

**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DAN
SMARTPHONE ADDICTION PADA SISWA PENGGUNA
SMARTPHONE YANG BERSEKOLAH DI SMK UNGGULAN
SURABAYA**

SKRIPSI



OLEH:
Cintia Isviantri
NRP 7103015115

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2018**

**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DAN
SMARTPHONE ADDICTION PADA SISWA PENGGUNA
SMARTPHONE YANG BERSEKOLAH DI SMK UNGGULAN
SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar
Sarjana Psikologi



OLEH:
Cintia Isviantri
NRP 7103015115

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2018**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya :

Nama : Cintia Isviantri

NRP : 7103015115

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DAN
SMARTPHONE ADDICTION PADA SISWA PENGGUNA
SMARTPHONE YANG BERSEKOLAH DI SMK UNGGULAN
SURABAYA**

Benar-benar merupakan karya saya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun. Apabila pada kemudian hari ditemukan bukti, bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiat atau hasil dari manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta permohonan maaf dari pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, dan dinyatakan dengan sesungguhnya penuh kesadaran dalam membuatnya.

Surabaya, 3 Desember 2018
Yang membuat pernyataan,



Cintia Isviantri

HALAMAN PERSETUJUAN

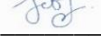
SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DAN *SMARTPHONE ADDICTION* PADA SISWA PENGGUNA *SMARTPHONE* YANG BERSEKOLAH DI SMK UNGGULAN SURABAYA

Oleh :

Cintia Isviantri
NRP 7103015115

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi.

Pembimbing: Fransisca Febriana Sidjaja, M.Psi., Ph.D ()

Surabaya, 3 Desember 2018

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal 13 Desember 2018

Mengesahkan,
Fakultas Psikologi,



(E. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog)

Dewan Penguji :

1. Ketua : Jaka Santosa Sudagijono, M.Psi., Psikolog



2. Sekretaris : Desak Nyoman A.R.D., M.Psi., Psikolog



3. Anggota : Fransisca Febriana Sidjaja, M.Psi., Ph.D



4. Anggota : J. Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog



**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya :

Nama : Cintia Isviantri

NRP : 7103015115

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DAN
SMARTPHONE ADDICTION PADA SISWA PENGGUNA
SMARTPHONE YANG BERSEKOLAH DI SMK UNGGULAN
SURABAYA**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 3 Desember 2018
Yang membuat pernyataan,



Cintia Isviantri

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

ALLAH SWT.

***In The Name of ALLAH, MOST
GRACIOUS, MOST MERCIFUL***

Kedua Orang Tua Tercinta (Yayuk-Misdi)
Serta Kakak Tersayang (Yudho)

Sahabat-sahabat ku Terkasih yang telah
mendukung☺

Serta seluruh siswa-siswi kelas XII dalam penelitian
ini yang sedang berjuang dalam menggapai
mimpinya☺

HALAMAN MOTTO

*“Do It Now ! Sometimes Later Become
Never” -unknown*

***“To be a champ, you have to believe
in your self when nobody else will”***
-Sugar Rain Robinson-

*“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu
ada kemudahan”*
-QS. Al Insyirah : 5-

*“Allah tidak akan membebani seseorang
melainkan sesuai dengan kadar
kesanggupannya”*
-QS. Al Baqarah : 286-

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Terselesaikannya skripsi ini tidak lepas dari berbagai pihak yang sudah memberikan bantuan kepada penulis. Ucapan terima kasih sebesar-besarnya penulis sampaikan untuk pihak-pihak yang sudah membantu dan mendukung proses yang penulis lalui selama pendidikan dan penyelesaian skripsi ini, penulis haturkan kepada :

1. **Allah Swt.** Tuhan Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Segala puji hanya bagi Allah, Tuhan semesta alam. Terima kasih atas segala pertolongan dan dampingan yang telah diberikan untuk hambaMu ini.
2. Ibu **Florentina Yuni Apsari, M.Si., Psikolog** selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah membantu penulis selama menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
3. Ibu **Fransisca Febriana Sidjaja, M.Psi., Ph. D** selaku dosen pembimbing yang telah bersedia dengan begitu sabar dan ikhlas meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing penulis hingga terselesaikannya skripsi ini.
4. Bapak **Jaka Santosa Sudagijono, M. Psi., Psikolog**, bapak **J. Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog**, dan ibu **Desak Nyoman A.R.D., M.Psi., Psikolog** selaku tim penguji skripsi yang telah membantu menguji, memberi masukan pada penelitian ini dan dengan sabar menjawab pertanyaan-pertanyaan penulis.
5. Ibu **Agnes Maria Sumargi, Ph. D** yang telah bersedia menjadi *professional judges* dalam penelitian ini.
6. Bapak **Made D. Rama Adhyatma, M. Psi., Psikolog** selaku pembimbing akademik yang selalu mendukung dan mendampingi selama menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi.
7. Seluruh **Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya** yang telah bersedia berbagi ilmu dan pengalaman berharga

selama penulis menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi.

