

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Kajian Pustaka**

Penelitian studi kasus yang dilakukan oleh (Sri Mulyana, Afriani 2016), menggunakan teknik *multistage cluster* dan *disproportionate stratified random Sampling*. Analisis data menggunakan teknik korelasi pearson menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan negatif antara *Self Esteem* dengan *Smartphone Addiction* ( $r = -0,145$ ,  $p<0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi skor *Self Esteem* maka semakin rendah skor pada *Smartphone Addiction* pada remaja SMA di Banda Aceh, demikian pula sebaliknya. Dapat disimpulkan bahwa remaja dengan *Self Esteem* tinggi memiliki kemungkinan yang lebih rendah untuk mengalami *Smartphone Addiction*.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan terdapat hubungan antara *Self Esteem* dengan *Smartphone Addiction*. Penelitian yang dilakukan oleh Lee, dkk. (2016) pada 490 remaja di Korea Selatan menunjukkan bahwa *Self Esteem* memiliki hubungan negatif dengan kecanduan *Smartphone*, yang berarti bahwa semakin tinggi *Self Esteem* remaja maka akan semakin rendah risiko remaja untuk mengalami dan memberikan informasi bahwa aspek psikologis juga dapat memengaruhi penggunaan teknologi khususnya *Smartphone* pada remaja.

Penelitian Yusrina Tsabitafarhan, Rezkiyah Rosyidah (2021) mengungkapkan bahwa penelitian memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 (sig. 0,00 kurang dari 0,05) dengan koefisien korelasi -0,471 hal tersebut membuktikan ada hubungan negatif yang signifikan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa perempuan di Surabaya. Hipotesis yang diajukan diterima. Penelitian Ramaita, armailta dan Vandelis (2019) mengungkapkan bahwa didapatkan ada hubungan yang bermakna antara *smartphone addiction* dengan *nomophobia* dengan p value  $0.002 < 0,05$ . Hendaknya dalam menggunakan *smartphone* harus lebih bijak dan bisa mengatur waktu sehingga tidak mengalami *smartphone addiction*.

Penelitian Sayeda Mohamed, Mona Hamdy Mostafa (2020) di Cairo Egypt mengungkapkan bahwa ada korelasi *negative* yang signifikan secara statstik antara *self esteem* dengan *smartphone addiction* ( $r = .329, p= .000$ ). Mengenai *self esteem*, penelitian ini menggambarkan 28% memiliki *self esteem* yang rendah dan sebanyak 95,8% mereka mengungkapkan sangat setuju bahwa mereka mengalami *smartphone addiction*.

Penelitian Mi-Hyeon Seong, Hye-Ri Nam (2017) di Korea data yang dikumpulkan adalah uji-t, ANOVA, Dianalisis dengan analisis regresi berganda. Dalam penelitian ini, terdapat *self esteem* yang negative terhadap *smartphone addiction* dengan kelompok risiko kecanduan *smartphone* ditemukan 32%. Pada karakteristik umum dan karakteristik penggunaan *smartphone*,motivasi penggunaan *smartphone* dan waktu penggunaan *smartphone* menjadi variabel

utama , sedangkan untuk *self esteem* itu sendiri memiliki nilai ( $=-3.149$   $p=.009$ ) yang berarti jika dijabarkan dari penelitian ini *self esteem* memiliki kategori yang rendah.

## **2.2 Konsep Remaja**

### **2.2.1 Definisi Remaja**

Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual (Sarwono, 2011). Masa remaja disebut juga sebagai masa perubahan, meliputi perubahan dalam sikap, dan perubahan fisik (Pratiwi, 2012). Remaja pada tahap tersebut mengalami perubahan banyak perubahan baik secara emosi, tubuh, minat, pola perilaku dan juga penuh dengan masalah-masalah pada masa remaja (Hurlock, 2011). Batasan usia remaja berbeda-beda sesuai dengan sosial budaya daerah setempat. Menurut Hurlock (2011), masa remaja dimulai dengan masa remaja awal (12-24 tahun), kemudian dilanjutkan dengan masa remaja tengah (15-17 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun).

### **2.2.2 Karakteristik Remaja**

#### **1. Pertumbuhan Fisik**

Pertumbuhan meningkat cepat dan mencapai puncak kecepatan. Pada fase remaja awal (11-14 tahun) karakteristik seks sekunder mulai tampak, seperti penonjolan payudara pada remaja perempuan,

pembesaran testis pada remaja laki-laki, pertumbuhan rambut ketiak, atau rambut pubis. Karakteristik seks sekunder ini tercapai dengan baik pada tahap remaja pertengahan (usia 14-17 tahun) dan pada tahap remaja akhir (17-20 tahun) struktur dan pertumbuhan reproduktif hampir komplit dan remaja telah matang secara fisik.

## 2. Kemampuan Berfikir

Pada tahap awal remaja mencari-cari nilai dan energi baru serta membandingkan normalitas dengan teman sebaya yang jenis kelaminnya sama. Sedangkan pada remaja tahap akhir, mereka telah mampu memandang masalah secara komprehensif dengan identitas intelektual sudah terbentuk.

