

**HUBUNGAN ANTARA *HAPPINESS* DENGAN  
KECENDERUNGAN *SMARTPHONE ADDICTION***

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2017**

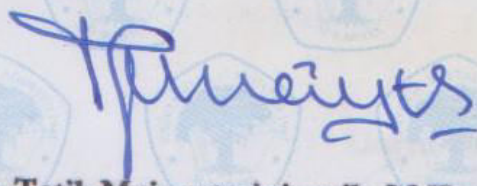
## TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : DINIYAH HIDAYATI  
NBI : 511304900  
JUDUL : HUBUNGAN ANATARA *HAPPINESS* DENGAN KECENDERUNGAN  
*SMARTPHONE ADDICTION*

Surabaya, 25 Juli 2017

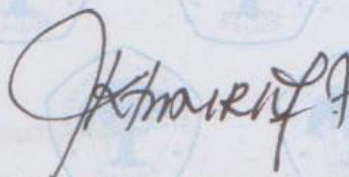
Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing I



Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes., Psikolog

Dosen Pembimbing II



Akta Ririn Aristawati, S.Psi, M.Psi, Psikolog

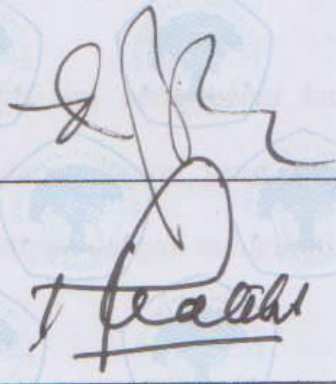
# TANDA PENGESAHAN SKRIPSI

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat – syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal : 4 Agustus 2017

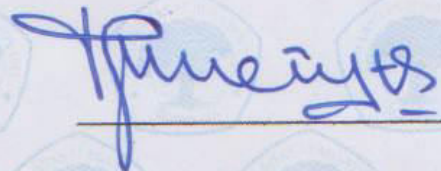
Dewan Penguji :

1. Diah Sofiah, S.Psi, M.Psi



Handwritten signature of Diah Sofiah, S.Psi, M.Psi, written in black ink over a horizontal line.

2. Drs. Herlan Pratikto, Msi



Handwritten signature of Drs. Herlan Pratikto, Msi, written in blue ink over a horizontal line.

3. Drs. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes

Mengesahkan  
Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dekan,



  
Dr. Sutoso, MS., Psikolog

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Diniyah Hidayati

NBI : 511304900

Jurusan : Psikologi

Judul : Hubungan Antara *Happiness* Dengan Kecenderungan *Smartphone Addiction*

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata cara penulisan karya ilmiah yang lazim.

Surabaya, 3 Agustus 2017



## MOTTO

*“Bila kamu tidak tahan lelahnya belajar, maka kamu akan menanggung perihnya  
kebodohan”*

(Imam Syafi’i)

*“Orang yang berilmu dan beradab, tidak akan diam di kampung halaman.  
Tinggalkan negerimu, merantaulah ke negeri orang. Merantaulah, kau akan  
mendapatkan pengganti dari kerabat dan kawan.*

*Berlelah-lelahlah, manisnya hidup terasa setelah lelah berjuang”*

(Imam Syafi’i)

## HALAMAN PERSEMBAHAN

### *Bismillahirrahmanirrohiim*

Rasa syukur atas limpahan nikmat dan kasih sayang-Mu yang tak pernah pilih kasih sehingga membuat saya mampu untuk menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Karya sederhana ini saya persembahkan kepada-Mu dan kepada semua orang-orang yang saya sayangi. Tanpa Engkau dan mereka semua, tak akan pernah ada keberhasilan ini.

