

**HUBUNGAN KECENDRONGAN ADIKSI  
SMARTPHONE DENGAN PERILAKU SOCIAL  
WITHDRAWAL PADA REMAJA**

**SKRIPSI**

*Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar*

*Sarjana Psikologi (S.Psi)*

*Pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Dakwah*

*Institut Agama Islam (IAI) Diniyyah Pekanbaru*



**OLEH :**

**SHAVIRA AINI HIDAYAH**

**NIRM : 1216.21.2700**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

**FAKULTAS DAKWAH**

**INSTITUT AGAMA ISLAM (IAI)**

**DINIYAH PEKANBARU**

**T.A. 2025 M/1447 H**

**HUBUNGAN KECENDRONGAN ADIKSI  
SMARTPHONE DENGAN PERILAKU SOCIAL  
WITHDRAWAL PADA REMAJA**

**SKRIPSI**

*Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar*

*Sarjana Psikologi (S.Psi)*

*Pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Dakwah*

*Institut Agama Islam (IAI) Diniyyah Pekanbaru*



**OLEH :**

**SHAVIRA AINI HIDAYAH**

**NIRM : 1216.21.2700**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM (IAI)  
DINIYAH PEKANBARU  
T.A. 2025 M/1447 H**

## SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada Yang Terhormat,  
Dekan Fakultas Dakwah  
Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru  
Di-  
Pekanbaru  
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, meneliti dan memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Shavira Aini Hidayah  
NIRM : 1216.21.2700  
Judul skripsi : Hubungan Adiksi *Smartphone* dengan Perilaku *Social Withdrawal* Pada Remaja

Sudah dapat diajukan kepada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi saudara tersebut diatas dapat segera dimunaqasyakan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum, Wr, Wb.

Pekanbaru, 14 September 2025

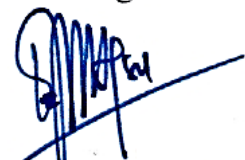
Mengetahui,

Pembimbing I



Willytiyo Kurniawan, M.Psi  
NIDN. 2102069204

Pembimbing II



Lailatul Izzah, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 2114059001

Ketua Prodi Psikologi Islam



Willytiyo Kurniawan, M.Psi  
NIDN. 2102069204

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Shavira Aini Hidayah  
NIRM : 1216.21.2700  
Program Studi : Psikologi Islam  
Fakultas : Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul: **Hubungan Kecendrungan Adiksi *Smartphone* Dengan Perilaku *Social withdrawal* Pada Remaja** adalah hasil karya pribadi dan tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab penyusun.

Pekanbaru, 19 September 2025

Yang Menyatakan,



Shavira Aini Hidayah  
NIRM. 1216.21.22700



**INSTITUT AGAMA ISLAM DINIYAH PEKANBARU**  
**FAKULTAS DAKWAH**  
**كلية الدعوة**  
**FACULTY OF DAKWAH**

Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 100 / Jl. Kuau No. 1 HP. 0811-7069-222 | Website : [www.diniyyah.ac.id](http://www.diniyyah.ac.id) | email : [admin@diniyyah.ac.id](mailto:admin@diniyyah.ac.id)

**PENGESAHAN TUGAS AKHIR**

Nomor: 065/B-01/PTA/FD-IAIDP/9/2025

Tugas Akhir dengan judul : HUBUNGAN KECENDRONGAN ADIKSI *SMARTPHONE*  
DENGAN PERILAKU *SOCIAL WITHDRAWAL* PADA REMAJA

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : SHAVIRA AINI HIDAYAH  
Nomor Induk Registrasi Mahasiswa : 1216.21.2700  
Telah diujikan pada : Jum'at, 19 September 2025  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

Dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru

**TIM UJIAN TUGAS AKHIR**

Ketua Sidang

Dr. Mukhyar, MA  
NIDN. 2110117002

Sekretaris Sidang

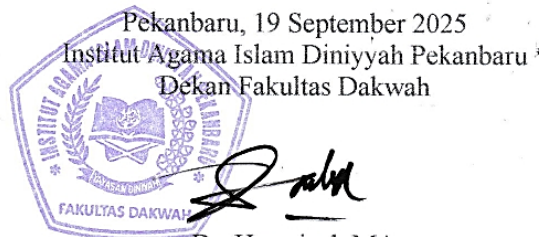
Eva Yuliza, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 2130048402