8. Ibu **Lilis**, ibu **Eva**, dan Bapak **Anang**, selaku Tim Tenaga Administrasi yang telah banyak membantu penulis dalam hal administrasi selama menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi.
9. Terima kasih tak terhingga kepada **kedua orang tua tercinta, Mama (Yayuk Sutrisni) dan Papa (Miski Swanto)** untuk segalanya. Terima kasih untuk setiap doa, nasihat, dan dukungan baik materi maupun non materi yang telah diberikan mulai awal kehidupan hingga saat ini. Semoga kelak anakmu ini dapat membalas semua kebaikanmu.
10. Kakakku tersayang, **Yudho Putro Swanto** yang selalu memberikan dukungan baik secara moril maupun materil. Terima kasih atas segala kasih sayang yang selama ini telah diberikan. Semoga kelak kita dapat bersama-sama membahagiakan orang tua.
11. Kesayangan, **Maulidta Ningtyas, Ervine Felicia**, dan **Gabriella Dhiagnadya** yang sama-sama berjuang untuk mendapat gelar **S.Psi**. Terima kasih atas segalanya yang telah dilakukan bersama, terima kasih karena selalu saling menguatkan, dan terima kasih karena tidak pernah membiarkan penulis berjuang sendirian.
12. Sahabatku tersayang, **Rifka Aulia** dan **Asabila Astrit**, yang selalu memberikan motivasi kepada penulis, yang selalu memberikan dukungan dan penguat untuk penulis, sehingga penulis bisa berada di titik ini.
13. Teman-teman seperjuangan yang juga selalu membantu dan menyemangati : **Yeremia Steven, Rony Chandra, Raymundus Aprianto, Marcelino Robert, Christian Putra** yang selalu mengajak berlibur ketika penulis merasa jenuh atau terpuruk, serta teman-teman psikologi angkatan 2015 yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas kekompakan dan kerjasamanya selama ini.

14. Terima kasih juga untuk **semua pihak** yang telah membantu secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Semoga Tuhan selalu memberkati.

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Surat Pernyataan	ii
Halaman Persetujuan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi	v
Halaman Persembahan	vi
Halaman Motto	vii
Halaman Ungkapan Terima Kasih	viii
Daftar Isi	xi
Daftar Gambar	xiii
Daftar Tabel	xiv
Daftar Lampiran	xv
Abstraksi	xvi
<i>Abstract</i>	xvii
BAB I. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Batasan Penelitian	10
1.3. Rumusan Masalah	10
1.4. Tujuan Penelitian	11
1.5. Manfaat Penelitian	11
BAB II. LANDASAN TEORI	
2.1. <i>Smartphone Addiction</i>	12
2.1.1. Pengertian <i>Smartphone Addiction</i>	12
2.1.2. Aspek-Aspek <i>Smartphone Addiction</i>	12
2.1.3. Faktor-Faktor yang menyebabkan <i>Smartphone Addiction</i>	13
2.1.4. Dampak <i>Smartphone Addiction</i>	14
2.2. Stres Akademik	16
2.2.1 Pengertian Stres	16
2.2.2 Pengertian Stres Akademik	16
2.2.3 Aspek-Aspek Stres	16
2.2.4 Jenis-Jenis Stres	17

2.3. Hubungan Antara Stres Akademik dan <i>Smartphone Addiction</i> pada Siswa Pengguna <i>Smartphone</i> yang bersekolah di SMK Unggulan Surabaya.....	17
2.4. Hipotesis	20

BAB III. METODE PENELITIAN

3.1. Identifikasi Variabel Penelitian	21
3.2. Definisi Operasional.....	21
3.2.1. Definisi Operasional <i>Smartphone Addiction</i>	21
3.2.2. Definisi Operasional Stres Akademik	21
3.3. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	21
3.4. Metode Pengumpulan Data	22
3.5. Validitas dan Reliabilitas.....	25
3.5.1 Validitas.....	25
3.5.2 Reliabilitas.....	25
3.6. Teknik Analisis Data	26
3.7. Etika Penelitian.....	26

BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

4.1. Orientasi Kancas Penelitian	27
4.2. Persiapan Pengambilan Data	29
4.3. Pelaksanaan Penelitian	30
4.4. Hasil Penelitian.....	32
4.4.1. Uji Validitas	32
4.4.2. Uji Reliabilitas.....	34
4.4.3. Deskripsi Identitas Subjek.....	34
4.4.4. Deskripsi Data Variabel Penelitian	38
4.4.5. Uji Asumsi.....	41
4.4.6. Uji Hipotesis.....	41

