

**HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN ADIKSI PONSEL CERDAS
(SMARTPHONE) PADA MAHASISWA DI KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Bernardino Realino Satya Wahyu Nugroho

18.E1.0309



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2023

**HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN ADIKSI PONSEL CERDAS
(SMARTPHONE) PADA MAHASISWA DI KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas
Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari
Syarat-Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Bernardino Realino Satya Wahyu Nugroho

18.E1.0309



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2023

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan
Diterima untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

11 Januari 2023

Mengesahkan
Ketua Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



(Dr. Sri Sumijati, M.Si)

Pembimbing Utama

(Dr. Christin Wibhowo S.Psi. M.Si)

Dewan Penguji

(Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS.)

Pembimbing Pendamping

(C. Vidia Rana Abimanyu S.Psi., M.Psi)

(Bartolomeus Y. Adiwena, S.Psi., M.Si.)

(Dr. Christin Withhowo S.Psi. M.Si)

PERNYATAAN

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.

Semarang, 20 Desember 2022

Yang menyatakan



Bernardino Realino Satya Wahyu Nugroho

18.E1.0309

**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Bernardino Realino Satya Wahyu Nugroho

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Laporan Tugas Akhir Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul "Hubungan Kecemasan dengan Adiksi Ponsel Cerdas pada Mahasiswa di Kota Semarang" beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 19 Januari 2023

Yang menyatakan



Bernardino Realino Satya Wahyu Nugroho

MOTTO

“Manusia Boleh Berencana, Tetapi Tuhan yang Menentukan”

“Ad Maiorem Dei Gloriam”



UCAPAN TERIMA KASIH

Syukur pada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan kasih karunia-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi ini. Melalui halaman ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada banyak pihak yang berjasa dalam penyelesaian skripsi berjudul “Hubungan Kecemasan dengan Adiksi Ponsel Cerdas pada Mahasiswa di Kota Semarang” sehingga penulis dapat menyelesaikannya dengan baik. Oleh karena itu, penulis ingin menghaturkan terima kasih kepada:

1. Dr. Kristiana Haryanti, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Dr. Christin Wibhowo S.Psi. M.Si dan Christa Vidia Rana Abimanyu S.Psi., M.Psi, selaku Dosen Pembimbing yang selalu setia membantu dan mendorong penulis agar segera selesai dalam penyusunan tugas akhir ini.
3. Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS., Bartolomeus Yofana Adiwena, S.Psi., M.Si., dan Dr. Christin Wibhowo, M.Si., selaku Dosen Penguji yang telah memberikan berbagai masukan dan bimbingan kepada penulis sehingga skripsi ini menjadi lebih baik.
4. Dra. Sri Sumijati, M.Si, selaku Kepala Program Studi Psikologi dan Dosen Wali yang selalu siap mendengarkan keluh kesah dan membantu penulis dalam penyelesaian berkas administrasi.
5. Maria Bramanwidyantari, S.Psi., M.A., selaku Sekretaris Kepala Program Studi Psikologi yang selalu membantu penulis dalam memberikan informasi seputar sidang skripsi.

6. Al. Cahyo Wahyu Widodo dan Th. Dyah Pudji Setyowati, yang telah menjadi orang tua terbaik bagi penulis sehingga selama proses penyusunan skripsi, penulis tidak pernah merasa sendiri.
7. Fransiska Paramarini Wahyu Satyanintyas dan Katarina Cahyorini Dyah Ratnanintyas, yang telah menjadi kakak yang selalu mendukung dan penuh pengertian terhadap penulis selama penyusunan skripsi ini.
8. Jane Ivana, yang selalu berada di sisi penulis selama proses penyusunan skripsi, dan selalu memacu semangat penulis agar tidak pernah menyerah dalam menghadapi hambatan.
9. Dion Tirta Mahendra, Muhammad Ariq Zain, dan Gabriel Pradipta Yudha Hanggara Ranoewibowo, yang telah menjadi sahabat suportif selama penulis menjalani proses penyusunan skripsi ini.
10. Seluruh subjek penelitian yang telah bersedia menjadi responden dalam membantu mengisi skala penelitian.
11. Seluruh Dosen Pengajar dan Tenaga Kependidikan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan kepada penulis selama menempuh studi di Psikologi.
12. Seluruh pihak yang telah terlibat dan membantu penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi namun tidak dapat penulis tuliskan satu per satu.