Penguji I

Willytiyo Kurniawan, M.Psi  
NIDN. 2102069204

Penguji II

Renny Rahmal a, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 2101033403



Pekanbaru, 19 September 2025

Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru

Dekan Fakultas Dakwah

Dr. Hervrizal, MA  
NIDN. 2117067502



## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, Rabb semesta alam. Tiada pujian melainkan hanya kepada-Nya. Dialah Allah yang menunjukkan bahwa keberhasilan tidak dapat diraih tanpa adanya kerja keras dan kegigihan. Berkat limpahan karunia-Nya pula peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

Shalawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW. Yang membawa pelajaran juga pengajaran bagi seluruh manusia di dunia. Beliau adalah simbol kesempurnaan akidah dan akhlak dari seorang hamba Allah, sehingga beliau dijadikan suri tauladan dalam berfikir, bersikap dan bertindak bagi kita semua.

Peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan kebaikan dan kemurahan hati orang-orang yang membantu peneliti mempermudah proses penyelesaian skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Institut Agama Islam (IAI) Diniyyah Pekanbaru, Ibu Dr. Novi Yanti, MM. Warek I Bapak Dr. Mursal, M.Pd.I. Warek II Ibu Dr. Refika M.Pd.I. Warek III Bapak Irwan Tutrisno M.E.
2. Bapak Dr. Hervizal MA. Selaku dekan Fakultas Dakwah.
3. Bapak Willytiyo Kurniawan, M. Psi, selaku Ketua Program Studi Jurusan Psikologi Islam sekaligus Dosen Pembimbing I yang selalu meluangkan waktu, pikiran, tenaga dan motivasi dalam memberikan bimbingan sehingga peneliti bersemangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Lailatul Izzah, M. Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan waktu, ilmu, bimbingan dan masukan dalam pembuatan skripsi ini untuk menjadi lebih baik.
5. Seluruh Dosen Jurusan Psikologi yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu. Terima Kasih atas ilmu yang telah diberikan selama ini, semoga menjadi bekal dan berkah yang baik bagi kita semua dalam menjalani kehidupan.
6. Seluruh staff dan pegawai yang telah membantu peneliti dalam mengurus

segala administrasi yang diperlukan selama perkuliahan.

7. Ibunda Mardiaty dan Ayahanda Varizal yang peneliti sayangi. Terimakasih atas kasih sayang, pengorbanan, dukungan, do'a dan motivasi untuk mampu bertahan dalam kondisi apapun
8. Sahabat yang sudah peneliti anggap sebagai keluarga sendiri, Siti Nurhasanah,S.Psi Terimakasih atas dukungan, motivasi, serta bantuannya selama proses penyelesaian skripsi ini.
9. Kakak tingkat sekaligus teman dekat peneliti, Sepna Fanny Khairani, S.Psi Terimakasih atas arahan, dukungan, serta motivasi sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
10. Terimakasih untuk semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu-persatu yang telah menjadi bagian dari setiap perjalanan dan perjuangan peneliti dalam menyelesaikan studi dan skripsi. *Jazakumullah Khairan Katsiran*

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih membutuhkan kritik dan saran dari berbagai pihak agar penulis dapat memperbaiki hal-hal yang perlu diperbaiki. Penulis juga berharap skripsi ini bermanfaat bagi diri penulis maupun bagi pembaca.

Pekanbaru, 19 September 2025

Peneliti

# HUBUNGAN KECENDRONGAN ADIKSI *SMARTPHONE* DENGAN PERILAKU *SOCIAL WITHDRAWAL* PADA REMAJA

Oleh :

Shavira Aini Hidayah  
Fakultas Dakwah Program Studi Psikologi Islam  
Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru  
[Shaviraaini09@gmail.com](mailto:Shaviraaini09@gmail.com)

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecendrungan adiksi *smartphone* dengan perilaku *social withdrawal* pada remaja di RW 06 Kelurahan X di Pekanbaru. *Social withdrawal* merupakan kecenderungan menarik diri dari interaksi sosial langsung dan lebih nyaman menyendiri. Perilaku ini menyebabkan terjadinya penurunan tingkat interaksi sosial pada remaja. Salah satu faktor yang mempengaruhi *social withdrawal* adalah adiksi *smartphone*. Adiksi *smartphone* merupakan kondisi ketika individu sulit mengendalikan penggunaan *smartphone* sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sampel pada penelitian ini sebanyak 154 remaja berusia 13-18 tahun yang di pilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis data menggunakan korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara adiksi *smartphone* dengan perilaku *social withdrawal* ( $r=0,534$ ;  $p=0,001$ ), sehingga hipotesis diterima. Artinya, semakin tinggi tingkat adiksi *smartphone*, maka semakin besar kecenderungan remaja untuk menarik diri dari lingkungan sosial. Temuan ini diharapkan dapat menjadi perhatian bagi orang tua, pendidik, dan konselor dalam mendampingi remaja agar lebih bijak menggunakan *smartphone* serta tetap aktif membangun interaksi sosial yang sehat.

