

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/327765733>

Adiksi Telepon Cerdas, Kecemasan, dan Kualitas Tidur Mahasiswa Smartphone Addiction, Anxiety, and Sleep Quality

Conference Paper · August 2018

CITATION

1

READS

1,122

3 authors, including:



Sitti Murdiana

Universitas Negeri Makassar

14 PUBLICATIONS 9 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)



Ahmad Ridfah

Universitas Negeri Makassar

87 PUBLICATIONS 39 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Tesis Pasca [View project](#)



Kuliah Kerja Praktik [View project](#)

ADIKSI TELEPON CERDAS, KECEMASAN, DAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA

Hisyam, Sitti Murdiana, Ahmad Ridfah

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

hisyamsyahrir27@gmail.com, sittimurdiana@gmail.com, ahmad.ridfah@unm.ac.id

ABSTRAK

Adiksi telepon cerdas menimbulkan rasa cemas ketika tidak dapat menggunakan telepon cerdas dan mengakibatkan kesulitan tidur bagi pengguna telepon cerdas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara adiksi telepon cerdas, kecemasan, dan kualitas tidur pada mahasiswa. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 378 mahasiswa yang berasal dari sembilan Fakultas di Universitas Negeri Makassar. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala adiksi telepon cerdas ($\alpha = 0,936$), skala kecemasan ($\alpha = 0,969$) dan skala kualitas tidur ($\alpha = 0,732$). Analisis data menggunakan uji Spearman dan analisis jalur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara adiksi telepon cerdas dengan kualitas tidur melalui kecemasan pada mahasiswa Universitas Negeri Makassar dengan tingkat hubungan sebesar 4,9%. Kesimpulan dalam penelitian adalah adiksi telepon cerdas berhubungan dengan kecemasan dan kualitas tidur. Mahasiswa yang mengalami adiksi telepon cerdas berpotensi untuk mengalami kualitas tidur yang buruk.

Kata Kunci: Adiksi Telepon Cerdas, Kecemasan, Kualitas tidur, Mahasiswa.

PENDAHULUAN

Individu pada jaman sekarang menggunakan telepon cerdas untuk kebutuhan sehari-hari. Kibona dan Rugina (2015) mengemukakan bahwa telepon cerdas merupakan perangkat yang memiliki fitur komputer dan ponsel. Telepon cerdas memiliki operasi unit seperti komputer. Telepon cerdas juga bertindak sebagai hiburan, individu dapat menonton video, mendengarkan musik, dll. Telepon cerdas memiliki banyak kemudahan yang membuat individu cenderung untuk terus menggunakan telepon cerdas, sehingga menyebabkan adiksi.

Kim (2013) mengemukakan bahwa penyebab adiksi telepon cerdas adalah fitur telepon cerdas seperti *portable media player*, dan sistem wi-fi dengan kecepatan tinggi. Telepon cerdas dapat mengakses internet lebih mudah dan nyaman dibandingkan komputer. Selain itu, telepon cerdas juga lebih mudah digunakan untuk berbagai macam aplikasi dan *game*.

Individu yang menggunakan telepon cerdas memiliki kebiasaan untuk terus mengecek telepon cerdas. Oulasvirta, Rattenbury, Ma, dan Raita (2011) mengemukakan bahwa kebiasaan

mengecek telepon cerdas (*checking habit*) merupakan perilaku otomatis ketika perangkat terbuka untuk mengecek layar siaga atau konten pada aplikasi tertentu. Kebiasaan mengecek telepon cerdas akan membuat individu sulit untuk mematikan telepon cerdas mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Tossel, dkk (2015) yang dilakukan pada 34 mahasiswa (19 laki-laki, 15 perempuan) di Texas, menemukan bahwa partisipasi secara umum sulit untuk mematikan telepon cerdas, menggunakan telepon cerdas untuk sarana untuk menarik diri, merasa cemas ketika tidak dapat menyalakan perangkat atau mengecek aplikasi favorit.

Individu yang ketergantungan terhadap telepon cerdas akan mengalami kecemasan. Penelitian yang dilakukan oleh Lee, dkk (2016) yang dilakukan pada 1,236 (725 laki-laki, dan 511 perempuan) mahasiswa pengguna telepon cerdas pada enam universitas di Suwon, Korea Utara, menemukan bahwa tingkat ketergantungan telepon cerdas berhubungan dengan tingkat kecemasan. Penelitian yang dilakukan oleh Yu, Ju, dan Kim (2014) pada 417 pelajar di Korea dengan orang masuk dalam grup *addictive* (GA) dan 204 orang masuk dalam grup *non-addictive* (GN), ditemukan bahwa GA memiliki tingkat kesehatan mental dan impulsif yang buruk dibanding GN. Kesehatan mental yang dimaksud meliputi: kecemasan, depresi, somatisasi, obsesif kompulsif, sensitifitas interpersonal, permusuhan, paranoid, dan psikosis. Permasalahan meningkat seiring dengan peningkatan penggunaan telepon cerdas.

