



HUBUNGAN ANTARA SMARTPHONE ADDICTION DENGAN ADAPTASI SOSIAL SISWA DI SD X

THE RELATIONSHIP BETWEEN SMARTPHONE ADDICTION AND STUDENTS' SOCIAL ADAPTATION IN SD X

Sirilus Andika Mambang Semahai Empula¹⁾, Raja Oloan Tumanggor²⁾

^{1,2} Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

Email: sirilus.705210119@stu.untar.ac.id¹, raja@fpsi.untar.ac.id²

INFO ARTIKEL

Kata Kunci:

Smartphone Addiction,
Adaptasi Sosial,
Anak-anak.

ABSTRAK

Smartphone dapat didefinisikan sebagai perangkat seluler yang memiliki kemampuan seperti komputer. Orang yang terlalu sering menggunakan *smartphone* dapat mengalami kecanduan *smartphone*, kondisi di mana seseorang menjadi terlalu tergantung pada ponsel, mengakibatkan kehilangan kontrol diri dan kecemasan psikologis. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan juga dapat menyebabkan perasaan tidak peduli terhadap lingkungan sosial. Adaptasi adalah kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Proses di mana seorang individu atau kelompok mengubah tindakan mereka untuk sesuai dengan lingkungan sosial mereka disebut sebagai adaptasi sosial. Adaptasi sosial juga dapat disebut sebagai penyesuaian diri terhadap lingkungan. Partisipan dalam penelitian kali ini adalah anak-anak dengan rentang usia 9-12 tahun. Anak-anak pada tahap ini sudah belajar mengenai keterampilan sosial dan akademis melalui kegiatan dalam kelompok. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara *smartphone addiction* dengan adaptasi sosial siswa di SD X. Metode penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik ini termasuk kedalam metode *non-probability sampling*. Penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dan dianalisis dengan metode korelasi *Spearman*. Dengan menggunakan metode uji korelasi *Spearman Correlation* pada level alpha 0.05, ada hubungan negatif yang signifikan antara *smartphone addiction* dan adaptasi sosial, $r(df) = -0.216$, $p < 0.001$ Semakin tinggi skor *smartphone addiction*, semakin rendah skor adaptasi sosial. Hubungan negatif artinya semakin tinggi *smartphone addiction*, maka semakin rendah adaptasi sosialnya. Begitupun sebaliknya jika *smartphone addiction* semakin rendah, maka semakin tinggi adaptasi sosial.

Copyright © 2024 JSER. All rights reserved.

ARTICLE INFO

Keywords:
Smartphone
Addiction, Social
Adaptation, Children.

ABSTRACT

A smartphone can be defined as a mobile device that has computer-like capabilities. People who overuse smartphones may develop smartphone addiction, a condition in which a person becomes overly dependent on the phone, resulting in loss of self-control and psychological anxiety. Excessive smartphone use can also lead to feelings of indifference to the social environment. Adaptation is a person's ability to adjust to their environment. The process by which an individual or group changes their actions to suit their social environment is referred to as social adaptation. Social adaptation can also be referred to as self-adjustment to the environment. The participants in this study are children with an age range of 9-12 years. Children at this stage are already learning about social and academic skills through group activities. The purpose of this study is to see the relationship between smartphone addiction and social adaptation of students at SD X. This research method uses purposive sampling technique. This technique is included in the non-probability sampling method. This research was conducted quantitatively and analyzed using the Spearman Correlation method. Using the Spearman Correlation test method at an alpha level of 0.05, there is a significant negative relationship between smartphone addiction and social adaptation, $r(df) = -0.216, p < 0.001$. The higher the smartphone addiction score, the lower the social adaptation score. The negative relationship means that the higher the smartphone addiction, the lower the social adaptation. On the other hand, the lower the smartphone addiction, the higher the social adaptation.

Copyright © 2024 JSR. All rights reserved.

PENDAHULUAN

Saat ini, teknologi berkembang pesat, terutama dalam bidang telekomunikasi. Pada awalnya, *smartphone* hanya digunakan untuk berkomunikasi melalui telepon dan pesan singkat, tetapi sekarang mereka dapat mengakses internet, melakukan transaksi, melakukan bisnis, dan banyak lagi (Wijaya, 2023). Ini termasuk kemampuan untuk berinteraksi dengan orang yang tinggal jauh, bepergian, melakukan bisnis, bersenang-senang, dan bahkan mendapatkan semua informasi yang mereka butuhkan. Secara umum pengertian *smartphone* adalah sebuah perangkat seluler namun memiliki kecanggihan yang setara dengan komputer (smkperintis.sch.id, 2019). Saat ini, terutama bagi para pelajar, tidak memiliki *smartphone* dianggap aneh dan ketinggalan zaman. Hampir semua orang memiliki *smartphone*, mereka bahkan bersaing satu sama lain untuk memiliki model termahal, terbaru, dan tercanggih (Retalia et al., 2022). Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat menyebabkan dampak buruk kepada diri sendiri dan bahkan dapat menyebar ke lingkungan sekitar (Timbowo, 2016).

