

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Seiring berjalannya waktu dan perubahan jaman, kebutuhan individu semakin bertambah. Salah satu dampak dari perubahan jaman yaitu teknologi yang semakin berkembang. Semakin berkembangnya jaman, semakin berkembang pula teknologi yang ada di dalam kehidupan. Teknologi yang berkembang dapat membantu memudahkan individu dalam hal berkomunikasi. Jika pada jaman dahulu komunikasi dilakukan secara lisan dan dengan bertatap muka, maka pada jaman digital saat ini individu tidak lagi harus bertemu dan bertatap muka dengan lawan bicaranya untuk menyampaikan pesan. Salah satu teknologi modern yang digunakan dalam hal berkomunikasi disebut *smartphone*. *Smartphone* merupakan sebuah kombinasi dari ponsel dan komputer genggam yang menciptakan revolusi teknologi terhebat sejak internet muncul (Encyclopedia, 2018).

Smartphone menawarkan berbagai fitur menarik yang dapat menarik perhatian masyarakat dan dapat melakukan apa saja yang dilakukan oleh komputer (Encyclopedia, 2018). Sebuah *smartphone* menggabungkan ponsel dengan *email* dan *web*, pemutar musik dan film, kamera, *camcorder*, *GPS*, perekam suara, jam alarm, senter, album foto, buku alamat, dan masih banyak lagi. *Smartphone* juga merupakan benda yang dewasa ini sangat dekat dengan kehidupan manusia yang dapat memberikan informasi dan menjawab pertanyaan tentang hampir semua hal. *Smartphone* menjadi jauh lebih sering digunakan dibandingkan dengan komputer pribadi. Hal tersebut terjadi karena *smartphone* pada umumnya lebih mudah dijangkau setiap saat dengan bentuknya yang praktis sehingga dapat dibawa kemana-mana (Encyclopedia, 2018).

Berbagai fitur dan fungsi yang ditawarkan di dalam *smartphone* membuat segala kegiatan dalam kehidupan manusia menjadi lebih mudah. *Smartphone* sendiri juga menjadi perangkat yang penting untuk menunjang produktivitas kegiatan penggunanya. Dalam penelitiannya tentang peran *smartphone* terhadap kinerja karyawan Bank Prisma Dana cabang Airmadidi di Indonesia, Jocom (2013) mengungkapkan bahwa “*Smartphone* sangat berperan dari segi

positif dalam menunjang kinerja karyawan Bank Prisma Dana Cabang Airmadidi". Dalam hal ini, karyawan Bank Prisma Dana Cabang Airmadidi menggunakan *smartphone* untuk membantu memudahkan pekerjaan mereka seperti memberikan informasi baik secara internal maupun eksternal kepada pihak nasabah maupun calon nasabah. Hal tersebut, menunjukkan bahwa kehadiran *smartphone* memberikan peran yang begitu membantu kebutuhan sebagian orang, terutama dalam hal menunjang aktivitas pekerjaan mereka. Hal tersebut menunjukkan bahwa dengan menggunakan *smartphone*, kebutuhan untuk memberikan informasi atau berkomunikasi dengan orang lain menjadi lebih mudah.

Seiring dengan adanya hal tersebut, jumlah pengguna *smartphone* semakin meningkat dari tahun ke tahun. Hal tersebut juga dikarenakan dewasa ini harga yang ditawarkan oleh berbagai perusahaan penyedia *smartphone* semakin beragam dan dapat dijangkau oleh berbagai kalangan masyarakat. Hal ini terbukti dengan penjualan *smartphone* yang semakin meningkat hingga tahun 2017 lalu. Kompas.com edisi 26 Januari 2018 mengungkapkan bahwa tak kurang dari 397 juta unit *smartphone* terjual dalam tiga bulan sepanjang kuartal IV-2017. Angka tersebut naik sebesar satu persen dari tahun ke tahun (Bohang, 2018). Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa, jumlah pengguna *smartphone* di Indonesia mengalami peningkatan setiap tahunnya.