Individu yang mengalami kecemasan dapat memengaruhi kehidupan sehari-hari termasuk kualitas tidur. Penelitian yang dilakukan oleh Ebrahimi, Rasoulian, Taherifar, dan Zare (2010) pada 250 pasien dengan berbagai masalah kesehatan menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kecemasan dan empat komponen tidur yaitu, kualitas tidur, latensi tidur, durasi tidur, dan efisiensi tidur. Penelitian yang dilakukan oleh Wigg, Filguerias, dan Gomes (2014) pada pasien penderita epilepsi di Brazil, ditemukan bahwa depresi dan kecemasan berhubungan dengan kualitas tidur, kantuk di siang hari, dan ide bunuh diri, yang membuktikan bahwa depresi dan gangguan tidur merupakan prediktor bunuh diri pada pasien penderita epilepsi.

Telepon cerdas berhubungan dengan kualitas tidur melalui kecemasan, telepon cerdas juga berhubungan secara langsung dengan kualitas tidur. Penelitian yang dilakukan oleh Li, Lepp, dan Barkley (2015) tentang pengaruh *locus of control* dan penggunaan telepon seluler terhadap kualitas tidur, performa akademik, dan kesejahteraan subjektif pada 516 mahasiswa menemukan bahwa penggunaan telepon cerdas di waktu tidur berhubungan negatif dengan

kualitas tidur dan penggunaan telepon cerdas di kelas dan saat pelajaran berlangsung berhubungan negatif dengan performa akademik.

Berdasarkan uraian diatas dan hasil penelitian sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa adiksi telepon cerdas, kecemasan, dan kualitas tidur memiliki hubungan. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah ada hubungan antara adiksi telepon cerdas dengan kualitas tidur melalui kecemasan pada mahasiswa Universitas Negeri Makassar.

METODE

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah adiksi telepon cerdas yaitu perilaku yang secara *intens* fokus terhadap telepon cerdasnya, selalu memikirkan telepon cerdas saat beraktivitas, mudah marah ketika terganggu saat menggunakan telepon cerdas dan ketika telepon cerdas tidak dapat mereka gunakan, mereka akan panik dan menimbulkan rasa tidak nyaman. Variabel terikat pertama dalam penelitian ini adalah kecemasan yang akan menimbulkan perasaan tegang, jantung berdebut kencang, tidak dapat beristirahat dengan tenang, sesak napas, dan gelisah ketika tidak dapat menggunakan telepon cerdas. Dan variabel terikat kedua dalam penelitian ini adalah kualitas tidur yaitu aktivitas tidur dengan durasi tidur 6-8 jam, tidak terbangun di sela-sela tidur, dan saat terbangun memberikan kesegaran.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2014, 2015, dan 2016 yang berasal dari Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial, Psikologi, Ilmu Keolahragaan, Ilmu Pendidikan, Bahasa dan Sastra, Matematika dan IPA, Seni dan Desain, serta Teknik di Universitas Negeri Makassar. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling*.

Data yang dikumpulkan menggunakan skala psikologi. Model skala yang digunakan ialah model skala *Likert*. Skala yang digunakan yaitu:

- a. Skala adiksi telepon cerdas, skala ini mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Kwon dkk. (2013), yaitu: gangguan sehari-hari, antisipasi positif, menarik diri, hubungan berorientasi dunia virtual, penggunaan yang tak terkendali, serta toleransi. Validasi skala melalui analisis dari empat *professional judgment*, setiap aitem dianalisis dengan menggunakan formula Aiken's V maka diperoleh nilai V untuk 66 aitem skala adiksi telepon cerdas bergerak antara 0,68 – 0,81. Daya diskriminasi aitem skala adiksi telepon cerdas setelah dilakukan uji coba menunjukkan bahwa dari 66 aitem terdapat terdapat