**Kata kunci:** Adiksi *Smartphone*, *Social withdrawal*, Remaja

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SMARTPHONE ADDICTION  
TENDENCIES AND SOCIAL WITHDRAWAL BEHAVIOUR IN  
ADOLESCENTS**

By:  
Shavira Aini Hidayah  
Faculty of Da'wah, Islamic Psychology Study Program  
Diniyyah Islamic Institute, Pekanbaru  
[Shaviraaini09@gmail.com](mailto:Shaviraaini09@gmail.com)

**ABSTRACT**

*This research explores the link between smartphone addiction tendencies and social withdrawal behaviour in adolescents on RW 6, kelurahan, Pekanbaru. Social withdrawal is the tendency to withdraw from direct social interactions and prefer solitude. One of the factors that influenced is smartphone addiction. Smartphone addiction is excessive or problematic smartphone use, resulting disruption to daily activities. As quantitative research, this research did to 154 adolescents aged 13-18 years old as sample that selected by using purposive sampling. The data analysis was performed using Product-moment correlation of SPSS. The result has shown a positive and significant relationship between smartphone addiction and social withdrawal behaviour ( $r=0.534$ ;  $p=0.001$ ), means the hypothesis was accepted. Thus, the higher smartphone addiction, the greater tendency of adolescents to withdraw from social. In other words, the higher the level of smartphone addiction, the greater the tendency for adolescents to disengage from their social environment. Lastly, this finding was expected parents, education agents and counsellors in assisting the adolescents in using smarthphone wisely and attempt to build healthy social interaction.*

**Keywords:** *Smartphone Addiction, Social withdrawal, Adolescents*

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>BAB I</b> .....	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	12
C. Tujuan Penelitian .....	12
D. Manfaat Penelitian .....	12
E. Tinjauan Kajian Terdahulu .....	13
<b>BAB II</b> .....	<b>16</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>16</b>
A. Perilaku <i>Social withdrawal</i> .....	16
1. Definisi Perilaku <i>Social withdrawal</i> .....	16
2. Aspek-Aspek Perilaku <i>Social withdrawal</i> .....	18
3. Faktor-Faktor Penyebab Perilaku <i>Social withdrawal</i> .....	19
4. Dampak <i>Social withdrawal</i> .....	25
B. Adiksi <i>Smartphone</i> .....	26
1. Definisi Adiksi <i>Smartphone</i> .....	26
2. Aspek-Aspek Adiksi <i>Smartphone</i> .....	28
3. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Adiksi <i>Smartphone</i> .....	30
C. Remaja .....	31
1. Pengertian Remaja.....	31
2. Tahap-Tahap Perkembangan Dan Batasan Remaja.....	31
3. Perubahan Sosial Pada Masa Remaja.....	32
D. Hubungan Adiksi <i>Smartphone</i> Dengan Perilaku <i>Social withdrawal</i> Pada Remaja .....	37
D. Kerangka Berpikir.....	38
E. Hipotesis .....	42

<b>BAB III.....</b>	<b>43</b>
<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>43</b>
A. Desain Penelitian .....	43
B. Identifikasi Variabel.....	43
C. Definisi Operasional .....	42
1. Adiksi <i>Smartphone</i> .....	44
2. Perilaku <i>Social withdrawal</i> .....	45
D. Populasi dan Sampel.....	45
1. Populasi .....	45
2. Sampel .....	45
E. Teknik Pengambilan Sampel.....	46
F. Metode Pengumpulan Data.....	47
G. Teknik Pengumpulan Data.....	46
H. Persiapan Alat Ukur Penelitian <i>Blueprint</i> .....	47
I. Validitas dan Realibilitas Instrumen Penelitian.....	50
1. Uji Coba Tryout.....	48
2. Uji Validitas.....	48
3. Uji Reliabilitas.....	50
J. Analisis Data.....	53
1. Teknik pengolahan data.....	51
2. Uji asumsi.....	52
3. Uji hipotesis.....	53
<b>BAB IV .....</b>	<b>54</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>54</b>
A. Persiapan Penelitian .....	54
1. Administrasi Penelitian.....	54
2. Proses Perijinan .....	54
3. Gambaran Lokasi.....	55
4. Waktu Penelitian.....	56
B. Hasil <i>Tryout</i> .....	56
1. <i>Blueprint</i> Penelitian .....	56