## 3. Identitas

Pada tahap awal,ketertarikan terhadap teman sebaya ditunjukkan dengan penerimaan atau penolakan. Remaja mencoba berbagai peran, mengubah citra diri, kecintaan pada diri sendiri meningkat, mempunyai banyak fantasi kehidupan, idealistik. Stabilitas harga diri dan definisi terhadap citra tubuh serta peran jender hampir menetap pada remaja di tahap akhir

## 4. Hubungan Dengan Orang Tua

Keinginan yang kuat untuk tetap bergantung pada orangtua adalah ciri yang dimiliki oleh remaja pada tahap awal. Dalam tahap ini, tidak terjadi konflik utama terhadap kontrol orang tua. Remaja pada tahap

pertengahan mengalami konflik utama terhadap kemandirian dan kontrol. Pada tahap ini terjadi dorongan besar untuk emansipasi dan pelepasan diri. Perpisahan emosional dan fisik dari orangtua dapat dilalui dengan sedikit konflik ketika remaja akhir

#### 5. Hubungan dengan sebaya

Remaja pada tahap awal dan pertengahan mencari afiliasi dengan teman sebaya untuk menghadapi ketidakstabilan yang diakibatkan oleh perubahan yang cepat; pertemanan lebih dekat dengan jenis kelamin yang sama, namun mereka mulai mengeksplorasi kemampuan untuk menarik lawan jenis. Mereka berjuang untuk mengambil tempat di dalam kelompok; standar perilaku dibentuk oleh kelompok sebaya sehingga penerimaan oleh sebaya adalah hal yang sangat penting. Sedangkan pada tahap akhir, kelompok sebaya mulai berkurang dalam hal kepentingan yang berbentuk pertemanan individu. Mereka mulai menguji hubungan antara pria dan wanita terhadap kemungkinan hubungan yang permanen

#### 2.2.3 Remaja dengan *Smartphone Addiction*

Penelitian Kim, Cho, yu, (2015), menunjukkan bahwa remaja merupakan populasi yang beresiko tinggi akan mengalami masalah kecanduan *Smartphone* dari pada orang dewasa karena para remaja menggunakan *Smartphone* sebagai cara alternatif untuk mengakses internet.

Berbagai fungsi tersebut sangat membantu dalam berkomunikasi, menyelesaikan berbagai tugas sekaligus sebagai media hiburan untuk mengurangi beban kehidupan sekolah. Remaja memerlukan akses komunikasi yang baik untuk kepentingan Pendidikan maupun di luar Pendidikan. Akses komunikasi sekaligus informasi yang tepat waktu, dimana saja dan kapan saja sangat diperlukan oleh remaja. *Smartphone* dengan berbagai kecanggihannya dapat menjadi alat yang dapat memenuhi kebutuhan tersebut. Fitur aplikasi pada *Smartphone* telah mendorong terjadinya revolusi di bidang medis melalui integrasi praktek medis dengan *Smartphone*.

Disimpulkan bahwa keterbiasaan seseorang terhadap *Smartphone* membuat mereka menjadi merasa ketergantungan akan hal itu. Komunikasi yang terlalu sering dilakukan melalui *Smartphone* atau kebiasaan berkomunikasi dengan menggunakan media *Smartphone* tentunya akan membawa implikasi bagi penggunanya ketika mereka pada suatu saat tidak membawa *Smartphone*.

#### **2.2.4 Permasalahan Pada Remaja**

Permasalahan pada remaja saat ini erat kaitannya dengan bermain *Smartphone*, remaja biasanya menjadikan *Smartphone* sebagai pelarian diri dari segala hal yang membuat mereka tidak nyaman dan tertekan (Albarashdi, Boazza, Jabur & Al-Zubaidi, 2016). Remaja menjadi kurang

bersosialisasi dengan lingkungan sosial, acuh tak acuh terhadap keadaan sekitar, dan membuat tata krama remaja semakin luntur dari budaya asli Indonesia Ameliola & Nugraha, (2013), mereka menggunakan *Smartphone* selama lebih dari empat jam per hari. Semakin lama waktu yang dihabiskan individu dalam menggunakan *Smartphone*, maka semakin besar pula kemungkinan individu mengalami *Smartphone Addiction* yang dapat berakibat pada efek fisik, psikologis, sosial, keluarga dan pendidikan yang negatif (Aljomaa, 2016).

Remaja yang mengalami *Smartphone Addiction* menunjukkan perilaku seperti selalu membawa pengisi daya *Smartphone* kemanapun, kesulitan untuk berhenti menggunakan *Smartphone* dan akan mudah tersinggung apabila diganggu saat sedang menggunakan *Smartphone*, mereka juga menjadi kesulitan untuk berkonsentrasi dalam menyelesaikan tugas di sekolah atau saat bekerja karena keinginan yang besar untuk terus menggunakan *Smartphone* serta mereka menjadi kesulitan untuk berhenti menggunakan *Smartphone* (Kwon, dkk. 2013).

