

# **Hubungan Antara *Loneliness* Dengan *Problematic Smartphone Use* Pada Mahasiswa Rantau Di Surabaya**

**Kiki Herianti**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru 45 Surabaya

**Tatik Meiyuntariningsih**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru 45 Surabaya

**Akta Ririn Aristawati**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru 45 Surabaya

Email: [kikiherianti6@gmail.com](mailto:kikiherianti6@gmail.com)

## ***Abstract***

*Problematic smartphone use can be defined as a condition when a person is unable to control the use of a smartphone and feels uncomfortable when the smartphone is not within reach so that it can have a negative impact on its users. One of the factors that contribute to problematic smartphone use is Loneliness. The purpose of this study was to determine the relationship between loneliness and problematic smartphone use for overseas students in Surabaya. This study uses correlational quantitative methods to achieve the research objectives. The subjects in this study were members of the East Nusa Tenggara Student Forum (NTT) Surabaya, totaling 70 people. This research is a population study research. The measuring tool uses the loneliness scale and problematic smartphone use. Data analysis in this study used the Spearman' Rho correlation test with the help of the computer program IBS SPSS version 26.0 for window. The results of the calculation of data analysis show the Spearman's Rho correlation coefficient of 0.088 with a significance of 0.466 ( $p > 0.05$ ), which means that there is no significant relationship between Loneliness and Problematic Smartphone Use on overseas students in Surabaya.*

**Keywords:** *Problematic Smartphone Use, Lonliness, Overseas Students*

## **Abstrak**

*Problematic smartphone use dapat didefinisikan sebagai suatu kondisi ketika seseorang tidak mampu mengendalikan penggunaan *smartphone* dan merasa tidak nyaman ketika *smartphone* tidak dalam jangkauan sehingga dapat menimbulkan dampak negatif bagi penggunanya. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap *problematic smartphone use* adalah *Loneliness*. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *loneliness* dengan *problematic smartphone use* pada mahasiswa rantau di Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional untuk mencapai tujuan penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah anggota Forum Mahasiswa Nusa Tenggara Timur (NTT) Surabaya yang berjumlah 70 orang. Penelitian ini merupakan penelitian studi populasi. Alat ukur menggunakan skala *loneliness* dan *problematic smartphone use*. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *Spearman' Rho* dengan bantuan program komputer *IBS SPSS versi 26.0 for window*. Hasil perhitungan analisis data menunjukkan koefisien korelasi *Spearman's Rho* sebesar 0,088 dengan signifikansi sebesar 0,466 ( $p > 0,05$ ) yang artinya tidak ada hubungan signifikan antara *Loneliness* dengan *Problematic Smartphone Use* pada mahasiswa rantau di Surabaya.*

**Kata Kunci :** *Problematic Smartphone Use, Lonliness, Mahasiswa Rantau*

## Pendahuluan

Di era modern saat ini teknologi semakin cepat berkembang sejalan dengan berkembangnya ilmu pengetahuan. Perkembangan teknologi yang semakin kompleks telah memudahkan kehidupan dan pekerjaan manusia. Saat ini banyak berbagai macam teknologi yang sudah diciptakan, salah satunya adalah *smartphone*. *Smartphone* merupakan perangkat media elektronik kecil yang memiliki beragam fungsi dan kegunaan. *Smartphone* dapat membawa banyak manfaat bagi kehidupan manusia, antara lain mempercepat seseorang dalam menyelesaikan tugas dan pekerjaan, sebagai alat komunikasi, mengakses internet, memutar musik, memutar video, merekam suara, mengolah data, dan lainnya.

Fitur – fitur canggih yang terdapat dalam *smartphone* memberikan dampak tersendiri bagi penggunaannya, banyak orang yang merasa dimudahkan segala aktivitas maupun kebutuhannya dengan kehadiran *smartphone*. Adanya *smartphone* memudahkan pengguna dalam menyelesaikan pekerjaan tanpa menggunakan komputer atau laptop, hal ini dikarenakan fitur – fitur canggih yang ada di *smartphone* hampir sama dengan fitur yang ada di komputer, sehingga kebanyakan orang memilih menggunakan *smartphone* untuk menyelesaikan pekerjaannya. Fitur-fitur canggih yang terdapat dalam *smartphone* diantaranya adalah: media sosial, foto atau *video editor*, situs berita *online*, belanja *online*, games, maupun aplikasi seperti *microsoft word* ataupun *power point* dan lain sebagainya. Fitur sosial media yang ada pada *smartphone* memudahkan penggunaannya untuk terhubung dengan orang lain tanpa bertemu secara langsung. Selain itu, media sosial juga dapat digunakan untuk memasarkan produk secara online dan berbelanja online. Fitur editing yang terdapat pada *smartphone* juga sangat memudahkan penggunaannya, jika dulu proses editing hanya ada pada komputer atau laptop sekarang sudah tersedia dalam *smartphone*. Hal tersebut tentu saja memberikan kenyamanan dan kemudahan bagi semua orang.

