

# **Hubungan Antara *Academic Stress* Dengan *Smartphone Addiction* Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Medan**

## **SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian  
Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar  
Sarjana Psikologi  
Universitas Medan Area

**Diajukan Oleh:**

**ZSASKIA SARASWATI**

**16.860.0181**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2021**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 27/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)27/12/21

### Halaman Persetujuan

**Judul Skripsi** : Hubungan Antara *Academic Stress* Dengan *Smartphone Addiction* Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 3 Medan  
**Nama Mahasiswa** : Zsaskia Saraswati  
**No. Stambuk** : 16.860.0181  
**Bagian** : Psikologi Perkembangan

Menyetujui :

Komisi Pembimbing

Pembimbing I

(Dra. Mustika Tarigan, M.Psi)

Pembimbing II

(Meri Hafni, S.Psi, M.Psi)

Mengetahui :

Kepala Bagian

(Dinda Permatasari Hrp, M.Psi)

Dekan

(Dr. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi)

Tanggal Sidang Meja Hijau :

18 Oktober 2021

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA  
DAN DITERIMA UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN  
DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH  
DERAJAT SARJANA (S1) PSIKOLOGI

Pada Tanggal :  
18 Oktober 2021

MENGESAHKAN  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA

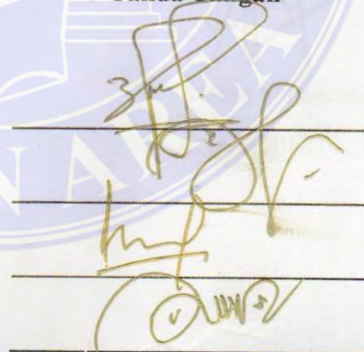
DEKAN

(Dr. Riyad Fadilah, S.Psi, M.Psi)

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Hasanuddin, Ph.D
2. Endang Haryati, S.Psi, M.Psi
3. Dra. Mustika Tarigan, M.Psi
4. Meri Hafni, S.Psi, M.Psi





## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Zsaskia Saraswati

NPM : 168600181

Tahun Terdaftar : 2016

Program Studi : Psikologi

Fakultas/sekolah :Psikologi

Menyatakan bahwa dalam dokumen ilmiah Skripsi ini tidak terdapat bagian karya ilmiah lain yang telah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di suatu Lembaga Pendidikan Tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang/Lembaga lain, kecuali yang secara lengkap dalam daftar Pustaka.

Dengan demikian saya menyatakan bahwa dokumen ilmiah ini bebas dari unsur-unsur plagiasi dan apabila dokumen ilmiah Skripsi ini dikemudian hari terbukti merupakan plagiasi dari hasil karya penulis lain dan/atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik dan/atau sanksi hukum yang berlaku.

Medan, 18 Oktober 2021



Zsaskia Saraswati

168600181

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai Civitas Akademik Universitas Medan Area Saya Yang Bertanda Tangan Dibawah Ini :

Nama : Zsaskia Saraswati  
Npm : 16.860.0181  
Program Studi : Psikologi Perkembangan  
Fakultas : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan menyetujui untuk memberikan kepada universitas medan area **hak bebas royalti non-eksklusif (non-exclusive royalty-free right)** atas karya ilmiah yang berjudul : **"hubungan antara *academic stress* dengan *smartphone addiction* pada siswa kelas xi sma negeri 3 medan"**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan **hak bebas royalti non-eksklusif** ini universitas medan area berhak menyimpan, mengalih media/memformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan skripsi milik saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, 18 Oktober 2021

Menyajikan  
  
D61D7AJX274827329  
(Zsaskia Saraswati)

## Abstrak

### Hubungan Antara *Academic Stress* Dengan *Smartphone Addiction*

#### Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Medan

Oleh :

Zsaskia Saraswati

16.860.0181

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *academic stress* dengan *smartphone addiction* pada siswa kelas XI SMAN 3 Medan. Hipotesis yang diajukan adalah adanya hubungan positif antara *academic stress* dengan *smartphone addiction*, dimana semakin tinggi *academic stress* maka semakin tinggi pula *smartphone addiction* pada siswa dan begitu pula sebaliknya, semakin rendah *academic stress* maka semakin rendah *smartphone addiction* pada siswa. Jenis penelitian ini ialah penelitian kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI dengan jumlah 402 orang, namun setelah dilakukan *screening* terhadap subjek, maka terdapat 140 orang siswa yang mengalami *smartphone addiction* dan dinyatakan sebagai sampel yang sesuai dengan penelitian ini. Instrumen penelitian ini adalah skala *academic stress* yang disusun berdasarkan skala *educational stress scale for adolescents* yang diadaptasi dari teori Sun, dkk (2011) yang berjumlah 16 aitem. Skala *smartphone addiction* disusun berdasarkan skala *smartphone addiction* yang diadaptasi dari *smartphone addiction proneness scale (SAPS) for youth* yang disusun oleh Kim, dkk (2014) yang berjumlah 15 aitem. Data penelitian diuji menggunakan uji korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *academic stress* dengan *smartphone addiction*, ( $r_{xy}=0,764$  dengan signifikan  $p=0.000<0,050$ ). Selanjutnya diketahui kontribusi *academic stress* terhadap *smartphone addiction* adalah sebesar 58,4% ( $r^2=0,584$ ). Diketahui pula, bahwa *academic stress* tergolong sedang (Mean Empirik=40,65>Mean Hipotetik=37,5) dan *smartphone addiction* tergolong sedang (Mean Empirik=35,03>Mean Hipotetik=35).

Kata Kunci: *Academic Stress, Smartphone Addiction*



## Abstrac

### **The Correlation Between *Academic Stress* And *Smartphone Addiction***

#### **In Class XI Students Of SMA Negeri 3 Medan**

By :

**Zsaskia Saraswati**

**16.860.0181**

This study aims to determine the relationship between academic stress with smartphone addiction in students of class XI SMAN 3 Medan. The hypothesis is the existence of a positive relationship between academic stress with smartphone addiction, where the higher academic stress, the higher the smatphone addiction to students and vice versa, the lower the academic stress then the lower the smartphone addiction in students. This type of research is quantitative research. The subject of this research is the students of class XI with an amount of 402 people, but after screening against the subject, then there are 140 students who have smartphone addiction and expressed as the sample in accordance with this research. The instrument of this study is the scale of academic stress is prepared based on the scale of the educational stress scale for adolescents, adapted from the theory by Sun, et al (2011) which amounted to 16 item. The scale of smartphone addiction is prepared based on the scale of smartphone addiction adapted from the smartphone addiction proneness to temper scale (SAPS) for youth composed by Kim, et al (2014), which amounted to 15 item. The research data was tested using product moment correlation test. The results indicate a relationship transmittance between academic stress with smartphone addiction ( $r_{xy}=0,764$  with the transmittance of  $p=0.000 < 0.050$ ). Furthermore, the known contribution of academic stress against smartphone addiction is by 58,4% ( $r^2=0,584$ ). Be aware, too, that academic stress is classified as moderate (Mean Empirical=40,65 > Mean Hipotetik=37,5) and smartphone addiction is classified as moderate (Mean Empirical=35,03 > Mean Hipotetik=35).

Key Words: *Academic Stress, Smartphone Addiction*

## Kata Pengantar

Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Puji Dan Syukur Alhamdulillah Peneliti Ucapkan Atas Kehadirat Allah SWT Atas Segala Rahmat Dan Karunia-Nya, kesabaran dan kemudahan dan kelancaran bagi peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dan mampu bertahan pada setiap kendala dan cobaan yang dihadapi selama menyelesaikan skripsi ini sampai dengan selesai.

Peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan kerja sama yang baik dari berbagai pihak. Oleh karena itu, sudah sepantasnya dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA., selaku Ketua Yayasan pendidikan Haji Agus Salim.
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc., selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Ibu Dr. Hj. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
4. Ibu Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
5. Ibu Dra. Mustika Tarigan, M.Psi., selaku Pembimbing I (Satu) yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran untuk memberikan arahan, saran, nasehat dan juga bimbingan dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini.



6. Ibu Meri Hafni, S.Psi, M.Psi., Selaku Pembimbing II (Dua) yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran untuk memberikan arahan, saran, nasehat dan juga bimbingan dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini.
7. Ibu Endang Haryati S.Psi, M.Si, selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, saran dan arahan dalam penyempurnaan skripsi ini.
8. Ibu Babby Hasmayni, S.Psi, M.Si, selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, saran dan arahan dalam penyempurnaan skripsi ini.
9. Bapak Hasanuddin, Ph.D, yang telah menyempatkan hadir sebagai ketua saat siding meja hijau.
10. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah membimbing, mendidik dan memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada peneliti demi kelancaran hingga selesainya skripsi ini.
11. Seluruh Staf Bagian Tata Usaha Fakultas Psikologi yang telah banyak membantu peneliti dalam urusan administrasi selama perkuliahan dan penyelesaian skripsi.
12. Pihak SMA Negeri 3 Medan yang sudah memberikan izin peneliti untuk melakukan penelitian ini.
13. Siswa-Siswi SMA Negeri 3 Medan Khususnya Kelas XI MIA Dan IS yang telah berpartisipasi hingga penelitian ini selesai.
14. Orang tua yang senantiasa memberi dukungan penuh, yang selalu mendoakan saya dalam setiap perjalanan saya.
15. Sahabat yang bagaikan keluarga bagi saya, Siti Khairiyah, Bella Anggraini Putri, Alya Salsabila, Sheilla Monica Rahmah, Chairina Safitri Nur Pangabean dan Riqqah Qonita yang selalu membantu dan mendukung selama mengerjakan skripsi.

16. Teman-teman seperjuangan stambuk 2016 yang memberikan informasi, dukungan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
17. Terima kasih kepada keluarga besar saya, Rita Tavip Megawati, Endang Sari Kartika Candrawati, Rudi Jatmiko, Saniah, Apriadi Asil Andika, Tara Nindi Utami, Jose M. Martinez (Txema), Kania Primadita, M. Defan Akbar, Rangga Raditya Nugraha, Rantytta Try Nursayla, Kanaya Arisya Runia, Faiz Dhobit Harpanda Manurung, Umi Mahmuda yang selalu menyemangati dan memberi nasihat kepada penulis selama mengerjakan skripsi.
18. Terima kasih untuk semua pihak yang terlibat dalam proses panjang ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu dan terimakasih untuk semua pembaca. Semoga karya tulis ini bermanfaat.
19. Terakhir, namun tidak kalah pentingnya. Saya ingin berterima kasih atas diri saya yang sudah yakin dan percaya diri, mampu memberikan yang terbaik dan selalu bekerja keras.

Saya selaku peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak sebagai masukan bagi peneliti. Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih bagi setiap pembaca dan berharap agar kiranya skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Wassalamu'alaikumwarahmatullahi Wabarakatuh

Medan, 18 Oktober 2021



Zsaskia Saraswati  
168600181

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	I
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI .....	III
HALAMAN PERNYATAAN .....	IV
RIWAYAT HIDUP .....	V
MOTTO .....	VI
PERSEMBAHAN.....	VII
KATA PENGANTAR .....	VIII
ABSTRAK.....	XI
DAFTAR ISI.....	XIII
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	9
C. Batasan Masalah.....	10
D. Rumusan Masalah .....	11
E. Tujuan Penelitian.....	11
F. Manfaat Penelitian.....	11
BAB II : LANDASAN TEORI.....	13
A. Pengertian Siswa .....	13
B. <i>Smartphone Addiction</i> .....	14
1. Pengertian <i>Smartphone Addiction</i> .....	14
2. Ciri-Ciri <i>Smartphone Addiction</i> .....	15
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Smartphone Addiction</i> .....	17
4. Aspek-Aspek <i>Smartphone Addiction</i> .....	18
C. <i>Academic Stress</i> .....	20
1. Pengertian <i>Stress</i> .....	20
2. Pengertian <i>Academic Stress</i> .....	21
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Academic Stress</i> .....	23
4. Aspek-Aspek <i>Academic Stress</i> .....	27



D. Hubungan antara <i>academic stress</i> dengan <i>smartphone addiction</i> pada siswa kelas XI SMAN 3 Medan .....	29
E. Kerangka Konseptual .....	32
F. Hipotesi.....	33
<b>BAB III : METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
A. Tipe Penelitian.....	34
B. Identifikasi Variabel Penelitian .....	34
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	35
1. <i>Academic Stress</i> .....	35
2. <i>Smartphone Addiction</i> .....	35
D. Subjek Penelitian.....	36
E. Teknik Pengumpulan Data .....	38
F. Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur.....	40
1. Validitas .....	40
2. Reliabilitas .....	41
G. Teknik Analisis Data .....	42
<b>BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>44</b>
A. Orientasi Kancha Penelitian .....	44
2. Persiapan Penelitian.....	46
C. Pelaksanaan Penelitian .....	52
D. Analisis Data Dan Hasil Penelitian .....	53
E. Pembahasan .....	57
<b>BAB V : SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>62</b>
A. Simpulan.....	62
B. Saran.....	63
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>65</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A	: LAMPIRAN ANGKET
LAMPIRAN B	: UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS
LAMPIRAN C	: DATA MENTAH ALAT UKUR PENELITIAN
LAMPIRAN D	: UJI NORMALITAS
LAMPIRAN E	: UJI LINEARITAS
LAMPIRAN F	: ANALISIS KORELASI
LAMPIRAN G	: SURAT PENELITIAN



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Seiring berkembangnya zaman, fungsi *smartphone* bukan hanya sebagai alat untuk melakukan panggilan telpon dan mengirim pesan teks. Selain melakukan panggilan telpon dan mengirim pesan teks, pengguna *smartphone* juga dapat bermain *games*, obrolan *chat*, dan akses ke layanan internet (*web*, *blog*, sosial media). Beragam fungsi dan fitur-fitur menarik yang ditawarkan oleh *smartphone* tersebut membuat para penggunanya merasa terbantu dalam melakukan aktivitasnya dan kebutuhan sehari-harinya.

Samaha dan Hawi (dalam Nurul Utami & Kurniawati, 2019) menjelaskan bahwa dengan *smartphone* seseorang dapat mengakses berbagai konten internet dengan mudah, yaitu melakukan panggilan telpon, mengirim *e-mail*, menonton video, berbagi foto dan video, bermain *games*, memutar musik, pencarian suara, mengecek cuaca, menjelajahi internet, menentukan tempat pertemuan, dan melakukan pesan singkat dalam *chatroom* media sosial. Hal ini yang membuat daya tarik terhadap *smartphone* semakin meningkat (Nakaya, 2014).