## **2.3 Konsep *Smartphone***

### **2.3.1 Pengertian *Smartphone***

Menurut Al-Barashdi Bouazza dan jbaur (2015) *Smartphone Addiction* adalah kondisi dimana individu lebih asyik menggunakan *Smartphone* yang dimiliki individu tersebut mengabaikan area lain dalam

kehidupannya. *Smartphone Addiction* adalah suatu bentuk keterikatan atau kecanduan terhadap *Smartphone* yang memungkinkan terjadinya masalah sosial seperti halnya menarik diri dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang. Individu yang mengalami *Smartphone Addiction* menunjukkan perilaku seperti selalu membawa pengisi daya *Smartphone* kemanapun, kesulitan untuk berhenti menggunakan *Smartphone* dan akan mudah tersinggung apabila diganggu saat sedang menggunakan *Smartphone*, mereka juga menjadi kesulitan untuk berkonsentrasi dalam menyelesaikan tugas di sekolah atau saat bekerja karena keinginan yang besar untuk terus menggunakan *Smartphone* serta mereka menjadi kesulitan untuk berhenti menggunakan *Smartphone* (Kwon, 2013a).

### **2.3.2 Penggunaan *Smartphone***

Penggunaan *Smartphone* adalah aktifitas menggunakan fitur-fitur yang ada pada *Smartphone* dalam rangka untuk berkomunikasi dengan orang lain, kemudian aktivitas apa saja yang dilakukan ketika menggunakan *Smartphone* serta berapa lama durasi penggunaannya (Putra, 2015). Hasil temuan riset Indonsia *Smartphone Consumer Insight Mei* (2013) menunjukkan perhari rata-rata orang Indonsia memanfaatkan *Smartphone* selama 189 menit (setara 3 jam 15 menit). Survei serupa juga dilakukan oleh Millward Brown Adreaction yang dikutip dalam laporan oleh Mary Meeker,

seorang analis dari Kleiner Pernkis Caufields & Byers, yang melaporkan bahwa penduduk Indonesia menghabiskan waktu selama 181 menit untuk menggunakan *Smartphone* (Putra, 2015).

### **2.3.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Penggunaan *Smartphone***

1. Iklan yang merajalela di dunia pertelevisian dan di media sosial

Iklan seringkali mempengaruhi remaja untuk mengikuti perkembangan masa kini, sehingga hal itu membuat remaja semakin tertarik bahkan penasaran akan hal baru yang terdapat di *Smartphone*.
2. *Smartphone* menampilkan fitur-fitur yang menarik

Fitur-fitur terdapat didalam *Smartphone* membuat ketertarikan pada remaja, sehingga hal itu membuat remaja penasaran untuk mengoperasikan *Smartphone*.
3. Kecanggihan dari *Smartphone*

Kecanggihan dari *Smartphone* dapat memudahkan semua kebutuhan remaja. Kebutuhan remaja dapat terpenuhi dalam bermain games, social media bahkan sampai berbelanja online.
4. Keterjangkauan harga *Smartphone*

Keterjangkauan harga disebabkan karena banyaknya persaingan teknologi, sehingga dapat menyebabkan harga dari *Smartphone* semakin terangkau.

## 5. Lingkungan

Lingkungan membuat adanya penenkanan dari teman sebaya dan juga masyarakat. Hal ini menjadi banyak orang yang menggunakan *Smartphone*. Selain itu sekarang hampir setiap kegiatan menuntut seseorang untuk menggunakan *Smartphone*.

## 6. Faktor budaya

Faktor budaya berpengaruh paling luas dan mendalam terhadap perilaku remaja. Sehingga remaja mengikuti *trend* yang ada didalam budaya lingkungan merka, yang mengakibatkan keharusan untuk memiliki *Smartphone*.

## 7. Faktor sosial

Faktor sosial yang mempengaruhi seperti kelompok acuan, keluarga serta status sosial. Peran keluarga sangat penting dalam faktor sosial,karena keluarga sebagai acuan utama dalam perilaku remja.

## 8. Faktor pribadi

Faktor pribadi yang memberikan kontribusi terhadap perilaku remja seperti usia dan tahap siklus hidup, pekerjaan dan lingkungan ekonomi, gaya hidup, dan konsep diri. Kepribadian remaja yang selalu ingin terlihat lebih dari teman-temannya, biasanya cenderung mengikuti *trend* sesuai perkembangan teknologi (Adiyatma, 2016).

## 2.4 Konsep *Smartphone Addiction*

### 2.4.1 Pengertian Adiksi

Adiksi merupakan adanya kegagalan dalam mengontrol atau adanya perilaku kompulsif meskipun yang sudah diketahui dan perilaku tersebut memiliki konsekuensi yang akan membahayakan (Fenton et.al, 2013). O'Brien (2010) (dalam Kwon et.al, 2013) menyatakan definisi adiksi adalah :

1. Abnormalitas fungsional tubuh disebabkan oleh makanan atau toksin farmasi.
2. Kondisi patologis yang tidak bisa ditoleransi, Seperti penggunaan alkohol atau obat-obatan dalam jangka panjang
3. Ketidakmampuan dalam menilai secara rasional atau tidak dapat membedakan ide-ide atau obyek tertentu.