- 11 aitem yang gugur, sehingga tersisa 55 aitem. Koefisien korelasi total dari aitem yang tidak gugur dalam penelitian ini bergerak dari 0,280-0,682 Nilai tersebut masuk dalam kategori reliabilitas sangat tinggi. *Confirmatory factor analysis* aitem skala adiksi telepon cerdas setelah dilakukan daya diskriminasi menunjukkan bahwadari 55 aitem terdapat 15 aitem yang gugur dengan *loading factor* $< 0,5$, sehingga tersisa 40 aitem yang dapat digunakan dalam penelitian ini dengan nilai *alpha* sebesar 0,936.
- b. Skala kecemasan, mengacu pada gejala-gejala yang dikemukakan oleh Beck dan Steer (1991), yaitu: *subjective*, *neuropsychological*, *autonomic*, dan *panic*. Validasi skala melalui analisis dari empat *professional judgment*, setiap aitem dianalisis dengan menggunakan formula Aiken's V maka diperoleh nilai V untuk 37 aitem skala kecemasan bergerak antara 0,75–0,81. Daya diskriminasi aitem kecemasan setelah dilakukan uji coba menunjukkan bahwa dari 37 aitem terdapat terdapat 1 aitem yang gugur, sehingga tersisa 36 aitem. Koefisien korelasi total dari aitem yang tidak gugur dalam penelitian ini bergerak dari 0,306-0,847. Nilai tersebut masuk dalam kategori reliabilitas sangat tinggi. *Confirmatory factor analysis* aitem skala kecemasan setelah dilakukan daya diskriminasi menunjukkan bahwa dari 36 aitem terdapat 1 aitem yang gugur dengan *loading factor* $< 0,5$, sehingga tersisa 35 aitem yang dapat digunakan dalam penelitian ini dengan nilai *alpha* sebesar 0,969.
- c. Skala kualitas tidur diadaptasi dari skala kualitas tidur yang dibuat oleh Muhammad (2014), dengan aspek-aspek sebagai berikut: nyenyak selama tidur, waktu tidur enam hingga delapan jam sehari, tidur lebih awal dan bangun lebih awal, tidak bermimpi buruk, dan merasa bugar ketika terbangun. Daya diskriminasi aitem skala kualitas tidur setelah dilakukan uji coba menunjukkan bahwa dari 19 aitem terdapat terdapat 5 aitem yang gugur, sehingga tersisa 14 aitem. Koefisien korelasi total dari aitem yang tidak gugur dalam penelitian ini bergerak dari 0,250-0,472. Nilai tersebut masuk dalam kategori reliabilitas cukup tinggi. *Confirmatory factor analysis* aitem skala kualitas tidur setelah dilakukan daya diskriminasi menunjukkan bahwadari 14 aitem terdapat 6 aitem yang gugur dengan *loading factor* $< 0,5$, sehingga tersisa 8 aitem yang dapat digunakan dalam penelitian ini dengan nilai *alpha* sebesar 0,732.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Partisipan dalam penelitian ini adalah sebanyak 378 orang, yang terdiri dari 176 laki-laki dan 202 perempuan. Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat adiksi telepon cerdas yang sedang.

	n	(%)	Kategori
Adiksi	101	26,7	Tinggi
Telepon	183	48,4	Sedang
Cerdas	94	24,9	Rendah

Subjek dalam penelitian ini pada umumnya memiliki tingkat adiksi telepon cerdas yang berada pada taraf sedang. Hal ini dapat diartikan bahwa subjek dalam penelitian ini tidak berlebihan dalam menggunakan telepon cerdas, namun berpotensi mengalami hal negatif yang di akibatkan oleh telepon cerdas. Fernandez (2015) mengemukakan bahwa adiksi telepon cerdas memiliki konsekuensi negatif misalnya terus menerus menggunakan telepon cerdas dalam kegiatan sehari-hari, dan sulit berkonsentrasi dalam melakukan pekerjaan atau berinteraksi dengan orang disebabkan kebutuhan untuk memeriksa pemberitahuan ditelepon cerdas secara terus-menerus.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat kecemasan yang sedang.

	n	(%)	Kategori
	108	28,3	Tinggi
Kecemasan	196	47,4	Sedang
	89	24,3	Rendah

Subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat kecemasan yang berada dalam taraf sedang. Hal ini dapat diartikan bahwa subjek dalam penelitian berpotensi akan mengalami kecemasan ketika subjek tidak dapat menggunakan telepon cerdas. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Tossel, dkk (2015) yang dilakukan pada 34 mahasiswa (19 laki-laki, 15 perempuan) di Texas, menemukan bahwa partisipan secara umum sulit untuk mematikan telepon cerdas, dan berguna untuk penarikan diri, partisipan merasa cemas ketika tidak dapat menyalakan perangkat atau mengecek aplikasi favorit.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat kualitas tidur yang sedang.

	n	(%)	Kategori
Kualitas Tidur	97	25,7	Tinggi
	157	41,5	Sedang
	124	32,8	Rendah

Subjek dalam penelitian ini berada dalam kategori sedang mahasiswa yang memiliki tingkat kualitas tidur mengalami kesulitan saat tertidur, mengalami gangguan saat tertidur, dan tidak merasakan segar saat terbangun dari tidur. Nashori dan Diana (2005) mengemukakan bahwa kualitas tidur merupakan keadaan yang dilakukan oleh individu yang menghasilkan kesegaran dan kebugaran saat terbangun.

Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik analisis jalur dengan bantuan program JASP 0.8.4.0. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel berikut:

Variabel	Koef jalur	Rasio f
Adiksi telepon cerdas & kecemasan	0,380	<0,001
Adiksi telepon cerdas & kualitas tidur	-0,197	<0,001
Kecemasan & kualitas tidur	-0,134	0,009

Hasil dari tabel diatas menunjukkan koefisien jalur antara adiksi telepon cerdas dan kecemasan sebesar 0,380 dengan rasio $f < 0,001$, koefisien jalur antara adiksi telepon cerdas dan kualitas tidur sebesar -0,197 dengan rasio $F < 0,001$, dan koefisien jalur antara kecemasan dan kualitas tidur sebesar -0,134 dengan rasio f sebesar 0,009. Selanjutnya mencari persentase pengaruh adiksi telepon cerdas secara langsung terhadap kualitas tidur secara langsung maupun tidak langsung melalui kecemasan. Sebelum mencari persentase pengaruh langsung maupun tidak langsung adiksi telepon cerdas terhadap kualitas tidur, terlebih dulu koefisien korelasi antar variabel harus diketahui. Berikut merupakan koefisien korelasi antar variabel:

	X	Y1	Y2
X	1	0,336	-0,181
Y1	0,336	1	-0,132
Y2	-0,181	-0,132	1

Dari tabel di atas variabel adiksi telepon cerdas diwakili oleh X, variabel kecemasan diwakili oleh Y1, dan variabel kualitas tidur diwakili oleh Y2. koefisien korelasi antara adiksi telepon cerdas dan kecemasan (r_{xy1}) yaitu 0,336, koefisien korelasi antara adiksi telepon cerdas dan kualitas tidur (r_{xy2}) yaitu -0,181, dan koefisien korelasi antara kecemasan dan

kualitas tidur (r_{y1y2}) yaitu -0,132. Setelah koefisien korelasi antar variabel diketahui maka selanjutnya dilakukan perhitungan besarnya pengaruh antara variabel X terhadap variabel Y2 secara parsial.

Menghitung besarnya pengaruh langsung, pengaruh tidak langsung dan pengaruh total variabel X terhadap Y2 secara parsial, dapat dilakukan dengan rumus:

1. Besarnya pengaruh langsung variabel X terhadap Y2 = $pxy2.pxy2 = -0,197 \cdot -0,197 = 0,039 = 3,9\%$
2. Besarnya pengaruh tidak langsung variabel X terhadap Y2, melalui variabel Y = $pxy2.rxy1.py1y2 = -0,197 \cdot 0,336 \cdot -0,134 = 0,009 = 0,9\%$
3. Besarnya pengaruh total variabel X terhadap variabel Y2 adalah penjumlahan besarnya pengaruh langsung dengan besarnya pengaruh tidak langsung = $(pxy2.pxy2) + (pxy2.rxy1.py1y2) = 0,039 + 0,009 = 0,048 = 4,9\%$

Dengan demikian pengaruh adiksi telepon cerdas terhadap kualitas tidur adalah sebesar 4,9%. Nilai tersebut menunjukkan bahwa jalur antar variabel signifikan, adiksi telepon cerdas dan kualitas tidur pada mahasiswa memiliki pola hubungan langsung dan pola hubungan yang tidak langsung melalui kecemasan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Demicri, Akgonul, dan Akpinar (2015) untuk mengetahui hubungan penggunaan berlebihan pada telepon cerdas dengan kualitas tidur, depresi, dan kecemasan pada mahasiswa, di *Süleyman Demirel University* pada 319 mahasiswa. Ditemukan bahwa depresi, kecemasan, dan kualitas tidur berkaitan dengan penggunaan yang berlebihan pada telepon cerdas.

Adiksi telepon cerdas yang terjadi pada mahasiswa pengguna telepon cerdas membuat mahasiswa selalu fokus pada telepon cerdas yang membuat mahasiswa menjadi nyaman saat menggunakan telepon cerdas dan membuat mahasiswa menjadi cemas saat tidak dapat menggunakan telepon cerdas, hal ini membuat mahasiswa tidak dapat lepas dari telepon cerdas sehingga membuat mahasiswa pengguna telepon cerdas akan sulit untuk berpisah dengan telepon cerdas dan selalu menggunakannya di dalam setiap kondisi dan waktu, hal ini akan mempengaruhi banyak hal dalam kehidupan sehari-hari terutama tidur. Berlebihan dalam menggunakan telepon cerdas membuat mahasiswa akan sulit untuk tertidur dan akibatnya akan mengganggu atau menjadi masalah pada kualitas tidur mahasiswa.