C. Hasil Penelitian .....	58
1. Data Deskriptif Penelitian .....	50
2. Uji Asumsi.....	53
3. Uji Hipotesis .....	55
D. Pembahasan .....	56
<b>BAB V.....</b>	<b>68</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>68</b>
A. Kesimpulan .....	68
B. Implikasi Penelitian .....	68
C. Saran .....	69
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>63</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Pedoman Penskoran Skala .....	49
Tabel 3. 2 <i>Blue print Skala Perilaku Social withdrawal</i> (untuk <i>Try out</i> ) .....	47
Tabel 3. 3 <i>Blue print Skala Adiksi Smartphone</i> (untuk <i>Try out</i> ).....	48
Tabel 3. 4 <i>Blue print Skala Perilaku Social withdrawal</i> (Valid dan Gugur) .....	49
Tabel 3. 5 <i>Blue print Skala Adiksi Smartphone</i> (Valid dan Gugur) .....	50
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas .....	53
Tabel 3. 7 Penafsiran Koefisien Korelasi.....	53
Tabel 4. 1 <i>Blue print Skala Adiksi Smartphone</i> (Penelitian) .....	59
Tabel 4. 2 <i>Blueprint Skala Social withdrawal</i> (Penelitian).....	59
Tabel 4. 3 Hasil Perbandingan <i>Mean Empirik dan Mean Hipotetik</i> .....	60
Tabel 4. 4 Norma Kategorisasi.....	61
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Adiksi <i>Smartphone</i> berdasarkan data <i>Empirik</i> ...	62
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Adiksi <i>Smartphone</i> berdasarkan data <i>Hipotetik</i> .	62
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi <i>Social withdrawal</i> berdasarkan data <i>Empirik</i> .....	63
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi <i>Social withdrawal</i> berdasarkan data <i>Hipotetik</i> ...	63
Tabel 4. 9 Uji Normalitas 1 .....	63
Tabel 4. 10 Uji Normalitas 2.....	64
Tabel 4. 11 Hasil Uji Linearitas .....	65
Tabel 4. 12 Hasil Uji Hipotesis .....	65
Tabel 4. 13 Pedoman Pemberian Interpretasi Koefisien Korelasi .....	65
Tabel 4. 14 Tabel Kontribusi Variabel .....	65

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Bagan Kerangka Berpikir.....	41
--	----

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Remaja adalah individu dalam masa transisi menuju dewasa yang mulai bertanggung jawab atas diri sendiri, diharapkan meraih prestasi sebagai bekal masa depan, dan pencarian jati diri mereka dipengaruhi oleh konsistensi penilaian dari lingkungan sosial seperti teman sebaya, guru, dan orang tua (Kasih & Hambali, 2018). Periode transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan terjadinya berbagai perubahan, baik secara biologis maupun psikologis (Andriani & Maifita, 2022).

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang penting dalam kehidupan individu yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Remaja tidak hanya mengalami transformasi secara biologis, tetapi harus menyesuaikan diri terhadap perubahan sosial yang terjadi di lingkungannya. Perkembangan ini menuntut mereka untuk beradaptasi dan membentuk identitas diri yang kuat serta mampu menjalankan tugas-tugas perkembangan yang kompleks (Hurlock, 2004).

Tugas perkembangan remaja meliputi menjalin hubungan yang lebih matang dengan lawan jenis, mengembangkan peran sosial, menerima dan menggunakan tubuh secara efektif, mencapai kemandirian emosional dari orang tua, mempersiapkan karier ekonomi, perkawinan, serta memperoleh sistem nilai dan ideologi sebagai pegangan hidup. Dalam proses menjalani tugas-tugas tersebut, remaja dihadapkan pada tantangan besar dalam hal penyesuaian diri terhadap perubahan internal maupun eksternal (Hurlock, 2004).