### 2.4.2 Definisi *Smartphone Addiction*

Menurut kim et,all (2015) *Smartphone Addiction* merupakan sebuah prilaku kecanduan atau hilangnya control diri karena keasyikan dan terobsesi yang berebih dengan penggunaan *Smartphone*. *Smartphone Addiction* adalah suatu bentuk keterikatan atau kecanduan terhadap *Smartphone* yang memungkinkan terjadinya masalah sosial seperti halnya dalam menarik diri dan sangat kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, atau adanya gangguan kontrol impuls pada diri seseorang tersebut.

Individu yang dapat mengalami *Smartphone Addiction* biasanya menunjukkan perilaku seperti selalu membawa pengisi daya *Smartphone* kemanapun, sangat kesulitan untuk berhenti menggunakan *Smartphone* dan biasanya mudah tersinggung jika diganggu orang lain saat sedang menggunakan *Smartphone*, sulit dalam berkonsentrasi untuk menyelesaikan tugas yang ada disekolah atau menyelesaikan suatu pekerjaan karena keinginan yang besar untuk terus menggunakan *Smartphone* serta sulit untuk berhenti menggunakan *Smartphone* tersebut (Kwon, 2013)

#### **2.4.3 Ciri-Ciri *Smartphone Addiction***

Ciri-ciri penggunaan *Smartphone Addiction* menurut Leung (2013) adalah sebagai berikut :

1. *Inability to control craving* adalah ketidak mampuan untuk mengontrol keinginan menggunakan telepon genggam.
2. *Anxiety and feeling lost* adalah kecemasan dan merasa kehilangan bila tidak menggunakan telpon genggam.
3. *Withdrawal and escape* adalah menarik diri dan mearikan diri, artinya telpon genggam digunakan sebagai sarana untuk mengalikan diri saat mengalami kesepian atau masalah.
4. *Productivity lost* adalah kehilangan waktu untuk menjadi produktif.

#### 2.4.4 Faktor-Faktor *Smartphone Addiction*

Terdapat empat faktor yang dapat mempengaruhi *Smartphone Addiction* meurut (Agusta, 2016) diantaranya :

1. Faktor internal

Faktor yang menggambarkan karakteristik individu, seperti tingkat sensation seeking tinggi, *Self Esteem* yan rendah, dan kontrol diri yang rendah, tingkat *sensation seeking* disebabkan karena individu lebih cenderung cepat bosan. *Self Esteem* rendah akan menyebabkan setiap individu merasa tidak nyaman bila berinteraksi secara langsung dan akan lebih memilih menggunakan media social. *Self control* rendah dan kebiasaan dalam menggunakan *Smartphone* yang berlebihan membuat seseorang lebih mudah mengalami kecanduan *Smartphone*.

2. Faktor situasional

Faktor ini termasuk faktor yang mendorong kepada penggunaan *Smartphone* sebagai sarana pengalihan stress saat menghadapi situasi yang tidak nyaman, seperti saat mengalami kesedihan, tidak ada kegiatan saat waktu luang, kecemasan dan mengalami kejemuhan saat belajar.

3. Faktor sosial

Faktor sosial terdiri atas faktor penyebab sarana interaksi dengan orang lain. Faktor ini termasuk *mandatory behavior* yaitu perilaku untuk memuaskan kebutuhan saat berinteraksi yang

disimulasikan oleh orang lain sedangkan *connected presence* merupakan perilaku interaksi orang lain yang berasal dari dalam diri.

#### 4. Faktor eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar individu, meliputi tingginya paparan media tentang *Smartphone* dan fasilitas yang dimiliki *Smartphone* tersebut. Faktor yang mempengaruhi penggunaan *Smartphone*, diantaranya adalah :

##### 1) Usia

Usia berhubungan dengan kemampuan seseorang menggunakan *Smartphone*. Remaja banyak menghabiskan waktu dengan menggunakan *Smartphone* baik untuk sekedar main games dan mengecek jejaring sosial agar selalu terhubung dengan pengguna lainnya.

##### 2) Jenis Kelamin

Studi membuktikan laki-laki memiliki tingkat adopsi teknologi baru lebih tinggi dibandingkan perempuan (Leung, 2013) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa jumlah perempuan yang menggunakan situs jejaring sosial lebih tinggi dibandingkan laki-laki secara otomatis hal ini berkorelasi lurus terhadap penggunaan *Smartphone*. Hal ini dikarenakan perempuan lebih sering menggunakan fitur-fitur yang berada di dalam *Smartphone*.

### 3) Sosial Ekonomi

Sebagai media teknologi, informasi dan komunikasi, penggunaan *Smartphone* memerlukan biaya penelitian (Sharma, 2012) menunjukkan bahwa 61% siswa harus mengisi ulang layanan internet sebulan sekali, 28% dua kali sebulan, sementara 11% siswa harus mengisi ulang lebih dari tiga kali sebulan. Padahal tidak semua kalangan memiliki kemampuan dan kesadaran untuk memenuhi kebutuhan informasi dan komunikasi yang bisa didapatkan melalui *Smartphone*.

### 4) Pergaulan

Penggunaan *Smartphone* didalamnya mengandung fitur-fitur yang memperdalam persahabatan dengan teman dekat yang sudah ada, memulai, membangun, dan menjaga hubungan dengan kelompok lain.