Teruntuk kedua orang tua, Bapak Mochammad Faudjan dan Ibu Chusniyah yang tak pernah bosan mendoakan agar semua yang saya harapkan terkabul terutama dalam proses pembuatan skripsi ini. Untuk kalian yang tak pernah mengeluh atas tingkah laku anakmu selama ini. Maafkan anakmu yang baru bisa membalas kebaikan hati kalian yang begitu luas lewat karya sederhana ini. Semoga karya sederhana ini membuat hati kalian bahagia dan bangga. Doakan selalu anak-anakmu, agar kami semua bisa sukses dunia akhirat dan memiliki ilmu yang bermanfaat. Terima kasih untuk kasih sayang kalian yang tak kenal kata batas.

Kepada kakak dan adik tercinta, Mochammad Zakaria Affandi dan Achmad Hermansyah, yang tak pernah lelah mendengar keluhan dan permintaan-permintaan saya yang kadang membuat jengkel. Namun saya tahu bahwa kalian akan selalu membantu dalam segala hal. Terima kasih telah menyayangi tanpa pamrih. Semoga karya sederhana ini dapat membuat kalian bahagia.

Kepada keluarga Neste (Hikmah, Emak Tria, Mbak Luluk, Fiddah, Halim, Mbak Yeny, Mas Rofiq, Bang Hans dan Adek Putra) terima kasih sudah menjadi

teman, sahabat, tempat curhat, rekan, lawan dan apapun namanya itu, *you're all one of the best thing that I ever have, guys*. Empat tahun yang dilewati dengan banyak tawa, air mata, suka, duka dan banyak kenangan yang tak bisa diuraikan satu persatu lagi. Semoga kita bisa meraih apapun yang kita mimpikan, *guys*.

Kepada Mbak Silvi yang selalu mendengarkan keluh kesah, yang sering *menculik* saya untuk menghilangkan stress, mendengarkan curhat-curhatan yang kadang sepele, menjadi teman yang selalu mau diajak berburu buku di setiap sudut jalan Semarang. Terima kasih sudah menganggap saya sebagai adik sendiri.

Wahyu Yoga Tama yang mau meluangkan waktunya untuk mendengar keluhan-keluhan sepele, berbagi cerita yang entah kemana arahnya. Lalu teman-teman kantor Mbak Ana, Vicky, Mbak Chandra yang sering membuat hari-hari di kantor tak pernah sepi, dari mulai pembahasan novel sampai *travelling* yang belum juga terlaksana. Terima kasih sudah hadir dalam kehidupan saya.

## CURRICULUM VITAE

### A. Nama Mahasiswa

Nama : Diniyah Hidayati  
 NBI : 511304900  
 Program Studi : Psikologi  
 Tempat/Tanggal Lahir : Surabaya, 26 Februari 1994  
 Agama : Islam  
 Jumlah Saudara/Anak ke : 3 / ke – 2 (Dua)  
 Alamat Rumah : Klampis Semalang Gang V no. 4B, Sukolilo,  
 Surabaya, 60117  
 Status : Belum Menikah



### B. Nama Orang Tua

Nama Ayah : Mochammad Faudjan  
 Nama Ibu : Chusniyah  
 Alamat Rumah : Klampis Semalang Gang V no.4B, Sukolilo,  
 Surabaya, 60117  
 Pekerjaan Ayah : Tukang Kebun  
 Pekerjaan Ibu : Ibu Rumah Tangga

### C. Riwayat Pendidikan

1. Tamat SD di SD Islam Raden Paku Surabaya : 2006 Tahun
2. Tamat SMP di SMP Unggulan Al-Yasini Pasuruan : 2009 Tahun
3. Tamat SMK di SMKN 1 Wonorejo Pasuruan : 2012 Tahun
4. Perguruan Tinggi

Nama Perguruan Tinggi	Jurusan	Semester	Tahun
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Psikologi	I – VIII	2013 – 2017



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti persembahkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan kasih dan sayang-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara *Happiness* Dengan Kecenderungan *Smartphone Addiction*”** Shalawat serta salam semoga senantiasa selalu terlimpah curahkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, para sahabatnya, hingga pada umatnya sampai akhir zaman, aamiin.