Para pengguna *smartphone* telah ditunjang kebutuhan dan aktivitasnya dengan fitur-fitur menarik yang ditawarkan oleh perangkat tersebut. Sehingga pada era modern saat ini, *smartphone* telah menjadi kebutuhan yang harus terpenuhi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lepp, Karpinski, dan Barkley (2015) yang mengungkapkan bahwa *smartphone* telah menjadi bagian dari kehidupan manusia, bahkan orang-orang merasa tidak bisa dipisahkan dari *smartphone* miliknya. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa seseorang yang merasa tidak bisa dipisahkan dari *smartphone*, maka mereka akan menjadikan *smartphone* sebagai kebutuhan yang harus terpenuhi.

Individu yang merasa bahwa *smartphone* telah menjadi kebutuhan yang harus terpenuhi, melakukan hampir setiap aktivitasnya menggunakan *smartphone*. Misalnya *smartphone*

digunakan untuk saling bertukar kabar dengan menggunakan *chatting*, melakukan belanja secara *online*, melakukan interview secara *online*, melakukan pemesanan ojek secara *online*, dsb. Kegiatan yang dilakukan oleh individu pengguna *smartphone* juga tidak terlepas dari jejaring internet. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2015) melakukan survei pada 2000 partisipan yang berada di 42 kota di seluruh pulau Indonesia (termasuk diantaranya kota Surabaya), dan hasil survei menunjukkan bahwa sebesar 85% pengguna internet di Indonesia mengakses internet dengan menggunakan perangkat *smartphone*. Hal ini mereka lakukan dengan tiga alasan utama, yaitu untuk mengakses sarana sosial / komunikasi, sumber informasi harian, dan mengikuti perkembangan jaman. Hal tersebut menjelaskan bahwa aktivitas yang dilakukan oleh masyarakat Indonesia tidak terlepas dari perangkat *smartphone*. Selain karena fitur yang tersedia begitu lengkap dan harga yang terjangkau, *smartphone* sendiri begitu praktis, sehingga mudah untuk dibawa kemana-mana.

Fasilitas kemudahan yang terdapat di dalam *smartphone* membuat seseorang tidak menyadari adanya dampak yang muncul dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat memunculkan dampak negatif bagi individu. Misalnya, individu akan menjadi konsumtif dan secara psikologis individu akan merasa tidak nyaman atau gelisah ketika tidak menggunakan atau tidak membawa *smartphone*. Selain itu, secara fisik seseorang dapat mengalami mengalami pola tidur yang berubah, berkurangnya kontak fisik atau tatap muka secara langsung dengan orang lain, dan berkurang produktivitas akademik atau pekerjaan. Secara hukum, individu juga dapat beresiko melanggar hukum dan membahayakan diri mereka sendiri saat menggunakan *smartphone* saat berkendara (Salehan, 2013).

Smartphone yang berbentuk praktis, mudah untuk dibawa kemana-mana, dan digunakan dalam kegiatan sehari-hari umumnya membuat penggunaannya melakukan pengecekan beberapa kali dalam sehari, misalnya mengecek pesan, mengecek media sosial, atau hanya sekedar bermain *games* saja. Individu yang selalu melakukan pengecekan dan menggunakan *smartphone* untuk mengisi waktu luangnya dan di luar kendali dirinya akan beresiko mengalami suatu *addiction*.

Penelitian studi kasus yang dilakukan oleh Kormendi, Brutoczki, Vegh, dan Szekely (2016) menemukan bahwa subjek penelitian yang mengalami *smartphone addiction* memperlihatkan perilaku-perilaku seperti melakukan *selfie* dan mengedit foto tersebut selama satu jam, menonton film, menjelajah internet, dan mengunjungi semua situs jejaring sosialnya. Semua aktivitas yang dilakukan dengan *smartphone* tersebut menyebabkan tingkat penggunaan *smartphone* yang sangat tinggi sehingga menyebabkan *smartphone addiction*.