Sebanyak 66,36% individu atau lebih dari setengah penduduk Indonesia adalah pengguna *smartphone*, menurut survei penggunaan Teknologi Informasi dan Komunikasi (TIK) 2017 yang dilakukan oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika (KOMINFO). Di antaranya, jumlah pengguna pria mencapai 67,41%, dan pengguna wanita sebanyak 65,09%. Dari segi usia, 9-19 tahun menyumbang 65,34%, 20-29 tahun menyumbang 75,95%, 30-49 tahun menyumbang 68,34%, dan 50-65 tahun menyumbang 50,79%. Sedangkan penggunaan *smartphone* di dunia pendidikan sebesar 40,87% untuk jenjang pendidikan dasar (SD), 59,89% untuk jenjang pendidikan SMP, 79,56% untuk jenjang pendidikan SMP, hingga 93,02% untuk jenjang pendidikan diploma atau S1, sedangkan untuk magister Tingkat pendidikan yang kesemuanya merupakan pengguna *smartphone*. Jika dilihat dari durasi penggunaan *smartphone* sebanyak 5,76% dengan lama waktu > 10 jam, sebanyak 19,07% dengan lama waktu 5-10 jam, sebanyak 26,69% dengan lama waktu 3-5 jam, sebanyak 34,51% dengan lama waktu 1-3 jam, dan sebanyak 13,97% dengan lama waktu < 1 jam. (KOMINFO, 2017). Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa lebih dari separuh penduduk Indonesia sudah menjadi pengguna *smartphone*. Pengguna *smartphone* di Indonesia tidak dibatasi usia, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa yang merupakan pengguna aktif *smartphone*, dengan proporsi tertinggi pada kelompok usia 20-29 tahun, lebih banyak laki-laki daripada perempuan, namun selisih keduanya kecil.

Saat ini *smartphone* menjadi kebutuhan bagi semua kalangan. Penggunaan *smartphone* tidak hanya datang dari kalangan orang dewasa saja, tetapi juga dari kalangan anak-anak dan remaja, bahkan orang dewasa pun tidak bisa lepas dari penggunaan *smartphone*. Penggunaan *smartphone*

di berbagai bidang berbeda-beda menurut tujuannya. (KOMINFO, 2017) Menurut survei penggunaan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) yang dilakukan oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika (KOMINFO), aktivitas individu yang menggunakan smartphone untuk komunikasi saat terhubung ke Internet menyumbang 95,68%, hiburan menyumbang 95,68%. 41,06%, dan pekerjaan menyumbang 17,52%, dan belajar menyumbang 13,97%. Aktivitas saat tidak terhubung ke Internet adalah menelepon 94,40%, SMS 90,75%, foto dan video 30,38%, menonton video atau musik 26,58%, bermain 26,58%, membaca e-book 7,42%, menginstal perangkat lunak 5,62%, dan 5,62% menggunakan program aplikasi offline, 2,42% digunakan untuk pengolahan gambar.

Data yang dirilis Kementerian Komunikasi dan Informatika (KOMINFO) menunjukkan bahwa banyak orang menggunakan *smartphone* untuk aktivitas sehari-hari seperti berkomunikasi dan mencari hiburan. Kebanyakan orang lebih memilih untuk berkomunikasi dan berinteraksi melalui media sosial yang terdapat dalam *smartphone*. Hal ini dikarenakan dengan adanya fitur yang ada di *smartphone* akan mempermudah seseorang terhubung dengan orang lainnya tanpa bertemu secara langsung, sehingga dapat menghemat waktu karena dapat dilakukan dengan aktivitas lainnya. Kehadiran *smartphone* juga dapat memudahkan masyarakat untuk mencari hiburan yang menarik seperti mendengarkan musik, bermain game, menonton film atau sekedar bermain media sosial. Artinya *smartphone* sudah menjadi salah satu alat yang digunakan seseorang untuk menunjang segala aktivitas sehari-hari. Hasil riset yang dilakukan oleh *App Annie* di kuartal tiga (Q3) pada tahun 2021 mendapatkan hasil bahwa Indonesia merupakan negara yang mempunyai penduduk dengan durasi penggunaan *smartphone* paling lama di dunia yaitu rata – rata 5,5 jam dalam sehari. Pada kuartal tiga (Q3) ini Indonesia mengalahkan negara – negara yang sebelumnya menduduki peringkat teratas seperti Brasil yang kini menduduki peringkat kedua dengan penggunaan rata-rata selama 5,4 jam per hari, Korea Selatan 5 jam per hari, serta India, Mexico dan Jepang dengan waktu penggunaan rata-rata selama 4,8 jam perhari (Liputan 6.com). Berdasarkan data di atas, dapat disimpulkan bahwa orang Indonesia menggunakan *smartphone* lebih lama daripada negara lain. Hal ini tentu saja dapat menimbulkan *Problematic smartphone use (PSU)*.