Maksud dari penyusunan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh ujian sarjana psikologi pada Fakultas Psikologi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Dalam penyusunan skripsi ini, banyak pihak yang sangat membantu peneliti dalam berbagai hal. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. drg. Hj. Ida Aju Brahmasari, Dipl.DHE, MPA selaku ketua rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2. Ibu Diah Sofiah, S.Psi., M.Si, Psikolog selaku ketua program pendidikan Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
3. Ibu Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes., Psikolog selaku dosen pembimbing I yang terus memberi waktu, arahan dan *support moral* kepada peneliti.
4. Ibu Akta Ririn Aristawati, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing II yang telah mencurahkan perhatian, bimbingan dan kepercayaan yang sangat berarti bagi peneliti.

5. Kakak Karolin Rista, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen wali peneliti yang telah mengarahkan peneliti dari semester awal hingga semester akhir, memberikan saran dan masukan untuk peneliti dalam menyelesaikan setiap mata kuliah yang diambil.
6. Bapak dan Ibu atas jasa-jasanya, kesabaran, dukungan, doa, dan nasehat yang tidak pernah lelah kalian berikan untuk peneliti. Karya ini bukti bakti peneliti untuk kalian.
7. Kakak dan adik tercinta serta keluarga dan kerabat yang senantiasa terus memberikan doa dan dukungannya.
8. Teman-teman Neste dari Hikmah, Emak Tria, Mbak Luluk, Fiddah, Halim, Mbak Yenny, Mas Rofiq, Bang Hans, dan Adek Putra, terima kasih sudah saling mendukung dan mengingatkan.
9. Mbak Silvi, Uni Riri, dan Rahmawati yang telah membantu dalam proses penyebaran skala uji coba. Terima kasih telah meluangkan waktu kalian yang cukup berharga.
10. Semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga Allah memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semuanya. Demi perbaikan selanjutnya, saran dan kritik yang membangun akan penulis terima dengan senang hati. Akhirnya, hanya kepada Allah SWT peneliti serahkan segalanya mudah-mudahan dapat bermanfaat khususnya bagi peneliti dan umumnya bagi kita semua.

**Diniyah Hidayati (511304900). Hubungan Antara Happiness Dengan Kecenderungan Smartphone Addiction.** Skripsi Strata 1. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya (2017).

## **ABSTRAK**

Kecenderungan *smartphone addiction* merupakan perilaku seseorang yang mengarah pada penggunaan *smartphone* yang berlebihan sehingga menimbulkan kecondongan atau ketergantungan baik secara fisik maupun psikologis yang dapat berdampak negatif pada diri individu dan orang lain. Berbagai faktor yang dapat mempengaruhi seseorang mengalami *smartphone addiction* telah dijelaskan oleh Yuwanto, salah satunya adalah mencari kesenangan pribadi. Kesenangan adalah salah satu bentuk dari *happiness* atau kebahagiaan. Di Amerika, mencari kesenangan atau kebahagiaan adalah salah satu hak asasi manusia, akan tetapi banyak orang yang kurang bahagia cenderung mencari kebahagiaan secara instan, salah satunya melalui penggunaan *smartphone* yang berlebihan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *happiness* dengan kecenderungan *smartphone addiction*. Hipotesis yang diajukan adalah adanya hubungan negatif antara *happiness* dengan kecenderungan *smartphone addiction*, artinya semakin tinggi *happiness* seseorang maka kemungkinan seseorang memiliki perilaku kecenderungan *smartphone addiction* semakin rendah. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah *happiness* seseorang, maka kemungkinan seseorang memiliki perilaku kecenderungan *smartphone addiction* semakin tinggi. Penelitian ini dilakukan di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dengan melibatkan 170 mahasiswa. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan metode skala. Data yang didapat dianalisis dengan statistik nonparametrik korelasi *Spearman Brown*. Berdasarkan hasil analisis data yang dibantu dengan SPSS versi 20.0 *for windows* menunjukkan korelasi sebesar  $r = -0,354$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) yang artinya terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *happiness* dengan kecenderungan *smartphone addiction*.