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat mengakibatkan pengguna mengalami gangguan-gangguan pada kesehatan seperti gangguan pada fungsi penglihatan, nyeri pada pergelangan tangan, nyeri pada kepala, pola tidur yang tidak teratur dan bahkan dapat menyebabkan ketergantungan *smartphone* atau *smartphone addiction* (Yani, 2021). *Smartphone addiction* adalah bentuk ketergantungan seseorang terhadap

smartphone yang dapat mengakibatkan munculnya kecemasan berlebih dan hilangnya kontrol pada diri sendiri (Cho et al., 2017). Selain itu, Kwon, Lee, et al. (2013) mendefinisikan *smartphone addiction* sebagai sebuah perilaku kecanduan seorang individu yang dapat menyebabkan masalah pada seorang individu dan lingkungan sosialnya. Kwon juga menyatakan bahwa *smartphone addiction* terdiri dari 6 dimensi atau aspek, yaitu: *daily-life disturbance*, *withdrawal*, *cyberspace-oriented relationship*, *overuse*, *positive anticipation*, and *tolerance*. (1) *daily-life disturbance* yakni terganggunya aktifitas harian, kehilangan konsentrasi yang mengakibatkan tidak terlaksananya rencana pekerjaan; (2) *withdrawal* yaitu menarik diri dari lingkungan dan menyebabkan rasa gelisah, gugup dan emosian ketika sedang tidak menggunakan *smartphone* atau bahkan ketika sedang menggunakan *smartphone*; (3) *cyberspace-oriented relationship* yaitu merasas bahwa hubungan dengan teman virtual lebih baik dibandingkan dengan teman dari dunia nyata, sehingga lebih memilih untuk berhubungan dengan teman virtual dan mengabaikan dunia nyata; (4) *overuse* yaitu suatu keadaan ketika pengguna *smartphone* selalu merasa bahwa mereka perlu menggunakan *smartphone*, bahkan ketika *smartphone* miliknya sedang kehabisan daya. Pengguna juga menggunakan *smartphone* melebihi batas wajar dan sangat susah untuk berhenti; (5) *positive anticipation* yaitu ketika pengguna *smartphone* merasa hampa ketika sedang tidak menggunakan *smartphone* dan bahkan dapat mengalami *stress* apabila tidak menggunakan *smartphone*; (6) *tolerance* yaitu ketika pengguna sudah berusaha untuk mengontrol penggunaan *smartphone*, namun dalam prosesnya mereka selalu gagal.

Selain dapat menyebabkan pengguna mengalami penurunan kesehatan, *smartphone addiction* juga dapat menyebabkan dampak buruk bagi pengguna dan lingkungannya. Pengguna yang terkena *smartphone addiction* akan menjadi seorang individu yang tidak peduli dengan keadaan sekitarnya. Jika hal ini terus dibiarkan, maka pengguna akan memiliki adaptasi sosial yang kurang baik (Dewanti et al., 2016). Adaptasi adalah kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekitar (Tuasikal, 2023). Selain itu Marzali (2003) mendefinisikan adaptasi sebagai upaya untuk menyusun strategi agar dapat menyesuaikan dengan sumber daya yang ada demi menghindari masalah dengan menyesuaikan lingkungan, norma dan struktur tempat tinggalnya. Adaptasi sosial adalah proses seorang individu atau kelompok melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan (Usman Ahmad et al., 2021). Menurut Robert K. Marton adaptasi dapat dibagi menjadi lima bentuk, yaitu: *conformity*, *innovation*, *ritualism*, *retreatism*, *rebellion*. (1) Konformitas (*conformity*) yaitu memiliki sikap mau menerima perbedaan budaya yang ada dan menjadikannya sebagai sudut pandang yang baru; (2) Inovasi (*innovation*) yaitu menerima perubahan yang terjadi, namun dengan tujuan yang sama, namun menolak aturan yang dianggap tidak perlu; (3) Ritualisme (*ritualism*) yaitu mulai meninggalkan budaya yang di pegang, namun tetap mengikuti acara yang sudah ditetapkan ; (4) Retreatisme (*retreatism*) yaitu tidak mengikuti aturan maupun norma yang berlaku di masyarakat dan berusaha untuk menarik diri dari masyarakat; (5) Pemberontakan (*rebellion*) yaitu penolakan total terhadap perubahan budaya dan lebih memilih untuk mengganti dengan budaya yang baru.