Salah satu tantangan utama dalam tugas perkembangan remaja adalah melakukan berbagai penyesuaian sosial yang kompleks, termasuk menyesuaikan diri dengan meningkatnya pengaruh teman sebaya, perubahan perilaku sosial, pembentukan kelompok sosial baru, serta perubahan nilai dalam memilih teman,

menerima atau menolak dukungan sosial, dan menentukan pemimpin (Kasih & Hambali, 2018)

Menurut Santrock (Mustikhatul et al., 2025) Remaja yang mampu menjalankan tugas perkembangan umumnya memiliki kemampuan adaptasi yang baik terhadap perubahan internal maupun eksternal, yang membantu mereka menemukan identitas diri, sedangkan kegagalan dalam penyesuaian dapat menyebabkan krisis identitas dan kesulitan dalam bersikap mandiri terhadap lingkungan. Remaja dengan identitas diri yang kuat cenderung tidak mudah terpengaruh oleh orang lain dan mampu memilih versi terbaik dirinya tanpa tekanan sosial, sementara remaja yang mengalami krisis identitas lebih mudah dikendalikan oleh orang lain demi mendapatkan penerimaan lingkungan (Erikson, 1968).

Fenomena remaja saat ini menunjukkan bahwa penerimaan sosial dari teman sebaya sangat penting bagi mereka. Namun, tidak semua remaja berhasil menyesuaikan diri secara sosial. Beberapa di antaranya mengalami *social withdrawal*, yaitu perilaku menarik diri secara konsisten dari interaksi sosial akibat konflik internal antara keinginan untuk berinteraksi dengan perasaan cemas atau khawatir dalam menghadapi situasi sosial (Rubin et al., 2009). *Social withdrawal* mendorong remaja yang menghindari interaksi sosial untuk beralih pada aktivitas digital, seperti bermain game, menonton video, atau bersosialisasi daring (Novianti et al., 2023).

Prevalensi *social withdrawal* di kalangan remaja menunjukkan angka yang cukup tinggi. Sebuah studi di Kota Bandung menemukan bahwa sekitar 40% remaja memiliki kecenderungan *social withdrawal* (*hikikomori*), meskipun sebagian besar berada pada tingkat kecenderungan yang rendah (60%). Data internasional juga mencatat tingkat prevalensi perilaku *social withdrawal* sekitar 3,2% secara keseluruhan, dengan laki-laki 7,0% dan perempuan 2,3% (Zhu et al., 2021). Temuan ini menunjukkan bahwa fenomena *social withdrawal* tidak hanya terjadi secara lokal, tetapi juga menjadi isu global yang memerlukan perhatian

serius, terutama karena dapat berdampak pada kesehatan mental, perkembangan sosial, dan fungsi adaptif remaja dalam kehidupan sehari-hari.

Ilham (2022) menyatakan bahwa kecanduan internet yang berlebihan pada remaja dapat memicu munculnya perilaku penarikan diri (*social withdrawal*), yang ditandai dengan kecenderungan untuk menyendiri dan mengurangi keterlibatan dalam interaksi sosial secara langsung. Kondisi ini berpotensi menghambat perkembangan kemampuan sosial remaja, terutama dalam menjalin komunikasi tatap muka, serta berdampak pada perkembangan psikologis yang sehat. Lebih lanjut, perilaku menarik diri ini biasanya bukan hanya sekadar keengganan untuk bersosialisasi, tetapi juga menjadi bentuk pelarian dari tuntutan dan tekanan sosial di lingkungan nyata (Ilham, 2022).

Sejalan dengan itu, penelitian yang dilakukan oleh Fauzi et al., (2020) menunjukkan bahwa remaja yang cenderung menghindari interaksi sosial di dunia nyata sering menggantinya dengan aktivitas digital, seperti bermain game daring, menonton video dalam waktu lama, maupun melakukan interaksi melalui media sosial. Pola perilaku tersebut memberikan gambaran bahwa dunia digital menjadi substitusi dari kebutuhan interaksi sosial yang tidak terpenuhi di lingkungan nyata. Namun, apabila perilaku ini berlangsung secara terus-menerus, maka dapat memperkuat kecenderungan *social withdrawal* serta meningkatkan risiko terjadinya masalah psikologis, seperti kesepian, kecemasan sosial, hingga depresi (Fauzi et al., 2020).