**Kata : Happiness, Smartphone Addiction, Mahasiswa**

**Diniyah Hidayati (511304900). The Relationship Between Happiness And Smartphone Addiction.** Essay for Bachelor Degree. Surabaya: Faculty of Psychology in University of 17 Agustus 1945 Surabaya.

## **ABSTRACT**

Predisposition of smartphone addiction is a person's behavior that leads to excessive use of smartphone resulting in dependence both physically and psychologically which can impact on individual and others. Many kind of factor that can affect a person suffering from smartphone addiction as described by Yuwanto, one of them is looking for personal pleasure. Pleasure is one form of happiness. Pursuit happiness including human rights in USA, but many people that have less happy seek their happiness in an instant way, one of them by using a smartphone excessively. So that's why, the purpose of this study is to determine the relationship between happiness with the predisposition of smartphone addiction. The hypothesis proposed in this study is there is a negative relationship between happiness and the predisposition of smartphone addiction. It means as people with high levels of happiness have a low tendency towards heavier smartphone use. So did the opposite, as people with low levels of happiness have a greater tendency toward heavier smartphone use. This study is carried out on 170 student at University of 17 Agustus 1945, in Surabaya, in 2017. The data was collected using two questionnaire. Spearman Brown is used for analysis data to examine the relationship between happiness and smartphone addiction. The data is analyzed using SPSS version 20.0 for windows. The result from this study is correlation value of  $R$  is  $-0,354$  and  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). It means there is a negative relationship between happiness and smartphone addiction. So, the hypothesis from this study has been accepted.

**Keywords : Happiness, Smartphone Addiction, Student**

## DAFTAR ISI

Halaman Sampul .....	i
Halaman Judul.....	ii
Halaman Pernyataan Keaslian Skripsi .....	iii
Halaman Persetujuan Skripsi .....	iv
Halaman Pengesahan Skripsi .....	v
Halaman Motto.....	vi
Halaman Persembahan .....	vii
<i>Curriculum Vitae</i> .....	ix
Kata Pengantar .....	x
Abstrak .....	xii
Abstract .....	xiii
Daftar Isi.....	xiv
Daftar Tabel .....	xviii
Daftar Gambar.....	xx
Daftar Lampiran .....	xxi
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
<b>A. Permasalahan .....</b>	<b>1</b>
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah .....	7
<b>B. Tujuan dan Manfaat .....</b>	<b>8</b>
1. Tujuan Penelitian .....	8

2. Manfaat Penelitian .....	8
C. Keaslian Penelitian .....	9
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>10</b>
A. Kecenderungan Smartphone Addiction .....	10
1. Pengertian Smartphone .....	10
2. Pengertian Addiction.....	11
3. Pengertian Kecenderungan Smartphone Addiction .....	13
4. Karakteristik Smartphone Addiction.....	15
5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Smartphone Addiction	16
6. Dampak-Dampak Smartphone Addiction .....	18
B. Happiness.....	19
1. Pengertian Happiness .....	19
2. Aspek-Aspek Happiness .....	21
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Happiness.....	22
C. Hubungan Antara Happiness Dengan Kecenderungan Smartphone Addiction .....	26
D. Hipotesis .....	29
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>30</b>
A. Populasi Dan Sampel .....	30
1. Populasi.....	30
2. Sampel.....	31
B. Disain Penelitian .....	32
C. Instrumen Pengumpul Data .....	32

1. Skala Kecenderungan Smartphone Addiction .....	34
a. Definisi Operasional .....	34
b. Pengembangan Alat Ukur .....	35
c. Uji Alat Ukur .....	36
1) Uji Validitas .....	36
2) Uji Reliabilitas .....	37
2. Skala Happiness .....	38
a. Definisi Operasional .....	38
b. Pengembangan Alat Ukur .....	40
c. Uji Alat Ukur .....	41
1) Uji Validitas .....	41
2) Uji Reliabilitas .....	42
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data .....	43
1. Uji Prasyarat .....	43
a. Uji Normalitas .....	44
b. Uji Linearitas .....	45
2. Uji Analisis Data .....	46
a. Uji Korelasi .....	46
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>47</b>
A. Hasil Penelitian .....	47
B. Pembahasan .....	49
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>52</b>
A. Kesimpulan .....	52