Menurut Muhliansyah et al. (2019) terdapat tiga dimensi dari adaptasi sosial, yaitu: *Intensity*, *Diversity*, *Clarity*. (1) *Intensity* yaitu menunjukkan seberapa besar intensitas seorang individu terlibat dalam interaksi sosial. Semakin intens seorang individu terlibat dalam interaksi sosial, maka semakin besar kemungkinan terjalin nya

hubungan sosial yang positif; (2) *Diversity* yaitu seberapa banyak variasi adat dan budaya yang didapatkan oleh seorang individu ketika melakukan interaksi sosial. Seorang individu yang menjalin interaksi sosial dengan berbagai suku maupun budaya cenderung memiliki adaptasi sosial yang baik; (3) *Clarity* yaitu tingkat pemahaman seorang individu terhadap budaya yang ada di lingkungan sosialnya. Orang akan cenderung lebih mudah beradaptasi apabila mengetahui norma-norma serta adat yang berlaku pada lingkungan sosialnya.

Anak-anak yang berusia 6-11 tahun tergolong sebagai masa kanak-kanak pertengahan dan akhir. Pada usia ini anak-anak sudah memiliki kemampuan dasar menulis, matematika dan juga kontrol diri yang baik (Dewi, 2020). Anak-anak adalah salah satu pengguna *smartphone* terbanyak di Indonesia. Sebanyak 33,44% anak usia dini di Indonesia menggunakan *smartphone* dan jumlah anak-anak yang dapat menggunakan internet pada tahun 2022 mencapai 24,96% (Santika, 2023). Sedangkan jumlah anak berusia 4 tahun atau balita yang menggunakan *smartphone* berjumlah 25,5%, anak-anak usia 5-6 tahun 52,76% (Santika, 2023). Penggunaan *smartphone* berlebihan pada masa perkembangan teknologi dapat menimbulkan *Antisocial Behaviour* pada anak-anak (Dewanti et al., 2016). *Antisocial Behaviour* adalah dampak negatif yang dapat timbul akibat terlalu sering menggunakan *smartphone*. Orang yang terkena *Antisocial behaviour* akan menganggap bahwa *smartphone* adalah hal terpenting di dalam hidupnya, sehingga mengabaikan hal-hal lain disekitarnya. *Antisocial behaviour* dapat terjadi pada anak apabila anak tersebut terlalu sering bermain atau menggunakan *smartphone* (Dewanti et al., 2016).

Didasarkan pada penelitian terdahulu yang berjudul “Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Interaksi Sosial Remaja” yang dilakukan oleh Retalia et al. (2022) tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara intensitas penggunaan *smartphone* dengan interaksi sosial remaja. Yang artinya terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi interaksi sosial pada remaja. Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan diatas, peneliti menduga bahwa ada hubungan antara *smartphone addiction* dengan adaptasi sosial siswa. Peneliti memberikan gagasan tersebut berdasarkan pengalaman peneliti ketika sedang melakukan magang sebagai seorang asisten pengajar di SD X. Menurut pengalaman observasi peneliti selama mengajar, terdapat indikasi bahwa siswa kelas 5 dan kelas 6 di SD X mengalami Smartphone Addiction. Berdasarkan hal tersebut, peneliti memulai penelitian berjudul “Hubungan antara Smartphone Addiction dengan Adaptasi Sosial Siswa di SD X”.

METODE

Sampel

Penelitian ini melibatkan 221 siswa berusia antara 9 hingga 12 tahun yang secara resmi terdaftar sebagai siswa kelas 5 dan 6 di SD X. Penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling* sebagai teknik pengambilan sampel. Dari total 221 partisipan, sebanyak 110 partisipan laki-laki (49.80%) dan 111 partisipan perempuan (50.20%). Usia partisipan berkisar antara 9 sampai dengan 12 tahun, dengan rata-rata usia partisipan 11 tahun (54.30%).

