggunakan *smartphone* untuk menghilangkan rasa kesepian (*loneliness*) yang dirasakan dengan melakukan kontak sosial melalui *smartphone*. Kemudian, yang terakhir hal yang membuat individu mengalami *smartphone addiction* juga sesuai dengan yang terdapat dalam aspek *depression*, individu merasa sedih, tidak semangat, tidak berharga, dan memiliki tekanan-tekanan lainnya, dalam hal ini individu menggunakan *smartphone* untuk membantu dalam menghadapi kesulitan emosional dan pelarian terhadap masalah-masalah yang dialami.

Individu yang mengalami *loneliness* dapat menurunkan derajat kesepiannya dengan cara melakukan kontak sosial (Perlman & Peplau, 1982). Kemajuan teknologi di era sekarang, memungkinkan hubungan sosial dilakukan dengan menggunakan situs jejaring

sosial yang saat ini lebih mudah diakses memakai *smartphone*. Individu yang merasa kesepian (*loneliness*) secara aktif memakai *smartphone* yang telah menjadi elemen yang tak tergantikan dalam kehidupan setiap hari. Kesepian membuat individu lebih sering terlibat dalam kegiatan menggunakan *smartphone* bahkan sampai menjadi ketergantungan terhadap *smartphone*.

Semakin tinggi individu merasa kesepian (*loneliness*) maka semakin tinggi individu mengalami *smartphone addiction*. Begitupun sebaliknya, semakin rendah individu merasa kesepian (*loneliness*) maka semakin rendah juga individu mengalami *smartphone addiction* (Subagio & Hidayati, 2017).

Seperti yang terdapat dalam aspek *loneliness (social desirability)*, individu mempunyai kemauan untuk memiliki hubungan sosial yang sesuai dengan apa yang diinginkan, dalam hal ini individu memakai *smartphone* untuk menghilangkan rasa kesepian (*loneliness*) yang dialami dengan melakukan kontak sosial melalui *smartphone*. Individu yang mengalami *loneliness* dapat menurunkan derajat kesepiannya dengan cara melakukan kontak sosial (Perlman & Peplau, 1982). Mahasiswa memerlukan kontak sosial dengan orang lain setiap saat, hal ini membuat mahasiswa menggunakan *smartphone* secara berlebihan dibandingkan pengguna *smartphone* lainnya. Menurut Woyke, *smartphone* menjadikan dunia maya sebagai bagian terpenting dalam kontak sosial, mudah diakses, dan membuat individu melakukan kontak sosial yang dapat dilakukan

HUBUNGAN ANTARA LONELINESS DENGAN SMARTPHONE ADDICTION PADA MAHASISWA DI KOTA SALATIGA

Brilliant Liesky Tjoandra Tjoa, Krismi Diah Ambarwati

selama 24 jam (Subagio & Hidayati, 2017). Menurut Lundquist, Lefebvre, dan Garramone (2014), bahwa pengguna *smartphone* merasa terikat terhadap *smartphone* yang dimiliki. Mahasiswa juga merasa terikat terhadap *smartphone* sehingga merasa tidak bisa berfungsi tanpa *smartphone*. Penggunaan *smartphone* yang tidak terkontrol ini dapat digambarkan kondisi *smartphone addiction* (Kwon et al., 2013).

Dari hasil analisis dapat dikatakan bahwa *loneliness* mahasiswa aktif di kota Salatiga paling banyak masuk dalam kategori sedang, hasil ini menunjukkan bahwa partisipan memiliki perasaan kesepian pada saat melakukan interaksi dan mengalami perasaan risau saat partisipan mengalami tidak adanya kedekatan dengan orang lain. Menurut Russell, *loneliness* didefinisikan sebagai interaksi sosial yang tidak seperti dari apa yang diharapkan atau dicapai, dalam hal ini termasuk perasaan risau, tertekan, dan persepsi kurangnya interaksi sosial pada individu (Lou., Yan., Nickerson., & McMorris, 2012). Dari hasil analisis kategorisasi *smartphone addiction* mahasiswa aktif di kota Salatiga juga paling banyak masuk dalam kategori sedang, hasil ini menunjukkan bahwa dengan kemajuan teknologi mahasiswa aktif di kota Salatiga yang mengalami *loneliness* membawa dampak yang negatif yaitu menghabiskan waktu luang dalam aktivitas soliter salah satunya yaitu menggunakan *smartphone* yang berlebihan sehingga menyebabkan *smartphone addiction* (Baron.,

Branscombe., & Byrne, 2011; Perlman & Peplau, 1998).