*Problematic smartphone use* seringkali terjadi pada dewasa awal khususnya pada mahasiswa. Hal tersebut terjadi karena *smartphone* sudah menjadi alat bantu mahasiswa untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan menyelesaikan berbagai tugas yang dimiliki. Selain itu, mahasiswa sebagai kaum muda memiliki kecenderungan untuk selalu terhubung dengan ponselnya agar tidak ketinggalan mengenai informasi-informasi penting yang sedang beredar, hal ini tentu saja menyebabkan mahasiswa lebih sering menggunakan *smartphonenya* sehingga meningkatkan resiko mengalami *problematic smartphone use* (Roigvilla, 2020). Hal ini sesuai dengan studi tiga gelombang yang dilakukan oleh Wang ,( 2022), yang menunjukkan bahwa, prevalensi mahasiswa yang mengalami *problematic smartphone use* sebanyak 65,8%, 58,1%, dan 52,8%. Hal tersebut disebabkan karena, pada saat individu mulai menjadi mahasiswa dan mulai memasuki kehidupan kampus akan dihadapkan dengan berbagai persoalan, serangkaian tantangan stresor, dan berbagai pengalaman baru. Untuk mengatasi hal tersebut mahasiswa seringkali menggunakan *smartphonenya* sebagai alat untuk menghindari ketidaknyaman yang terjadi, sehingga hal tersebut dapat meningkatkan resiko *problematic smartphoe use*.

Untuk memperjelas fenomena yang terjadi, peneliti melakukan studi pendahuluan terhadap beberapa mahasiswa dari Forum Mahasiswa Nusa Tenggara Timur (NTT) Surabaya, antara lain 2 laki-laki dan 2 perempuan asal Adonara. Hasil studi pendahuluan sebagai berikut:

## Subjek F

Saya merasakan ada hal yang kurang ketika ponsel saya tertinggal atau kehabisan baterai karena menurut saya ponsel adalah salah satu benda yang di manapun dan kapanpun harus saya bawa, jadi kalau ponsel saya tertinggal atau kehabisan baterai akan saya usahakan untuk bisa hadir kembali ditangan saya. Saya seringkali membuka dan memainkan ponsel saya sekalipun tidak ada notifikasi yang masuk, yang pada akhirnya membuat saya bermain sosial media untuk mencari hiburan atau mencari berbagai macam informasi. Saya lebih memilih berkomunikasi melalui ponsel daripada bertemu secara langsung, karena banyak keuntungan seperti tidak mendatangi orang tersebut, lebih hemat waktu, dan juga memanfaatkan teknologi yang ada. Saya merasa karena terlalu sering memainkan ponsel jadi sulit tidur.

## Subjek AF

Saya merasa tidak tenang dan resah ketika ponsel saya ketinggalan atau kehabisan baterai karena ponsel sangat penting bagi saya dan bermain ponsel sudah menjadi kebiasaan, jadi ketika tidak bermain ponsel rasanya aneh. Saya seringkali memainkan ponsel saya sekalipun tidak ada notifikasi yang masuk karena ketika tidak ada kegiatan saya butuh hiburan dari ponsel saya. Saya lebih memilih berkomunikasi dengan teman saya melalui ponsel apabila lokasi teman saya jauh. Saya merasa jam tidur saya sangat terganggu karena terlalu sering bermain ponsel, namun saya menikmati hal tersebut karena saya tidak bisa lepas dari ponsel saya.

## Subjek Y

Saya merasa hampa ketika ponsel saya tertinggal atau kehabisan baterai karena bagi saya tidak ada hal yang membuat saya tertarik misalnya, ketika saya diajak berbicara dengan seseorang saya tidak fokus mendengarkan orang tersebut berbicara karena saya memikira ponsel saya yang tertinggal. Saya sering sekali memainkan ponsel saya sekalipun tidak ada notifikasi yang masuk, bahkan saya dapat memainkan ponsel saya seharian penuh. Saya lebih suka berkomunikasi melalui ponsel daripada berbicara secara langsung karena jika berbicara langsung terkadang saya takut salah ngomong atau kata-kata saya bertele tele. Karena terlalu sering bermain ponsel jam tidur saya setiap hari terganggu, akibatnya saegara sesuatu yang direncanakan tidak bisa dilakukan.

## Subjek A

Saya merasa sangat gelisah dan tidak tenang seperti ada yang kurang ketika ponsel saya tertinggal atau kehabisan baterai, karena ponsel merupakan tempat atau sumber informasi instan yang berarti bagi saya. Ada tidaknya notifikasi dari ponsel tetap membuat saya memainkan ponsel untuk mengatasi rasa sepi yang saya rasakan. Dalam hal berkomunikasi saya lebih memilih berinteraksi melalui ponsel karena komunikasi bisa lebih cepat dan menghemat waktu dibandingkan dengan komunikasi secara langsung yang membutuhkan tempat untuk mengobrol. Seringkali saya merasakan jam tidur saya terganggu akibat penggunaan ponsel yang berlebihan, saya terus-terusan melihat dan memainkan ponsel saya sehingga tanpa sadar waktu yang saya gunakan untuk bermain ponsel melebihi jam tidur saya.

Dari hasil survey awal yang dilakukan oleh penulis dapat disimpulkan bahwa keempat subjek mengalami *problematic smartphone use* dengan gejala keempat subjek merasa ada hal yang kurang, tidak tenang, resah, hampa, gelisah ketika ponselnya tertinggal atau kehabisan baterai karena bagi mereka ponsel salah satu benda yang harus dibawa kemanapun mereka pergi. Keempat subjek juga merasakan dampak negatif akibat terlalu lama menggunakan *smartphone* berupa terganggunya jam tidur. Selain itu keempat subjek juga mengalami kesulitan dalam mengontrol penggunaan ponsel,

mereka seringkali memainkan ponselnya sekalipun tidak ada notifikasi yang masuk dan mereka menggunakan ponsel dalam segala situasi untuk sekedar mencari hiburan atau mencari berbagai informasi. Keempat subjek juga lebih memilih berkomunikasi melalui ponsel daripada bertemu secara langsung karena menurut mereka lebih hemat waktu, tidak perlu mendatangi orang yang akan diajak berbicara, dan dapat memafaatkan teknologi yang ada.

