

INDIKASI KECANDUAN SMARTPHONE PADA REMAJA DI SURABAYA
(*INDICATION OF SMARTPHONE ADDICTION IN ADOLESCENT IN SURABAYA*)

Abdul Fauzi¹, Titis Eka Apriliyanti¹, Masmuhul Khoir¹, Antonia Helena Hamu¹

Magister Keperawatan Universitas Airlangga

Email: Ners.fauzi01@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Kecanduan smartphone merupakan masalah yang sering terjadi pada remaja awal. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran indikasi kecanduan smartphone pada remaja. **Metodologi:** Populasi pada penelitian ini adalah siswa SMP di Surabaya yang mempunyai smartphone. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan multistage random sampling pada sepuluh sekolah yang tersebar di masing-masing wilayah di Surabaya serta masing-masing wilayah diwakili satu sekolah swasta dan satu sekolah negeri. Jumlah sampel pada penelitian sebanyak 400 siswa. Pengukuran menggunakan Smartphone addiction Scale (SAS). **Hasil:** Sampel pada penelitian ini sebanyak 400 siswa dengan 30.5 % laki-laki dan 69.5% perempuan. Sampel berusia antara 12-17 (mean, 14.03± 0.813) tahun dengan persebaran 13% kelas tujuh, 65.8% kelas delapan dan 21.2% kelas Sembilan. Empat indikasi menunjukkan sebagian besar dalam kategori sedang yaitu gangguan aktivitas, antisipasi positif, penarikan dan orientasi cyberspace, sedangkan penggunaan berlebihan dan toleransi sebagian besar dalam kategori ringan. **Kesimpulan:** Orientasi cyberspace menjadi indikasi paling terlihat karena smartphone dianggap bagian penting dalam kehidupan remaja. Sehingga meskipun penggunaan smartphone yang lama tidak dianggap berlebihan dalam penggunaannya. Identifikasi jenis kecanduan dan lama penggunaan smartphone perlu ditambahkan sebagai data tambahan.

Kata kunci: indikasi, kecanduan smartphone, remaja

ABSTRACT

Introduction: Smartphone addiction is a problem that often occurs in early adolescents. The purpose of this study was to find an overview of smartphone addiction indications in adolescents. **Methods:** The population in this study is junior high school students in Surabaya who have smartphones. Sampling was carried out using multistage random sampling in ten schools spread in each region in Surabaya and each region represented by a private school and one public school. The number of samples in the study was 400 students. Measurement using Smartphone addiction Scale (SAS). **Result:** The sample in this study were 400 students with 30.5% male and 69.5% female. The sample was between 12-17 (mean, 14.03 + 0.813) years with a distribution of 13% class seven, 65.8% class eight and 21.2% class Nine. The four indicators showed the majority in the moderate category, namely life disturbance, positive anticipation, withdrawal and cyberspace oriented, while overused and tolerance are mostly in the lower category. **Conclusion:** Cyberspace oriented is the most visible indication because smartphones are considered an important part of adolescents' lives. So even though the use of a long smartphone is not considered excessive. Identification of the type of addiction and the time that smartphone usage needs to be added as additional data.

Keyword: indication, smartphone addiction, adolescent

PENDAHULUAN

Kecanduan smartphone merupakan salah satu masalah yang lebih banyak terjadi pada remaja (Haug *et al.*, 2015). Hal ini disebabkan karena remaja dalam kondisi tidak stabil, lebih emosional dan mempunyai dorongan-dorongan untuk melakukan sesuatu yang dianggap menyenangkan (Cocorada *et al.*, 2018; Sun, Liu and Yu, 2019). Beberapa penelitian menunjukkan prevalensi kecanduan smartphone pada remaja cukup tinggi seperti di swiss 16,9%, Brazil 35,6% dan di Korea Selatan 35% (Haug *et al.*, 2015; Khoury *et al.*, 2017; Lee and Lee, 2017). Apabila dibiarkan penggunaan smartphone yang berlebihan dapat menyebabkan masalah kesehatan fisik dan mental (Barkley and Lepp, 2016). Masalah psikologis yang muncul berupa gangguan tidur, kecemasan, depresi dan tekanan emosional (Nahas *et al.*, 2018). Samaha (2016) menambahkan kecanduan smartphone pada remaja berpengaruh buruk terhadap nilai akademik remaja dan kepuasan hidup.

Indonesia merupakan negara terbesar kedua dengan jumlah pengguna smartphone yaitu sebanyak 124,3 juta orang (Kominfo, 2016). Surabaya merupakan kota dengan jumlah pengguna smartphone terbanyak kedua setelah Jakarta yaitu sebanyak 956 ribu jiwa dan sebanyak 113.584 remaja yang menggunakan smartphone (Kominfo, 2016). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh putri pada tahun 2018 terdapat 60% kecanduan smartphone pada remaja di Surabaya (Asiyah and Putri, 2018).