Peneliti juga ingin mencari tahu tingkat perbedaan laki-laki dan perempuan pada semua variabel yang dilakukan dengan Mann-Whitney test menggunakan program JASP 0.8.4.0. Berikut hasil uji perbedaan.

Adiksi telepon cerdas	n	Mean	P
Laki-laki	176	185,29	0,485
Perempuan	202	193,17	

Hasil uji perbedaan tingkat adiksi telepon cerdas antara mahasiswa laki-laki dan perempuan menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,485 ($>0,05$), yang berarti tidak terdapat perbedaan tingkat adiksi telepon cerdas antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki dan perempuan memiliki tingkat adiksi telepon cerdas yang cenderung sama. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chen, Liu, Ying, Wang, dan Wen (2017) tentang faktor yang mempengaruhi adiksi telepon cerdas pada 1441 mahasiswa di Wannan Medical College, Cina menemukan bahwa terdapat 429 mahasiswa yang mengalami adiksi telepon cerdas terdapat 211 laki-laki dan 218 perempuan dengan tingkat signifikansi 0,66.

Hasil uji perbedaan tingkat adiksi telepon cerdas antara mahasiswa laki-laki dan perempuan menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($<0,05$), yang berarti terdapat perbedaan tingkat kecemasan yang sangat signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan.

Kecemasan	N	Mean	p
Laki-laki	176	209,57	0,001
Perempuan	202	172,02	

Dengan tingkat kecemasan laki-laki lebih tinggi dari perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki lebih cemas ketika telepon cerdas tidak dapat digunakan, dibanding mahasiswa perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chen, dkk (2017) tentang faktor yang mempengaruhi adiksi telepon cerdas pada 1441 mahasiswa di Wannan Medical College, Cina menemukan bahwa terdapat 140 mahasiswa yang mengalami kecemasan yang terdiri dari 89 laki-laki dan 51 perempuan dengan tingkat signifikansi 0,00.

Hasil uji perbedaan tingkat kualitas tidur antara mahasiswa laki-laki dan perempuan menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,743 ($>0,05$), yang berarti tidak terdapat perbedaan tingkat kualitas tidur antara mahasiswa laki-laki dan perempuan.

Kualitas tidur	N	Mean	P
Laki-laki	176	187,53	0,743
Perempuan	202	191,22	

Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki dan perempuan memiliki tingkat kualitas tidur yang sama. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chen, dkk (2017) tentang faktor yang mempengaruhi adiksi telepon cerdas pada 1441 mahasiswa di Wannan Medical College, Cina menemukan bahwa terdapat 512 mahasiswa yang memiliki kualitas tidur yang buruk terdapat 229 laki-laki dan 283 perempuan dengan tingkat signifikansi 0,44.

Kelemahan dalam penelitian ini yaitu, aitem pada skala dalam penelitian terlalu banyak sehingga mungkin subjek yang mengisi skala menjadi lelah sehingga sulit untuk memastikan hasil skala benar-benar menggambarkan pikiran, perasaan, atau perilaku yang ingin diukur, peneliti tidak menggali tentang lama durasi tidur pada subjek penelitian, dan peneliti tidak menggunakan usia sebagai kriteria dalam penelitian.

KESIMPULAN

Berdasarkan pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, maka kesimpulan dari penelitian ini adalah:

1. Tingkat adiksi telepon cerdas pada mahasiswa berada pada kategori sedang.
2. Tingkat kecemasan pada mahasiswa berada pada kategori sedang.
3. Tingkat kualitas tidur pada mahasiswa berada pada kategori sedang.
4. Terdapat hubungan antara adiksi telepon cerdas dengan kualitas tidur melalui kecemasan pada mahasiswa.

Berdasarkan kesimpulan pada penelitian ini maka saran dari penelitian ini adalah:

1. Bagi mahasiswa diharapkan agar mengurangi durasi penggunaan telepon cerdas agar tidak menjadi adiksi, dan tidak menimbulkan masalah seperti kecemasan dan memburuknya kualitas tidur.

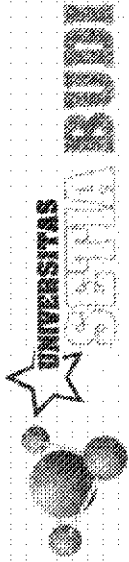
2. Bagi peneliti selanjutnya agar lebih menyederhanakan jumlah aitem pada skala yang akan diberikan kepada subjek agar subjek tidak menjadi lelah, menanyakan tentang durasi tidur dan menggunakan usia sebagai kriteria.