Pamuk & Atli (2016) mengemukakan 4 aspek *problematic smartphone use* diantaranya; *deprivasi*, berkaitan dengan perasaan tidak nyaman ketika ponsel tidak dalam jangkauan atau dalam kondisi tidak dapat digunakan. *Adverse outcomes*, berkaitan dengan dampak negatif yang muncul akibat penggunaan *smartphone* berlebihan, *Control problem*, berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam mengatur penggunaan *smartphone*, *Interaction avoidance*, berhubungan dengan penghindaran komunikasi tatap muka dan lebih memilih berkomunikasi melalui *smartphone*.

*Problematic smartphone use* dapat didefinisikan sebagai suatu kondisi ketika seseorang tidak mampu mengendalikan penggunaan *smartphone* dan merasa tidak nyaman ketika *smartphone* tidak dalam jangkauan sehingga dapat menimbulkan dampak negatif bagi penggunaannya (Pamuk & Atli, 2016) Penggunaan *smartphone* yang berulang (kompulsif) dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari, hubungan sosial, kesehatan fisik, atau kesejahteraan emosional pribadi (Horwood & Anglim, 2018). Definisi tersebut sejalan dengan pendapat (Billieux, 2012), *problematic smartphone use* dikaitkan dengan perilaku berbahaya dan berpotensi mengganggu, orang dengan *problematic smartphone use* sering mengalami ketidakmampuan dalam mengatur penggunaan ponselnya sehingga dapat berpengaruh terhadap kehidupan sehari-hari.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Wang, 2022), beberapa faktor dapat menyebabkan masalah pada *smartphone*, antara lain; Kemungkinan gejala kecemasan sosial dan gejala depresi, kesepian, konflik keluarga, dan stress akademik. Kemungkinan gejala kecemasan sosial dan depresi, individu yang mengalami kecemasan sosial dan depresi cenderung menggunakan media sosial untuk menghindari interaksi sosial. Kesepian, individu yang mengalami kesepian tinggi akan cenderung menggunakan ponsel yang berlebihan untuk mengurangi rasa kesepian yang dirasakan. Konflik keluarga, dapat berpengaruh terhadap penggunaan ponsel yang berlebihan. Stress akademik, individu yang mengalami stress akademik akan cenderung menggunakan *smartphone* sebagai strategi coping.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *problematic smartphone use* menurut Wang (2022) adalah kesepian. Dalam hal ini, orang yang merasakan kesepian seringkali mengalami masalah dalam hubungan sosialnya sehingga mereka akan cenderung menggunakan *smartphonenya* untuk mendapatkan hubungan sosial yang berbeda melalui media sosial. Kesepian merupakan perasaan tidak puas yang dirasakan oleh individu terkait dengan hubungan sosial yang dimiliki berupa keakraban, dukungan sosial, kedekatan, dan hubungan seseorang dengan suatu kelompok (Hawkley, 2012).

Terdapat dua jenis kesepian yang dapat dialami individu menurut Wess ( dalam Russell 1984) yaitu; *Emotional loneliness*, berkaitan dengan kurangnya keterikatan secara afektif dengan orang lain dan keintiman orang lain. *Social loneliness*, berkaitan dengan kurangnya jaringan hubungan sosial individu dalam suatu kelompok di mana individu menjadi bagian dari kelompok tersebut. Misalnya, individu pindah dari lingkungan sosial yang baru. Dalam hal ini, mahasiswa yang merantau harus menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial baru dan meninggalkan lingkungan

sosial yang lama. Apabila mahasiswa tidak dapat beradaptasi dengan lingkungan barunya akan berpengaruh terhadap hubungan sosialnya. Sehingga tidak menutup kemungkinan mahasiswa tersebut merasakan kesepian karena tidak dapat beradaptasi dengan lingkungan barunya.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kim (2018) mengenai *loneliness* dan *problematic smartphone use* mendapatkan hasil bahwa ada hubungan positif antara *loneliness* dengan *problematic smartphone use*. Artinya, orang yang mengalami kesepian tinggi akan cenderung mengalami *problematic smartphone use*. Individu yang mengalami masalah dengan hubungan sosialnya seperti kesepian akan cenderung menggunakan *smartphonenya* agar bisa terhubung dengan orang lain.

## **Metode**

### **Desain Penelitian**

Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan teknik korelasional. Penelitian dengan teknik korelasional adalah studi yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih.

### **Partisipan**

Partisipan pada penelitian ini adalah 70 orang mahasiswa yang menjadi anggota Forum Mahasiswa Nusa Tenggara Timur (NTT) Surabaya. Dalam penelitian ini, seluruh populasi dijadikan partisipan dalam penelitian, sehingga penelitian ini disebut studi populasi. Penelitian ini mengambil data melalui Google Forms untuk jangka waktu 9 hari dari tanggal 17 Juni 2022 sampai dengan 25 Juni 2022.