Smartphone addiction adalah suatu bentuk dari kecanduan atau keterikatan seseorang terhadap *smartphone* miliknya yang kemungkinan berkembang menjadi masalah sosial (misalnya menarik diri) dimana individu mengalami kesulitan dalam berperforma sehari-hari, dan mengalami gangguan kontrol impuls terhadap dirinya (Kwon, 2013). *Smartphone addiction* ditandai dengan penggunaan *smartphone* selama lebih dari tujuh jam dalam sehari dan gejala *addiction* akan terjadi saat perangkat tersebut dihilangkan atau dikurangi pemakaiannya (Addiction Research, 2013). Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa *smartphone addiction* merupakan suatu kondisi dimana seseorang memiliki intensitas berlebih dalam menggunakan *smartphone*, dan secara konsisten tidak mampu menjauhkan diri dari *smartphone* miliknya. Hal ini ditandai dengan adanya gejala kecanduan saat individu dihindarkan atau dijauhkan dari *smartphone* miliknya.

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 berisiko mengalami *smartphone addiction* (Cha & Seo, 2018). Selain itu, data dari Pew Research Center yang dilakukan oleh Smith (2015) pada 3.181 responden pengguna *smartphone* yang terdapat di negara Amerika Serikat mengungkapkan bahwa 15% dari populasi warga Amerika Serikat yang berumur 18 hingga 29 tahun terindikasi mengalami *addiction* pada *smartphone* guna mengakses internet. Hadirnya *smartphone* sebagai salah satu bentuk dari kemajuan teknologi menyebabkan perubahan yang begitu besar pada kehidupan manusia khususnya pada remaja. Segala macam

kemudahan yang dimiliki untuk mengakses informasi melalui *smartphone* membuat remaja beresiko mengalami *smartphone addiction*. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2015) yang melakukan survei pada 2000 partisipan yang berada di 42 kota di Indonesia (termasuk diantaranya kota Surabaya) mengungkapkan bahwa sebesar 64,7% (n= 1.294) pengguna internet di Indonesia berada di tingkat SMU dan sederajat. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara jumlah pengguna internet dengan tingkat pendidikan SMU sederajat baik di daerah pedesaan dan perkotaan maupun di wilayah Indonesia Timur dan Barat. Tingkat pendidikan SMU sederajat di Indonesia merupakan tingkat dimana seseorang pada umumnya berada pada masa remaja. Hasil-hasil riset ini mengkonfirmasi bahwa remaja merupakan konsumen paling tinggi dalam penggunaan *smartphone* dan beresiko mengalami *smartphone addiction*.

Masa remaja merupakan suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa (Santrock, 2012:402). Pada masa remaja, relasi dengan orang tua dapat terwujud dalam suatu bentuk yang berbeda dari masa kanak-kanak, namun interaksi individu dengan kawan-kawan sebayanya menjadi lebih akrab (Santrock, 2012:402). Teman sebaya memainkan peran yang begitu kuat dalam kehidupan remaja (Bornstein, Jagetm & Steinberg, 2013; Way & Silverman, 2012; Wentzel, 2013 dalam Santrock, 2013).

Smartphone menunjang aktivitas sehari-hari para remaja. Mereka menggunakan *smartphone* sebagai pemenuhan atas kebutuhan sehari-hari, termasuk untuk kebutuhan informasi yang dapat membantu sistem pembelajaran sehingga dapat menunjang akademisnya. Menurut Augusta (2016) *smartphone addiction* dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti, faktor internal yang terdiri dari kontrol diri yang rendah, *sensation seeking* yang tinggi, dan harga diri yang rendah. Selain itu, terdapat faktor situasional yang mengarah pada penggunaan *smartphone* sebagai sarana membuat individu merasa nyaman secara psikologis ketika menghadapi situasi yang tidak nyaman. Terdapat pula faktor eksternal seperti besarnya pengaruh media dalam memasarkan *smartphone*, dan faktor sosial

dimana kebutuhan remaja terhadap *smartphone* sebagai media interaksi dengan orang lain.

Salah satu faktor yang dapat menyebabkan remaja mengalami *smartphone addiction* adalah adanya rasa nyaman saat menggunakan *smartphone* ketika menghadapi suatu permasalahan atau saat berada pada kondisi stres. Seorang pelajar akan dihadapkan pada tugas-tugas akademis yang beresiko menimbulkan stres yang dalam hal ini disebut sebagai stres akademik. Stres sendiri menurut Nevid, Rathus, dan Greene (2014) merupakan suatu tekanan atau tuntutan yang dialami individu untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri. Stres akademik dapat disimpulkan sebagai suatu kondisi perasaan tidak menyenangkan yang terjadi dalam suatu tekanan akademik dimana individu tidak dapat memenuhi keinginan atau menghadapi tuntutan akademik.