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan terhadap 7 remaja berusia 13–18 tahun di RW 06 Kelurahan X Pekanbaru, ditemukan berbagai bentuk perilaku menarik diri sosial yang sejalan dengan indikator *social withdrawal* menurut Rubin et al. (2009). Dari hasil pengamatan, sebanyak dua remaja menunjukkan tanda-tanda inhibisi perilaku, yaitu sikap berhati-hati dan enggan berinteraksi saat berada di lingkungan sosial baru. Mereka tampak ragu untuk bergabung dalam kegiatan bersama teman sebaya dan lebih memilih diam atau mengamati dari kejauhan. Ada dua remaja laki-laki terlihat hanya memperhatikan permainan teman-temannya di lapangan tanpa berusaha untuk ikut bergabung.

Selain itu, terdapat dua remaja yang memperlihatkan ciri rasa malu (*shyness*), di mana mereka tampak menundukkan kepala, menghindari kontak mata, dan berbicara dengan suara pelan ketika diajak berinteraksi oleh orang lain. Dalam situasi sosial, mereka lebih banyak diam dan terlihat kurang percaya diri, terutama ketika menjadi pusat perhatian. Sementara itu, salah satu remaja lainnya menunjukkan bentuk keengganan sosial (*social reticence*). Mereka tampak hadir dalam kegiatan kelompok, seperti kegiatan remaja masjid, namun tidak berpartisipasi aktif dalam percakapan atau aktivitas yang sedang berlangsung. Mereka hanya duduk diam sambil memainkan ponsel, seolah ingin terlibat namun menahan diri karena merasa canggung.

Selain itu, dua remaja tampak memperlihatkan pola cemas-kesendirian (*anxious-solitude*). Mereka cenderung menarik diri dari lingkungan sosial dan lebih memilih berada di kamar untuk bermain game atau menonton video di *smartphone*. Ketika berada di tengah keramaian, keduanya terlihat gelisah dan kurang tenang, serta kerap menolak ajakan teman untuk bergabung dalam kegiatan karena merasa tidak percaya diri dan takut dikritik. Untuk memperkuat temuan tersebut, peneliti melakukan wawancara awal dengan tiga remaja dan satu orang tua yang berdomisili di lingkungan tersebut. Responden pertama, DA (17 tahun), saat diwawancarai di rumahnya, menjelaskan bahwa ia lebih suka melakukan aktivitas sendiri dan merasa tidak nyaman saat harus banyak berbicara dengan orang lain. Ia mengatakan, "*Saya memang lebih nyaman sendiri. Kalau rame-rame, kadang malah jadi capek sendiri. Mending main HP di kamar.*"

Responden kedua, YL (15 tahun), saat ditemui di rumahnya, juga menunjukkan perilaku menarik diri. Ia lebih banyak menghabiskan waktu di kamar dan jarang keluar kecuali untuk hal penting. Saat ditanya alasannya, YL menjawab, "*Saya nggak terlalu suka ngobrol, kadang malah bingung mau ngomong apa. Saya lebih tenang kalau sendiri*". Responden ketiga, seorang ibu rumah tangga yang merupakan orang tua dari remaja laki-laki berinisial AY (16 tahun), menyatakan bahwa anaknya mengalami perubahan perilaku sejak beberapa bulan terakhir. Ia menyampaikan, "*Anak saya sekarang jarang keluar*

*kamar. Dulu aktif ikut kegiatan masjid atau kegiatan remaja, sekarang lebih banyak main HP dan susah diajak ngobrol, apalagi keluar rumah."*

Responden keempat, remaja perempuan berinisial SN (17 tahun), ia mengaku sering merasa tidak percaya diri dan cemas saat harus berbicara di depan orang lain. Ia menyampaikan, "*Saya suka merasa gugup kalau harus ngomong atau ketemu banyak orang. Saya takut salah ngomong atau dketawain. Makanya, saya lebih nyaman sendirian."*

Temuan ini mengindikasikan adanya kecenderungan perilaku penarikan diri sosial (*social withdrawal*) yang berkaitan erat dengan penggunaan *smartphone* secara berlebihan. Beberapa remaja menunjukkan perilaku menarik diri dan merasa cemas saat berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Mereka cenderung lebih nyaman menghabiskan waktu sendiri dan menghindari situasi yang melibatkan banyak orang. Menurut Rubin et al. (2009), perilaku *social withdrawal* memiliki beberapa tanda yang dapat dikenali. Individu yang mengalaminya biasanya berhati-hati dan enggan berinteraksi dalam situasi sosial baru, merasa malu serta takut dinilai negatif oleh orang lain, tampak pasif di lingkungan sosial dan lebih memilih mengamati daripada berpartisipasi, serta sebenarnya ingin berinteraksi tetapi terhambat oleh rasa cemas dan khawatir. Hal ini menunjukkan bahwa *social withdrawal* bukan hanya perilaku menyendiri, melainkan juga berkaitan dengan perasaan cemas dan kesulitan dalam menjalin hubungan dengan orang lain.