### **Instrumen**

Pada penelitian ini menggunakan dua alat ukur, yaitu skala *problematic smartphone use* dan *loneliness*. Skala *problematic smartphone use* disusun berdasarkan aspek *problematic smartphone use* menurut Pamuk dan Atli (2016) yang terdiri dari *deprivasi*, *adverse outcomes*, *control problem*, *interaction avoidance*. Contoh skala yang digunakan seperti “Saya merasa gelisah ketika lupa membawa ponsel”, “Saya menggunakan ponsel saya dalam situasi apapun”. Hasil uji validitas skala *problematic smartphone use* setelah uji coba yang terdiri dari 50 aitem menghasilkan 26 aitem gugur dan 24 aitem valid dalam 5 kali putaran. Putaran pertama menghasilkan 19 aitem gugur dengan *index corrected aitem- Total Correlation* bergerak dari 0,074 sampai dengan 0,620, putaran kedua menghasilkan 3 aitem gugur dengan *Index corrected item- Total Correlation* bergerak dari 0,247 sampai dengan 0,683, putaran ketiga menghasilkan 3 aitem gugur dengan *Index corrected item- Total Correlation* bergerak dari 0,248 sampai dengan 0,684, putaran keempat menghasilkan 1 aitem gugur dengan *Index corrected item- Total Correlation* bergerak dari 0,267 sampai dengan 0,724, pada putaran kelima tidak ada aitem yang gugur dan semua aitem dinyatakan valid sebanyak 24 aitem dengan *Index corrected item- Total Correlation* bergerak dari 0,303 sampai dengan 0,730. Hasil uji reliabilitas diperoleh skor Cronbach’s Alpha sebesar 0,908.

Skala *loneliness* disusun berdasarkan aspek *loneliness* menurut Hawkey (2012) yang terdiri dari *intimate loneliness*, *relational loneliness*, *collective loneliness*. Contoh skala yang digunakan seperti “Saya merasa sendiri meskipun banyak orang-orang disekitar saya”, “Saya sulit menemukan orang yang benar-benar mengerti saya”. Hasil uji validitas skala *loneliness* setelah uji coba yang terdiri dari 40 aitem menghasilkan 5 aitem gugur dan 35 aitem valid dalam 2 kali putaran. Putaran pertama

menghasilkan 5 aitem gugur dengan *Index corrected item- Total Correlation* bergerak dari -0,161 s/d 0,808, dalam putaran kedua tidak ada aitem yang gugur dan menghasilkan 35 aitem valid dengan *Index corrected item- Total Correlation* bergerak dari 0,302 s/d 0,817. Hasil uji reliabilitas diperoleh skor Cronbach's Alpha sebesar 0,953.

### Teknik Analisis Data

Sebelum dilakukan analisis data, dilakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah korelasi Spearman's Rho dengan bantuan program komputer *IBM Statistic Package for Social Science (SPSS) ver. 25 for window*. Analisis deskriptif pada penelitian ini mencakup mean empiris dan mean hipotetik.

### Hasil

Uji prasyarat yang digunakan pada penelitian ini adalah uji normalitas dan linearitas. Dalam penelitian ini, *Kolmogrov-Smirnov* digunakan untuk menentukan normalitas distribusi data dengan bantuan program komputer *IBM Statistical Package for Social Science (SPSS) versi 26.0 for Windows*. Jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka data berdistribusi tidak normal, tetapi jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka data berdistribusi normal. Hasil uji normalitas sebaran untuk variabel *problematic smartphone use* menggunakan *Kolmogrov-Smirnov* mendapatkan hasil signifikansi 0,081 ( $p > 0,05$ ), artinya sebaran data berdistribusi normal. Sedangkan hasil uji normalitas untuk variabel *loneliness* mendapatkan hasil signifikansi 0,200 ( $p > 0,05$ ) yang berarti sebaran data berdistribusi normal. Hasil uji normalitas ditunjukkan pada tabel di bawah ini:

**Tabel 1. Uji Normalitas**

Variabel	Kolmogrov-Smirnov			Keterangan
	Statistik	Df	P	
<i>Problematic Smartphone Use</i>	0,100	70	0,081	Normal
<i>Loneliness</i>	0,087	70	0,200*	Normal

Uji linearitas adalah pengujian yang dilakukan untuk mengetahui sifat hubungan linier antar variabel yang akan diteliti. Linier artinya setiap perubahan yang terjadi pada satu variabel akan mengikuti perubahan yang besarnya paralel pada variabel lainnya. Variabel yang akan diuji linieritasnya yaitu variabel X (*Loneliness*) dengan variabel Y (*Problematic Smartphone Use*). Apabila nilai signifikansi pada tabel *deviation of linearity*  $< 0,05$  maka kedua data tersebut tidak linear, namun bila nilai signifikansi pada tabel *deviation of linearity*  $> 0,05$  maka kedua data tersebut linear. Uji linieritas antara variabel X (*Loneliness*) dengan Y (*Problematic Smartphone Use*) menghasilkan signifikansi sebesar 0,029 ( $p < 0,05$ ), yang berarti tidak ada hubungan linear antara variabel *loneliness* dengan variabel *problematic smartphone use*.