B. Saran .....	52
DAFTAR PUSTAKA .....	54
LAMPIRAN .....	57



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Pilihan Jawaban dan Skor Masing-Masing Jawaban .....	35
Tabel 3.2	<i>Blue Print</i> Skala Kecenderungan <i>Smartphone Addiction</i> Sebelum <i>Try Out</i> .....	35
Tabel 3.3	Hasil Uji Validitas Uji Coba Skala Kecenderungan <i>Smartphone Addiction</i> .....	37
Tabel 3.4	<i>Blue Print</i> Skala Kecenderungan <i>Smartphone Addiction</i> Setelah <i>Try Out</i> .....	37
Tabel 3.5	Kategori Koefisien Reliabilitas (Guilford dalam Sugiyono, 2007)	38
Tabel 3.6	Reliabilitas Skala Kecenderungan <i>Smartphone Addiction</i> .....	38
Tabel 3.7	Pilihan Jawaban dan Skor Masing-Masing Jawaban .....	40
Tabel 3.8	<i>Blue Print</i> Skala <i>Happiness</i> Sebelum Melakukan <i>Try Out</i> .....	40
Tabel 3.9	Hasil Uji Validitas Uji Coba Skala <i>Happiness</i> .....	42
Tabel 3.10	<i>Blue Print</i> Skala <i>Happiness</i> Setelah Melakukan <i>Try Out</i> .....	42
Tabel 3.11	Kategori Koefisien Reliabilitas (Guilford dalam Sugiyono, 2007)	43
Tabel 3.12	Reliabilitas Skala <i>Happiness</i> .....	43
Tabel 3.13	Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov Z</i> .....	44
Tabel 3.14	Hasil Uji Linieritas <i>Curve Fit</i> .....	45
Tabel 3.15	Kategori Koefisien Korelasi Menurut Sugiyono (2007).....	46
Tabel 4.1	Hasil Uji Korelasi <i>Happiness</i> Dengan Kecenderungan <i>Smartphone Addiction</i> .....	47

Tabel 4.2 Sumbangsih Penelitian ( <i>R Square</i> ).....	48
--	----

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Berpikir .....	28
Gambar 3.1 Bagan Penelitian Korelasional.....	32

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Uji Coba Skala Kecenderungan Smartphone Addiction.....	57
Lampiran 2 Uji Coba Skala Happiness .....	60
Lampiran 3 Uji Coba Online Skala Kecenderungan Smartphone Addiction..	62
Lampiran 4 Uji Coba Online Skala Happiness .....	68
Lampiran 5 Data Uji Coba Skala Kecenderungan Smartphone Addiction ....	75
Lampiran 6 Data Uji coba Skala Happiness.....	81
Lampiran 7 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kecenderungan Smartphone Addiction .....	85
Lampiran 8 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Happiness .....	89
Lampiran 9 Data Kecenderungan Smartphone Addiction Setelah Uji Validitas dan Uji Reliabilitas .....	95
Lampiran 10 Data Skala Happiness Setelah Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	98
Lampiran 11 Informed Consent .....	101
Lampiran 12 Skala Kecenderungan Smartphone Addiction Penelitian .....	102
Lampiran 13 Skala Happiness Penelitian.....	104
Lampiran 14 Skala Online Kecenderungan Smartphone Addiction .....	106
Lampiran 15 Skala Online Happiness .....	111
Lampiran 16 Data Skala Kecenderungan Smartphone Addiction Penelitian...	116
Lampiran 17 Data Skala Happiness Penelitian .....	122
Lampiran 14 Uji Linearitas, Normalitas, Korelasi dan R Square .....	128