Pada masa remaja, perilaku menarik diri ini kerap muncul sebagai respons terhadap tekanan sosial maupun sebagai bentuk pelarian dari interaksi langsung yang dirasakan kurang nyaman atau menimbulkan kecemasan (Kwon et al., 2013). Dalam konteks budaya populer, perilaku ini dikenal dengan istilah *no-life* atau disingkat *nolep*, yakni suatu kondisi ketika individu lebih memilih menghabiskan sebagian besar waktunya sendiri dan membatasi interaksi langsung dengan lingkungan sekitar (Vit, 2020, sebagaimana dikutip dalam Badarudin, 2022).

Remaja dengan kecenderungan *nolep* biasanya menunjukkan sikap enggan untuk berjumpa dengan orang lain, kurang memperhatikan kualitas hubungan sosialnya, serta lebih memprioritaskan aktivitas individu yang berkaitan dengan penggunaan perangkat digital, seperti bermain game atau menjelajahi media sosial (Badarudin, 2022). Pola perilaku ini tidak hanya berdampak pada menurunnya frekuensi interaksi tatap muka, tetapi juga berisiko menghambat proses pencapaian tugas perkembangan sosial-emosional remaja, yang sejatinya menuntut keterlibatan aktif dalam menjalin relasi dengan teman sebaya dan lingkungan sosial yang lebih luas (Santrock, 2003).

*Social withdrawal* atau penarikan diri sosial merupakan kondisi ketika individu, khususnya remaja, secara konsisten menghindari interaksi dan membatasi keterlibatan sosialnya baik dengan orang yang dikenal maupun tidak dikenal (Adinti, 2023). *Social withdrawal* merupakan kondisi ketika individu, termasuk remaja, menarik diri dari interaksi sosial yang normal dan cenderung menghindari aktivitas sosial bersama teman sebaya, yang bukan tergolong sebagai gangguan emosional atau perilaku secara klinis, namun lebih kepada kecenderungan untuk menghabiskan waktu sendiri, bahkan saat bekerja maupun bermain (Kasih & Hambali, 2018).

Menurut Novianti (Rizqi, 2024), penarikan sosial (*social withdrawal*) dipahami sebagai suatu kecenderungan perilaku menyendiri yang konsisten ditunjukkan remaja dalam berbagai situasi maupun waktu, baik ketika berada di lingkungan bersama teman sebaya yang akrab maupun dengan individu yang kurang dikenal. Remaja yang menunjukkan perilaku *social withdrawal* umumnya melewatkan banyak kesempatan untuk berinteraksi sosial secara langsung, sehingga lebih sering terlihat menyendiri dibandingkan dengan remaja lain yang memiliki keterampilan sosial baik dan mudah bergaul (Rizqi, 2024).

Lebih jauh, perilaku penarikan diri ini bukan hanya sekadar pilihan untuk menyendiri, melainkan juga dapat menjadi indikator adanya hambatan dalam membangun dan mempertahankan hubungan sosial yang sehat (Rubin et al., 2009). Kondisi ini berisiko mengganggu proses perkembangan sosial-emosional

remaja, mengingat salah satu tugas perkembangan penting pada fase ini adalah menjalin hubungan interpersonal yang positif dengan teman sebaya (Santrock, 2003). Apabila perilaku menarik diri berlangsung secara terus-menerus, remaja dapat mengalami isolasi sosial, kesepian, hingga kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya (Rizqi, 2024).

Secara konsep, penting membedakan antara *social withdrawal*, yaitu ketika remaja memilih menyendiri di tengah orang lain, dengan isolasi aktif yang terjadi karena penolakan atau pengucilan dari lingkungan sosial, di mana individu dengan *social withdrawal* tidak sepenuhnya menghindari interaksi, namun meskipun pada awalnya merasa nyaman dalam kesendirian, lama-kelamaan akan muncul perasaan kesepian dan depresi (Teo et al., 2020)