**Tabel 2. Uji Linearitas Hubungan**

Variabel	F	P	Keterangan
<i>Problematic Smartphone Use – Loneliness</i>	0,2000	0,029	Tidak Linear

Untuk mengetahui hubungan antara *loneliness* dengan *problematic smartphone use* pada penelitian ini, maka digunakan teknik korelasi *Spearman's Rho*. Hal ini karena pada saat uji prasyarat kedua variabel tidak mempunyai hubungan linier sehingga tidak memenuhi syarat uji *product moment*. Uji korelasi *Spearman's Rho* pada penelitian ini menggunakan bantuan program komputer *IBS SPSS* versi 26.0 *for windows*. Hasil analisis korelasi *Spearman's Rho* ditunjukkan pada tabel berikut:

**Tabel 3. Hasil Uji Spearman's Rho**

		<i>Problematic Smartphone Use</i>	<i>Loneliness</i>
<i>Problematic Smartphone Use</i>	<i>Correlation</i>	1	0,088
	<i>Sig. (2-Tailed)</i>		0,466
<i>Loneliness</i>	<i>Correlation</i>	0,088	1
	<i>Sig. (2-Tailed)</i>	0,466	

Dari tabel di atas terlihat bahwa koefisien korelasi *Spearman's Rho* adalah 0,088 dengan nilai signifikansi 0,466 ( $p > 0,05$ ) sehingga dapat dikatakan tidak ada hubungan yang signifikan antara *loneliness* dengan *problematic smartphone use*. Artinya, tinggi rendahnya *problematic smartphone use* tidak ditentukan oleh tinggi rendahnya tingkat kesepian, sehingga hipotesis yang menyatakan adanya hubungan positif antara *loneliness* dengan *problematic smartphone use* ditolak.

Analisis deskriptif data pada penelitian ini mencakup mean empirik dan mean hipotetik. Hasil perbandingan mean empirik dan mean hipotetik variabel *problematic smartphone use* dan *loneliness* ditunjukkan pada tabel di bawah ini :

**Tabel 4. Data Empirik dan Data Hipotetik**

Variabel	SD Empirik	Mean Empirik	SD Hipotetik	Mean Hipotetik	Status
<i>Problematic Smartphone Use</i>	10,297	66,17	17,5	60	Tinggi
<i>Loneliness</i>	18,470	77,43	12	87,5	Rendah



Berdasarkan hasil perhitungan statistik deskriptif terhadap variabel *problematic smartphone use* diketahui bahwa nilai rerata empirik sebesar 66,17 dan nilai rerata hipotetik sebesar 60, hal ini berarti rerata empirik lebih besar dari rerata hipotetik, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat *problematic smartphone use* pada subjek penelitian ini cenderung tinggi. Sedangkan hasil perhitungan statistik deskriptif terhadap variabel *loneliness* diketahui bahwa nilai rerata empirik sebesar 77,43 dan nilai rerata hipotetik sebesar 87,5, hal ini berarti rerata empirik lebih kecil dari rerata hipotetik, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat *loneliness* pada subjek penelitian ini cenderung rendah.

### **Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan jika, hipotesis yang mengatakan adanya hubungan positif antara *loneliness* dengan *problematic smartphone use* pada mahasiswa rantau di Surabaya ditolak/tidak terima. Artinya tinggi atau rendahnya kesepian yang dialami subjek tidak berpengaruh terhadap *problematic smartphone use* yang mereka alami. Hasil ini dapat memberikan gambaran bahwa mahasiswa rantau Nusa Tenggara Timur (NTT) di Surabaya yang mengalami *problematic smartphone use* tidak selalu disebabkan oleh kesepian. Hal tersebut bisa saja terjadi karena berdasarkan hasil uji deskriptif menunjukkan bahwa tingkat kesepian yang dialami subjek cenderung rendah, sehingga mungkin saja tingkat *problematic smartphone use* subjek yang tinggi disebabkan oleh faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Terdapat 3 aspek kesepian yang dikemukakan oleh Hawkey (2012) diantaranya adalah; *Intimate Loneliness*, aspek ini mengacu pada ketidakpuasan individu terhadap hubungan sosial yang dirasakan karena ketidakhadiran seseorang yang dianggap penting. Artinya, orang yang memiliki rasa kesepian tinggi disebabkan oleh tidak hadirnya seseorang yang penting dihidupnya seperti, teman atau keluarga, sehingga mereka seringkali merasa bahwa mereka sendirian dan tidak puas akan hubungan sosial yang dimiliki. Orang dengan rasa kesepian tinggi biasanya berusaha untuk tetap menjalin hubungan sosial yang berbeda melalui *smartphonenya* agar tetap terhubung dengan orang lain. Hal tersebut tentu saja berbeda dengan orang yang mempunyai rasa kesepian rendah, orang dengan tingkat kesepian rendah seringkali akan mengatasi kesepiannya dengan cara mencari teman agar tidak merasa kesepian.