DAFTAR PUSTAKA

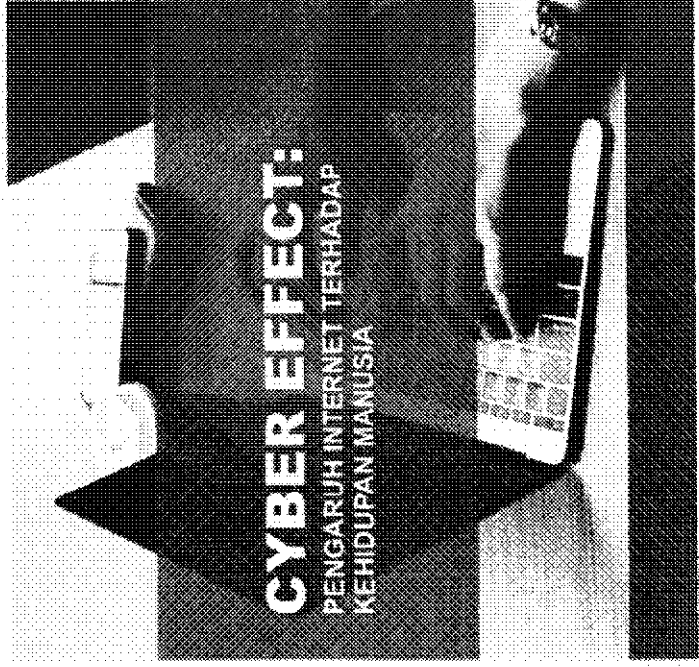
- Beck, A. T., & Steer, R. A. (1991). Relationship between The Beck Anxiety Inventory and The Hamilton Anxiety Rating Scale with anxious outpatient. *Journal of Anxiety Disorders, 5*, 212-223.
- Chen, B., Liu, F., Ding, S., Ying, X., Wang, L., & Wen, Y. (2017). Gender different in factors associated with smartphone addiction: A cross-section study among medical college students. *BMC. Psychiatry, 17*(341), 1-9.
- Demicri, K., Akgonul, M., & Akpinar, A. (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of Behavioral Addictions, 4*(2), 85-92.
- Ebrahimi, A. A., Rasouljan, M., Taherifar, Z., & Zare, M. (2010). The impact of anxiety on sleep quality. *Medical Journal of the Islamic Republic of Iran, 23*(4), 184-188.
- Fernandez, O. L. (2015). Short version of the smartphone addition scale adapted to spanish and french: Toward a cross-cultural research in problematic mobile phone use. *Addictive Behavior, 64*, 275-280.
- Kibona, L., & Rugina, J. M. (2015). A review on the impact of smartphones on academic performance of students in higher learning institutions in Tanzania. *Journal of Multidisciplinary Engineering Science and Technology, 2*(4), 673-677.
- Kim, H. (2013). Exercise rehabilitation for smartphone addiction. *Journal of Exercise Rehabilitation, 9*(6), 500-505.
- 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), 1-7.
- Lee, K. E., Kim, S., Ha T., Yoo, Y., Han, J., Jung, J., & Jang, J. (2016). Dependency on smartphone use and its association with anxiety in Korea. *Public Health Reports, 131*, 411-419.
- Li, J., Lepp A., & Barkley, J. E. (2015). Locus of control and cell phone use: Implications for sleep quality, academic performance, and subjective well-being. *Computer in Human Behavior, 52*, 450-457.
- Nashori, F., & Diana, R. R. (2005). Perbedaan kualitas tidur dan kualitas mimpi antara mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal, 2*(2), 77-88.
- Oulasvirta, A., Rattenbury, T., Ma, L., & Raita, E. (2011). Habits make smartphone use more pervasive. *Personal Ubiquitous Computer, 1-10*.
-

- Tossel, C., Kortum, P., Shepard, C., Rahmati, A., & Zhong, L. (2015). Exploring smartphone addiction: Insights from long-term telemetric behavioral measures. *ijIM*, 9(2), 37-43.
- Wigg, C. M. D., Figuerias, A., & Gomes, M. M. (2014). The relationship between sleep, depression, and anxiety in patients with epilepsy and suicidal ideation. *Arquivos de Neuro-psiquatria*, 72(5), 344-348.
- Yu, M., Ju, S., & Kim J. H. (2014). A study on smartphone addiction, mental health and impulsiveness for high school student at Korea. *Journal of Digital Converge*, 12(4), 409-418.