Hasil survei yang dilakukan UNICEF, Kementerian Komunikasi dan Informasi (Kominfo), dan *Berkman Center Of Internet And Society* menunjukkan bahwa ada 84% dari total penduduk di Indonesia yang memiliki *smartphone*, Broto (dalam Nurul Utami & Kurniawati, 2019). Emarketer (dalam Nurul Utami & Kurniawati, 2019) berdasarkan hasil statistic



yang diperoleh pada tahun 2018, Indonesia masuk dalam pengguna *smartphone* terbanyak nomor tujuh didunia, dibawah Rusia dan Brazil yaitu sebanyak 103 juta jiwa.

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia melakukan survei pada 42 kota diseluruh pulau di Indonesia dan dari hasil survei tersebut didapati ada 49,7% siswa SMA yang menjadi posisi pertama dalam penggunaan *smartphone*. Kemudian ada 11,3 % pada tingkat SMP dan 7,5% pada tingkat SD (dalam Mulyana & friani, 2018). Berdasarkan hasil survei tersebut menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* yang paling tinggi adalah siswa SMA yang pada umumnya berusia 16-18 tahun. Dimana rentang usia ini bisa dikatakan merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa atau yang sering dikenal dengan istilah masa remaja. Garis pemisah antara awal masa dan akhir masa remaja terletak kira-kira di sekitar usia 17 tahun, usia dimana rata-rata setiap remaja memasuki sekolah tingkat menengah atas (Harlock, 2004).

Menurut Harlock (2004) salah satu tugas perkembangan masa remaja adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Remaja harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis dalam hubungan yang sebelumnya belum pernah ada dan harus menyesuaikan dengan orang dewasa diluar lingkungan keluarga dan sekolah, sehingga mereka akan lebih banyak menggunakan *smartphone* untuk memenuhi kebutuhan itu. Para siswa memiliki berbagai alasan dalam penggunaan *smartphone* yaitu tidak ingin ketinggalan zaman atau ingin lebih aktif dimedia sosial, mencari berbagai informasi tentang kesukaan/hobi, ada juga yang memanfaatkannya secara positif yaitu

sebagai sumber belajar, mencari bahan materi pelajaran, berbagi informasi mengenai tugas yang diberikan oleh guru (Asmurti dkk, 2018).

Salah satu kegunaan *smartphone* bagi siswa adalah untuk mencari informasi tentang pelajarannya dan menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Siswa diharuskan untuk lebih aktif pada saat proses belajar mengajar berlangsung dan tidak jarang siswa diharuskan menggunakan *smartphone* mereka untuk mendapatkan informasi terkait dengan tugas-tugas yang diberikan. Namun ada saat dimana siswa malah menggunakan *smartphone* untuk kepentingan pribadi ketimbang menyelesaikan tugasnya. Tidak jarang siswa mendapat hukuman dari guru karena kedapatan menggunakan *smartphone* disaat guru sedang menjelaskan didepan kelas. Hukuman yang diberikan biasanya seperti teguran, dikeluarkan dari kelas, atau bahkan guru harus mengambil *smartphone* milik siswa tersebut sebagai efek jera.

Penggunaan *smartphone* memberikan kenyamanan sebagai *reinforcement* dan meningkatkan kemungkinan penggunaan *smartphone* menjadi aktivitas sehari-hari, sehingga perasaan nyaman ini mengakibatkan siswa kehilangan kontrol dalam penggunaan *smartphone* (Song dkk, 2004). Aljomaa dkk, (2016) mengungkapkan bahwa siswa yang menghabiskan waktu menggunakan *smartphone* lebih dari 4 jam sehari dapat meningkatkan kecenderungan mengalami *smartphone addiction*. Torrecillas (dalam Aljomaa dkk, 2016) juga menemukan bahwa 40% remaja dan orang dewasa menggunakan *smartphone* selama lebih dari 4 jam sehari hanya untuk melakukan panggilan, mengirim serta menerima pesan.

Penggunaan *smartphone* secara berlebihan dapat mengakibatkan masalah pada konsentrasi dan sakit secara fisik, terutama pada bagian leher dan pergelangan tangan (Kwon dkk, 2013). Penggunaan secara berlebihan ini juga dapat menjadi salah satu tanda dari *smartphone addiction* (Kibona & Mgya, 2015). Kim dkk, (2014) mengatakan bahwa *smartphone addiction* memiliki kemiripan dengan *cellular addiction* yang dianggap sebagai salah satu jenis gangguan perilaku yang ditandai dengan masalah kontrol impuls. Istilah *smartphone addiction* adalah sebagai perilaku kergantungan terhadap *smartphone* yang memungkinkan untuk terjadinya masalah sosial seperti menarik diri dan kesulitan dalam aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang (Kwon dkk, 2013).

Leung (2007) mengartikan *smartphone addiction* sebagai perilaku keterikatan terhadap *smartphone* yang disertai dengan kurangnya kontrol dan memiliki dampak negatif bagi individu. *Smartphone addiction* telah terjadi di berbagai negara. Prevalensi *smartphone addiction* pada siswa sekolah menengah di Korea Selatan dimana riset ini dilakukan pada 1824 partisipan didapatkan hasil sebesar 30,9% (n=563) diklasifikasikan sebagai kelompok yang memiliki resiko mengalami *smartphone addiction* (Cha & Seo, 2018).

Bianchi & Phillips (dalam Leung, 2007) mengidentifikasi sejumlah ciri-ciri *smartphone addiction*, yaitu menyibukkan diri dengan *smartphone*, menggunakan *smartphone* untuk mencapai kepuasan, gagal dalam upaya mengendalikan diri atau menghentikan penggunaan *smartphone*, merasa tersesat, gelisah, murung, tertekan atau mudah tersinggung saat berusaha mengurangi penggunaan *smartphone*, menggunakan ponsel lebih lama dari



yang diharapkan, menjauhkan diri dari keluarga dan teman, atau dari orang lain untuk menyembunyikan sejauh mana keterlibatannya dengan *smartphone*, menggunakan *smartphone* sebagai cara untuk melepaskan diri dari berbagai masalah atau untuk menenangkan suasana hati yang tidak menentu (perasaan terisolasi, gelisah, kesepian, dan depresi).

Sebagai salah satu dari kemajuan teknologi saat ini, kehadiran *smartphone* menyebabkan perubahan yang begitu besar pada kehidupan masyarakat, khususnya siswa dengan segala peradaban dan kebudayaannya. Selain memberikan dampak positif pada kehidupan masyarakat, perubahan ini juga membawa dampak negatif yang mengancam perkembangan para siswa (Agusta, 2016).

Adapun dampak positif dan negatif tersebut menurut (Salehan & Negahban, 2013) adalah sebagai berikut: dampak positif, 1) mempermudah untuk berinteraksi dengan orang-orang melalui fitur media sosial yang ada. 2) mempersingkat jarak dan waktu, di era perkembangan *smartphone* yang canggih didalamnya terdapat media sosial yang bermacam-macam sehingga hubungan jarak jauh bukan lagi menjadi suatu masalah atau penghalang. 3) mempermudah para siswa berkonsultasi tentang pelajaran dan tugas-tugas yang belum dimengerti. Hal ini biasa dilakukan siswa dengan mengirimkan pesan singkat kepada guru mata pelajaran. 4) mengetahui informasi-informasi tentang kegiatan, foto yang berkaitan dengan kegiatan sekolah kemudian membagikannya di grup kelas atau langsung membagikan kepada orang tertentu.

Sedangkan dampak negatif yaitu, 1) konsumtif, penggunaan *smartphone* dengan berbagai fasilitas yang ditawarkan penyedia jasa layanan (operator) membuat individu harus mengeluarkan biaya untuk dapat memanfaatkan fasilitas yang digunakan. 2) psikologis, individu merasa tidak nyaman atau gelisah ketika tidak menggunakan atau tidak membawa *smartphone*. 3) fisik, terjadi perubahan pada pola tidur. 4) relasi sosial, berkurangnya kontak fisik dan interaksi secara langsung dengan orang lain. 5) akademis/pekerjaan, berkurangnya produktifitas sehingga mengganggu kegiatan akademis atau pekerjaan yang seharusnya dilakukan. 6) hukum, keinginan untuk terus menggunakan *smartphone* menyebabkan individu menggunakan *smartphone* pada saat mengemudi dan dapat membahayakan dirinya sendiri dan pengendara lain atau juga komentar/postingan yang melanggar hukum.

Berdasarkan fenomena yang peneliti temukan pada siswa kelas XI SMAN 3 Medan, saat peneliti melakukan observasi secara langsung pada tanggal 9 januari 2020. Peneliti menemukan bahwa, sebagian besar siswa tampak tidak bisa lepas dari *smartphone*, baik ketika saat jam pelajaran dimulai dan saat istirahat, bahkan saat makan siang mereka terus menggunakan *smartphone* tersebut. Beberapa siswa yang sedang berkumpul juga tampak lebih asik bermain *smartphone* masing-masing dari pada berinteraksi dengan teman-teman yang lain.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *smartphone addiction* adalah *academic stress* (Yuwanto, 2010). Sun, dkk (2011) mendefinisikan *academic stress* sebagai tekanan yang dirasakan oleh siswa disekolah karena tuntutan berbagai macam tugas yang harus diselesaikan, namun tidak sesuai dengan

kapasitas dan kemampuan yang dimilikinya. Bariyyah dkk, (dalam Barseli & Ifdil, 2017) menyatakan *academic stress* merupakan respon siswa terhadap berbagai tuntutan yang bersumber dari proses belajar mengajar, meliputi: (1) tuntutan naik kelas, (2) keharusan untuk menyelesaikan banyak tugas, (3) mendapat nilai ulangan yang tinggi, (4) keputusan menentukan jurusan, (5) kecemasan menghadapi ujian, (6) tuntutan untuk dapat mengatur waktu belajar.

Individu yang mengalami stress akan menunjukkan gejala emosional dan fisik (Inayatillah 2015). Siswa yang mengalami *academic stress* secara emosional ditandai dengan: gelisah atau cemas, sedih atau depresi karena tuntutan akademik, merasa harga dirinya menurun atau merasa tidak mampu untuk melaksanakan tuntutan dari pendidikan atau akademiknya (Barseli & Ifdil, 2017). Sedangkan, siswa yang mengalami *academic stress* secara fisik ditandai dengan: sakit kepala, tidur tidak teratur, susah tidur, sakit punggung, pusing, mencret, lelah atau kehilangan energi untuk belajar (Barseli & Ifdil, 2017).

Menurut McPherson (dalam Qurrotu, 2019) dampak negative dari *academic stress* adalah *burnout*, menyontek, gangguan makan dan penggunaan obat-obatan. Perilaku-perilaku tersebut juga dialami oleh siswa SMAN 3 Medan, salah satu perilaku yang terlihat adalah siswa memilih untuk menyontek dari pada mengerjakan tugasnya sendiri. Hal ini disebabkan karena siswa merasa lelah dengan kegiatan sekolah dan kehilangan minatnya untuk belajar. Menyontek yang sudah menjadi kebiasaan akan berdampak negatif bagi siswa itu sendiri maupun dalam skala yang lebih

luas. Siswa yang terbiasa menyontek akan senang bergantung pada pencapaian hasil belajarnya pada orang lain atau secara tertentu dan bukan pada kemampuannya sendiri (Mustika dkk., 2021).

SMA Negeri 3 sendiri memiliki tuntutan akademik yang cukup tinggi. Para siswa dihadapkan pada berbagai tuntutan sekolah seperti tuntutan akan tanggung jawab dan akademik. Tuntutan akan tanggung jawab terlihat dari siswa yang harus mematuhi tata tertib sekolah (menggunakan seragam dan masuk sekolah tepat waktu), menghormati guru, menjaga kebersihan sekolah dan menjalankan setiap tugas sekolah secara bertanggung jawab.

Tuntutan akademik yaitu, tuntutan terhadap siswa agar dapat mengikuti proses belajar mengajar, memiliki prestasi yang baik sesuai dengan standard nilai yang sudah ditetapkan sekolah, siswa yang gagal dalam memenuhi atau mencapai standard tersebut akan dikenai sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku di sekolah tersebut.

Fenomena *smartphone addiction* juga terdapat pada siswa SMAN 3 Medan. Fenomena ini didapatkan berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan siswa berinisial JA dan AS yang berusia 16 tahun, sebagai berikut:



“kalau dibilang penting, ya pentinglah. Karena kalau mau nyari tugas yang gak ngerti pasti liat dari google dan itukan pake *smartphone*. Kadang juga kalau saya lagi butuh refreshing, saya bakal buka *smartphone* untuk sekedar update berita atau main game, atau nonton youtube. Kadang kalau udah main *smartphone* gak tau waktu, bisa sampai 10 jam kadang.”

“*smartphone* itu ya... hiburan ya, selain untuk nyari tugas dan lain-lain yang berhubungan sama sekolah. Sehari itu pasti pegang hp, dari mulai bangun tidur sampai mau tidur lagi. ... lebih banyak untuk sosial media dan game sih dari pada untuk belajar.”

Kesimpulan yang didapat dari paparan diatas adalah adanya kecenderungan siswa terhadap *smartphone addiction*. Hal ini terlihat dari kebiasaan para siswa yang tidak dapat lepas dari *smartphone*, intensitas yang berlebihan dan frekuensi waktu yang terlalu lama dalam menggunakan *smartphone*. Dengan demikian, hal ini menunjukkan adanya gejala kecanduan terhadap *smartphone*.

Berdasarkan uraian, observasi dan wawancara yang telah dilakukan maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul : **“Hubungan Antara Academic Stress Dengan Smartphone Addiction Pada Siswa SMAN 3 Medan.”**

## **B. Identifikasi Masalah**

Dalam masalah ini peneliti mengamati hubungan antara *academic stress* dengan *smartphone addiction* pada siswa kelas XI SMAN 3 Medan. Dimana dapat dikatakan siswa-siswi tersebut memiliki *smartphone addiction* yang tinggi.

Penggunaan *smartphone* akan berdampak buruk bagi siswa apabila digunakan secara berlebihan. Salah satu kegunaan *smartphone* bagi siswa adalah untuk mencari informasi yang berkaitan dengan akademiknya. Namun ada saat dimana siswa malah menggunakan *smartphone* untuk kepentingan pribadi ketimbang menggunakannya untuk kepentingan akademik.

Seperti halnya yang terjadi pada siswa di SMAN 3 Medan, dimana sebagian besar siswa tampak tidak bisa lepas dari *smartphone*. Baik pada saat jam pelajaran berlangsung maupun pada saat istirahat. Para siswa memilih untuk bermain *smartphone* dari pada berinteraksi dengan teman-temannya yang lain.

Para siswa menganggap *smartphone* merupakan benda yang sangat penting dan tidak dapat dijauhkan dari jangkauan. *Smartphone* lebih sering digunakan sebagai sarana hiburan dari pada untuk kepentingan akademik. Oleh karena itu, peneliti mencoba untuk melihat dan mengamati *smartphone addiction* yang terjadi pada siswa kelas XI SMAN 3 Medan.