Keterbatasan dari penelitian ini yaitu partisipan dalam penelitian ini hanya terbatas pada mahasiswa aktif di kota Salatiga saja, tidak hanya itu, keterbatasan dari penelitian ini yaitu pengambilan data hanya dilakukan dengan menyebarkan kuesioner dalam bentuk *google form* dan tidak secara langsung.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa *loneliness* memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *smartphone addiction* pada mahasiswa di Kota Salatiga. Semakin tinggi *loneliness* maka akan semakin tinggi *smartphone addiction*, begitu juga sebaliknya semakin rendah *loneliness* maka akan semakin rendah juga *smartphone addiction*. Jadi, dapat dikatakan bahwa *loneliness* memengaruhi *smartphone addiction*.

Peneliti menyarankan untuk para mahasiswa agar dapat meningkatkan kesadaran dalam penggunaan *smartphone* yang mungkin didorong oleh *loneliness* (perasaan kesepian) yang dialami. Sebaiknya, mahasiswa dapat menghilangkan *loneliness* dengan beraktivitas seperti meditasi, senam, dan olahraga lainnya. Mahasiswa juga dapat melakukan observasi mandiri terhadap waktu penggunaan *smartphone* masing-masing. Apabila waktu yang digunakan telah berlebihan dan mengganggu aktivitas lain, diharapkan kedepannya dapat dibatasi dan dimanfaatkan seperlunya saja.

HUBUNGAN ANTARA LONELINESS DENGAN SMARTPHONE ADDICTION PADA MAHASISWA DI KOTA SALATIGA

Brilliant Liesky Tjoandra Tjoa, Krismi Diah Ambarwati

Saran untuk peneliti selanjutnya agar dapat meneliti faktor-faktor atau penyebab lain yang bisa memengaruhi *smartphone addiction* pada individu seperti *self-esteem*, *self-control*, kecemasan, dan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, P. (2014). Artikel online. Hasil Survei Pemakaian Internet Remaja Indonesia. *Kompas*.
<https://tekno.kompas.com/read/2014/02/19/1623250/Hasil.Survei.Pemakaian.Internet.Remaja.Indonesia?page=all>
- Badan Pusat Statistik. (2019). Statistik Telekomunikasi Indonesia. In *Badan Pusat Statistik* (Issue 1999).
<https://www.bps.go.id/publication/2020/12/02/be999725b7ae62d84c6660/statistik-telekomunikasi-indonesia-2019.html%0A>
- Bakken, I. J., Wenzel, H. G., Gøtestam, K. G., Johansson, A., & Øren, A. (2009). Internet addiction among Norwegian adults: A stratified probability sample study. *Scandinavian Journal of Psychology*, 50(2), 121–127.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2008.00685.x>
- Baron, R., Branscombe, N., & Byrne, D. (2011). *Social psychology 13th: Boston*. USA: Pearson Education, Inc.
- Batamnews. (2015). *Orang Indonesia Makin Kecanduan Smartphone, Ini Data Terbaru*.
<https://www.batamnews.co.id/berita-6978-orang-indonesia-makin-kecanduan-smartphone-ini-data-terbaru.html>
- Cha, S. S., & Seo, B. K. (2018). Smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea: Prevalence, social networking service, and game use. *Health Psychology Open*, 5(1), 1–15.
<https://doi.org/10.1177/2055102918755046>
- Dito Setiadarma. (2020). Hubungan antara smartphone addiction dan sustained attention pada mahasiswa program studi pendidikan dokter fakultas kedokteran universitas udayana. *Jurnal Kedokteran Indonesia*, 9(1), 61–65.
- Holdoš, J. (2017). Type D Personality in the Prediction of Internet Addiction in the Young Adult Population of Slovak Internet Users. *Current Psychology*, 36(4), 861–868. <https://doi.org/10.1007/s12144-016-9475-6>
- Kibona, L., & Mgaya, G. (2015). Smartphones' Effects on Academic Performance of Higher Learning Students. *Journal of Multidisciplinary Engineering Science and Technology*, 2(4), 3159–40.
www.jmest.org
- Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., Gu, X., Choi, J. H., & Kim, D. J. (2013). Development and Validation of a Smartphone Addiction Scale (SAS). *PLoS ONE*, 8(2).
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0056936>
- Leung, L., & Wei, R. (2014). Who are the mobile phone have-nots? Influences and consequences. *New Media and Society*, 1(2), 209–226.
<https://doi.org/10.1177/1461444899001002003>
- Lin, Y. H., Chang, L. R., Lee, Y. H., Tseng, H. W., Kuo, T. B. J., & Chen, S. H. (2014). Development and validation of the Smartphone Addiction Inventory (SPAI). *PLoS ONE*, 9(6), 1–5.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0098312>
- Lou, L. L., Yan, Z., Nickerson, A., & McMorris, R. (2012). An examination of the reciprocal relationship of loneliness and facebook use among first-year college students. *Journal of Educational Computing Research*, 46(1), 105–117.
<https://doi.org/10.2190/EC.46.1.e>
- Lundquist, A. R., Lefebvre, E. J., & Garramone, S. J. (2014). Smartphones: Fulfilling the need for immediacy in everyday life, but at what cost? *International Journal of*