BAB V. PENUTUP

5.1. Bahasan.....	42
5.2. Simpulan.....	44
5.3. Saran	45

DAFTAR PUSTAKA.....	46
---------------------	----

LAMPIRAN	50
----------------	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1. Proporsi Siswa Berdasarkan Asal Sekolah	35
Gambar 4.2. Proporsi Siswa Berdasarkan Usia	36
Gambar 4.3. Proporsi Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin.....	37
Gambar 4.4. Proporsi Siswa Berdasarkan Jurusan	38

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1.	Bobot Nilai Aitem <i>Favourable</i> dan <i>Unfavourable</i>	23
Tabel 3.2.	<i>Blueprint</i> Skala <i>Smartphone Addiction</i>	23
Tabel 3.3.	<i>Blueprint</i> Skala Stres Akademik	24
Tabel 4.1.	Pelaksanaan Pengambilan Data	30
Tabel 4.2.	Aitem Gugur dan Sahih pada Skala <i>Smartphone Addiction</i>	33
Tabel 4.3.	Aitem Gugur dan Sahih pada Skala Stres Akademik ...	34
Tabel 4.4.	Kategorisasi Variabel <i>Smartphone Addiction</i>	39
Tabel 4.5.	Kategorisasi Variabel Stres Akademik.....	39
Tabel 4.6.	Tabulasi Silang Variabel Stres Akademik dan <i>Smartphone Addiction</i>	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Koding Skala <i>Smartphone Addiction</i>	50
Lampiran B. Koding Skala Stres Akademik.....	62
Lampiran C. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Smartphone Addiction</i> . 71	
Lampiran D. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Smartphone Addiction</i> yang digunakan.....	75
Lampiran E. Validitas dan Reliabilitas Skala Stres Akademik.....	77
Lampiran F. Validitas dan Reliabilitas Skala Stres Akademik yang digunakan	80
Lampiran G. Uji Normalitas dan Linieritas	81
Lampiran H. Uji <i>Kendall's Tau-b</i>	83
Lampiran I. <i>Crosstabs</i> (Tabulasi Silang).....	84
Lampiran J. Surat Pernyataan <i>Professional Judges</i>	85

Cintia Isviantri (2018). “Hubungan antara Stres Akademik dan *Smartphone Addiction* pada Siswa Pengguna *Smartphone* di SMK Unggulan Surabaya”. **Skripsi Sarjana Strata I**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAKSI

Smartphone addiction adalah suatu kondisi dimana seseorang memiliki intensitas berlebihan dalam menggunakan *smartphone*, tidak mampu menjauhkan diri dari *smartphone*, serta menunjukkan gejala kecanduan saat berada jauh dari *smartphone* miliknya. Salah satu faktor yang dapat memicu terjadinya *smartphone addiction* adalah saat seseorang mengalami stres akademik. Stres akademik merupakan suatu kondisi perasaan tidak menyenangkan yang terjadi dalam suatu tekanan akademik dimana individu tidak dapat menghadapi tuntutan akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dan *smartphone addiction* pada siswa pengguna *smartphone* yang bersekolah di tiga SMK unggulan Surabaya. Data didapatkan dengan menggunakan Skala *Smartphone Addiction* dan Skala Stres Akademik yang dikembangkan oleh Peneliti. Sebanyak 343 siswa pengguna *smartphone* yang bersekolah di tiga SMK unggulan berpartisipasi dalam penelitian ini. Analisis data dilakukan dengan teknik analisis statistik non-parametrik *Kendall's Tau-b*, dengan menggunakan program statistik SPSS versi 16. Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara stres akademik dan *smartphone addiction* ($r_{xy} = 0,282$; $p = 0,001 < 0,05$) dimana sumbangan efektif variabel stres akademik terhadap *smartphone addiction* adalah sebesar 15,8%.

Kata kunci : Stres Akademik, *Smartphone Addiction*, Siswa SMK

Cintia Isviantri (2018). *“The Relationship between Academic Stress and Smartphone Addiction within High Ranked Vocational School Students in Surabaya”*. **Undergraduate Thesis**. Faculty of Psychology Widya Mandala Catholic University of Surabaya.

ABSTRACT

Smartphone addiction is a condition when a person shows excessive use in using smartphone, consistently unable to withdraw themselves from the gadget, and shows symptoms of addiction when kept away from smartphone. One of the factors suggested to be the cause of smartphone addiction is academic stress. Academic stress is an unpleasant feelings condition that occurs when individuals are unable to fulfill academic demands. The current study aims to determine the relationship between academic stress and smartphone addiction in Surabaya High Ranked Vocational School Students. Data are obtained using the Smartphone Addiction Scale and the Academic Stress Scale developed by the researcher. 343 students from three High Ranked Vocational Schools in Surabaya participated in the present study. Data analysis using Kendall’s Tau-b non-parametric statistic found a significant relationship between academic stress and smartphone addiction ($r_{xy} = 0,282$; $p = 0,001 < 0,05$), with 15.8% of the effective contribution of academic stress in explaining the variance of smartphone addiction.

Keywords : *Academic Stress, Smartphone Addiction, Vocational Student*