### C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini, peneliti membatasi masalah yang akan diteliti agar peneliti menjadi lebih terfokus dan dapat menjawab permasalahan penelitian dengan lebih efektif dan efisien. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini yaitu, permasalahan yang berkaitan dengan *academic stress* dengan *smartphone addiction* pada siswa kelas XI SMAN 3 Medan, dengan sampel berjumlah 140 siswa. Sampel didapat berdasarkan hasil *screening* yang dilakukan dengan ciri-ciri penggunaan *smartphone* lebih dari 4 jam.

#### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah: apakah terdapat hubungan antara *academic stress* dengan *smartphone addiction* pada siswa kelas XI SMAN 3 Medan.

#### E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah menguji secara empirik dan mengetahui hubungan antara *academic stress* dengan *smartphone addiction* pada siswa kelas XI SMAN 3 Medan.

#### F. Manfaat Penelitian

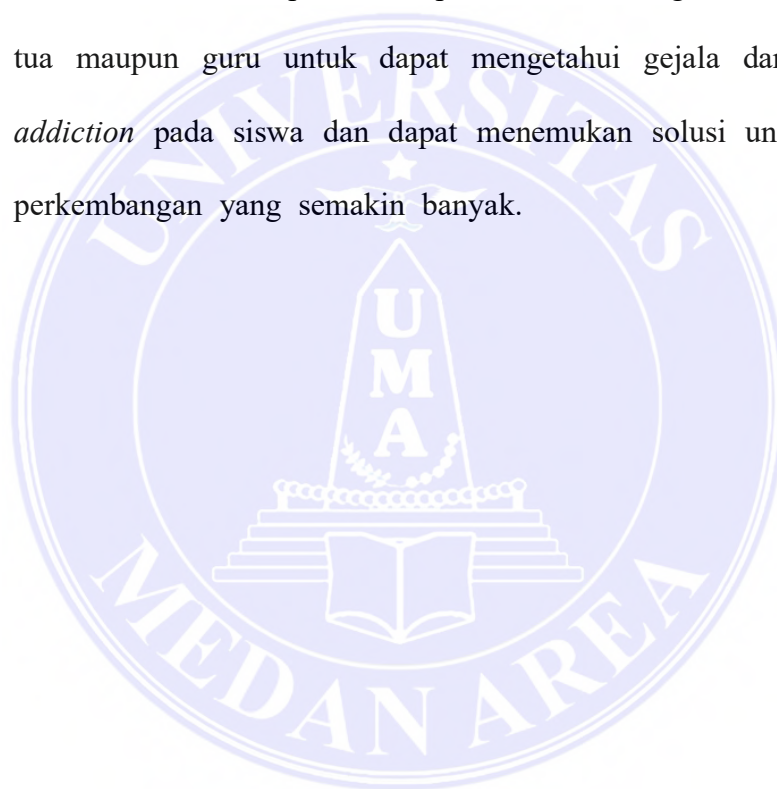
Peneliti bertujuan untuk memberikan manfaat yang berguna bagi semua kalangan berkaitan dengan hubungan antara *academic stress* dengan *smartphone adiction* pada siswa kelas XI SMAN 3 Medan. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

##### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi. Khususnya psikologi sosial dan psikologi pendidikan, yaitu terhadap adanya kemungkinan keterkaitan antara *academic stress* dengan *samrtphone addiction*.

## 2. Manfaat Praktis

1. Bagi subjek penelitian, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan informasi kepada siswa, sehingga mampu mencegah terjadinya *smartphone addiction* pada diri siswa dan bagi siswa yang sudah mengalami *smartphone addiction* bisa mengurangi penggunaan *smartphone* yang berlebihan.
2. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran bagi orang tua maupun guru untuk dapat mengetahui gejala dari *smartphone addiction* pada siswa dan dapat menemukan solusi untuk mencegah perkembangan yang semakin banyak.





## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Pengertian Siswa

Siswa adalah pelajar atau peserta didik yang terdaftar dan belajar di suatu lembaga pendidikan atau sekolah tertentu baik di sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP) dan sekolah menengah atas (SMA). Siswa atau anak didik adalah sebagai komponen inti dalam kegiatan pendidikan, maka anak didik atau siswa sebagai pokok persoalan dalam interaksi edukatif. . Siswa atau peserta didik adalah orang yang melakukan kegiatan belajar atau mengikuti proses pendidikan. (Sukmadinata, 2011)

Menurut Sukmadinata (2005) siswa adalah seseorang atau individu yang melakukan kegiatan belajar atau mengikuti proses belajar pada suatu lembaga pendidikan atau sekolah. Siswa adalah komponen masukkan dalam sistem pendidikan, yang selanjutnya diproses dalam proses pendidikan, sehingga menjadi manusia yang berkualitas sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Siswa atau peserta didik adalah orang yang melakukan kegiatan belajar atau mengikuti proses pendidikan. (Sukmadinata, 2011)

Berdasarkan uraian mengenai pengertian siswa di atas dapat disimpulkan bahwa siswa adalah orang yang dengan sengaja belajar di sekolah untuk mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran pada suatu jalur pendidikan baik pendidikan formal (dari tingkat SD, SMP dan SMA), maupun pendidikan nonformal.

## **B. *Smartphone Addiction***

### **1. *Pengertian Smartphone Addiction***

Istilah kecanduan awalnya digunakan terutama mengacu pada penggunaan obat-obatan dan alkohol yang eksemif. Dalam beberapa tahun terakhir, istilah tersebut meluas sehingga orang secara umum menyebut kecanduan pada perilaku merokok, makan, berbelanja, permainan internet, dan lain-lain

Kim dkk, (2014) mengatakan bahwa *smartphone addiction* memiliki persamaan paling dekat dengan *cellular addiction*, yang dianggap sebagai jenis gangguan perilaku, ditandai oleh masalah kontrol impuls. Kwon dkk, (2013) menyebutkan bahwa istilah *smartphone addictions* adalah sebagai perilaku keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri, dan kesulitan dalam aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang.

Menurut Griffiths (2011), kecanduan *smartphone* didefinisikan sebagai terlalu lama menggunakan *smartphone* sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari penggunaannya. Selain itu, penggunaan berlebihan terhadap *smartphone* dapat menyebabkan masalah mental atau perilaku. Hal ini dapat menyebabkan kelainan perilaku maladaptif, mengganggu kinerja di sekolah atau pekerjaan, mengurangi interaksi sosial di kehidupan nyata, pengabaian

kehidupan pribadi, gangguan mental, perubahan mood dan juga dapat menyebabkan gangguan hubungan dengan orang lain.

Lee dan Lee (2017) menyebutkan siswa yang biasanya sangat rentan terpengaruh *smartphone addiction* adalah mereka yang berprestasi rendah di bidang akademik, hubungan sosial dengan keluarga yang tidak baik, dan tingginya ketidakpuasan pada kehidupan sekolah. Manifestasi penggunaan *smartphone* ini di antaranya adalah demi mendapatkan pengakuan teman sebaya dan akses informasi hiburan.

Aljomaa dkk, (2016) mengungkapkan bahwa siswa yang menghabiskan waktu menggunakan *smartphone* lebih dari 4 jam sehari dapat meningkatkan kecenderungan mengalami *smartphone addiction*. Torrecillas (dalam Aljomaa dkk, 2016) juga menemukan bahwa 40% siswa dan orang dewasa menggunakan *smartphone* selama lebih dari 4 jam sehari hanya untuk melakukan panggilan, mengirim serta menerima pesan.

Berdasarkan penjabaran dari beberapa ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *smartphone addiction* merupakan sebuah perilaku yang menyebabkan keterikatan atau ketergantungan terhadap *smartphone* yang memiliki dampak negatif pada individu.

## 2. Ciri-Ciri *Smartphone Addiction*

Bianchi & Phillips (dalam Leung, 2007) mengidentifikasi sejumlah ciri-ciri *smartphone addiction* yaitu:

1. Menyibukkan diri dengan *smartphone*.
2. Menggunakan *smartphone* untuk mencapai kepuasan.

3. Gagal dalam upaya mengendalikan diri atau menghentikan penggunaan *smartphone*.
4. Merasa tersesat.
5. Gelisah.
6. Murung.
7. Tertekan atau mudah tersinggung ketika berusaha mengurangi penggunaan *smartphone*.
8. Menggunakan ponsel lebih lama dari yang diharapkan.
9. Menjauhkan diri dari keluarga dan teman, atau orang lain untuk menyembunyikan sejauh mana keterlibatan dengan *smartphone*.
10. Menggunakan *smartphone* sebagai cara untuk melepaskan diri dari masalah atau untuk meredakan suasana hati yang tidak menentu (mis., perasaan terisolasi, gelisah, kesepian, dan depresi).

Pada penelitiannya, Leung (2007) menghasilkan beberapa ciri dari *smartphone addiction*. Ciri-ciri tersebut ialah:

1. *Inability to control craving* (ketidakmampuan untuk mengontrol keinginan menggunakan *smartphone*).
2. *Anxiety and feeling lost* (kecemasan dan merasa kehilangan bila tidak menggunakan *smartphone*).
3. *Withdrawal and escape* (menarik diri dan melarikan diri) *smartphone* digunakan sebagai sarana untuk peralihan disaat individu mengalami kesepian atau masalah.
4. *Productivity loss* (kehilangan produktivitas).



Berdasarkan beberapa pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri *smartphone addiction* yaitu, gagal dalam upaya mengendalikan diri atau menghentikan penggunaan *smartphone*. Penggunaan *smartphone* untuk jangka waktu lebih lama dari yang diinginkan. Waktu yang berlebihan dihabiskan untuk menggunakan atau berhenti menggunakan *smartphone*.

### 3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Smartphone Addiction*

Menurut Yuwanto (2010) dalam penelitiannya, faktor-faktor yang mempengaruhi *smartphone addiction*, antara lain:

1. Faktor internal adalah faktor yang menggambarkan karakteristik individu, seperti tingkat *sensation seeking* yang tinggi, *self esteem* yang rendah dan kontrol diri yang rendah.
2. Faktor situasional termasuk faktor yang mengarah ke penggunaan *smartphone* sebagai sarana pengalihan stres ketika menghadapi situasi yang tidak nyaman, seperti saat mengalami kesedihan, tidak ada kegiatan saat waktu luang, kecemasan dan mengalami kejenuhan belajar.
3. Faktor sosial terdiri atas faktor penyebab sebagai sarana interaksi dengan orang lain. Faktor ini termasuk *mandatory behavior* dan *connected presence* yang tinggi.
4. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar individu, meliputi tingginya paparan media tentang *smartphone* dan fasilitas yang dimiliki *smartphone* tersebut.

Agusta (2016) mendata secara deskriptif faktor-faktor penyebab *smartphone addiction*, yakni: keinginan pencarian sensasi yang tinggi, *self esteem* yang rendah, situasi psikologis, pemasaran produk *smartphone*, fitur *smartphone* yang menarik, dan manfaat perluasan interaksi sosial.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *smartphone addiction* yaitu: faktor internal, faktor situasional, faktor sosial, faktor eksternal.

#### 4. Aspek-Aspek *Smartphone Addiction*

Menurut Kim dkk, (2014) terdapat empat aspek atau ciri yang menandakan bahwa individu terindikasi *smartphone addiction*, yaitu:

##### a. *Disturbance of adaptive functions* (gangguan fungsi adaptif)

Aspek ini menjelaskan bahwa individu yang terindikasi *smartphone addiction* akan mengalami gangguan fungsi adaptif. Contoh gangguan fungsi adaptif adalah hilangnya waktu untuk melakukan atau menyelesaikan suatu pekerjaan yang telah direncanakan, sulit berkonsentrasi ketika bekerja atau belajar, menderita sakit kepala ringan, penglihatan kabur, gangguan tidur, dan lain sebagainya (Kwon dkk, 2013).

##### b. *Virtual life orientation* (orientasi hidup secara virtual)

Individu dengan *smartphone addiction* memiliki hidup yang berorientasi pada dunia virtual atau dunia maya. Hal ini berarti individu cenderung melakukan hubungan atau komunikasi melalui dunia maya, seperti *facebook*. Biasanya individu akan lebih senang menghabiskan

waktunya bersama *smartphone* daripada bersama keluarga maupun teman-teman.

c. *Withdrawal* (penarikan)

Aspek ini memiliki arti bahwa akan terjadi efek-efek secara psikologis apabila *smartphone* ditarik atau dijauhkan dari individu yang bersangkutan. Biasanya individu yang terindikasi *smartphone addiction* akan merasa panik, cemas, dan gelisah ketika individu tersebut tidak bersama dengan *smartphone* miliknya.

d. *Tolerance* (toleransi)

Aspek ini menunjukkan bahwa individu dengan *smartphone addiction* akan memasuki wilayah toleransi. Artinya semakin lama individu tersebut akan menoleransi kebiasaannya dalam menggunakan *smartphone*. Waktu yang digunakan akan semakin banyak seiring berjalannya waktu dan sulit untuk menghentikannya.

Sementara itu, Kwon dkk, (2013) mengembangkan *smartphone addiction* dalam 6 aspek, yaitu: *daily-life disturbance*, *positive anticipation*, *withdrawal*, *cyberspace-oriented relationship*, *overuse*, *tolerance*.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan aspek-aspek *smartphone addiction* yang digunakan adalah *disturbance of adaptive functions*, *virtual life orientation*, *withdrawal*, *tolerance*

### **C. Academic Stress**

#### **1. Pengertian Stress**

Stress adalah suatu kondisi adanya tekanan fisik dan psikis akibat adanya tuntutan dalam diri dan lingkungan (Rathus & Nevid, 2002). Pernyataan tersebut berarti bahwa seseorang dapat dikatakan mengalami stres, ketika seseorang tersebut mengalami suatu kondisi adanya tekanan dalam diri akibat tuntutan-tuntutan yang berasal dari dalam diri dan lingkungan. Stres tidak selalu berdampak negative pada diri individu, tetapi stres dapat berdampak positif. Stres yang berdampak negatif disebut dengan distress dan stres yang berdampak positif disebut eustress.

Adanya perbedaan dampak stres pada diri individu disebabkan oleh adanya perbedaan karakteristik masing-masing individu. Perbedaan karakteristik tersebut akan menentukan respon individu terhadap stimulus yang menjadi sumber stres, sehingga respon setiap individu akan berbeda-beda walaupun stimulus yang menjadi sumber stresnya sama (Gunawati dkk., 2010).

Stres merupakan masalah umum yang terjadi dalam kehidupan umat manusia. Kupriyanov & Zhdanov (2014) menyatakan bahwa stres yang ada saat ini adalah sebuah atribut kehidupan modern. Hal ini dikarenakan stres sudah menjadi bagian hidup yang tidak bisa terelakkan. Baik di lingkungan sekolah, kerja, keluarga, atau dimanapun, stres bisa dialami oleh seseorang.