Peneliti melakukan studi *preliminary* pada remaja yang berada pada strata pendidikan SMP dan SMA/SMK yang tersebar di Kota Surabaya. Dari 86 responden yang terdiri dari 58 siswa SMA/SMK dan 28 siswa SMP, peneliti menemukan bahwa sebagian besar responden sering mendapatkan banyak tugas dan menjadikan *smartphone* sebagai pengalihan stresnya.

Pertama, penelitian ini menemukan bahwa sebanyak 59,3% responden (n= 51) menyatakan bahwa ketika mereka mendapatkan banyak tugas, mereka merasakan kelelahan atau mengalami sakit kepala. Sebanyak 53,5% responden (n= 46) menyatakan bahwa ketika mendapatkan banyak tugas, mereka juga merasa takut, marah, bersedih, atau merasa bersalah. Sebanyak 20,9% responden (n= 18) menyatakan bahwa mereka menangis atau menjadi mudah marah ketika mendapatkan banyak tugas.

Kedua, dalam penelitian awal ini, beberapa responden menyatakan bahwa mereka akan menggunakan *smartphone* ketika mereka merasa jenuh saat mengerjakan tugas. Hal tersebut mereka lakukan untuk berbagai hal. Terdapat sekitar 13 responden yang mengungkapkan bahwa menggunakan *smartphone* untuk menambah informasi terkait dengan tugas yang dikerjakan, sekitar 3 responden mengungkapkan bahwa menggunakan *smartphone* untuk *chat*, sekitar 5 responden menggunakan *smartphone* untuk bermain *game*, sekitar 8 responden menggunakan *smartphone* untuk mencari hiburan, sekitar

9 responden menggunakan *smartphone* untuk membuka sosial media, dan terdapat sekitar 14 responden yang mengungkapkan bahwa menggunakan *smartphone* ketika mengerjakan tugas karena ingin menghilangkan kejenuhan yang mereka miliki akibat mengerjakan tugas. Sebagai seorang pelajar yang disibukkan dengan berbagai tugas, responden dalam studi *preliminary* ini menjadikan *smartphone* sebagai *coping stress* dalam kehidupan sehari-hari.

Ketiga, hasil studi *preliminary* ini juga menemukan adanya penggunaan *smartphone* yang tinggi oleh responden. Didapati bahwa 34,9% responden (n= 30) menyatakan menggunakan *smartphone* di atas 4 jam dalam sehari, 25,6% responden (n= 22) menggunakannya selama 3-4 jam sehari, dan sebanyak 14% responden (n= 12) menggunakan *smartphone* selama 1-2 jam dalam sehari. Terdapat juga masing-masing satu responden yang menyatakan bahwa mereka menggunakan *smartphone* sesuai dengan kebutuhan, menggunakan *smartphone* selama 18 jam dalam sehari, menggunakan *smartphone* setiap waktu luang, menggunakan *smartphone* hampir setiap jam, bahkan terdapat pula responden yang menyatakan bahwa ia akan menggunakan *smartphone* hingga tangan terasa pegal karena terlalu lama menggunakannya.

Keempat, sebanyak 25,6% responden (n= 22) menyatakan memeriksa *smartphone* mereka setiap 10-15 menit, sebanyak 23,3% (n= 20) menyatakan setiap 5 menit, dan sebanyak 15,1% responden (n= 13) menyatakan setiap 30 menit. Sisanya, masing-masing terdapat satu responden yang menyatakan bahwa setiap ada pemberitahuan, jika *smartphone* berdering, setiap satu menit, dan bahkan setiap mereka bosan, maka responden akan merasa harus mengecek atau menggunakan *smartphone*. Selanjutnya sebanyak 60,5% responden (n= 52) menyatakan bahwa mereka merasa sulit membatasi diri dalam menggunakan *smartphone*. Berdasarkan hasil studi *preliminary* ini, peneliti menduga bahwa stres akademik berhubungan dengan *smartphone addiction* pada siswa pengguna *smartphone*. Chiu (2014) mengungkapkan bahwa gangguan *smartphone addiction* terjadi sebagai akibat pengalihan stres akademik yang dialami remaja. Pengalihan stress akademik dan tidak adanya kontrol diri yang kuat terhadap pemakaian *smartphone* menjadi awal mula terjadinya *smartphone addiction*. Siswa sebagai pelajar akan dihadapkan dalam