ISSN: 978-602-361-141-6



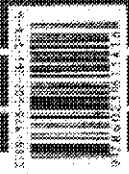
PROSIDING SEMINAR NASIONAL



Hotel Megaland, Surakarta, 25 Agustus 2018

PROSIDING SEMINAR NASIONAL

CYBER EFFECT: PENGARUH INTERNET TERHADAP KEHIDUPAN MANUSIA



PROSIDING SEMINAR NASIONAL
CYBER EFFECT:
PENGARUH INTERNET TERHADAP KEHIDUPAN
MANUSIA

Hotel Megaland, Surakarta, 25 Agustus 2018



2018

PROSIDING SEMINAR NASIONAL
CYBER EFFECT: PENGARUH INTERNET TERHADAP KEHIDUPAN MANUSIA
Hotel Megaland, Surakarta, 25 Agustus 2018

Penanggungjawab : Dekan Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi
Ketua Panitia : Priya Shanty A., M.Psi, Psikolog
Sekretaris & Bendahara : Patria Mukti, S.Psi, M.Si
Publikasi : Yustinus Joko Dwi N., M.Psi, Psikolog
Reviewer : Dr. Bagus Riyono, MA, Psi
 Aditia Nanda Priyatama, S. Psi, M. Si
Editor : Dra. Endang Widyastuti, MA

Layouter : Giovanni Battista Winindra Adiasa K
Disain Cover : Giovanni Battista Winindra Adiasa K

Jumlah Halaman : v, 293
Tinggi Buku : 29 cm
ISBN : 978-602-361-141-6

Cetakan 1 : September 2018

Diterbitkan oleh:
Muhammadiyah University Press
Gedung I Lantai 1 sayap Utara
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Jl. A. Yani Tromol Pos I Kartasura Surakarta 57162
Jawa Tengah — Indonesia
Telp : (0271) 717417 ext. 2172
Email : mupress@ums.ac.id

KATA PENGANTAR

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi

Assalamualaikum warohmatullahi wabarokatuh.

Puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan ridho-Nya sehingga Seminar Nasional dan *Call for Paper* dengan tema "*Cyber Effect: Pengaruh Internet Terhadap Kehidupan Manusia*" pada tanggal 25 Agustus 2018 telah terlaksana. Seminar tersebut di selenggarakan dengan tujuan untuk memahami perubahan perilaku manusia dengan perkembangan teknologi informasi dan memahami peran teknologi informasi dalam peningkatan kesejahteraan manusia. Dengan kemampuan tersebut diharapkan individu di era digital akan tumbuh menjadi pribadi yang kuat dan lebih matang.

Prosiding ini adalah publikasi dari karya-karya hasil penelitian dan artikel yang di presentasikan pada seminar nasional. Penulis artikel berasal dari berbagai latar belakang pendidikan baik itu S1, S2, dan S3. Adapun para peserta dari perguruan tinggi berasal dari berbagai Universitas, yaitu: Universitas Katolik Misi Charitas Palembang, Universitas Indonesia, Universitas Persada Indonesia YAI, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Universitas Negeri Semarang, Universitas Muria Kudus, Universitas Kristen Satya Wacana, Universitas Setia Budi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri, Universitas Brawijaya, Universitas Ciputra Surabaya, Universitas Surabaya, Universitas Negeri Makassar.

Terimakasih kami ucapkan kepada Rektor Universitas Setia Budi Surakarta, dan berbagai pihak atas segala dukungannya dalam pelaksanaan seminar nasional ini. Dengan adanya publikasi prosiding ini diharapkan dapat menambah khasanah keilmuan di bidang Psikologi pada umumnya.