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 20 Desember 2018 pada 10 siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Surabaya didapatkan hasil 10% berusia 12 tahun, 50% berusia 13 tahun dan 40% berusia 14 tahun. Sebanyak 50% laki-laki dan 50% perempuan. Remaja setuju smartphone merupakan bagian terpenting dalam hidupnya sebanyak 50% dan 10% mengungkapkan sangat setuju apabila smartphone merupakan hal terpenting dalam hidup. Remaja tidak fokus saat mengerjakan tugas karena bermain smartphone sebanyak 80%. Remaja selalu gagal saat mengurangi penggunaan smartphone sebanyak 80% dan

60% remaja kesulitan berhenti menggunakan smartphone akibat tantangan bermain game.

Kecanduan smartphone memiliki beberapa aspek yang mirip dengan gangguan pada DSM-5 termasuk empat faktor utama seperti: perilaku kompulsif, gangguan fungsi, penarikan, dan toleransi (Haug *et al.*, 2015). Penelitian ini menggunakan kuisisioner Smartphone Addiction Scale (SAS) yang dikembangkan oleh Kwon dimana terdiri dari beberapa indikator yang menggambarkan kecanduan smartphone (Kwon *et al.*, 2013). Tujuan pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui indikasi kecanduan smartphone pada remaja di Surabaya.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan desain crossectional dengan sampel remaja siswa sekolah menengah pertama (SMP) di Kota Surabaya. Total sampel pada penelitian ini sebanyak 400 siswa yang mempunyai smartphone yang tersebar di sepuluh sekolah SMP di Surabaya. Pengambilan sampel menggunakan multistage random sampling pada tiap-tiap wilayah di Surabaya dimana masing-masing wilayah diwakili satu sekolah SMP swasta dan satu sekolah SMP negeri. Pembagian pengambilan sampel untuk Surabaya utara sebanyak 87 siswa, Surabaya Barat 90 siswa, Surabaya Selatan 81 siswa, Surabaya Timur 68 dan Surabaya Pusat 74 siswa.

Pengambilan data menggunakan kuisisioner smartphone addiction scale (SAS) dan telah dialih bahasakan ke dalam bahasa Indonesia (Kwon *et al.*, 2013; Haug *et al.*, 2015). SAS terdiri dari 10 pertanyaan dimana yang menggambarkan 6 indikator dari kecanduan smartphone yaitu gangguan aktivitas, antisipasi positif, penarikan, penggunaan berlebih, orientasi cyberspace and toleransi. Sebelum digunakan kuisisioner ini telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu kepada 33 remaja siswa SMP di Surabaya dengan nilai r hitung semua item lebih dari 0,344 dan nilai alpha cronbach 0,857 yang berarti semua item pertanyaan valid dan reliabel. Masing-masing nilai Pengukuran menggunakan

skala likert yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Analisis pada penelitian ini menggunakan SPSS 20. Penelitian ini disetujui komite etik Fakultas keperawatan Universitas Airlangga pada tanggal 7 Mei 2019 dengan nomor 1388-KEPK.

HASIL

Penelitian ini dilakukan pada 8 Mei-14 Juni 2019 pada sepuluh sekolah SMP di Surabaya, dimana terdiri dari lima sekolah swasta dan lima sekolah negeri. Responden pada penelitian terdiri dari 400 remaja siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP), dengan 30.5% laki-laki dan 69.5% perempuan. Sampel berusia antara 12-17 (mean, 14.03±0.813) tahun dengan persebaran 13% kelas tujuh, 65.8% kelas delapan dan 21.2% kelas Sembilan. Empat indikator menunjukkan sebagian besar dalam kategori sedang yaitu gangguan aktivitas, antisipasi positif, penarikan dan orientasi cyberspace, sedangkan penggunaan berlebih dan toleransi sebagian besar dalam kategori ringan.

Tabel 1 Indikasi kecanduan smartphone

Kecanduan <i>smartphone</i>		Jumlah	
		Σ	%
Gangguan aktivitas	Ringan	98	24.5
	Sedang	210	52.5
	Berat	92	23
Total		400	100
Antisipasi positif	Ringan	162	40.5
	Sedang	203	50.8
	Berat	35	8.7
Total		400	100
penarikan	Ringan	94	23.5
	Sedang	232	58
	Berat	74	18.5
Total		400	100
Penggunaan berlebih	Ringan	182	45.5
	Sedang	171	42.8
	Berat	47	11.7
Total		400	100
Orientasi cyberspace	Ringan	107	26.7
	Sedang	250	63.5
	Berat	43	10.8
Total		400	100
toleransi	Ringan	204	51
	Sedang	153	38.2
	Berat	43	10.8
Total		400	100

Tabel 2 menggambarkan tingkat masing-masing indikasi kecanduan *smartphone*.