berbagai tugas sehingga dapat mengalami adanya stres akademik. Mereka yang memiliki *smartphone* akan cenderung menggunakan *smartphone* sebagai pengalihan rasa stres yang dimiliki untuk sementara waktu.

Dengan adanya *smartphone* dalam kehidupan saat ini seharusnya dapat memberikan berbagai dampak yang positif bagi penggunaannya seperti membantu mempermudah berinteraksi dengan orang banyak, mempermudah para siswa mengkonsultasikan pelajaran dan tugas-tugas, juga untuk mengetahui informasi-informasi yang dibutuhkan (Salehan, 2013). Sayangnya, ketika seseorang gagal untuk membatasi atau mengendalikan diri mereka dalam menggunakan *smartphone*, maka hal tersebut akan membuat mereka mengalami *smartphone addiction*. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Abram dan Cahyanti (2013) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan *smartphone addiction* pada Mahasiswa di Kota Surabaya. Dalam penelitian tersebut mengungkapkan bahwa mahasiswa yang mengalami peningkatan stres akademik dalam dunia perkuliahan, maka akan meningkat pula *smartphone addiction* yang dimiliki. Sehingga hal tersebut dapat menyebabkan individu mengalami berbagai dampak negatif dalam menggunakan *smartphone*.

Berdasarkan hasil studi *preliminary* yang telah dilakukan, peneliti berpendapat bahwa penelitian mengenai stres akademik dengan *smartphone addiction* perlu dilakukan, karena seiring dengan berkembangnya teknologi dalam kehidupan muncul pula berbagai permasalahan akibat adanya perkembangan teknologi tersebut, dalam hal ini adalah *smartphone addiction*. Saat ini masih minim penelitian hubungan antara stres akademik dengan *smartphone addiction* pada remaja Indonesia. Hasil studi *preliminary* juga menunjukkan bahwa dari 58 responden yang berasal dari siswa SMA/SMK, sebanyak 68,97% (n= 40) menyatakan bahwa mereka sulit untuk membatasi diri dalam menggunakan *smartphone*. Selanjutnya dari 28 responden yang berasal dari siswa SMP, sebanyak 42,86% (n= 12) menyatakan bahwa mereka sulit untuk membatasi diri dalam menggunakan *smartphone*. Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa para siswa SMA/SMK lebih rentan beresiko mengalami adanya *smartphone addiction*.

Penelitian ini akan berfokus pada siswa yang berada pada strata pendidikan SMK. Seperti yang telah diketahui oleh masyarakat umum, SMK merupakan sekolah berbasis kejuruan dimana siswa yang bersekolah disana memang diorientasikan untuk mengasah *skill* yang dapat digunakan sebagai modal bekerja. Sehingga lulusannya dipersiapkan untuk langsung menghadapi dunia kerja, meskipun tidak menutup kemungkinan mereka akan melanjutkan kejenjang yang lebih tinggi. Siswa SMK tidak hanya mendapat materi umum setara pendidikan menengah atas, tetapi juga dibekali kemampuan-kemampuan khusus yang dapat diterapkan langsung di dalam dunia kerja. Kebijakan yang diberikan oleh pihak sekolah yang mengizinkan para siswanya membawa *smartphone* ke sekolah juga dapat menyebabkan para siswa lebih sering mengakses *smartphone* ketika berada di sekolah. Suasana pembelajaran yang tidak hanya mendapatkan materi secara umum tetapi juga praktikum, dapat mendukung adanya kemudahan siswa dalam mengakses *smartphone* yang dimiliki, karena siswa yang bersekolah di SMK memiliki ruang praktikum tersendiri sesuai dengan jurusan masing-masing, sehingga para siswa lebih banyak menghabiskan waktu di tempat praktikum tersebut.