*Relational Loneliness*, dimensi ini mengacu pada keakraban, kedekatan, dukungan sosial, kualitas pertemanan atau hubungan dengan keluarga. Orang yang memiliki rasa kesepian tinggi akan cenderung tidak akrab dan tidak dekat dengan orang-orang disekitarnya, mereka biasanya hanya memiliki sedikit teman dan cenderung menjaga jarak dengan orang-orang disekitarnya, sehingga mereka seringkali merasa bahwa orang-orang disekitarnya tidak memberikan dukungan. Orang dengan kesepian tinggi biasanya mencari dukungan sosial dan menjalin keakraban dengan orang lain secara online melalui *smartphone* agar tetap terhubung dengan orang lain. Hal tersebut berbeda dengan orang yang memiliki rasa kesepian rendah, mereka akan cenderung mengembangkan hubungan sosialnya melalui tatap muka agar bisa menjalin keakraban dan kedekatan dengan orang-orang disekitarnya, mereka juga akan memperbanyak teman agar jaringan pertemanannya semakin banyak, sehingga mereka dapat menjalin hubungan sosial secara langsung dengan orang-orang disekitarnya tanpa melalui *smartphone*.

*Collective Loneliness*, dimensi ini mengacu pada perasaan terhubung yang dirasakan individu dengan orang lain dalam suatu kelompok. Orang yang merasakan kesepian tinggi biasanya merasa bahwa mereka bukan bagian dari orang-orang di sekitar mereka, mereka juga seringkali merasa kurang sesuai dengan orang-orang disekitarnya. Berbeda dengan orang yang memiliki rasa kesepian

rendah, mereka akan dengan mudah berbaur dengan orang-orang disekitarnya dan dapat menyesuaikan diri dengan orang-orang disekitarnya.

Jika ketiga aspek di atas dihubungkan dengan hasil penelitian ini maka, subjek dalam penelitian ini mengalami tingkat kesepian yang rendah, sehingga mungkin saja mereka lebih sering menjalin hubungan sosial secara langsung dengan orang-orang disekitarnya daripada mengembangkan hubungan sosial melalui *smartphone*, subjek dalam penelitian ini lebih fokus mengembangkan hubungan sosial dengan orang-orang disekitarnya, terutama dengan anggota komunitas satu sama lain sehingga mereka memiliki kedekatan dan keakraban dengan orang-orang disekitarnya. Hal tersebut tentu saja membuat mereka memiliki banyak jaringan pertemanan dan lebih banyak mendapat dukungan sosial secara langsung yang pada akhirnya membuat mereka merasa puas dan cukup dengan hubungan sosial yang mereka miliki. Sehingga mereka tidak mengembangkan hubungan sosial melalui *smartphone* untuk tetap terhubung dengan orang lain dan tidak mencari dukungan sosial melalui jaringan online. Hal tersebut semakin memperkuat bahwa tingkat *problematic smartphone use* yang dirasakan oleh subjek tidak disebabkan oleh kesepian, melainkan disebabkan oleh faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Faktor yang menyebabkan *problematic smartphone use* salah satunya adalah kecenderungan kebosanan (Elhai et al., 2018). Ketika seseorang merasa bosan mereka akan cenderung sulit berkonsentrasi dan tidak fokus terhadap suatu hal, sehingga cenderung menganggap suatu tugas sulit untuk dilakukan dan pada akhirnya mencari aktifitas lain yang lebih menyenangkan dan mudah untuk dilakukan seperti bermain *smartphone*. Bila dikaitkan dengan penelitian ini, ada kemungkinan mahasiswa yang digunakan sebagai subjek dalam penelitian ini memiliki kecenderungan kebosanan yang tinggi, sehingga mereka mengalami *problematic smartphone use*, jika mahasiswa rantau mengalami kecenderungan kebosanan yang rendah mereka tidak akan menggunakan *smartphone* mereka secara berlebihan yang dapat menyebabkan mereka mengalami *problematic smartphone use*.

Selain itu Wolniewicz et al., (2018) menambahkan jika *problematic smartphone use* juga berhubungan dengan *fear of missing out* (FoMO). Dalam hasil penelitiannya menunjukkan bahwa *fear of missing out* (FoMO) memiliki hubungan positif dengan *problematic smartphone use*, artinya individu yang mempunyai tingkat *fear of missing out* (FoMO) tinggi maka kecenderungan *problematic smartphone use* juga tinggi. Individu yang mengalami *fear of missing out* (FoMO) tinggi cenderung tidak ingin ketinggalan mengenai informasi yang beredar dan mereka juga ingin selalu terhubung dengan lingkungan sosial, sehingga mereka lebih sering memeriksa ponselnya agar tetap terhubung dengan jaringan sosial yang dimiliki. Jika dihubungkan dengan penelitian ini, ada kemungkinan mahasiswa rantau yang digunakan sebagai subjek penelitian memiliki *fear of missing out* (FoMO) tinggi sehingga selalu menggunakan *smartphonenya* dalam situasi apapun agar tidak tertinggal informasi penting.

## **Kesimpulan**

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara *loneliness* dengan *problematic smartphone use* pada mahasiswa rantau di Surabaya. Sehingga hipotesis yang menyatakan adanya hubungan positif antara *loneliness* dengan *problematic smartphone use* pada mahasiswa rantau di Surabaya ditolak. Hal ini berarti *problematic smartphone use* pada mahasiswa rantau di Surabaya tidak dipengaruhi oleh kesepian, hal tersebut dapat terjadi karena kesepian yang

dialami subjek tergolong rendah, sehingga problematic smartphone use dialami subjek kemungkinan besar dipengaruhi oleh faktor lain, seperti *fear of missing out* (FOMO), kebosanan.