Semarang, Januari 2023

Penulis

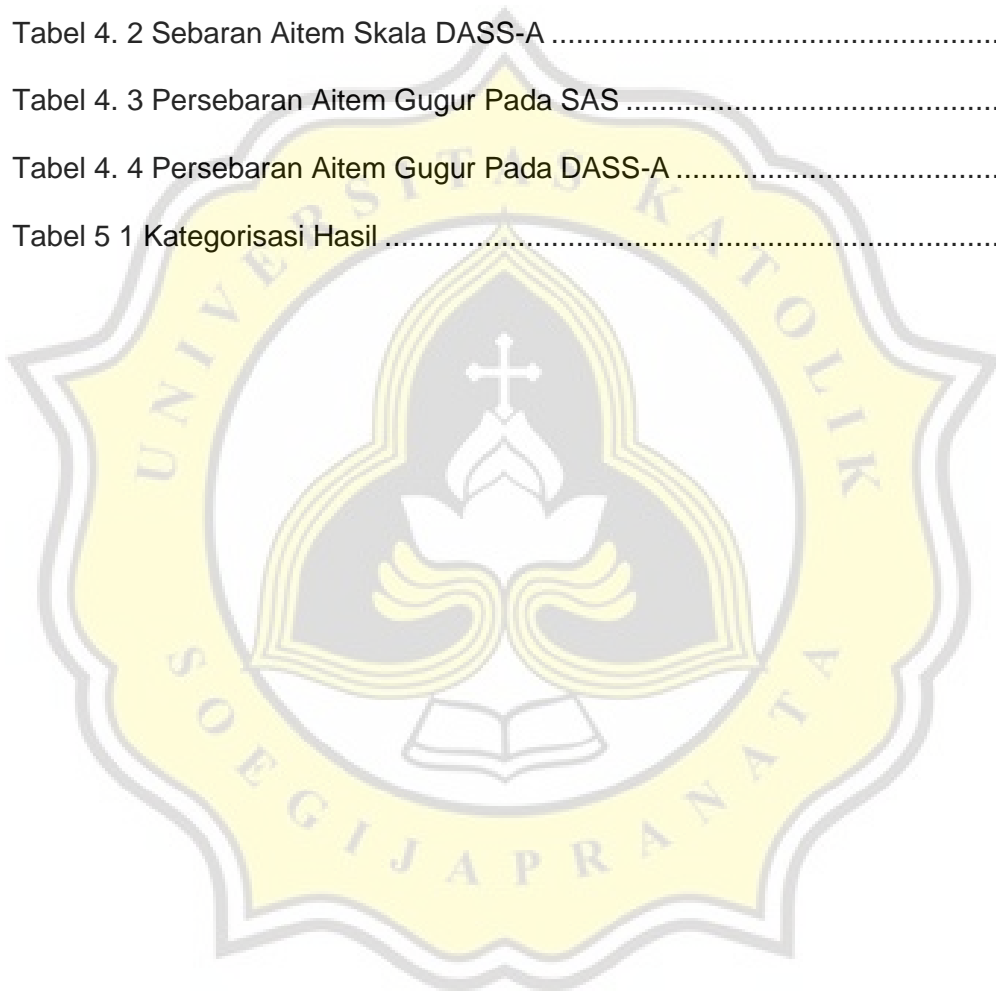
DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
MOTTO	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK.....	xii
ABSTRACT	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Tujuan Penelitian.....	9
1.3 Manfaat Penelitian.....	9
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Adiksi Ponsel Cerdas	10
2.1.1 Pengertian Adiksi Ponsel Cerdas.....	10
2.1.2 Aspek Adiksi Ponsel Cerdas	11
2.1.3 Faktor Penyebab Adiksi Ponsel Cerdas	13
2.2 Kecemasan	16
2.2.1 Pengertian Kecemasan.....	16
2.2.2 Gejala Kecemasan.....	17
2.3 Dinamika Hubungan Kecemasan dan Adiksi Ponsel Cerdas	19
2.4 Hipotesis	22
BAB 3 METODE PENELITIAN	24
3.1 Jenis Penelitian	24
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	24
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	24
3.3.1 Adiksi Ponsel Cerdas.....	24
3.3.2 Kecemasan.....	25
3.4 Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	25
3.5 Teknik Pengumpulan Data	26
3.5.1 Skala Adiksi Ponsel Cerdas	26
3.5.2 Skala Kecemasan	27