### 5) Kepribadian

Terdapat tiga macam kepribadian yaitu kepribadian *introvert*, *ambivert*, dan *ekstrovert*. Kejadian-kepribadian tersebut menyumbang andil besar dalam penggunaan *Smartphone*. Kebanyakan orang dengan kepribadian *introvert* lebih banyak menggunakan waktunya untuk mengakses fitur yang ada pada *Smartphone*, dikarenakan fitur pada *Smartphone* dapat menyediakan sarana bersosialisasi.

#### **2.4.5 Tanda Gejala *Smartphone Addiction***

Terdapat empat gejala ketergantungan *Smartphone* antara lain ketidakmampuan untuk mengontrol keinginan menggunakan *Smartphone*, cemas dan merasa keilangan bila tidak menggunakan *Smartphone*, penarikan dan melarikan diri atau menggunakan *Smartphone* sebagai sarana pengalihan diri saat kesepian atau ada masalah, dan kehilangan produktivitas.

Menurut Kwon (2013), terdapat beberapa gejala tersebut antara lain adanya gangguan kehidupan sehari-hari, antisipasi positif, gejala *withdrawal*, hubungan berorientasi *cyberspace*, penggunaan berlebihan dan toleransi tanda gejala dalam kehidupan sehari-hari yang terjadi pada individu yang mengalami adiksi yaitu, mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi dikelas, terjadi pandangan kabur maupun kepala pusing, menunda pekerjaan, merasakan sakit pada pergelangan tangan maupun leher sulit tidur, dan hidup terasa hampa tanpa adanya *Smartphone*.

#### **2.4.6 Indikator-Indikator *Smartphone Addiction***

##### **1. Gangguan dalam kehidupan sehari-hari**

Kondisi ketika pengguna *Smartphone* tidak mengerjakan pekerjaan yang telah direncanakan. Pengguna *Smartphone* juga mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi pada pekerjaan mereka karena terus memikirkan *Smartphone* mereka.

## 2. Antisipasi Positif

Perasaan bersemangat untuk menjadikan *Smartphone* sebagai sarana untuk mengurangi atau menghilangkan stress. Pengguna *Smartphone* akan memiliki perasaan hampa tanpa *Smartphone*. Bagi sebagian besar pengguna, *Smartphone* bukan hanya perangkat berkomunikasi dan alat untuk bermain game.

## 3. Penarikan diri

Kondisi ketika pengguna *smartphone* merasa tidak sabar, resah dan tidak dapat menoleransi keadaan tanpa *smartphone*. Hal ini ditunjukkan melalui perilaku pengguna *smartphone* yang terus-menerus memikirkan *smartphone* yang dimiliki meskipun sedang tidak menggunakannya.

## 4. Hubungan berorientasi

Kondisi dimana ketika seseorang memiliki hubungan pertemanan yang lebih erat dalam jejaring sosial pada *smartphone* dibandingkan dengan teman di kehidupan yang sebenarnya.

## 5. Pengguna berlebihan

Penggunaan *smartphone* secara berlebihan dan tidak terkendali. Pengguna berlebihan menyebabkan pengguna lebih memilih untuk mencari pertolongan melalui *smartphone* dari pada meminta bantuan orang lain.

## 6. Toleransi

Kondisi Ketika pengguna *smartphone* selalu gagal untuk mengendalikan pengguna *smartphone*.

### **2.4.7 Intensitas *Smartphone Addiction* (Nuraini, 2021)**

#### 1. Sangat Rendah

Intensitas *smartphone addiction* berkisar selama 189 menit per hari atau setara dengan menghabiskan 1-3 jam sehari.

#### 2. Rendah

Memasuki kategori rendah dikatakan jika Intensitas *smartphone addiction* berkisar selama 4-5 jam sehari

#### 3. Sedang

Intensitas *smartphone addiction* menghabiskan berkisar 6-7 jam dalam sehari.

#### 4. Tinggi

Intensitas *smartphone addiction* menghabiskan berkisar 8-9 jam dalam sehari

#### 5. Sangat Tinggi

Dikatakan sangat tinggi jika seseorang bermain *smartphone* dengan kurun waktu > 8 jam sehari.

#### **2.4.8 Alat Ukur *Smartphone Addiction***

Kwon et al. (2013), telah mengembangkan *smartphone addiction* Scale sebagai skala pertama *smartphone addiction* yang digunakan untuk diagnosis. Skala ini terdiri atas 21 item pertanyaan dan mempunyai pilihan jawaban yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS) dengan skor yaitu SS= 4 S=3 TS=2 STS=1 dan telah dilaporkan reliabel dengan konsistensi internal baik (*Cronbach's alpha* = 0,967) dan validitas enam sub skala dalam rentang 0.32-0.61 (Kwon et al, 2013).

Di dalam penelitian ini, peneliti memakai *smartphone addiction* Scale oleh Kwon et al. (2013) yang telah dimodifikasi oleh Kurniawan (2017). Dari penelitian sebelumnya SAS terdapat hasil signifikan pada *smartphone addiction* dan SAS diuji reabilitas dan validitasnya.