Stres juga bisa menimpa siapapun termasuk anak-anak, remaja, dewasa, atau yang sudah lanjut usia. Dengan kata lain, stres pasti terjadi pada



siapapun dan dimanapun. Yang menjadi masalah adalah apabila jumlah stres itu begitu banyak dialami seseorang. Dampaknya adalah stres itu membahayakan kondisi fisik dan mentalnya. Lin dan Huang (2014) menyatakan bahwa stres yang jumlahnya begitu banyak bisa membahayakan kepada setiap orang, termasuk siswa.

Berdasarkan beberapa teori diatas, disimpulkan bahwa stress adalah suatu kondisi adanya tekanan fisik dan psikis akibat adanya tuntutan dalam diri dan lingkungan yang berdampak membahayakan kondisi fisik dan mental.

## 2. Pengertian *Academic Stress*

Sinaga dkk, (dalam Barseli & Ifdil, 2017) mengatakan stres yang terjadi di lingkungan sekolah atau pendidikan biasanya disebut dengan *academic stress*. Sun dkk, (2011) mendefinisikan *academic stress* sebagai tekanan yang siswa rasakan disekolah karena tuntutan berbagai macam tugas yang harus diselesaikan namun tidak sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya.

Desmita (dalam Barseli & Ifdil, 2017) menyatakan “*academic stress* adalah stres yang disebabkan oleh *academic stressor*”. *Academic stressor* adalah stres yang dialami siswa yang bersumber dari proses pembelajaran atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar seperti: tekanan untuk naik kelas, lama belajar, mencontek, banyak tugas, mendapat nilai ulangan, keputusan menentukan jurusan atau karier serta kecemasan ujian dan manajemen stress.

Menurut Ang & Huan (2006) *academic stress* merupakan kontributor yang signifikan untuk berbagai gangguan mental dan perilaku, seperti depresi, kecemasan, dan perilaku bunuh diri. Campbell & Svenson (dalam Yumba, 2008) mengatakan kesehatan siswa dan prestasi akademik dapat terpengaruh secara negatif karena tingkat stres yang lebih tinggi. Zeidner (dalam Yumba, 2008) menambahkan bahwa tingkat stres yang dialami dipengaruhi oleh sumber daya yang tersedia bagi orang tersebut untuk menghadapi peristiwa dan situasi stres tertentu.

Govarest & Gregoire (2004) mengatakan *academic stress* merupakan suatu kondisi atau keadaan individu yang mengalami tekanan sebagai hasil persepsi dan penilaian siswa tentang *stressor academic*, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan. Hicks & Heastie (2008) menyatakan bahwa dalam kehidupannya, siswa rentan sekali mengalami *academic stress*, disinyalir karena dampak tuntutan dari rutinitas belajar dalam dunia sekolah, tuntutan untuk berpikir lebih tinggi dan kritis, kehidupan yang mandiri, serta berperan serta dalam kehidupan sosial bermasyarakat.

Carveth (dalam Azmy dkk, 2017) menjelaskan bahwa *academic stress* atau *academic stressor* bersumber dari proses belajar mengajar yang mempengaruhi proses berpikir, fisik, emosi dan perilaku yang timbulkan. Kondisi ini terjadi karena adanya beberapa hal yang timbul khususnya pada siswa berbakat harga diri yang rendah, perfeksionis, kepekaan yang berlebihan (*supersensitivity*), kurangnya keterampilan sosial, dukungan social yang rendah, isolasi sosial, harapan yang tidak realistis dan tidak tersedianya pelayanan pendidikan yang sesuai (Munandar, 2002).

Alvin (dalam Barseli & Ifdil, 2017) *academic stress* adalah tekanan-tekanan yang terjadi di dalam diri siswa yang disebabkan oleh persaingan maupun tuntutan akademik. Selanjutnya Menurut Thurson (dalam Barseli & Ifdil, 2017) *academic stress* dapat disebabkan oleh materi pelajaran yang sulit bagi siswa, sehingga siswa muncul rasa takut terhadap guru yang mengajar. Siswa yang tingkat *risiliensi* (kemampuan untuk beradaptasi) terhadap stresnya baik dapat memiliki hasil belajar yang bagus. Menurut Fimian dan Cross (dalam Qurrotu, 2019) di samping keluarga, sekolah merupakan sumber stres yang utama bagi siswa, hal itu disebabkan karena siswa banyak menghabiskan waktunya di sekolah.

Berdasarkan beberapa definisi diatas, disimpulkan bahwa *academic stress* adalah tekanan akibat persepsi subjektif terhadap suatu kondisi akademik. Tekanan ini melahirkan respon yang dialami siswa berupa reaksi fisik, perilaku, pikiran, dan emosi yang negatif yang muncul akibat adanya tuntutan sekolah atau akademik.

### **3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Academic Stress***

Menurut Puspitasari (dalam Barseli & Ifdil, 2017) ada beberapa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *academic stress*, yaitu:

#### **1. Faktor internal yang mengakibatkan stres akademik**

##### **1.1 Pola pikir**

Individu yang berpikir tidak dapat mengendalikan situasi, cenderung mengalami stres lebih besar. Semakin besar kendali bahwa ia dapat

melakukan sesuatu, semakin kecil kemungkinan stres yang akan dialami siswa.

## 1.2 Kepribadian

Kepribadian seorang siswa dapat menentukan tingkat toleransinya terhadap stres. Tingkat stres siswa yang optimis biasanya lebih kecil dibandingkan siswa yang sifatnya pesimis.

## 1.3 Keyakinan

Penyebab internal selanjutnya yang turut menentukan tingkat stres siswa adalah keyakinan atau pemikiran terhadap diri. Keyakinan terhadap diri memainkan peranan penting dalam menginterpretasikan situasi-situasi di sekitar individu. Penilaian yang diyakini siswa dapat mengubah pola pikirnya terhadap suatu hal bahkan dalam jangka panjang dapat membawa stres secara psikologis.

## 2. Faktor Eksternal Yang Mengakibatkan Stres Akademik

### 2.1 Pelajaran Lebih Padat

Kurikulum dalam sistem pendidikan standarnya semakin tinggi. akibatnya persaingan semakin ketat, waktu belajar bertambah, dan beban siswa semakin meningkat. Walaupun beberapa alasan tersebut penting bagi perkembangan pendidikan dalam negara, tetapi tidak dapat menutup mata bahwa hal tersebut menjadikan tingkat stres yang dihadapi siswa meningkat.



## 2.2 Tekanan Untuk Berprestasi Tinggi

Para siswa sangat ditekan untuk berprestasi dengan baik dalam ujian-ujian mereka. tekanan ini terutama datang dari orangtua, keluarga, guru, tetangga, teman sebaya, dan diri sendiri.

## 2.3 Dorongan Status Sosial

Pendidikan selalu menjadi simbol status sosial. orang-orang dengan kualifikasi akademik tinggi akan dihormati masyarakat dan yang tidak berpendidikan tinggi akan dipandang rendah. Siswa yang berhasil secara akademik sangat disukai, dikenal, dan dipuji oleh masyarakat. sebaliknya, siswa yang tidak berprestasi di sekolah disebut lambat, malas atau sulit. Mereka dianggap sebagai pembuat masalah, cenderung ditolak oleh guru, dimarahi orangtua, dan diabaikan teman-teman sebayanya.

## 2.4 Orangtua Saling Berlomba

Pada kalangan orangtua yang lebih terdidik dan kaya informasi, persaingan untuk menghasilkan anak-anak yang memiliki kemampuan dalam berbagai aspek juga lebih keras. Seiring dengan perkembangan pusatpusat pendidikan informal, berbagai macam program tambahan, kelas seni rupa, musik, balet, dan drama yang juga menimbulkan persaingan siswa terpandai, terampil, dan serba bisa.

Menurut Taylor (2003) mengungkapkan bahwa faktor-faktor *academic stress* yaitu:

#### **A. Faktor Eksternal**

1. Waktu dan uang, merupakan sumber daya yang dimiliki individu yang dapat mempengaruhi cara seseorang menghadapi stressor.
2. Pendidikan, latar belakang pendidikan berpengaruh terhadap individu dalam menghadapi kondisi stress.
3. Standar hidup, standar yang diterapkan pada masing-masing individu berbeda antara satu dengan lainnya, hal ini berpengaruh pada seseorang menghadapi keadaan penuh stress.
4. Dukungan sosial, merupakan kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain dengan adanya orang-orang disekitar akan membantu orang-orang tersebut menemukan alternatif cara  *coping* dalam menghadapi stressor.
5. Stressor dalam kehidupan termasuk peristiwa besar dalam kehidupan dan masalah sehari-hari, merupakan keadaan yang dapat mempengaruhi cara seseorang menghadapi kondisi stress.

#### **B. Faktor internal yaitu, kepribadian yang meliputi**

1. Afek, afek negative dapat mempengaruhi kondisi stress dan kesakitan.
2. kepribadian *hardiness* (kepribadian tahan banting), meliputi komitmen terhadap diri sendiri, kepercayaan bahwa dirinya dapat mengontrol apa yang terjadi dalam kehidupan serta kemampuan untuk mengubah dan mengkonformasi dengan aktifitas baru.

3. Optimisme, dapat membuat seseorang lebih efektif dalam menghadapi kondisi yang stressful serta dapat menurunkan resiko dan kesakitan.
4. Control psikologi, perasaan seseorang dapat mengontrol kondisi yang stressful serta membantu dalam menghadapi stress secara lebih efektif.
5. Harga diri, dapat menjadi moderator antara stress dan kesakitan.
6. Strategi *coping* atau strategi mengatasi stress berarti mengelola situasi yang berat, menguatkan usaha untuk mengatasi permasalahan hidup dan mencari cara untuk mengatasi atau mengurangi tingkat stress.

Berdasarkan beberapa penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *academic stress* yaitu faktor internal yang meliputi pola pikir, kepribadian, dan keyakinan, sedangkan faktor eksternal yang terdiri dari tekanan untuk berprestasi tinggi, dukungan sosial.

#### 4. Aspek-Aspek *Academic Stress*

Menurut Sun dkk, (2011), *academic stress* dapat dilihat dari lima aspek yaitu:

1. Tekanan belajar (*pressure for study*), berkaitan dengan tekanan yang dialami individu ketika sedang belajar di sekolah dan di rumah. Tekanan yang dialami oleh individu dapat berasal dari orang tua, teman sekolah, ujian di sekolah serta jenjang pendidikan yang lebih tinggi.
2. Beban tugas (*workload*), berkaitan dengan tugas yang harus dikerjakan oleh individu di sekolah. Beban yang dialami individu berupa pekerjaan rumah (pr), tugas di sekolah dan ujian atau ulangan.

3. Kekhawatiran terhadap nilai (*worry about grades*), aspek intelektual berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memperoleh ilmu pengetahuan baru. Aspek ini juga berkaitan dengan proses kognitif individu. Individu yang sedang mengalami stres akademik akan sulit untuk berkonsentrasi, mudah lupa dan terdapat penurunan kualitas kerja.
4. Ekspektasi diri (*self-expectation*), berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memiliki harapan atau ekspektasi terhadap dirinya sendiri. Seseorang yang memiliki *academic stress* akan memiliki ekspektasi yang rendah terhadap dirinya sendiri seperti merasa selalu gagal dalam nilai akademik dan merasa selalu mengecewakan orang tua dan guru apabila nilai akademis tidak sesuai dengan yang diinginkan.
5. Keputusasaan (*despondency*), berkaitan dengan respon emosional seseorang ketika ia merasa tidak mampu mencapai target atau tujuan dalam hidupnya. Individu yang mengalami *academic stress* akan merasa bahwa dia tidak mampu memahami pelajaran serta mengerjakan tugas-tugas di sekolah.

Sementara itu, Menurut Ang Dan Huan (2006) terdapat dua aspek *academic stress* yaitu ekspektasi orangtua/guru dan ekspektasi diri.

1. Siswa sering mendapat tekanan dari orangtua dan guru untuk mencapai dan mempertahankan prestasi akademik semaksimal mungkin.



2. Siswa mengalami tekanan internal karena memiliki motivasi diri yang kuat untuk dapat selalu unggul dalam akademik.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan aspek-aspek *academic stress* adalah tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai, ekspektasi diri, dan keputusan.

#### **D. Hubungan antara *academic stress* dengan *smartphone addiction* pada siswa kelas XI SMAN 3 Medan**

Stres merupakan masalah umum yang terjadi dalam kehidupan umat manusia. Kupriyanov dan Zhdanov (2014) menyatakan bahwa stres yang ada saat ini adalah sebuah atribut kehidupan modern. Hal ini dikarenakan stres sudah menjadi bagian hidup yang tidak bisa terelakkan. Baik di lingkungan sekolah, kerja, keluarga, atau dimanapun, stres bisa dialami oleh seseorang.

Fimian dan Cross (dalam Qurrotu, 2019) disamping keluarga, sekolah merupakan sumber stress yang utama bagi siswa, hal itu disebabkan karena siswa banyak menghabiskan waktunya disekolah. Sinaga dkk, (dalam Barseli & Ifdil, 2017) mengatakan stres yang terjadi di lingkungan sekolah atau pendidikan biasanya disebut dengan *academic stress*. Sun dkk, (2011) mendefinisikan *academic stress* sebagai tekanan yang siswa rasakan disekolah karena tuntutan berbagai macam tugas yang harus diselesaikan namun tidak sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya.

Thurson (dalam Barseli & Ifdil, 2017) mengatakan *academic stress* dapat disebabkan oleh materi pelajaran yang sulit bagi siswa, sehingga muncul rasa takut siswa terhadap guru yang mengajar. Perubahan tuntutan belajar

dari masa ke masa juga menyebabkan munculnya gejala stress. Kondisi ini antara lain disebabkan oleh tuntutan yang tinggi terhadap prestasi siswa (Taufik & Ifdil, 2013).

Individu yang mengalami stress akan menunjukkan gejala emosional dan fisik (Inayatillah, V., 2015). Siswa yang mengalami *academic stress* secara emosional ditandai dengan, gelisah atau cemas, sedih atau depresi karena tuntutan akademik, dan merasa harga dirinya menurun atau merasa tidak mampu untuk melaksanakan tuntutan dari pendidikan atau akademik (Barseli & Ifdil, 2017). Sedangkan siswa yang mengalami *academic stress* secara fisik ditandai dengan, sakit kepala, pusing, tidur tidak teratur, susah tidur, sakit punggung, mencret, lelah atau kehilangan energi untuk belajar (Barseli & Ifdil, 2017).

Stres dibidang akademik pada siswa muncul ketika harapan untuk meraih prestasi akademik meningkat, baik itu dari orang tua, guru ataupun teman sebaya. Harapan tersebut seringkali tidak sesuai dengan kemampuan yang mereka miliki (Shahmohammadi, 2011). Seseorang yang mengalami situasi atau kondisi yang menimbulkan stres, secara alamiah akan berusaha untuk mengatasinya dengan menggunakan sejumlah perilaku tertentu, salah satunya adalah dengan penggunaan *smartphone* (Waskitha, 2017).