Wassalamualaikum warohmatullahi wabarokatuh

Surakarta, 25 Agustus 2018

Drs. I.J.K. Sito Meiyanto, Ph.D

 DAFTAR ISI

Halaman Judul	ii
Sambutan Dekan	iv
Daftar Isi	v
Bentuk-bentuk <i>Cyberbullying</i> pada Remaja SMA Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Media yang Dipergunakan	1
Siti Nurina Hakim, Dara Febrian Chita Prastiwi	
Pelatihan Penggunaan Aplikasi <i>Parental Control</i> untuk Mengatasi Kecanduan Game Online pada Anak Bagi Kader PKK	10
Retno Dwiyantri, Tri Na'imah, Harjono	
Literatur Review: Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Cyberbullying</i> pada Remaja	18
Germanikus Clintonis Fernandez	
Perbedaan Kecenderungan Perilaku <i>Cyberbullying</i> Ditinjau dari Tipe Kepribadian pada Siswa SMA	29
Tjitjik Hamidah, Resty Emillya	
<i>Smartphone is my saviour</i>: Analisis Kecemasan Sosial dengan Nomophobia pada Remaja	40
Dita Rachmayani, Sumi Lestari, Nur Hasanah	
Efektivitas Bermain Video Game dalam Menurunkan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa	48
Yudha Renaldi Syuhalbani, Widyastuti, Ahmad Ridfah	
Adiksi Telepon Cerdas, Kecemasan, dan Kualitas Tidur Mahasiswa	60
Hisyam, Sitti Murdiana, Ahmad Ridfah	
Determinan Kesehatan Emosional: Studi Pencarian Informasi Kesehatan Di Kilkdokter.Com	71
Maria Yulita Coo, Didik Setiawan, Sugiyarmasto	
Pengaruh Stres Akademik dan Kecanduan Internet dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa di Kota Makassar	83
Muhlis Ismail Kasim, Sitti Murdiana, Nurfitriany Fakhri	
Peran Kampung Dolanan dalam Upaya Menanggulangi <i>Gaming Disorder</i> pada Anak Usia 5-6 Tahun	96
Annisa Salma Fadilah	
Self-Presentation On Adolescent With Social Media Addiction	111
Moh. Ibroisim Halim	
Pengaruh Gadget terhadap Perkembangan Bahasa Anak Usia Dini	123
Alfirda Dewi Nugraheni	

Lansia di Era Digital: Persepsi dan Pencapaian <i>Successful Aging</i>	134
Christiana Hari Soetjiningsih, David Samiyono	
Gambaran <i>Successful Aging</i> dan Penggunaan Teknologi pada Lansia di Panti Wreda	151
Dewi Agrianti Ratampi, Christiana Hari Soetjiningsih, David Samiyono	
Lansia yang Tinggal Sendiri: Penggunaan Teknologi dan Gambaran <i>Successful Aging</i>	159
Briskia Grace Augita Amaheka, Christiana Hari Soetjiningsih, David Samiyono	
<i>Successful Aging</i> pada Lansia Status Ekonomi Rendah yang Masih Bekerja	166
Felizarda Menezes Amaral, Christiana Hari Soetjiningsih, David Samiyono	
<i>Successful Aging</i> di Era Digital dan Resiliensi pada Lansia yang Tinggal Bersama dengan Keluarga	171
Sepriany Vanessa Simatauw, Christiana Hari Soetjiningsih, David Samiyono	
Pengaruh Perilaku Seksual Pra Nikah terhadap Kecenderungan Mengakses Internet Berkonten Pornografi pada Mahasiswa Semester II Fakultas X (yang Terpapar Pornografi) di Universitas Y	179
Nur Yulita Saputri dan Suwarti	
Pengaruh Tingkat Aktualisasi Diri Terhadap Hasrat Kompetisi (<i>Competitiveness</i>) Pada Atlet Esports Professional di Indonesia	195
Angeline Vivian, Valencia Vina Winata, Merlin Aulia, Tracey Asia, Valencia Vina Winata, Jony Eko Yulianto, Theda Renanita	
C-HERO (<i>CULTURE HERITAGE BOARD</i>): PENGEMBANGAN PERMAINAN EDUKATIF SEBAGAI MEDIA REFLEKSI KEBUDAYAAN NUSANTARA UNTUK MEMBANGUN JATI DIRI GENERASI MUDA INDONESIA	211
Asyif Awaludin Romadhoni	
Perilaku Remaja dalam Bermedia Sosial On-line dan Implikasinya di Sekolah (Kajian Neuropsikologi)	222
Nani Restati Siregar, Mansyur M, Muh. Ilham	
Perspektif <i>Hoax</i> pada Anggota AJI (Aliansi Jurnalis Independen) Kediri	234
Siti Nurvitasari, M. Takwim Azis, Sunarno	
Penerimaan Aplikasi <i>Yakkum Online</i>	246
Maria Goreti Nau, Didik Setyawan, Yulandari Ariefah	
Pembentukan Niat Menggunakan Sistem Informasi Didasarkan Perspektif Teknologi dan Organisasi di Rumah Sakit Daerah Surakarta	258
Roswinda Ieanti Ngala, Didik Setyawan, Sugiyarmasto	
NIAT BERKUNJUNG KEMBALI WEBSITE RSUD Dr. MOEWARDI SURAKARTA	273
Maya Aprian Wirmaningsih ¹⁾ , Didik Setyawan ²⁾ , Finisha Mahaestri Noor ³⁾	
Kepribadian dan Harga Diri Hubungannya dengan Kebahagiaan Seseorang	284
Lutfiyah, Bagus Takwin	