Alat ukur

Penelitian ini menggunakan 2 alat ukur untuk mengukur kedua variabel. Alat ukur untuk mengukur variabel *smartphone addiction* adalah *Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV)* yang dikemukakan oleh Kwon, Kim, et al. (2013) dan diadaptasi

oleh Arthy et al. (2019) kedalam bahasa Indonesia. Alat ukur ini memiliki butir berjumlah 10 butir. Sedangkan alat ukur untuk mengukur variabel adaptasi sosial adalah Alat Ukur Adaptasi Lingkungan yang dikemukakan oleh Muhliansyah et al. (2019). Alat ukur ini memiliki butir berjumlah 15 butir. Kedua alat ukur sudah lolos uji validitas dan uji reliabilitas dengan nilai $\alpha=0.734$ untuk SAS-SV dan nilai Cronbach's Alpha untuk Alat Ukur Adaptasi Lingkungan dimensi Intensity adalah 0.427, dimensi Diversity adalah 0.521 dan dimensi Clarity adalah 0.803. Analisis data yang digunakan adalah menggunakan uji korelasi spearman untuk melihat korelasi antara *smartphone addiction* dengan adaptasi sosial. Tingkat signifikansi dari penelitian ini adalah 95%.

Hipotesis dari penelitian ini adalah:

H₀: Tidak terdapat hubungan antara Smartphone Addiction dengan Adaptasi Sosial pada siswa SD X.

H₁: Terdapat hubungan antara Smartphone Addiction dengan Adaptasi Sosial pada siswa SD X.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti melakukan uji normalitas menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov*. Data dikatakan terdistribusi normal apabila memiliki nilai signifikansi (*2-tailed*) lebih besar dari 0.05 ($\text{sig} > 0,05$). Namun data dapat dikatakan tidak terdistribusi normal apabila memiliki nilai kurang dari 0.05 ($\text{sig} < 0,05$). Berdasarkan hasil uji normalitas, dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini ada yang terdistribusi secara normal dan ada yang tidak terdistribusi secara normal seperti yang tertera pada tabel 1.

Tabel 1. Uji Normalitas Menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov*

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	Keterangan
<i>Smartphone Addiction</i>	0.328	Terdistribusi normal $\text{sig} > 0.05$
Adaptasi Sosial	0.049	Terdistribusi tidak normal $\text{sig} > 0.05$

Setelah mengetahui bahwa ada data yang terdistribusi secara tidak normal, penelitian dilanjutkan dengan melakukan uji korelasi menggunakan korelasi *spearman*. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, maka didapatkan hasil mengenai hubungan antara *smartphone addiction* dengan adaptasi sosial siswa di SD X pada tabel berikut:

Tabel 2. Korelasi antara *smartphone addiction* dengan adaptasi sosial siswa di SD X

Variabel	<i>r</i>	<i>p</i>	Keterangan
<i>Smartphone addiction</i>	-0.216	$p < 0.001$	Negatif dan signifikan
Adaptasi sosial			

Berdasarkan tabel 2. didapatkan hasil bahwa dengan menggunakan metode uji *Spearman Correlation* pada level alpha 0.05, ada hubungan negatif yang signifikan antara *smartphone addiction* dan adaptasi sosial, $r(df) = -0.216$, $p < 0.001$ Semakin tinggi skor *smartphone addiction*, semakin rendah skor adaptasi sosial. Hubungan negatif artinya semakin tinggi *smartphone addiction*, maka semakin rendah adaptasi sosialnya. Begitupun sebaliknya jika *smartphone addiction* semakin rendah, maka semakin tinggi adaptasi sosial.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang berjudul “Hubungan antara *Smartphone Addiction* dengan Adaptasi Sosial siswa di SD X” didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *smartphone addiction* dengan adaptasi sosial pada siswa di SD X. Hubungan negatif artinya semakin tinggi *smartphone addiction* maka adaptasi sosial akan semakin rendah. Begitu juga sebaliknya, jika *smartphone addiction* semakin rendah maka adaptasi sosial akan semakin tinggi. Dengan kata lain, semakin banyak seorang siswa terpapar *smartphone* secara berlebihan, maka interaksi sosial antara siswa tersebut dengan teman-temannya akan berkurang.