### **2.5 Konsep *Self Esteem***

#### **2.5.1 Pengertian *Self Esteem***

*Self Esteem* menurut Maslow (2017) adalah salah satu hirarki kebutuhan pokok manusia yang harus dipenuhi, setiap orang memiliki dua kategori kebutuhan *self esteem* yaitu; 1) *Self esteem* meliputi kebutuhan akan kepercayaan diri, kompetensi, penguasaan, kecukupan, prestasi dan kebebasan. 2) *Self Esteem* dari orang lain meliputi *prestige*, pengakuan,

penerimaan, perhatian, kedudukan, nama baik serta penghargaan.

Rendahnya *self esteem* memicu masalah psikologis dan dapat mengganggu kelangsungan keberhasilan perkembangan pada masa dewasa.

### **2.5.2 Aspek-aspek *Self Esteem* (Coopersmith, 2015)**

#### **1. *Power* (kekuatan)**

*Power* menunjukkan pada adanya kemampuan seseorang untuk dapat mengatur dan mengontrol tingkah lakunya sendiri dan mempengaruhi orang lain. Dalam situasi tertentu, *Power* tersebut muncul melalui pengakuan dan penghargaan yang diterima oleh seseorang dari orang lain dan melalui kualitas penilaian terhadap pendapat dan haknya. Efek dari pengakuan tersebut adalah menumbuhkan *sense of appreciation* terhadap pandangannya sendiri dan mampu melawan tekanan untuk melakukan konformitas tanpa mempertimbangkan kebutuhan dan pendapatnya sendiri. Masing-masing perlakuan tersebut bisa mengembangkan kontrol sosial, kepemimpinan dan kemandirian yang nantinya akan memunculkan sikap yang tegas, asertif, energik dan eksploratif.

#### **2. *Significance* (keberartian)**

*Significance* ditujukkan pada penerimaan, perhatian dan kasih sayang yang ditunjukkan oleh orang lain. Ekspresi dari penghargaan dan minat terhadap seseorang tersebut termasuk dalam penerimaan

(*acceptance*) dan popularitas, yang merupakan kebalikan dari penolakan dan isolasi. Penerimaan ditandai dengan kehangatan, responsifitas, menyukai diri apa adanya. Dampak utama dari perlakuan dan kasih sayang tersebut adalah menimbulkan perasaan berarti, penting (*sense of importance*) dalam dirinya. Makin banyak orang menunjukkan kasih sayang, maka makin besar kemungkinan memiliki penilaian diri yang baik.

### 3. *Virtue* (kebijakan/kebaikan)

*Virtue* ditunjukkan dengan kepatuhan terhadap kode etik, moral, etika dan agama. Orang yang mematuhi aturan, kode etik, moral, etika dan agama kemudian, memperlihatkan sikap diri yang positif dengan keberhasilan dalam pemenuhan terhadap tujuan-tujuan pengabdian terhadap nilai-nilai luhur. Perasaan berharga muncul diwarnai dengan sentimen tentang kebenaran, kejujuran dan hal-hal yang bersifat spiritual.

### 4. *Competence* (kemampuan)

*Competence* menunjukkan suatu performansi yang tinggi, dengan tingkatan dan tugas yang bervariasi untuk tiap kelompok usia. Bagi remaja laki-laki diasumsikan bahwa kinerja akademis dan atletik adalah dua bidang utama yang digunakan untuk menilai kompetensi. White (dalam Coopersmith, 2015) menunjukkan bahwa pengalaman-pengalaman seorang anak mulai dari masa bayi yang diberikan secara

biologis dan rasa mampu yang memberikannya kesenangan, membawanya untuk selalu berhadapan dengan lingkungan dan menjadi dasar bagi pengembangan motivasi instrinsik untuk mencapai kompetensi yang lebih tinggi lagi.

White (dalam Coopersmith, 2015) menekankan pentingnya aktivitas spontan pada seseorang anak dalam menumbuhkan perasaan mampu dan pengalaman dalam mencapai kemandirian dapat memberikan penguatan terhadap nilai-nilai personalnya dan tidak tergantung pada kekuatan-kekuatan diluar dirinya. Formulasi tersebut tidak menyangkal pentingnya persetujuan dan ketidaksetujuan secara sosial, tetapi juga sumber kepuasan yang bersifat bawaan yang membuatnya menguasai lingkungan tanpa tergantung pada penguatan atau hukuman dari faktor sosial.

### **2.5.3 Faktor Yang Mempengaruhi *Self Esteem***

Menurut Ghufron dan Risnawita (2016) faktor yang mempengaruhi *Self Esteem* adalah :

1. Faktor jenis kelamin

Menurut Ancok dkk (dalam Ghufron dan Risnawita, 2016) wanita selalu merasa *Self Esteem* nya lebih rendah dari pada pria seperti perasaan kurang mampu, kepercayaan diri yang kurang mampu, atau merasa harus dilindungi. Hal ini mungkin terjadi karena peran orang tua

dan harapan-harapan masyarakat yang berbeda-beda baik pada pria maupun wanita. Pendapat tersebut sama dengan penelitian dari Coopersmith (2015) yang membuktikan bahwa *Self Esteem* wanita lebih rendah dari pada *Self Esteem* pria.