HUBUNGAN ANTARA LONELINESS DENGAN SMARTPHONE ADDICTION PADA MAHASISWA DI KOTA SALATIGA

Brilliant Liesky Tjoandra Tjoa, Krismi Diah Ambarwati

- Humanities and Social Science*, 4(2), 80–89.
- Millward Brown. (2014). AdReaction 2014: Marketing in the multiscreen world. In *The Guardian*. <https://www.theguardian.com/media-network/2014/mar/17/milward-brown-ad-reaction-multiscreen-infographic>
- Morrison, C. M., & Gore, H. (2010). The relationship between excessive internet use and depression: A questionnaire-based study of 1,319 young people and adults. *Psychopathology*, 43(2), 121–126. <https://doi.org/10.1159/000277001>
- Panicker, J. & Sachdev, R. (2014). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic internet use. *Cyberpsychology and Behavior*, 2(2), 1–10. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9963>
- Park, N., & Lee, H. (2014). Nature of Youth Smartphone Addiction in Korea: Diverse Dimensions of Smartphone Use and Individual Traits. *Journal of Communication Research*, 51(1), 100–132. <https://doi.org/10.22174/jcr.2014.51.1.100>
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1982). Loneliness: a Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy. In *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services* (Vol. 22, Issue 6). <https://doi.org/10.3928/0279-3695-19840601-09>
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1998). Loneliness. *Encyclopedia of Mental Health*, 571–581.
- Phillippi, J. C., & Wyatt, T. H. (2011). Smartphones in nursing education. *CIN - Computers Informatics Nursing*, 29(8), 449–454. <https://doi.org/10.1097/NCN.0b013e3181fc411f>
- Putri, A. C. R., & Dewi, A. O. P. (2020). Analisis Penerimaan Aplikasi iSalatiga untuk Pemustaka di Dinas Perpustakaan dan Arsip Kota Salatiga. *Jurnal Ilmu Perpustakaan*, 9(1), 1–11.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2
- Salehan, M., & Negahban, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2632–2639. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.07.003>
- Santrock. (2012). *Life span development edisi ke-13*. In Erlangga, *Life span development edisi ke-13*. Erlangga.
- Stavropoulos, V., Anderson, E. E., Beard, C., Latifi, M. Q., Kuss, D., & Griffiths, M. (2019). A preliminary cross-cultural study of Hikikomori and Internet Gaming Disorder: The moderating effects of game-playing time and living with parents. *Addictive Behaviors Reports*, 9. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2018.10.001>
- Subagio, A., & Hidayati, F. (2017). Hubungan Antara Kesepian Dengan Adiksi Smartphone Pada Siswa Sma Negeri 2 Bekasi. *Empati*, 6(1), 27–33.
- Young, K. S. (2015). The evolution of Internet addiction. *Addictive Behaviors*, 64, 229–230. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.05.016>