Penggunaan *smartphone* yang dilakukan oleh siswa merupakan salah satu bentuk dari pengalihan stress yang muncul akibat *stressor* yang berasal dari kehidupan akademiknya. Gowthami dan Kumar (2016) mengatakan bahwa *smartphone* merupakan ponsel dengan fitur dan fungsi yang sangat canggih

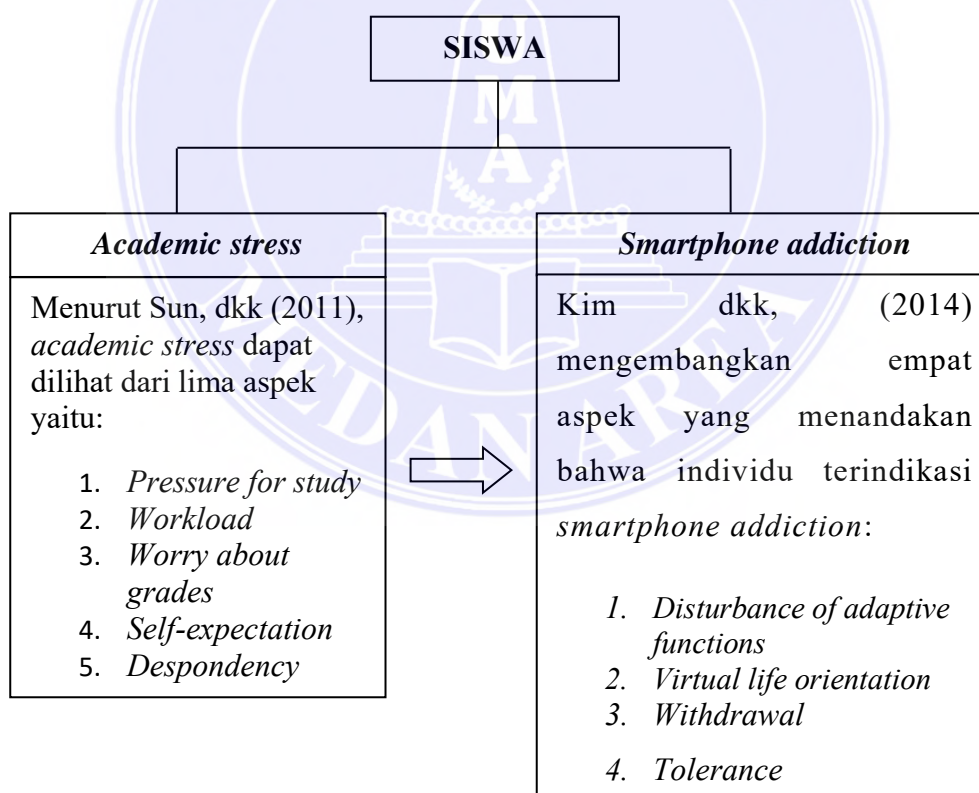
seperti membuat panggilan telepon dan mengirim pesan teks, *smartphone* dilengkapi dengan kemampuan yang beragam seperti untuk menampilkan foto, bermain game, memutar video, kamera, pemutar audio, rekaman, mengirim atau menerima *e-mail*, aplikasi untuk situs *website* sosial dan menjelajahi internet dan banyak lagi.

Kwon dkk, (2013) menyebutkan bahwa istilah *smartphone addictions* adalah sebagai perilaku keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri, dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang. Aljomaa dkk, (2016) mengungkapkan bahwa remaja yang menghabiskan waktu menggunakan *smartphone* lebih dari 4 jam sehari dapat meningkatkan kecenderungan mengalami *smartphone addiction*. Torrecillas (dalam Aljomaa dkk, 2016) juga menemukan bahwa 40% remaja dan orang dewasa menggunakan *smartphone* selama lebih dari 4 jam sehari hanya untuk melakukan panggilan, mengirim serta menerima pesan.

Chiu (2014) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa adanya gangguan *smartphone addiction* adalah sebagai salah satu alasan untuk pengalihan rasa stress pada diri seorang individu dikalangan remaja, dan tidak adanya kontrol diri yang kuat terhadap pemakaian *smartphone* sehingga sebagai awal mula terjadinya ketergantungan akan alat komunikasi tersebut.

Berdasarkan uraian diatas jelas adanya hubungan antara *academic stress* dengan *smartphone addiction*. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Chiu (2014) yang menemukan adanya hubungan positif dan signifikan antara variabel *life stress* pada variabel *smartphone addiction*. Penelitian yang telah dilaksanakan oleh Chiu (2014) menyebutkan bahwa *life stress* terjadi pada kehidupan siswa, sehingga siswa menggunakan *smartphone* sebagai pelarian rasa stress tersebut. Karena adanya penggunaan dari *smartphone* yang tidak terkontrol membuat siswa menjadi ketergantungan terhadap *smartphone* (*smartphone addiction*).

#### E. Kerangka Konseptual





## F. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan positif antara *academic stress* dengan *smartphone addiction*, dengan asumsi semakin tinggi *academic stress* maka semakin tinggi *smartphone addiction*, sebaliknya semakin rendah *academic stress* maka semakin rendah *smartphone addiction* pada siswa.



## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

Salah satu unsur yang paling penting dalam suatu penelitian adalah metode yang akan digunakan. Dalam bab ini akan diuraikan pokok-pokok bahasan sebagai berikut: tipe penelitian, identifikasi variabel penelitian, definisi operasional penelitian, subjek penelitian, teknik pengumpulan data, dan analisis data

#### A. Tipe Penelitian

Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistic, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang ditetapkan Sugiyono (2011).

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Adapun variable-variable yang digunakan dalam penelitian ini, terdiri dari variable-variable berikut, diantaranya adalah:

1. Variable Bebas ( X ) : *Academic Stress*
2. Variable Terikat ( Y ) : *Smartphone Addiction*

### C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional variabel penelitian dimaksudkan agar pengukuran variabel penelitian dapat terarah sesuai dengan metodologi pengukuran yang dipersiapkan, adapun definisi operasional variabel penelitian ini adalah :

#### 1. *Academic Stress*

*Academic stress* merupakan suatu kondisi atau keadaan individu yang mengalami tekanan sebagai hasil persepsi dan penilaian siswa tentang *stressor academic*, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan. Untuk mengukur *academic stress* digunakan skala *academic stress* yang diadaptasi dari *educational stress scale for adolescent* (ESSA) yang disusun oleh Sun dkk, (2011). Skala ini terdiri dari lima aspek, yaitu *pressure for study* (tekanan belajar), *workload* (beban tugas), *worry about grades* (kekhawatiran terhadap nilai), *self-expectation stress* (ekspektasi diri), dan *despondency* (keputusasaan).

#### 2. *Smartphone Addiction*

*Smartphone addictions* adalah sebagai perilaku keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri, dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang. *Smartphone addiction* dapat diukur melalui skala *smartphone addiction* diadaptasi dari *smartphone addiction proneness scale* (SAPS) *for youth* yang disusun oleh Kim, dkk (2014). Skala ini terdiri dari *disturbance of adaptive*

*function* (gangguan fungsi adaptif), *virtual life orientation* (orientasi hidup secara virtual), *withdrawal* (penarikan), *tolerance* (toleransi).

## D. Subjek Penelitian

### 1. Populasi

Menurut Sugiyono (2012) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan pada pendapat diatas, maka yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah 140 siswa kelas XI di SMAN 3 Medan yang mengalami *smartphone addiction*.

**Table 3.1**  
**Data jumlah siswa kelas XI SMAN 3 Medan**

Kelas 11	Jumlah Kelas	Jumlah Siswa Perkelas	Jumlah Keseluruhan
Mia	10 Kelas	33 Siswa	330
Is	2 Kelas	36 Siswa	72
Jumlah			402

### 2. Sampel

Menurut Sugiono (2013), sampel adalah bagian dari populasi yang diambil melalui cara-cara tertentu yang juga memiliki karakteristik tertentu. Dalam penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 140 siswa yang mengalami *smartphone addiction*.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik *total sampling*. Menurut Sugiyono (2009) *total sampling* adalah dimana jumlah sampel sama dengan populasi.



Sebelum menentukan sampel dalam penelitian ini, peneliti melakukan teknik *screening tes* berdasarkan lamanya penggunaan *smartphone* pada siswa yaitu lebih dari 4 jam perhari. Teknik dengan menggunakan *screening tes* dilakukan agar peneliti dapat menentukan sampel yang benar-benar memiliki kecenderungan *smartphone addiction*, agar data yang dihasilkan dapat lebih baik dan sesuai dengan ciri-ciri sampel yang sudah peneliti tentukan.

Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan *google form* kepada 402 siswa yang berisikan identitas siswa/i dan lamanya penggunaan *smartphone*. Kemudian siswa yang merespon atau skala yang kembali kepada peneliti sebanyak 200 siswa dengan 185 siswa yang memiliki kecenderungan *smartphone addiction* dan 15 siswa lainnya tidak memiliki kecenderungan *smartphone addiction* berdasarkan lamanya penggunaan *smartphone*. Kemudian diambil 45 siswa dari 185 siswa secara random untuk dilakukan uji try out skala dan 140 orang lainnya digunakan sebagai sampel penelitian yang sesuai dengan ciri-ciri penggunaan *smartphone* lebih dari 4 jam perhari.

**Table 3. 2**  
**Data Jumlah Sampel**

Kelas	Jenis Kelamin		Total
	Laki-Laki	Perempuan	
Mia 1	7 Siswa	4 Siswa	11 Siswa
Mia 2	8 Siswa	3 Siswa	11 Siswa
Mia 3	10 Siswa	3 Siswa	13 Siswa
Mia 4	7 Siswa	4 Siswa	11 Siswa
Mia 5	2 Siswa	9 Siswa	11 Siswa
Mia 6	7 Siswa	5 Siswa	12 Siswa
Mia 7	6 Siswa	6 Siswa	12 Siswa
Mia 8	6 Siswa	8 Siswa	14 Siswa
Mia 9	6 Siswa	5 Siswa	11 Siswa
Mia 10	7 Siswa	4 Siswa	11 Siswa
Is 1	6 Siswa	6 Siswa	12 Siswa
Is 2	4 Siswa	7 Siswa	11 Siswa
Jumlah			140 Siswa

#### E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam sebuah penelitian memiliki tujuan untuk mengungkap fakta mengenai variable yang akan diteliti. Teknik pengumpulan data yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Arikunto (2001) mengatakan bahwa skala adalah sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan dalam memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan atau hal-hal yang diketahuinya.

Dalam penelitian ini terdapat dua skala ukur yaitu skala *academic stress* dan skala *smartphone addiction*.

##### 1. Skala *Academic Stress*

Variable *academic stress* dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *educational stress scale for adolescents* yang diadaptasi

dari teori Sun (2011). Skala ini digunakan untuk mengukur tingkat *academic stress* pada remaja. Essa terdiri atas lima aspek, yakni *pressure from study*, *workload*, *worry about grades*, *self-expectation stress*, dan *despondency*. Alat ukur essa pada awalnya terdiri atas 30 item, lalu setelah dilakukan analisis psikometri, terdapat 14 item yang gugur sehingga menyisakan 16 item sebagai total akhir item.

Pada kuesioner alat ukur essa ini menggunakan skala tipe likert, dimana responden akan dihadapkan dengan 4 pilihan jawaban, yaitu 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (setuju), 4 (sangat setuju) dengan skor yang lebih tinggi menunjukkan stres yang lebih besar

## 2. Skala *Smartphone Addiction*

Variabel *smartphone addiction* dalam penelitian ini diukur menggunakan skala *smartphone addiction* diadaptasi dari *smartphone addiction proneness scale (SAPS) for youth* yang disusun oleh Kim dkk, (2014). Aspek-spek yang diukur dalam skala *smartphone addiction* yaitu: *disturbance of adaptive functions*, *virtual life orientation*, *withdrawal*, dan *tolerance*.

Skala ini tersusun dari 15 aitem serta menggunakan metode skala likert dengan 4 pilihan jawaban. Butir pernyataan dalam skala *smartphone addiction* ini terdiri dari butir *favourable* dan *unfavourable*. Pemberian skor bergerak dari 4 sampai 1 untuk aitem *favourable* dan sebaliknya untuk aitem *unfavourable*. Pemberian skor pada aitem *favourable* adalah sangat sesuai (ss) = 4, sesuai (s) = 3, tidak sesuai (ts) = 2, sangat tidak sesuai (sts) =

1. Sementara pemberian skor pada aitem *unfavorable* adalah sangat sesuai (ss) = 1, sesuai (s) = 2, tidak sesuai (ts) = 3, sangat tidak sesuai (sts) = 4.

## F. Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur

### 1. Validitas

Suatu alat ukur dinyatakan sah jika alat ukur tersebut mampu mengukur apa saja yang hendak diukurnya, mampu mengungkapkan apa yang hendak diungkapkan, atau dengan kata lain memiliki ketetapan dan kecermatan dalam melakukan fungsi ukurnya (Azwar, 2007). Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur adalah teknik korelasi *product moment* dari Karl Pearson, dengan formulanya sebagai berikut (Sugiyono, 2013).

$$R_{xy} = \frac{N(\sum Xy) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

$R_{xy}$  = Koefisien Validitas

X = Skor Untuk Pernyataan Yang Dipilih

Y = Skor Total Yang Diperoleh Dari Seluruh Aitem

N = Jumlah Subjek

Agar memperoleh nilai yang signifikan, maka dilakukan uji Korelasi dengan membandingkan  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$ . rumus uji t Yang dilakukan sebagai berikut:

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}} ; db = n - 2$$

Keputusan pengujian validitas aitem responden adalah sebagai berikut:

1. Nilai  $r_{hitung}$  dibandingkan dengan  $r_{tabel}$  dengan  $dk = n - 2$  dan taraf signifikansi sebesar 5%
2. Aitem pernyataan yang diteliti dikatakan valid jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$
3. Aitem pernyataan yang diteliti dikatakan tidak valid jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$

Pengujian validitas instrumen dalam penelitian ini dilakukan pada setiap aitem pernyataan.