## 2. Inteligensi

Inteligensi sebagai gambaran lengkap kapasitas fungsional individu sangat erat berkaitan dengan prestasi karena pengukuran intelegensi selalu berdasarkan kemampuan akademis. Menurut Coopersmith (2015) individu dengan *Self Esteem* yang tinggi akan mencapai prestasi akademik yang tinggi dari pada individu dengan *Self Esteem* yang rendah. Selanjutnya, dikatakan individu dengan *Self Esteem* yang tinggi memiliki skor intelegensi yang lebih baik, taraf aspirasi yang lebih baik dan selalu berusaha keras.

## 3. Kondisi fisik

Coopersmith (2015) menemukan adanya hubungan yang konsisten antara daya tarik fisik dan tinggi badan dengan *Self Esteem*. Individu dengan kondisi fisik yang menarik cenderung memiliki *Self Esteem* yang lebih baik dibandingkan dengan kondisi fisik yang kurang menarik.

#### 4. Lingkungan keluarga

Peran keluarga sangat menentukan bagi perkembangan *self esteem* anak. Dalam keluarga, seseorang anak untuk pertama kalinya mengenal orang tua yang mendidik dan membesarkannya serta sebagai dasar untuk bersosialisasi dalam lingkungan yang lebih besar. Keluarga harus menemukan suatu kondisi dasar untuk mencapai perkembangan *self esteem* anak yang baik. Coopersmith (2015) berpendapat bahwa perlakuan adil, pemberian kesempatan untuk aktif dan mendidik yang demokratis akan membuat anak mendapat *self esteem* yang tinggi.

#### 5. Lingkungan sosial

Coopersmith (2015) *Self Esteem* yang didapat dijelaskan melalui konsep-konsep kesuksesan, nilai, aspirasi dan mekanisme pertahanan diri. Kesuksesan tersebut dapat timbul melalui pengalaman dalam lingkungan, kesuksesan dalam bidang tertentu, kompetisi dan nilai kebaikan.

Dari penjabaran di atas faktor-faktor yang mempengaruhi *Self Esteem* adalah jenis kelamin, inteligensi, kondisi fisik, lingkungan keluarga dan lingkungan sosial.

#### 2.5.4 Indikator *Self Esteem*

Menurut Reasoner (2020) terdapat 5 indikator untuk mengukur *Self Esteem* meliputi:

1. Perasaan aman (*Felling of Security*)

Peraasaan aman bagi individu yang berhubungan dengan rasa kepercayaan dalam lingkungan mereka. Bagi individu yang memiliki rasa aman merasa bahwa lingkungan mereka aman untuk mereka, dapat diandalkan dan terpercaya

2. Perasaan menghormati diri (*Feeling of identity*)

Perasaan identitas melibatkan kesadaran diri menjadi seorang individu yang memisahkan diri orang lain dan memiliki karakteristik yang unik. Ini juga melibatkan penerimaan diri yang memiliki potensi, kepentingan, kekuatan dan kelemahan dari orang lain. Untuk mengetahui jati diri mereka sendiri, individu harus disediakan kesempatan untuk mengeksplorasi diri serta lingkungan mereka.

3. Perasaan diterima (*Feeling of Belonging*)

Perasaan individu bahwa dirinya merupakan bagian dari suatu kelompok dan dirinya diterima seperti dihargai oleh kelompoknya. Kelompok ini dapat berupa keluarga, kelompok rekan kerja, atau kelompok apapun. Individu akan memiliki penilaian yang positif tentang dirinya apabila individu tersebut merasa diterima dan menjadi

bagian dalam kelompoknya namun individu akan memiliki penilaian negatif tentang dirinya bila mengalami perasaan tidak diterima.

#### 4. Perasaan mampu (*Feeling Of Competence*)

Perasaan dan keyakinan individu akan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri dalam mencapai suatu hasil yang diharapkan, misalnya perasaan seseorang dalam mengalami keberhasilan atau saat mengalami kegagalan. Pengertian ini berkaitan dengan kebanggaan satu perasaan adalah kompetensi pada diri sendiri dan perasaan yang kompeten dalam menghadapi tantangan dalam hidup. Hal ini membantu individu untuk menjadi percaya diri untuk menghadapi kehidupan mereka nanti. Individu yang tidak memiliki rasa kompetensi pribadi akan merasa tidak berdaya.

#### 5. Perasaan Berharga (*Feeling of Worth*)

Perasaan dimana individu merasa dirinya berharga atau tidak, perasaan ini dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu.

### **2.5.5 *Self Esteem* Positif Dan Negatif**

*Self esteem* dibagi menjadi 2, yaitu *self esteem* negatif dan positif. Ciri-ciri *self esteem* yang positif (Tasya Talitha, 2022) :

1. Dapat menolak permintaan orang lain jika merasa tidak ingin melakukannya.

2. Tidak selalu memikirkan pengalaman negatif pada masa lalu.
3. Dapat mengekspresikan kebutuhan diri.
4. Menerima kekurangan dan kelebihan diri.
5. Memiliki percaya diri yang tinggi.
6. Memiliki pandangan hidup yang positif.
7. Menghargai diri sendiri dan mencintai diri sendiri.