1. Gangguan aktivitas. Jumlah remaja yang mengalami gangguan aktivitas sebanyak 52.5% dalam kategori sedang. Hal ini berarti *smartphone* cukup mengganggu aktivitas remaja. Remaja dengan kecanduan *smartphone* akan mengalami masalah psikologis seperti perilaku agresif, harga diri rendah dan gangguan komunikasi (Barkley and Lepp, 2016). Apabila dibiarkan kecanduan *smartphone* dapat merugikan segala aktivitas remaja.
2. Antisipasi positif. Temuan menunjukkan bahwa antisipasi positif sebanyak 50.8% dalam kategori sedang. Antisipasi positif terlihat dari gejala fisik yang muncul akibat penggunaan berlebihan. Pemakaian *smartphone* terlalu lama dapat menyebabkan nyeri pada leher, bahu, tangan dan menyebabkan gaya hidup yang buruk (Elhai *et al.*, 2017). Tanda-tanda ini ditemukan pada remaja yang menghabiskan waktu terlalu lama menggunakan *smartphone*.
3. Penarikan. Temuan ini menunjukkan bahwa sebanyak 58% dalam kategori sedang mengalami penarikan. Remaja mengungkapkan tidak dapat hidup tanpa *smartphone*. Hal ini mungkin karena *smartphone* dianggap sesuatu hal yang penting serta merupakan kebutuhan dalam kehidupan remaja (Wang *et al.*, 2017).
4. Penggunaan berlebih. Jumlah penggunaan berlebih sebagian besar menunjukkan sebanyak 45% dalam kategori ringan. Hal ini menunjukkan bahwa lama penggunaan *smartphone* dianggap tidak berlebihan. Remaja dengan kecanduan *smartphone* biasanya ditandai dengan waktu yang lama pemakaian *smartphone* (S. S. Cha and Seo, 2018). Selain itu Kecemasan tanpa *smartphone* juga terjadi pada remaja dengan kecanduan *smartphone* (Cocorada *et al.*, 2018). Hasil overuse yang rendah ini mungkin karena penggunaan yang lama dianggap sesuatu yang wajar.
5. Orientasi cyberspace. Jumlah orientasi cyberspace sebanyak 63% dalam kategori

sedang. Fokus remaja akan selalu tertuju pada smartphone meskipun tidak menggunakannya. Sehingga remaja sulit fokus di sekolah dan mengalami penurunan nilai akademik (Samaha and Hawi, 2016). Presentase ini paling tinggi dibandingkan indicator yang lain dan merupakan indicator yang paling dominan dalam menggambarkan tingkat kecanduan smartphone.

6. Toleransi. Nilai toleransi pada remaja sebagian besar dalam kategori ringan yaitu sebanyak 51%. Bentuk tolerance ini terlihat dari penggunaan smartphone lebih lama dari yang dibutuhkan. Penggunaan smartphone dalam jangka waktu yang lama sudah menjadi salah satu tanda dari kecanduan smartphone baik dalam bermain game atau media sosial (S. Cha and Seo, 2018). Lama penggunaan smartphone tidak relevan dengan tujuan utama dari pemakaian smartphone (Kuss *et al.*, 2018). Anggapan bahwa waktu yang lama dianggap sudah biasa yang menjadi alasan mengapa nilai toleransi sebagian besar dalam kategori ringan.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan indikasi-indikasi kecanduan smartphone pada remaja awal. Hasil ini menunjukkan bahwa gangguan aktivitas, antisipasi positif, penarikan dan orientasi cyberspace sebagian besar dalam kategori sedang. Keempat indikasi ini paling dirasakan oleh remaja. Peningkatan intensitas penggunaan smartphone lebih terlihat sebagai tanda kecanduan (S. Cha and Seo, 2018). Selain itu tanda kecanduan yang muncul yaitu remaja akan merasa cemas saat tidak memegang smartphone (Cocorada *et al.*, 2018). Hal ini karena smartphone dianggap hal terpenting dan merupakan salah satu kebutuhan utama yang harus dipenuhi (Wang *et al.*, 2017).

Hasil lain menunjukkan bahwa penggunaan berlebihan dan toleransi sebagian besar dalam kategori ringan. Artinya lama penggunaan smartphone tidak berlebihan pada remaja atau tidak melebihi

batas waktu yang telah direncanakan. Haug (2015) mengungkapkan bahwa gejala kecanduan smartphone akan terlihat dengan adanya penggunaan yang lebih lama dari biasanya. Namun jumlah waktu yang dihabiskan menggunakan smartphone dianggap suatu hal yang normal (Hussain, Griffiths and Sheffield, 2017). Selain itu anggapan tidak adanya anggapan orang sekitar terhadap penggunaan smartphone yang lama. Ini yang menyebabkan tidak adanya perasaan bahwa dirinya menggunakan smartphone yang berlebihan.