Dari kesimpulan di atas, peneliti menyarankan bagi peneliti selanjutnya selanjutnya untuk mempertimbangkan variabel-variabel lain yang diduga mempengaruhi problematic smartphone use yang tidak diteliti oleh peneliti dalam penelitian ini seperti variabel kebosanan, fear of missing out.

## Referensi

- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Bahr, H. M., Peplau, L. A., & Perlman, D. (1984). Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy. In *Contemporary Sociology* (Vol. 13, Issue 2, p. 203). <https://doi.org/10.2307/2068915>
- Billieux, J. (2012). Problematic Use of the Mobile Phone: A Literature Review and a Pathways Model. *Current Psychiatry Reviews*, 8(4), 299–307. <https://doi.org/10.2174/157340012803520522>
- Busch, P. A., & McCarthy, S. (2021). Antecedents and consequences of problematic smartphone use: A systematic literature review of an emerging research area. *Computers in Human Behavior*, 114(February 2020). <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106414>
- De Jong Gierveld, J. (1998). A review of loneliness: Concept and definitions, determinants and consequences. *Reviews in Clinical Gerontology*, 8(1), 73–80. <https://doi.org/10.1017/S0959259898008090>
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Alghraibeh, A. M., Alafnan, A. A., Aldraiweesh, A. A., & Hall, B. J. (2018). Fear of missing out: Testing relationships with negative affectivity, online social engagement, and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 89, 289–298. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.08.020>
- Fu, L., Wang, P., Zhao, M., Xie, X., Chen, Y., Nie, J., & Lei, L. (2020). Can emotion regulation difficulty lead to adolescent problematic smartphone use? A moderated mediation model of depression and perceived social support. *Children and Youth Services Review*, 108, 104660. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2019.104660>
- Gierveld, J. de J., van Tilburg, T., & Dykstra, P. A. (2009). Loneliness and Social Isolation. *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*, 485–500. <https://doi.org/10.1017/cbo9780511606632.027>
- Hawkley, L. C., Gu, Y., Luo, Y. J., & Cacioppo, J. T. (2012). The Mental Representation of Social Connections: Generalizability Extended to Beijing Adults. *PLoS ONE*, 7(9). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0044065>
- Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 695–718. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.04.002>
- Horwood, S., & Anglim, J. (2018). Personality and problematic smartphone use: A facet-level analysis using the Five Factor Model and HEXACO frameworks. *Computers in Human Behavior*, 85, 349–359. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.04.013>
- Kim, J. H. (2018). Psychological issues and problematic use of smartphone: ADHD's moderating role in the associations among loneliness, need for social assurance, need for immediate connection, and problematic use of smartphone. *Computers in Human Behavior*, 80, 390–398. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.11.025>

- KOMINFO. (2017). *Survey Penggunaan TIK 2017*.
- Kuss, D. J. (2018). *Penggunaan Smartphone Bermasalah: Menyelidiki Pengalaman Kontemporer Menggunakan sebuah Desain Konvergen*.
- Li, C., Liu, D., & Dong, Y. (2019). Self-Esteem and Problematic Smartphone Use Among Adolescents: A Moderated Mediation Model of Depression and Interpersonal Trust. *Frontiers in Psychology*, *10*(December), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02872>
- Of, D., Spice, B., & Agonists, S. C. (2009). *OF ISSUE*. 373–374.
- Pamuk, M., & Atli, A. (2016). Development of a problematic mobile phone use scale for university students: Validity and reliability study. *Dusunen Adam*, *29*(1), 49–59. <https://doi.org/10.5350/DAJPN2016290105>
- Peplau, L. A. (n.d.). *Letitia anne peplau, daniel perlman-loneliness.pdf*.
- Russell, D., Cutrona, C. E., Rose, J., & Yurko, K. (1984). Social and emotional loneliness: An examination of Weiss's typology of loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, *46*(6), 1313–1321. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.46.6.1313>
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3) | SPARQTools. *Journal of Personality Assessment*, *66*(1), 20–40. <https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601>
- Servidio, R., Sinatra, M., Griffiths, M. D., & Monacis, L. (2021). Social comparison orientation and fear of missing out as mediators between self-concept clarity and problematic smartphone use. *Addictive Behaviors*, *122*(March), 107014. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.107014>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.CV
- Sutrisno Hadi, M. (2015). *Metodologi Riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Wolniewicz, C. A., Tiamiyu, M. F., Weeks, J. W., & Elhai, J. D. (2018). Problematic smartphone use and relations with negative affect, fear of missing out, and fear of negative and positive evaluation. *Psychiatry Research*, *262*(September), 618–623. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.09.058>
- Zsido, A. N., Arato, N., Lang, A., Labadi, B., Stecina, D., & Bandi, S. A. (2021). The role of maladaptive cognitive emotion regulation strategies and social anxiety in problematic smartphone and social media use. *Personality and Individual Differences*, *173*, 110647. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110647>