Saran

Hubungan antara *smartphone addiction* dengan adaptasi sosial mungkin saja juga dipengaruhi oleh faktor lain, seperti faktor lingkungan tempat tinggal, jenis pola asuh orang tua dan bahkan kemampuan sosial individu masing-masing. Disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan menggunakan berbagai variabel yang sekiranya dapat mempengaruhi hubungan antara *smartphone addiction* dan adaptasi sosial. Orang tua juga berperan penting pada proses adaptasi sosial siswa. Orang tua diharapkan dapat memberikan batasan pada waktu bermain *smartphone* anaknya. Selain memberi batasan waktu penggunaan, orang tua juga diharapkan dapat membatasi konten yang diakses oleh anaknya, hal ini diperlukan agar anak-anak tidak dapat melihat konten yang tidak sesuai dengan usianya. Selain orang tua, pihak sekolah juga berperan penting agar siswa tidak terkena *smartphone addiction*. Diharapkan pihak sekolah dapat mengumpulkan *smartphone* milik siswa di ruang TU pada pagi hari dan dibagikan lagi ketika sudah pulang sekolah. Hal ini untuk mengurangi kemungkinan siswa memainkan *smartphone* pada jam pelajaran maupun pada jam istirahat atau bahkan ketika jam kosong.

DAFTAR PUSTAKA

- Cho, H.-Y., Kim, D. J., & Park, J. W. (2017). Stress And Adult Smartphone Addiction: Mediation By Self-Control, Neuroticism, And Extraversion. *Stress And Health*, 33(5), 624-630. <https://doi.org/10.1002/Smi.2749>
- Dewanti, T., Widada, W., & Triyono, T. (2016). Hubungan Antara Keterampilan Sosial Dan Penggunaan Gadget Smartphone Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sma Negeri 9 Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(3), 126-131. <https://doi.org/10.17977/Um001v1i32016p126>
- Dewi, A. (2020). *Laporan Resume Perkembangan Anak Dari Buku “Child Development” Karya John W. Santrock*.
- 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), E83558. <https://doi.org/10.1371/Journal.Pone.0083558>
- Kwon, M., Lee, J.-Y., Won, W.-Y., Park, J.-W., Min, J.-A., Hahn, C., Gu, X., Choi, J.-H., & Kim, D.-J. (2013). Development And Validation Of A Smartphone Addiction Scale (Sas). *Plos One*, 8(2), E56936. <https://doi.org/10.1371/Journal.Pone.0056936>
- Marzali, A. (2003). Strategi Peisan Cikalang Dalam Menghadapi Kemiskinan. In *Yayasan Obor Indonesia Ebooks*.

- Muhliansyah, M., Putri, A. P., Rasyid, M., Adriansyah, M. A., & Diana, D. (2019). Konstruksi Alat Ukur Adaptasi Lingkungan. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 8(2), 123. <https://doi.org/10.30872/Psikostudia.V8i2.3098>
- Retalia, R., Soesilo, T. D., & Irawan, S. (2022). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Interaksi Sosial Remaja. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 12(2), 139–149. <https://doi.org/10.24246/J.Js.2022.V12.I2.P139-149>
- Santika, E. F. (2023, February 16). *Hampir Separuh Anak Usia Dini Sudah Gunakan Hp Dan Mengakses Internet Pada 2022*. Katadata.Co.Id; Databoks. <https://databoks.katadata.co.id/demografi/statistik/f561c07efa4d0ce/hampir-separuh-anak-usia-dini-sudah-gunakan-hp-dan-mengakses-internet-pada-2022>
- Smkperintis.Sch.Id. (2019, October 7). *Pengertian Smartphone*. Smkperintis.Sch.Id. <https://smkperintis.sch.id/2019/10/07/smartphone/>
- Timbowo, D. (2016). Manfaat Penggunaan Smartphone Sebagai Media Komunikasi (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Sam Ratulangi). *Jurnal Acta Diurna Komunikasi*, 5(2), 91480.
- Tuasikal, J. M. S. (2023, July 13). *Kemampuan Adaptasi*. Dosen.Ung.Ac.Id. <https://dosen.ung.ac.id/jumadituasikal/home/2023/7/13/kemampuan-adaptasi.html>
- Usman, A., Yani, A., Kadir, A., & Syamsudin Syamsudin. (2021). Kemampuan Adaptasi Sosial Antar Pengurus Remaja Masjid “Lailatul Qadri” Kelurahan Rabadompu Timur Kota Bima. *Jurnal Komunikasi Dan Kebudayaan*, 8(1), 93–104.
- Wijaya, A. (2023, October 11). *Pengertian Smartphone Adalah : Sejarah, Perkembangan, Manfaat, Dst..* Dianisa.Com. <https://dianisa.com/pengertian-smartphone/>
- Yani, I. F. (2021, November 15). *10 Dampak Negatif Penggunaan Gadget Secara Berlebihan - Hellosehat*. Hello Sehat. <https://hellosehat.com/sehat/informasi-kesehatan/dampak-negatif-penggunaan-gadget/>