Ada beberapa batasan pada penelitian ini. Tidak adanya jumlah waktu dan frekuensi menggunakan smartphone dalam satu hari. Aplikasi yang sering digunakan juga tidak diidentifikasi, sehingga tidak diketahui bentuk kecanduan apa yang sering terjadi pada remaja.

SIMPULAN DAN SARAN

Empat indikasi pada remaja yang menunjukkan kecanduan smartphone termasuk yang paling dominan yaitu orientasi cyberspace. Smartphone menjadi bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan remaja. Namun remaja tidak mengaku menggunakan smartphone secara berlebihan. Hal ini karena menghabiskan waktu yang lama dengan smartphone menjadi suatu hal wajar dan merupakan pemenuhan kebutuhan. Pengkajian lebih lanjut terkait jenis aplikasi kecanduan dan lama penggunaan smartphone perlu ditambahkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Asiyah, S. N. and Putri, A. Y. (2018) 'International Conference on Sustainable Health Promotion 2018 Relationship Between Smartphone Addictions with Sleep Quality in Adolescents', pp. 92–99.
- Barkley, J. E. and Lepp, A. (2016) 'Mobile phone use among college students is a sedentary leisure behavior which may interfere with exercise', *Computers in Human Behavior*. Elsevier Ltd, 56, pp. 29–33. doi: 10.1016/j.chb.2015.11.001.
- Cha, S. S. and 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). doi: 10.1177/2055102918755046.
- Cha, S. and Seo, B. (2018) 'Smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea: Prevalence, social networking service, and game use', *Health Psychology*. doi: 10.1177/2055102918755046.
- Cocorada, E. *et al.* (2018) 'Assessing the smartphone addiction risk and its associations with personality traits among adolescents', *Children and Youth Services Review* 93, 345–354.
- Elhai, J. D. *et al.* (2017) 'Non-social features of smartphone use are most related to depression, anxiety and problematic smartphone use', *Computers in Human Behavior*. Elsevier Ltd, 69, pp. 75–82. doi: 10.1016/j.chb.2016.12.023.
- Haug, S. *et al.* (2015) 'Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland', *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), pp. 299–307. doi: 10.1556/2006.4.2015.037.
- Hussain, Z., Griffiths, M. D. and Sheffield, D. (2017) 'An investigation into problematic smartphone use: The role of narcissism, anxiety, and personality factors', *Journal of Behavioral Addictions*, 6(3), pp. 1–9. doi: 10.1556/2006.6.2017.052.
- Khoury, J. M. *et al.* (2017) 'Assessment of the accuracy of a new tool for the screening of smartphone addiction', *PLoS ONE*, 12(5), pp. 1–13. doi: 10.1371/journal.pone.0176924.
- Kominfo (2016) *Infografis Indikator TIK 2016*. Jakarta.
- Kuss, D. J. *et al.* (2018) 'Problematic Mobile Phone Use and Addiction Across Generations: the Roles of Psychopathological Symptoms and Smartphone Use', *Journal of Technology in Behavioral Science*. *Journal of Technology in Behavioral Science*, pp. 141–149. doi: 10.1007/s41347-017-0041-3.
- Kwon, M. *et al.* (2013) 'Development and Validation of a Smartphone Addiction Scale (SAS)', *PLoS ONE*, 8(2). doi: 10.1371/journal.pone.0056936.
- Lee, C. and Lee, S. J. (2017) 'Prevalence and predictors of smartphone addiction proneness among Korean adolescents', *Children and Youth Services Review*. Elsevier, 77(April), pp. 10–17. doi: 10.1016/j.chilyouth.2017.04.002.
- Nahas, M. *et al.* (2018) 'Problematic smartphone use among Lebanese adults aged 18–65 years using MPPUS-10', *Computers in Human Behavior*. Elsevier, 87(February), pp. 348–353. doi: 10.1016/j.chb.2018.06.009.
- Samaha, M. and Hawi, N. S. (2016) 'Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life', *Computers in Human Behavior*. Elsevier Ltd, 57, pp. 321–325. doi: 10.1016/j.chb.2015.12.045.
- Sun, J., Liu, Q. and Yu, S. (2019) 'Child neglect, psychological abuse and smartphone addiction among Chinese adolescents: The roles of emotional intelligence and coping style', *Computers in Human Behavior*, 90, pp. 74–83. doi: 10.1016/j.chb.2018.08.032.
- Wang, P. *et al.* (2017) 'Peer relationship and adolescent smartphone addiction: The mediating role of self-esteem and the moderating role of the need to belong', *Journal of Behavioral Addictions*, 6(4), pp. 708–717. doi: 10.1556/2006.6.2017.079.