Misalnya, untuk sekolah dengan kejuruan farmasi, mereka memiliki berbagai laboratorium yang dikhususkan untuk praktik seperti laboratorium farmasetika, farmakognosi, apotek pendidikan, dan lain sebagainya. Selanjutnya, untuk sekolah dengan kejuruan teknik permesinan, mereka akan menghabiskan banyak waktu untuk berada di bengkel permesinan. Suasana pembelajaran yang mereka alami saat berada di bengkel atau laboratorium berbeda dengan ketika mereka berada di kelas. Ketika berada di bengkel atau laboratorium, para siswa mendapatkan masing-masing kebebasan untuk berkeliling tanpa adanya pantauan yang ketat dari guru yang mengajar. Sehingga, kesempatan untuk dapat mengakses *smartphone* jauh lebih besar. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk berfokus melakukan penelitian pada siswa SMK, karena banyaknya kemudahan yang dimiliki siswa dalam mengakses *smartphone* dapat membuat mereka rentan mengalami *smartphone addiction*.

Dalam riset ini, peneliti ingin menguji hubungan antara stres akademik dan *smartphone addiction* pada siswa pengguna

smartphone yang bersekolah di SMK unggulan Surabaya. Peneliti akan menggunakan tiga SMK unggulan yang ada di Surabaya. Hal ini dikarenakan, tiga SMK ini menduduki peringkat tiga besar selama dua tahun berturut-turut, yaitu ditahun 2016 dan tahun 2017. Berdasarkan data yang didapat dari Tipsgayahidup.com edisi Mei 2018, tiga SMK terbaik tersebut adalah SMK Farmasi Sekesal Surabaya, SMK Farmasi Surabaya, dan SMK Negeri 5 Surabaya.

1.2. Batasan Masalah

- a. Penelitian ini ingin mengetahui hubungan antara stres akademik dan *smartphone addiction* pada siswa pengguna *smartphone* yang bersekolah di SMK unggulan Surabaya.
- b. Penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu variabel tergantung yang merupakan *smartphone addiction* dan variabel bebas yang adalah merupakan stres akademik. Definisi kedua variabel ini akan dijelaskan detail di bab tiga.
- c. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja dengan kriteria sebagai berikut:
 1. Menggunakan *smartphone* sebagai perangkat penunjang dalam kehidupan sehari-hari.
 2. Remaja masih aktif bersekolah di SMK unggulan Surabaya.
 3. Berusia 15-19 tahun.
- d. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang bersifat studi hubungan atau korelasi untuk melihat hubungan antara stres akademik dan *smartphone addiction* pada siswa pengguna *smartphone* yang bersekolah di SMK unggulan Surabaya.

1.3. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara stres akademik dan *smartphone addiction* pada siswa pengguna *smartphone* yang bersekolah di SMK unggulan Surabaya?

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan dari riset ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dan *smartphone addiction* pada siswa pengguna *smartphone* yang bersekolah di SMK unggulan Surabaya.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memperkaya dan memberikan sumbangan referensi bagi ilmu pengetahuan, khususnya dalam topik *smartphone addiction* dan stres akademis pada ruang lingkup psikologi klinis.

1.5.2. Manfaat Praktis

a. **Bagi Subjek Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan gambaran mengenai pentingnya penggunaan *smartphone* secara sehat dan efektif.

b. **Bagi Pihak Sekolah**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi yang berguna bagi pihak sekolah untuk dapat mengatasi dan mencegah terjadinya *smartphone addiction* yang dialami oleh siswa. Hasil riset ini juga dapat menjadi dasar pengembangan program *coping* stres yang efektif pada siswa.

c. **Bagi Orang Tua**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada orang tua mengenai fenomena dan bahaya *smartphone addiction*.

d. **Bagi Penelitian Selanjutnya**

Hasil riset ini dapat menjadi sumber referensi bagi penelitian selanjutnya untuk meneliti lebih dalam mengenai hubungan antara stres akademik dengan *smartphone addiction*.