*Self esteem* yang negatif terbagi menjadi beberapa bagian, diantaranya adalah :

1. Percaya bahwa orang lain lebih baik dari diri sendiri.
2. Selalu terpaku kepada kelemahan diri sendiri.
3. Takut gagal dalam mencoba sesuatu yang baru.
4. Sulit untuk menerima puian dari orang lain.
5. Lupa dengan diri sendiri dan selalu mendahulukan orang lain.
6. Sulit untuk menolak permintaan orang lain jika tidak benar-benar ingin melakukannya.
7. Tidak percaya diri pada diri sendiri.
8. Selalu membandingkan kualitas diri sendiri dengan orang lain.

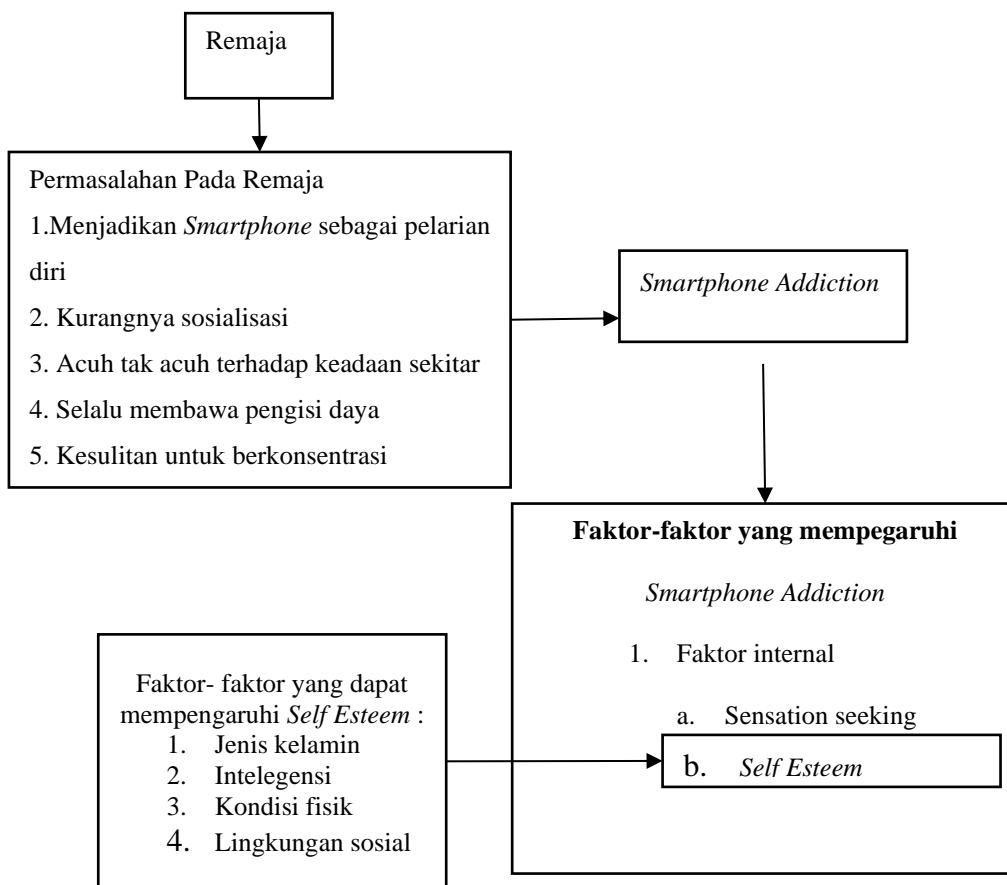
### **2.5.6 Alat Ukur *Self Esteem***

Instrumen *Self Esteem* dikembangkan oleh Rosenberg (1965) dengan jumlah soal sebanyak 10 soal, yang berdasarkan indikator: penerimaan diri yang memiliki potensi, kepentingan, kekuatan dan kelemahan dari orang lain. Instrumen *Self Esteem* ini mempunyai pilihan jawaban yaitu : sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS), dengan skor yang diberikan yaitu : SS= 4 S= 3 TS= 2 STS= 1.

Telah di uji validitas dan memiliki nilai validitas berkisar antara 0,477 sampai 0,877 nilai ini kemudian dibandingkan dengan r tabel pada signifikansi 5% dengan n= 30, yaitu sebesar 0,361. lembar kuesioner yang digunakan ini telah baku. Sudah diuji reabilitas dan memiliki nilai *Cronbach alpha* (a) 0,877. Dapat dikatakan sudah valid dan dapat dipergunakan dalam penelitian.

## 2.6 Kerangka Konseptual

**Bagan 2.1 Kerangka Konseptual**  
**Hubungan *Self Esteem* dengan *Smartphone Addiction* pada remaja di SMA Plus Al-Ghifari**



Sumber : Ameliola & Nugraha, (2013), Kwon (2013), Gufron dan Risnawita (2012), Putri (2015), Agusta (2016).