## 2. Reliabilitas

Azwar (2007) menyatakan bahwa reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *rely* dan *ability*. Konsep reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2007). Dalam penelitian ini reliabilitas dihitung dengan menggunakan teknik analisis reliabilitas dengan formula *alpha* dari cronbach, dengan rumus:

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{k-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum S}{St} \right]$$

Keterangan:

$r_{11}$	= Nilai Reliabilitas
K	= Jumlah Aitem
$\sum S$	= Jumlah Varians Skor Tiap-Tiap Aitem
St	= Varians Total



Jumlah varians butir dapat dicari dengan rumus sebagai berikut:

$$\sum S = \frac{\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N}}{N}$$

Keterangan:

$\sum S$  = Jumlah Varians Skor Tiap-Tiap Aitem

$\sum x$  = Jumlah Skor

$N$  = Jumlah Responden

Keputusan reliabilitas instrumen sebagai berikut:

1. Instrumen dikatakan reliabel jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$
2. Instrumen dikatakan tidak reliabel jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$

## G. Teknik Analisis Data

Data yang sudah terkumpul akan dianalisis secara statistik dengan menggunakan teknik *product moment*. Alasan peneliti menggunakan analisis *product moment* dalam menganalisis data karena dalam penelitian terdapat satu variabel yang ingin dilihat hubungannya dengan satu variabel tergantung.

Adapun rumus *product moment* adalah sebagai berikut:

$$R_{xy} = \frac{\sum Xy - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{N}}{\sqrt{\left[ (\sum X^2) - \frac{(\sum X)^2}{N} \right] \left[ (\sum Y^2) - \frac{(\sum Y)^2}{N} \right]}}$$

Keterangan:

$R_{xy}$  = Koefisien korelasi antara variabel X (skor subjek tiap aitem) dengan variabel Y (total skor subjek dari keseluruhan item) antara variabel X dengan variabel Y

$\sum XY$  = Jumlah hasil perkalian antara variabel X dengan variabel Y

$\sum X$  = Jumlah skor keseluruhan butir tiap subjek

$\sum Y$  = Jumlah skor total tiap subjek

$\sum X^2$  = Jumlah kuadrat skor X

$\sum Y^2$  = Jumlah kuadrat skor Y

$N$  = Jumlah subjek

Sebelum dilakukan analisis data dengan teknik analisis *product moment*, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi:

1. Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
2. Uji linieritas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel tergantung.



## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini, maka kesimpulan yang dapat diambil adalah sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil dari analisis dengan metode analisis korelasi *r product moment*, diketahui bahwa ada hubungan positif antara *academic stress* dengan *smartphone addiction*, dimana  $r_{xy} = 0,764$  dengan signifikansi  $p = 0,000 < 0,050$ . Artinya hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif antara *academic stress* dengan *smartphone addiction*. Dengan asumsi semakin tinggi *academic stress* maka semakin tinggi *smartphone addiction*, sebaliknya semakin rendah *academic stress* maka semakin rendah *smartphone addiction*.
2. Koefisien determinan ( $r^2$ ) dari hubungan antara variabel bebas x dengan variabel terikat y adalah sebesar  $r^2 = 0,584$  ini menunjukkan bahwa *academic stress* berkontribusi terhadap *smartphone addiction* sebesar 58,4%. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada 41,6% faktor lain yang mempengaruhi *smartphone addiction* diantaranya, *sensation seeking*, *self-esteem*, dan *self control*.
3. Berdasarkan hasil mean empirik dan mean hipotetik maka dapat disimpulkan bahwa *academic stress* yang diterima tergolong sedang dengan mean empirik 40,65 dan mean hipotetik 37,5. *Smartphone*

*addiction* yang diterima tergolong sedang dengan mean hipotetik 35 dan mean empirik sebesar 35,03.

## B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penilaian, maka berikut ini diberikan beberapa saran, antara lain :

### 1. Bagi siswa/i

Diharapkan kepada siswa/i yang mengalami *smartphone addiction* hendaknya berupaya untuk mengurangi waktu menggunakan *smartphone* dan lebih bijak dalam penggunaannya karena berdampak buruk bagi mereka. Akan lebih baik mengisi waktu luang dengan melakukan berbagai hal positif. Siswa/i juga diharapkan untuk memilih *coping stress* yang baik, sehingga pengalihan stress tidak tertuju untuk menggunakan *smartphone*, tetapi lebih kepada kegiatan yang positif dan lebih bermanfaat, seperti berolah raga, membaca buku cerita, melukis, bermain bersama kakak/adik, bermain permainan tradisional dan melakukan hobi.

### 2. Bagi orang tua

Bagi para orang tua diharapkan untuk dapat meluangkan waktu untuk anak dalam mengawasi, mengontrol kegiatan mereka dan memberi batasan-batasan tertentu terhadap anak saat menggunakan *smartphone*, agar anak memiliki rasa tanggung jawab pada tugas sekolahnya, orang tua juga diharapkan dapat memberikan perhatian yang lebih dan kasih sayang yang cukup, baik dari segi materi dan non materi. Orang tua juga diharapkan dapat menghabiskan waktu

luang bersama, melakukan hobi, menemani siswa mengerjakan tugas sekolahnya ataupun melakukan kegiatan yang disenangi bersama.

### 3. Bagi sekolah

Sekolah diharapkan untuk membuat ketentuan atau peraturan kepada siswa kapan saja para siswa dapat menggunakan *smartphone* dan memberikan sanksi yang dapat membuat siswa jera dan tidak menggunakan *smartphone* jika bukan untuk kepentingan akademik.

Hasil dari penelitian ini juga diharapkan dapat membantu pihak sekolah untuk selalu berinovasi dalam hal pembelajaran agar para siswa tidak mengalami kejenuhan pada saat belajar seperti membentuk kelompok belajar kecil, merubah suasana belajar, atau pun mengubah metode pembelajaran (terutama saat masa pandemi yang sedang terjadi saat ini, disaran kepada sekolah/guru agar lebih berinovasi dalam memberikan materi. Tidak hanya sekedar memberikan materi atau tugas yang menumpuk. Guru dapat memberikan tugas yang mengasah keterampilan para siswanya, seperti membuat kerajinan dari barang bekas lalu di tunjukkan pada saat zoom atau membuat video tutorial sesuai dengan mata pelajaran).

### 4. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi para peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor lain yang kemungkinan memiliki hubungan dengan *smartphone addiction*, seperti *sensation seeking*, *self-esteem* dan *self control*. Selain itu, diharapkan juga bagi para peneliti untuk meneliti subjek yang berbeda selain siswa SMA sehingga menambah keragaman.



## DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, D. (2016). Faktor-Faktor Resiko Kecanduan Menggunakan Smartphone Pada Siswa Di Smk Negeri 1 Kalasan Yogyakarta. *E-Journal Bimbingan Dan Konseling*. Vol.3, H.86-96.
- Aljomaa, S. S., Mohammad, M. F., Albursan, I. S., Bakhiet, S. F., & Abduljabbar, A. S. (2016). Smartphone Addiction Among University Students In The Light Of Some Variables. *Computers In Human Behavior*, 61, 155–164.
- Ang, R. P., & Huan, V. S. (2006). Academic Expectations Stress Inventory: Development, Factor Analysis, Reliability, And Validity. *Educational And Psychological Measurement*, 66(3), 522–539.
- Arikunto, Suharsini. (2000). Manajemen Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta
- Asmurti, A., Unde, A. A., & Rahamma, T. (2018). Dampak Penggunaan Smartphone Di Lingkungan Sekolah Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Kareba : Jurnal Ilmu Komunikasi*, 6(2), 225.
- Azmy, A. N., Nurihsan, A. J., Eka, D., & Yudha, S. (2017). *Deskripsi Gejala Stress Akademik Dan Kecenderungan Pilihan Strategi Koping Siswa Berbakat Deskripsi Gejala Stres Akademik Dan Kecenderungan Pilihan Strategi Koping Siswa Berbakat*. 197–208.
- Azwar,S. (2007). *Reliabilitas Dan Validitas*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Barseli, M., & Ifdil, I. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148.
- Bian, M., & Leung, L. (2015). Linking Loneliness, Shyness, Smartphone Addiction Symptoms, And Patterns Of Smartphone Use To Social Capital. *Social Science Computer Review*, 33(1), 61–79.
- 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).
- Chiu, Shao-I. (2014). The Relationship Between Life Stress And Smartphone Addiction On Taiwanese University Student: A Meditation Model Of Learning Self Efficacy And Social Efficacy. *Computers In Human Behavior*, 34, (2014) 49-57.
- Devita, M. Y. (2018). Accademic Stress Relationship on the Use of Smartphone in Nursing S1 Students. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 9 nomor 2, 93–100.
- Govaerst, S. & Gregoire, J. (2004). Stressful Academic Situations: Study On Appraisal Variables In Adolescence. *British Journal Of Clinical Psychology*.

- Gowthami, S., & Kumar, S.V. (2016). *Impact Of Smartphone: A Pilot Study On Positive And Negative Effects. International Journal Of Scientific Engineering And Applied Science (Ijseas)*, 2(3), 473-478
- Gunawati, R., Hartati, S., & Listiara, A. (2010). *Hubungan Antara Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi Dengan Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*. 3(2), 93–115.
- Hurlock, E.B. (2004). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Alih bahasa: Istiwidayati & Soedjarwo. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Hicks, T. & Hestie, S. (2008). High School To Collage Transition: A Profile Of The Stressor, Physical And Psychological Health Issues That Effect The First Year On-Campus Collage Student. *Journal Of Diversity* 15(3):143-7.
- Inayatillah, V. (2015). *Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Kecenderungan Stres Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir (Penulisan Skripsi) Pada Mahasiswa. Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. Surabaya: Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Isviantri, C. (2018). *Hubungan Antara Stres Akademik Dan Smartphone Addiction Pada Siswa Pengguna Smartphone Yang Bersekolah Di Smk Unggulan Surabaya. Skripsi*, 2.
- Karuniawan, A., & Cahyanti, I. Y. (2013). *Hubungan Antara Academic Stress Dengan Smartphone Addiction Pada Mahasiswa Pengguna Smartphone. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya, Vol. 2-N, 2–4*.
- 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.
- Kim, D., Lee, Y., Lee, J., Nam, J. E. K., & Chung, Y. (2014). Development Of Korean Smartphone Addiction Proneness Scale For Youth. *Plos One*, 9(5), 1-8.
- Kupriyanov, R., & Zhdanov, R. (2014). The Eustress Concept: Problems And Outlooks History Of Science View Project. *World Journal Of Medical Sciences* 11, June.
- Kwon, Lee Hoodkk. (2013). Psychological Risk Factors Of Addiction To Social Net Working Sites Among Chinese Smartphone Users. *Journal Of Behavioral Addictions Volume 3. No 02 Mei 2013 Pp 160-166*.
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The Smartphone Addiction Scale: Development And Validation Of A Short Version For Adolescents. *Plos One*, 8(12).
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. 2013. Development And Validation Of

- A Smartpone Addiction Scale (Sas). *Journal Open Acces Freely Available Online*.
- Lee, Changho., & Lee, Sook-Jung. (2017). Prevalence And Predictions Of Smartphone Addiction Proneness Among Korean Adolescents. *Children And Youth Services Review*. 77, 10-17. Doi: 10.1016/ J.Childyouth.2017.04.002.
- Leung, L. (2007). Linking Psychological Attributes To Addiction And Improper Use Of The Mobile Phone Among Adolescents In Hong Kong. *Journal Of Children And Media*, October, 139–183.
- Lin, S. H., & Huang, Y. C. (2014). Life Stress And Academic Burnout. *Active Learning In Higher Education*, 15(1), Pp. 77 –90.
- Mulyana, S., & Afriani, A. (2018). Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Smartphone Addiction Pada Remaja SMA Di Kota Banda Aceh. *Journal Psikogenesis*, 5(2), 102.
- Munandar, Utami. (2004). *Mengembangkan Bakat Dan Kreatifitas Anak Sekolah* : Jakarta: Gramedia.
- Mustika, M., Hasmayni, B., & Sani, Z. N. (2021). The Relationship between Self Efficacies to Academic Cheating in Madrasah Aliyah Islamiyah Sunggal. *Budapest International Research and Critics Institute (BIRCI-Journal): Humanities and Social Sciences*, 4(2), 2800–2815.
- Nakaya, A. C. (2014). *Internet And Social Media Addiction*. Sandiego, Ca: Referencepoint Press.
- Nakaya, A. C. (2014). *Other books in the Compact Research Addictions set: Gambling Addiction Heroin Addiction Sex and Pornography Addictions Synthetic Drug Addiction \*For a complete list of titles please visit*.
- Nevid, S.F, Rathus, A.S., Greene, B. 2003. *Psikologi Abnormal Edisi Kelima*, Erlangga: Jakarta.
- Nurul Utami, A., & Kurniawati, F. (2019). *Dampak negatif adiksi penggunaan smartphone terhadap aspek-aspek akademik personal remaja Annisa Nurul Utami, Farida Kurniawati Fakultas Psikologi , Universitas Indonesia the negative impacts of smartphone addiction on*. 33(1), 1–14.
- Qurrotu, Q. (2019). *Perbedaan Stres Akademik Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan Pada Sma Negeri 3 Samarinda Dan Smit Granada Samarinda*. 7(3), 622–632.
- Salehan, M., & Negahban, A. (2013). Social Networking On Smartphones: When Mobile Phones Become Addictive. *Computers In Human Behavior*, 29(6), 2632–2639.
- Shahmohammadi, N. (2011). Students’ Coping With Stress At High School Level Particularly At 11 Th & 12 Th Grade. *Procedia - Social And Behavioral Sciences*, 30, 395–401.

- Song, I., Larose, R., Eastin, M. S., & Lin, C. A. (2004). Internet gratifications and internet addiction: On the uses and abuses of new media. *Cyberpsychology and Behavior*, 7(4), 384–394.
- Sugiono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung : Alfabeta.
- (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, N.S. 2005. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosadakarya
- Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X. Yu, & Xu, A. Qiang. (2011). Educational Stress Scale For Adolescents: Development, Validity, And Reliability With Chinese Students. *Journal Of Psychoeducational Assessment*, 29(6), 534–546.
- Taufik, T., & Ifdil, I. (2013). Kondisi Stres Akademik Siswa SMA Negeri Di Kota Padang. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 1(2), 143.
- Waskitha, B. G. (2017). Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Kecanduan Smartphone Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Yumba, W. (2008). *Academic Stress : A Case Of The Undergraduate Students*.
- Yuwanto, L. (2010). *Mobile Phone Addict*. Surabaya: Putra Media Nusantara







## Skala

Nama/Inisial :

Jenis Kelamin: Laki-Laki/Perempuan

Kelas :

Usia :

### **Petunjuk Pengerjaan Kuisisioner**

1. Bacalah dan pahami setiap pernyataan dengan teliti.
2. Pilihlah (untuk semua skala):
  - Sts : jika anda “**sangat tidak setuju**” dengan pernyataan tersebut.
  - Ts : jika anda “**tidak setuju**” dengan pernyataan tersebut.
  - S : jika anda “**setuju**” dengan pernyataan tersebut.
  - Ss : jika anda “**sangat setuju**” dengan pernyataan tersebut.
3. Pilihlah salah satu alternatif pilihan jawaban yang telah disediakan.
4. Semua jawaban adalah benar, tidak ada jawaban yang salah.
5. Jawaban pernyataan pada skala ini sangat dirahasiakan.
6. Periksa kembali jawaban anda dan pastikan tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

No	Pernyataan	Sts	St	S	Ss
1	Pemikiran Tentang Masa Depan Memberi Saya Banyak Tekanan Akademis.				
2	Saya Merasa Tertekan Karena Orang Tua Saya Terlalu Mencampuri Nilai Akademik Saya.				
3	Saya Merasa Banyak Tekanan Dalam Pembelajaran Sehari-Hari.				
4	Saya Merasa Sangat Tertekan Karena Persaingan Dibidang Akademik Diantara Teman Sekelas.				
5	Saya Kesulitan Berkonsentrasi Selama Jam Pelajaran Berlangsung.				
6	Saya Merasa Terlalu Banyak Pr.				
7	Saya Merasa Guru Terlalu Sering Mengadakan Ujian Disekolah.				
8	Saya Merasa Tidak Puas Dengan Nilai Akademik Saya.				
9	Nilai Akademik Sangat Penting Untuk Masa Depan Saya Karena Dapat Menentukan Seluruh Hidup Saya.				
10	Saya Selalu Kurang Percaya Diri Dengan Nilai Akademis Saya.				
11	Saya Merasa Telah Mengecewakan Orang Tua Saya Ketika Hasil Ujian Saya Buruk.				
12	Saya Merasa Telah Mengecewakan Guru Saya Ketika Hasil Ujian Saya Tidak Memuaskan.				
13	Saya Merasa Tertekan Ketika Saya Tidak Memenuhi Standar Saya Sendiri.				
14	Ketika Saya Gagal Memenuhi Harapan Saya Sendiri, Saya Merasa Mengecewakan Diri Sendiri.				
15	Saya Sulit Untuk Tidur Ketika Tujuan Yang Saya Inginkan Tidak Dapat Terpenuhi.				