3.6 Validitas dan Reliabilitas.....	27
3.6.1 Validitas Alat Ukur.....	27
3.6.2 Reliabilitas Alat Ukur.....	28
3.7 Metode Analisis Data	28
BAB 4 PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN	29
4.1 Orientasi Kanchah.....	29
4.2 Persiapan Pengumpulan Data.....	30
4.3 Pengumpulan Data.....	32
4.4 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	33
4.4.1 Hasil Uji Validitas	33
4.4.2 Hasil Uji Reliabilitas	35
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	36
5.1 Kategorisasi Data.....	36
5.2 Uji Asumsi	36
5.2.1 Uji Normalitas	36
5.2.2 Uji Linieritas	37
5.3 Uji Hipotesis	37
5.4 Pembahasan	38
BAB 6 PENUTUP	42
6.1 Kesimpulan	42
6.2 Saran	42
DAFTAR PUSTAKA.....	44
LAMPIRAN	49

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Tabel Skor Jawaban	26
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Adiksi Ponsel Cerdas	27
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Kecemasan	27
Tabel 4. 1 Sebaran Aitem Skala Smartphone Addiction Scale (SAS).....	31
Tabel 4. 2 Sebaran Aitem Skala DASS-A	32
Tabel 4. 3 Persebaran Aitem Gugur Pada SAS	34
Tabel 4. 4 Persebaran Aitem Gugur Pada DASS-A	35
Tabel 5 1 Kategorisasi Hasil	36



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN	49
LAMPIRAN A SKALA PENELITIAN	50
A-1 SMARTPHONE ADDICTION SCALE (SAS)	51
A-2 DEPRESSION ANXIETY STRESS SCALE (DASS-A)	57
LAMPIRAN B DATA AWAL PENELITIAN	62
B-1 DATA AWAL ADIKSI PONSEL CERDAS	63
B-2 DATA AWAL KECEMASAN	66
LAMPIRAN C UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS	70
C-1 VALIDITAS DAN RELIABILITAS SMARTPHONE ADDICTION SCALE (SAS)	71
C-2 VALIDITAS DAN RELIABILITAS DEPRESSION ANXIETY STRESS SCALE (DASS-A)	73
LAMPIRAN D DATA PENELITIAN	75
D-1 DATA VARIABEL SMARTPHONE ADDICTION SCALE (SAS)	76
D-2 DATA VARIABEL DEPRESSION ANXIETY STRESS SCALE (DASS-A)	80
LAMPIRAN E UJI ASUMSI	84
E-1 UJI NORMALITAS	85
E-2 UJI LINIERITAS	87
LAMPIRAN F	89
UJI HIPOTESIS	90
LAMPIRAN G	91
G-1 KATEGORISASI HASIL ANALISIS	92
G-2 UJI KORELASI ANTAR ASPEK	92
LAMPIRAN H	98
HALAMAN INFORMED CONSENT	99
LAMPIRAN I	100
SURAT IJIN PENELITIAN	101

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dengan adiksi ponsel cerdas (*smartphone*) pada mahasiswa di Kota Semarang. Hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara kecemasan dengan adiksi ponsel cerdas pada mahasiswa di Kota Semarang. Subjek penelitian adalah mahasiswa aktif universitas di Kota Semarang, dengan kriteria memiliki dan menggunakan ponsel cerdas pribadi. Jumlah keseluruhan subjek adalah 150 mahasiswa. Alat ukur yang digunakan adalah *Smartphone Addiction Scale* adaptasi Bahasa Indonesia versi Kurniawan (2017) dan *Depression Anxiety Stress Scale-Anxiety* adaptasi Bahasa Indonesia versi Kurniawan (2017). Alat ukur yang digunakan sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan korelasi yang sangat signifikan ($r=0,425$, $p < 0,01$). Dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima, sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kecemasan dengan adiksi ponsel cerdas (*smartphone*) pada mahasiswa di Kota Semarang.

Kata kunci: kecemasan, adiksi ponsel cerdas, mahasiswa



ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between anxiety and smartphone addiction among college students in the city of Semarang. The hypothesis in this study is that there is a positive relationship between anxiety and smartphone addiction in college students in the city of Semarang. The research subjects were active university students in Semarang City, with the criteria of owning and using a personal smartphone. The total number of subjects is 150 students. The measuring tools used were the Smartphone Addiction Scale adapted from the Indonesian version of Kurniawan (2017) and the Depression Anxiety Stress Scale-Anxiety adapted from the Indonesian version by Kurniawan (2017). The measuring instrument used has been tested for its validity and reliability. The data analysis technique used is product moment correlation. The results showed a very significant correlation ($r=0.425$, $p < 0.01$). Thus, the proposed hypothesis is accepted, so it is concluded that there is a positive relationship between anxiety and smartphone addiction among college students in the city of Semarang.

Keyword: anxiety, smartphone addiction, college students