No	Pernyataan	Sts	Ts	S	St
1	Nilai Sekolah Saya Turun Karena Terlalu Sering Menggunakan <i>Smartphone</i> .				
2	Menggunakan <i>Smartphone</i> Lebih Menyenangkan Dari Pada Menghabiskan Waktu Bersama Keluarga.				
3	Saya Mencoba Mengurangi Penggunaan <i>Smartphone</i> , Tetapi Saya Gagal				
4	Saya Kesulitan Melakukan Kegiatan Yang Telah Saya Rencanakan Karena Penggunaan <i>Smartphone</i> .				
5	Bila Saya Tidak Bisa Menggunakan <i>Smartphone</i> , Saya Merasa Telah Kehilangan Seluruh Dunia.				
6	Saya Gelisah Dan Gugup Jika Tanpa <i>Smartphone</i> .				
7	Saya Mampu Mengontrol Waktu Dalam Penggunaan <i>Smartphone</i> .				
8	Saya Sering Mendapat Komentar Dari Orang Lain Karena Dianggap Menggunakan <i>Smartphone</i> Secara Berlebihan.				
9	Saya Tidak Merasa Cemas Ketika Tanpa <i>Smartphone</i> .				
10	Bahkan Ketika Saya Pikir Saya Harus Berhenti, Saya Justru Terus-Menerus Menggunakan <i>Smartphone</i>				
11	Keluarga Mengeluhkan Bahwa Saya Terlalu Sering Menggunakan <i>Smartphone</i> .				
12	<i>Smartphone</i> Tidak Mengalihkan Perhatian Saya Dari Pelajaran.				
13	Saya Panik Saat Tidak Bisa Menggunakan <i>Smartphone</i> .				
14	Saya Menghabiskan Banyak Waktu Untuk Bermain <i>Smartphone</i> Dan Hal tersebut Telah Menjadi Kebiasaan.				



**Lampiran B**

**Uji Validitas Dan Reliabilitas**

Reliability

/Variables=Aitem01 Aitem02 Aitem03 Aitem04 Aitem05 Aitem06 Aitem07 Aitem08 Aitem09  
Aitem10 Aitem11 Aitem12 Aitem13 Aitem14 Aitem15 Aitem16

/Scale('All Variables') All

/Model=Alpha

/Statistics=Descriptive Scale

/Summary=Total.

**Reliability**

Notes

Output Created		05-Apr-2021 21:28:38
Comments		
Input	Active Dataset	Dataset0
	Filter	<None>
	Weight	<None>
	Split File	<None>
Missing Value Handling	N Of Rows In Working Data File	45
	Matrix Input	
	Definition Of Missing	User-Defined Missing Values Are Treated As Missing.
Syntax	Cases Used	Statistics Are Based On All Cases With Valid Data For All Variables In The Procedure.
		Reliability
		/Variables=Aitem_1 Aitem_2 Aitem_3 Aitem_4 Aitem_5 Aitem_6 Aitem_7 Aitem_8 Aitem_9 Aitem_10 Aitem_11 Aitem_12 Aitem_13 Aitem_14 Aitem_15 Aitem_16
Resources	Processor Time	00:00:00,00
	Elapsed Time	00:00:00,01



**Scale: Academic Stress****Case Processing Summary**

		N	%
	Valid	45	100,0
Cases	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	45	100,0

A. Listwise Deletion Based On All Variables In The Procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N Of Items
.882	16

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
Aitem01	2.07	.720	45
Aitem02	2.27	.751	45
Aitem03	2.47	.944	45
Aitem04	2.18	.650	45
Aitem05	2.38	.684	45
Aitem06	2.33	.603	45
Aitem07	1.98	.690	45
Aitem08	1.84	.706	45
Aitem09	2.07	.654	45

Aitem10	2.51	.506	45
Aitem11	2.07	.654	45
Aitem12	2.16	.824	45
Aitem13	2.07	.654	45
Aitem14	2.33	.640	45
Aitem15	2.53	.625	45
Aitem16	2.62	.535	45

### Item-Total Statistics

	Scale Mean If Item Deleted	Scale Variance If Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha If Item Deleted
Aitem01	33.80	37.027	.652	.869
Aitem02	33.60	36.473	.686	.868
Aitem03	33.40	36.745	.491	.879
Aitem04	33.69	37.628	.653	.870
Aitem05	33.49	39.528	.379	.881
<b>Aitem06</b>	<b>33.53</b>	<b>41.164</b>	<b>.223</b>	<b>.886</b>
Aitem07	33.89	37.056	.681	.868
Aitem08	34.02	37.704	.583	.872
Aitem09	33.80	36.982	.735	.866
Aitem10	33.36	40.416	.402	.879
Aitem11	33.80	37.709	.638	.870
Aitem12	33.71	38.119	.438	.880
Aitem13	33.80	37.709	.638	.870
Aitem14	33.53	40.118	.337	.882

Aitem15	33.33	39.545	.422	.879
Aitem16	33.24	39.143	.572	.874

### Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N Of Items
35.87	43.255	6.577	16



Reliability

/Variables=Aitem01 Aitem02 Aitem03 Aitem04 Aitem05 Aitem06 Aitem07 Aitem08 Aitem09  
Aitem10

Aitem11 Aitem12 Aitem13 Aitem14 Aitem15

/Scale('All Variables') All

/Model=Alpha

/Statistics=Descriptive Scale

/Summary=Total.

**Reliability**

**Notes**

Output Created	05-Apr-2021 20:46:54	
Comments		
Input	Active Dataset	Dataset1
	Filter	<None>
	Weight	<None>
	Split File	<None>
	N Of Rows In Working Data File	45
	Matrix Input	
Missing Value Handling	Definition Of Missing	User-Defined Missing Values Are Treated As Missing.
	Cases Used	Statistics Are Based On All Cases With Valid Data For All Variables In The Procedure.
Syntax	Reliability	/Variables=Aitem_1 Aitem_2 Aitem_3 Aitem_4 Aitem_5 Aitem_6 Aitem_7 Aitem_8 Aitem_9 Aitem_10 Aitem_11 Aitem_12 Aitem_13 Aitem_14 Aitem_15
		/Scale('Smartphone Addiction') All
		/Model=Alpha
		/Statistics=Descriptive Scale
Resources	Processor Time	00:00:00,00
	Elapsed Time	00:00:00,01

**Scale: Smartphone Addiction****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	45	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	45	100,0

A. Listwise Deletion Based On All Variables In The Procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N Of Items
.857	15

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
Aitem01	2.98	.657	45
Aitem02	2.16	.824	45
Aitem03	2.49	.589	45
Aitem04	2.84	.737	45
Aitem05	2.49	.506	45
Aitem06	1.93	.863	45
Aitem07	2.33	.640	45
Aitem08	2.53	.625	45
Aitem09	2.02	.783	45
Aitem10	2.51	.506	45
Aitem11	2.73	.889	45



Aitem12	2.09	.668	45
Aitem13	2.58	.783	45
Aitem14	2.42	.753	45
Aitem15	2.62	.535	45

### Item-Total Statistics

	Scale Mean If Item Deleted	Scale Variance If Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha If Item Deleted
Aitem01	33.76	32.962	.457	.850
Aitem02	34.58	30.886	.575	.843
<b>Aitem03</b>	<b>34.24</b>	<b>35.280</b>	<b>.173</b>	<b>.862</b>
Aitem04	33.89	33.192	.365	.855
Aitem05	34.24	34.507	.349	.855
Aitem06	34.80	31.436	.481	.850
Aitem07	34.40	33.745	.361	.855
Aitem08	34.20	33.255	.443	.851
Aitem09	34.71	30.437	.670	.838
Aitem10	34.22	34.404	.367	.854
Aitem11	34.00	29.682	.657	.838
Aitem12	34.64	32.553	.503	.848
Aitem13	34.16	30.316	.685	.837
Aitem14	34.31	31.219	.600	.842
Aitem15	34.11	32.374	.686	.841

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N Of Items
36.73	36.836	6.069	15





No	Aitem															Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	56
2	2	1	2	1	1	3	3	1	2	1	2	2	4	2	1	28
3	3	1	3	3	2	4	4	3	3	2	3	2	3	3	4	43
4	4	2	4	2	3	3	4	2	2	2	4	3	4	4	4	47
5	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	46
6	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	47
7	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	37
8	3	2	3	3	3	2	2	4	2	4	4	4	4	4	3	47
9	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	4	3	4	4	4	44
10	3	3	3	4	3	2	3	4	2	3	4	4	4	4	4	50
11	4	2	3	3	2	2	2	2	2	3	4	3	4	4	3	43
12	4	2	3	3	2	2	2	2	2	3	4	3	4	4	3	43
13	4	2	3	3	2	2	2	2	2	3	4	3	4	4	3	43
14	3	1	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	36
15	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	43
16	4	2	4	3	2	2	3	4	3	3	3	3	2	4	4	46
17	2	1	4	3	3	4	4	4	2	1	2	2	2	1	2	35
18	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	43
19	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	41
20	2	2	4	3	2	4	3	2	2	2	4	3	3	4	2	42
21	2	2	2	3	1	3	2	3	2	4	4	3	4	4	3	42
22	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	43
23	3	2	2	3	2	2	1	3	3	3	4	3	4	4	4	43
24	4	4	3	3	2	2	2	4	4	4	4	2	4	4	4	50
25	3	2	3	4	3	4	2	3	1	4	2	2	3	4	2	42
26	1	1	1	1	1	3	2	1	4	2	4	4	4	4	4	37
27	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	37
28	2	2	3	2	2	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	40
29	4	3	2	2	2	3	3	3	2	3	4	4	2	3	2	42
30	4	2	2	3	2	3	3	4	2	4	4	4	4	4	3	48
31	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	45
32	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	56
33	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	50
34	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	4	3	45
35	2	3	3	1	1	3	4	3	1	4	2	3	3	4	4	41
36	4	3	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	3	4	54
37	3	3	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	3	4	31
38	3	2	4	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	36
39	2	3	3	2	3	1	1	1	2	2	2	3	2	2	3	32
40	2	2	4	1	3	2	1	2	2	2	1	3	1	3	2	31
41	3	2	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	51
42	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	46

43	2	3	4	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	46
44	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	1	1	3	4	3	47
45	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	51
46	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	50
47	4	2	3	3	1	1	3	4	3	4	2	2	2	4	3	41
48	2	4	3	4	4	4	3	4	1	4	2	3	3	4	4	49
49	4	3	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	3	4	54
50	2	3	2	2	3	3	2	1	2	3	2	3	2	2	3	35
51	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	36
52	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	28
53	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	41
54	2	3	4	1	2	3	1	2	1	3	1	2	1	1	2	29
55	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	40
56	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	39
57	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	31
58	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	40
59	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	31
60	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	3	2	3	3	3	26
61	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	37
62	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	19
63	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	30
64	1	1	2	1	3	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	22
65	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	2	34
66	1	2	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	50
67	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	54
68	4	4	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	43
69	2	3	2	2	3	3	2	1	2	3	2	3	2	2	3	35
70	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	36
71	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	28
72	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	41
73	2	3	4	1	2	3	1	2	1	3	1	2	1	1	2	29
74	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	40
75	3	3	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	3	4	31
76	3	2	4	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	36
77	2	3	3	2	3	1	1	1	2	2	2	3	2	2	3	32
78	2	2	4	1	3	2	1	2	2	2	1	3	1	3	2	31
79	3	2	3	3	4	1	2	1	3	2	3	4	3	3	2	39
80	2	3	3	3	4	2	3	2	2	3	3	4	3	1	4	42
81	2	3	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	38
82	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	56
83	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	50
84	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	4	3	45
85	2	3	3	1	1	3	4	3	1	4	2	3	3	4	4	41
86	4	3	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	3	4	54



87	2	3	2	2	3	3	2	1	2	3	2	3	2	2	3	35
88	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	36
89	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	28
90	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	41
91	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	56
92	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	50
93	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	4	3	45
94	2	3	3	1	1	3	4	3	1	4	2	3	3	4	4	41
95	4	3	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	3	4	54
96	3	2	4	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	36
97	2	3	3	2	3	1	1	1	2	2	2	3	2	2	3	32
98	2	2	4	1	3	2	1	2	2	2	1	3	1	3	2	31
99	3	2	3	3	4	1	2	1	3	2	3	4	3	3	2	39
100	2	3	3	3	4	2	3	2	2	3	3	4	3	1	4	42
101	2	3	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	38
102	3	3	4	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	40
103	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	37
104	2	3	2	2	3	3	2	1	2	3	2	3	2	2	3	35
105	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	36
106	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	28
107	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	41
108	2	3	4	1	2	3	1	2	1	3	1	2	1	1	2	29
109	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	40
110	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	39
111	3	3	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	3	4	31
112	3	2	4	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	36
113	2	3	3	2	3	1	1	1	2	2	2	3	2	2	3	32
114	2	2	4	1	3	2	1	2	2	2	1	3	1	3	2	31
115	3	2	3	3	4	1	2	1	3	2	3	4	3	3	2	39
116	2	3	3	3	4	2	3	2	2	3	3	4	3	1	4	42
117	2	3	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	38
118	4	4	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	48
119	4	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	43
120	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	4	2	4	2	40
121	3	2	2	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	41
122	2	4	2	2	4	2	2	3	4	3	4	4	3	3	3	45
123	3	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	2	2	43
124	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	2	43
125	3	2	2	2	3	3	3		4	4	3	3	2	2	2	38
126	2	4	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	4	2	4	42
127	3	3	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	3	2	3	43
128	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	4	3	4	4	4	44
129	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	43
130	4	2	2	3	2	3	3	4	2	4	4	4	4	4	3	48

131	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	45
132	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	56
133	2	1	2	1	1	3	3	1	2	1	2	2	4	2	1	28
134	3	1	3	3	2	4	4	3	3	2	3	2	3	3	4	43
135	4	2	4	2	3	3	4	2	2	2	4	3	4	4	4	47
136	3	2	3	3	3	2	2	4	2	4	4	4	4	4	3	47
137	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	4	3	4	4	4	44
138	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	43
139	4	2	2	3	2	3	3	4	2	4	4	4	4	4	3	48
140	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	45



No	Aitem														Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	39
2	1	1	2	1	1	2	3	1	3	2	1	3	2	2	25
3	3	1	3	4	1	1	2	1	3	4	2	4	3	3	35
4	2	3	2	1	1	2	2	3	1	1	2	3	3	3	29
5	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	41
6	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	39
7	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	35
8	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	39
9	2	2	2	3	2	2	2	1	1	3	1	2	2	3	28
10	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	35
11	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	33
12	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	33
13	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	34
14	2	2	3	2	2	2	1	1	2	3	1	2	2	3	28
15	2	2	3	1	1	1	3	1	2	2	1	2	1	2	24
16	4	1	3	1	4	4	3	4	3	3	1	4	4	3	42
17	3	2	3	2	3	3	3	1	2	4	2	3	2	2	35
18	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	38
19	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	32
20	2	2	3	1	3	3	2	2	1	2	3	2	3	3	32
21	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	19
22	3	2	2	3	1	1	3	4	2	2	3	2	3	3	34
23	4	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	32
24	2	4	3	2	4	4	2	2	2	4	1	3	3	4	40
25	1	2	2	2	2	2	2	4	2	3	3	3	1	3	32
26	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	18
27	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	30
28	3	2	3	4	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	37
29	2	1	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	3	4	31
30	3	1	4	3	2	2	2	3	3	3	4	3	2	2	37
31	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	32
32	3	2	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	38
33	3	2	2	2	4	1	3	3	2	3	4	1	3	2	35
34	3	2	2	2	3	2	2	3	1	2	3	3	2	2	32
35	3	2	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	2	32
36	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	30
37	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	3	1	2	24
38	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	31
39	2	2	3	1	1	1	2	2	2	3	2	2	1	2	26
40	3	1	3	2	1	2	2	2	1	3	1	3	1	1	26
41	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	2	49
42	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	43

43	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	41
44	3	3	4	4	4	3	3	3	1	1	3	4	3	2	41
45	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	2	2	43
46	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	2	45
47	2	3	1	1	3	4	3	4	2	2	2	4	3	2	36
48	2	4	4	4	3	4	1	4	2	3	3	4	1	2	41
49	2	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	3	2	2	45
50	2	2	3	3	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	31
51	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	33
52	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	25
53	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	1	1	35
54	3	1	2	3	1	2	1	3	1	2	1	1	3	2	26
55	4	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	38
56	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	35
57	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	31
58	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	3	2	2	35
59	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	29
60	3	1	1	2	1	1	1	2	3	2	3	3	4	3	30
61	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	32
62	3	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	3	2	22
63	4	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	32
64	3	1	3	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	23
65	3	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	3	2	32
66	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	2	48
67	2	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	47
68	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	1	2	33
69	2	2	3	3	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	31
70	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	33
71	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	4	3	30
72	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	1	35
73	3	1	2	3	1	2	1	3	1	2	1	1	3	2	26
74	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	35
75	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	3	2	2	25
76	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	30
77	3	2	3	1	1	1	2	2	2	3	2	2	1	1	26
78	3	1	3	2	1	2	2	2	1	3	1	3	3	2	29
79	4	3	4	1	2	1	3	2	3	4	3	3	3	2	38
80	3	3	4	2	3	2	2	3	3	4	3	1	2	2	37
81	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	34
82	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	2	2	47
83	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	2	2	44
84	2	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	4	2	2	38
85	3	1	1	3	4	3	1	4	2	3	3	4	4	3	39
86	2	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	3	2	1	44

87	3	2	3	3	2	1	2	3	2	3	2	2	3	2	33
88	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	36
89	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	29
90	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	39
91	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	50
92	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	2	46
93	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	4	3	1	39
94	4	1	1	3	4	3	1	4	2	3	3	4	3	3	39
95	1	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	3	2	2	44
96	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	32
97	2	2	3	1	1	1	2	2	2	3	2	2	2	2	27
98	2	1	3	2	1	2	2	2	1	3	1	3	1	2	26
99	2	3	4	1	2	1	3	2	3	4	3	3	2	2	35
100	1	3	4	2	3	2	2	3	3	4	3	1	2	2	35
101	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	33
102	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	33
103	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	33
104	2	2	3	3	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	31
105	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	33
106	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	4	3	30
107	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	1	35
108	3	1	2	3	1	2	1	3	1	2	1	1	3	2	26
109	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	38
110	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	37
111	3	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3	3	28
112	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	34
113	3	2	3	1	1	1	2	2	2	3	2	2	3	2	29
114	3	1	3	2	1	2	2	2	1	3	1	3	3	1	28
115	4	3	4	1	2	1	3	2	3	4	3	3	3	3	39
116	2	3	4	2	3	2	2	3	3	4	3	1	2	2	36
117	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	4	3	36
118	2	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	39
119	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	37
120	2	3	3	3	2	2	2	2	2	4	2	4	2	2	35
121	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	42
122	2	2	4	2	2	3	4	3	4	4	3	3	2	1	39
123	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	2	3	2	41
124	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	38
125	3	2	3	3	3		4	4	3	3	2	2	3	2	37
126	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	4	2	3	2	37
127	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	3	2	1	2	37
128	2	3	2	2	2	2	3	2	4	3	4	4	2	2	37
129	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	43
130	3	3	2	3	3	4	2	4	4	4	4	4	2	2	44



131	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	43
132	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	2	49
133	3	1	1	3	3	1	2	1	2	2	4	2	3	2	30
134	2	3	2	4	4	3	3	2	3	2	3	3	2	2	38
135	3	2	3	3	4	2	2	2	4	3	4	4	2	3	41
136	3	3	3	2	2	4	2	4	4	4	4	4	3	3	45
137	3	3	2	2	2	2	3	2	4	3	4	4	3	3	40
138	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	39
139	4	3	2	3	3	4	2	4	4	4	4	4	3	3	47
140	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	4	2	4	4	43





**Lampiran D**

**Uji Normalitas**

Npar Tests

/K-S(Normal)=X Y

/Statistics Descriptives

/Missing Analysis.

**Npar Tests**

**Notes**

Output Created	07-May-2021 14:03:41	
Comments		
Input	Active Dataset	Dataset0
	Filter	<None>
	Weight	<None>
	Split File	<None>
Missing Value Handling	N Of Rows In Working Data File	140
	Definition Of Missing	User-Defined Missing Values Are Treated As Missing.
	Cases Used	Statistics For Each Test Are Based On All Cases With Valid Data For The Variable(S) Used In That Test.
Syntax	Npar Tests	
	/K-S(Normal)=X Y	
	/Statistics Descriptives	
Resources	/Missing Analysis.	
	Processor Time	00:00:00,00
	Elapsed Time	00:00:00,00
	Number Of Cases Allowed <sup>a</sup>	157286

A. Based On Availability Of Workspace Memory.

[Dataset0]

#### Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Academic Stress	140	40,65	7,574	19	56
Smartphone Addiction	140	35,03	6,435	18	50

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Academic Stress	Smartphone Addiction
N	140	140
Normal Parameters <sup>a,B</sup>	Mean	40,65
	Std. Deviation	7,574
	Absolute	,068
Most Extreme Differences	Positive	,064
	Negative	-,068
Kolmogorov-Smirnov Z	,810	,697
Asymp. Sig. (2-Tailed)	,529	,716

A. Test Distribution Is Normal.

B. Calculated From Data.



**Lampiran E**  
**Uji Linearitas**



Means Tables=Y By X

/Cells Mean Count Stddev

/Statistics Anova Linearity.

### Means

#### Notes

Output Created	07-May-2021 14:04:21
Comments	
Input	Active Dataset Dataset0 Filter <None> Weight <None> Split File <None> N Of Rows In Working Data File 140
Missing Value Handling	Definition Of Missing For Each Dependent Variable In A Table, User-Defined Missing Values For The Dependent And All Grouping Variables Are Treated As Missing. Cases Used For Each Table Have No Missing Values In Any Independent Variable, And Not All Dependent Variables Have Missing Values.
Syntax	Means Tables=Y By X /Cells Mean Count Stddev /Statistics Anova Linearity.
Resources	Processor Time 00:00:00,02 Elapsed Time 00:00:00,02

[Dataset0]

## Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Smartphone Addiction * Academic Stress	140	100,0%	0	0,0%	140	100,0%

## Report

## Smartphone Addiction

Academic Stress	Mean	N	Std. Deviation
19	22,00	1	.
22	23,00	1	.
26	30,00	1	.
28	28,17	6	2,483
29	26,00	3	,000
30	32,00	1	.
31	27,33	9	2,236
32	27,00	4	1,414
34	32,00	1	.
35	32,20	5	1,789
36	32,22	9	2,333
37	29,60	5	6,731
38	36,40	5	3,507
39	36,80	5	1,789

40	35,86	7	1,864
41	35,78	9	2,774
42	32,38	8	5,902
43	35,56	16	4,396
44	35,00	3	6,245
45	38,00	7	4,546
46	41,75	4	,957
47	39,00	6	5,367
48	41,75	4	4,573
49	41,00	1	.
50	41,86	7	5,273
51	46,00	2	4,243
54	42,00	5	6,819
56	44,60	5	5,683
Total	35,03	140	6,435

Anova Table

		Sum Of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
	(Combined)	3851,714	27	142,656	8,391	,000
Smartphone Addiction * Academic Stress	Between Groups	3359,076	1	3359,076	197,575	,000
	Deviation From Linearity	492,639	26	18,948	1,114	,338
	Within Groups	1904,171	112	17,002		
	Total	5755,886	139			

**Measures Of Association**

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Smartphone Addiction * Academic Stress	,764	,584	,818	,669





**Lampiran F**  
**Analisis Korelasi**



Correlations

/Variables=X Y

/Print=Twotail Nosig

/Statistics Descriptives

/Missing=Pairwise.

**Correlations**

Notes

Output Created	07-May-2021 14:05:39
Comments	
Input	Active Dataset Dataset0 Filter <None> Weight <None> Split File <None> N Of Rows In Working Data File 140 Definition Of Missing User-Defined Missing Values Are Treated As Missing. Missing Value Handling Statistics For Each Pair Of Variables Are Based On All The Cases With Valid Data For That Pair. Cases Used
Syntax	Correlations /Variables=X Y /Print=Twotail Nosig /Statistics Descriptives /Missing=Pairwise.
Resources	Processor Time 00:00:00,11 Elapsed Time 00:00:00,14

[Dataset0]

**Descriptive Statistics**


	Mean	Std. Deviation	N
Academic Stress	40,65	7,574	140
Smartphone Addiction	35,03	6,435	140

**Correlations**

		Academic Stress	Smartphone Addiction
Academic Stress	Pearson Correlation	1	,764**
	Sig. (2-Tailed)		,000
	N	140	140
Smartphone Addiction	Pearson Correlation	,764**	1
	Sig. (2-Tailed)	,000	
	N	140	140

\*\* . Correlation Is Significant At The 0.01 Level (2-Tailed).





# UNIVERSITAS MEDAN AREA

## FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
 Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
 Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ\_medanarea@uma.ac.id

---

Nomor : 371/FPSI/01.10/IV/2021 Medan, 15 April 2021  
 Lampiran : -  
 Hal : Pengambilan Data

**Yth. Kepala Dinas Pendidikan  
 Provinsi Sumatera Utara**  
 Di  
 Tempat

*Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:*


Nama : Zsaskia Saraswati  
 NPM : 168600181  
 Program Studi : Ilmu Psikologi  
 Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di **SMA Negeri 3 Medan, Jl. Budi Kemasyarakatan No. 3, Pulo Brayon Kota, Kec. Medan Barat, Kota Medan, Sumatera Utara** guna penyusunan skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Academic Stress dengan Smartphone Addiction pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Medan”**.

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan **Surat Keterangan** yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di **Sekolah** yang Bapak/Ibu pimpin.




Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,  
  
**Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog**

Tembusan

- Mahasiswa Ybs
- Arsip



 <p><b>PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA</b>  <b>DINAS PENDIDIKAN</b>  <b>SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 3 MEDAN</b></p> <p>Jl. Budi Kemasyarakatan No. 3, Telp. 6619128, Fax. 061-6643316 Medan – 20116  e-mail : <a href="mailto:mail@smn3medan.sch.id">mail@smn3medan.sch.id</a> – website : <a href="http://www.sman3medan.sch.id">www.sman3medan.sch.id</a></p> 	
Medan, 31 Mei 2021	
Nomor	: 070 / <b>347</b> / SMAN.3 / 2021
Lamp	: -
Hal	: Selesai Pengambilan Data
	Kepada Yth : <b>WAKIL DEKAN BIDANG AKADEMIK</b> <b>FAKULTAS PSIKOLOGI</b> <b>UNIVERSITAS MEDAN AREA</b> di - Tempat
<p>Dengan hormat, berdasarkan Surat dari an. Dekan, Wakil Dekan Bidang Akademik, Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area. Nomor : 071/3649/Subbag Umum/ /2021, tanggal 21 April 2021, Perihal : Izin Pengambilan Data. Kepala SMA Negeri 3 Medan, Kecamatan Medan Barat, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara dengan ini menerangkan bahwa nama yang tersebut dibawah ini :</p>	
Nama	: <b>ZSASKIA SARASWATI</b>
NIM	: 168600181
Program Studi	: Ilmu Psikologi
Judul Penelitian	: “ <i>Hubungan antara Academic Stress dengan Smartphone Addiction pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Medan.</i> “
<p>Benar telah Selesai melakukan Pengambilan Data di Lingkungan SMA Negeri 3 Medan terhitung mulai dari tanggal 28 April s/d 01 Mei 2021.</p>	
<p>Demikian Surat Keterangan ini diperbuat, agar dapat dipergunakan seperlunya.</p>	
 <p>Kepala SMA Negeri 3 Medan  <b>ELPI SAHARA, S.Pd, M.Si</b>  Pembina Tk. I  NIP. 19720312199702 2 002</p>	