*Social withdrawal* adalah perilaku menarik diri secara konsisten dari interaksi sosial akibat konflik internal antara keinginan untuk berinteraksi dengan perasaan cemas atau khawatir dalam menghadapi situasi sosial. Istilah ini merupakan konsep payung yang mencakup berbagai bentuk penarikan diri, seperti rasa malu (*shyness*), sikap diam (*reticence*), hambatan sosial (*social inhibition*), dan kecenderungan menyendiri tanpa disertai kecemasan sosial (*unsociability*) (Rubin et al., 2009)

Perilaku menarik diri atau *withdrawal* menurut Al-Mighwar (Janah, 2018) merupakan suatu bentuk perilaku yang mencerminkan adanya kecenderungan terhadap perasaan putus asa, ketidaknyamanan, dan ketidakamanan, sehingga individu cenderung menarik diri dari berbagai aktivitas serta merasa takut untuk mengekspresikan usahanya. Individu yang mengalami kondisi ini umumnya tidak memiliki kekuatan untuk bertahan dalam lingkungan sosialnya dan lebih memilih menyendiri demi kenyamanan pribadi.

Kartono (Janah, 2018) mendefinisikan *withdrawal* sebagai suatu pola perilaku yang ditunjukkan individu melalui usaha untuk menghindari hambatan atau situasi yang dianggap menimbulkan frustrasi. Perilaku ini dapat diwujudkan dalam bentuk pelepasan diri, baik berupa pengalihan perhatian maupun

penurunan minat terhadap lingkungan sosial secara langsung (Janah, 2018). Dengan kata lain, *withdrawal* tidak hanya dipahami sebagai kecenderungan untuk menarik diri secara fisik, tetapi juga melibatkan aspek psikologis berupa penghindaran interaksi yang dirasa menekan atau menimbulkan ketidaknyamanan Kartono (Janah, 2018). Pola ini, apabila berlangsung secara terus-menerus, berpotensi mengganggu kemampuan individu dalam menjalin hubungan sosial serta menghambat perkembangan fungsi psikososial yang sehat

*Social withdrawal* adalah individu yang menarik diri dari interaksi sosial yang normal. Individu yang mengalami perilaku *social withdrawal* seringkali berangapan bahwa individu merasa ditolak dari lingkungan sosialnya, padahal kenyataan yang ditemukan adalah individu tidak benar-benar ditolak dari lingkungannya. Perilaku *Social withdrawal* ini sering terjadi pada anak usia 12 tahun sampai usia 18 tahun dimana para remaja banyak menghabiskan waktu disekolah dengan teman-teman sebaya dan sebagian dari siswa tersebut mengalami perilaku *Social withdrawal* yang tidak baik untuk perkembangan siswa (Janah, 2018).

*Social withdrawal* juga sering kali dikaitkan dengan perilaku asosial, yang mencerminkan kondisi kurangnya motivasi untuk menjalin hubungan dengan orang lain, serta penurunan kepekaan sosial dan dominasi kepentingan pribadi (Zhafira, 2018). *Social withdrawal* juga merupakan tindakan menolak atau menghindar untuk memiliki sebuah interaksi sosial, dan sebagai bentuk pertahanan terhadap sesuatu yang dianggap tidak aman (Pratiwi, 2020).

Ciri-ciri individu yang mengalami penarikan diri dari lingkungan (*withdrawal*) yaitu: sering terlihat menyendiri atau melamun, terlihat tidak bergairah dalam kegiatan dilingkungan sosial sehari-hari, tidak banyak berbicara utamanya dalam berpendapat dimuka umum, merasa tidak aman dan tidak nyaman berada dilingkungan sosial (berkumpul dengan orang banyak), lebih bersama-sama atau kelompok (Janah, 2018).

Menurut Fitriana et al., (2015), *social withdrawal* dapat dibedakan menjadi tiga bentuk: *selective withdrawal* (menjauhi interaksi tertentu), *partial withdrawal* (mengurangi sebagian interaksi), dan *total withdrawal* (menghindari seluruh interaksi sosial). Fenomena ini dapat dipicu oleh berbagai faktor, baik internal seperti kepribadian introvert, kecemasan sosial, maupun eksternal seperti tekanan akademik, masalah keluarga, dan lingkungan yang tidak mendukung (Baharun & Madinatul Jannah, 2019).

Salah satu faktor yang turut memperparah fenomena penarikan diri sosial pada remaja adalah ketergantungan terhadap *smartphone* atau adiksi *smartphone*. Adiksi *smartphone* atau *smartphone addiction* merupakan kondisi ketika seseorang mengalami ketergantungan secara psikologis maupun perilaku terhadap penggunaan *smartphone* (Kwon et al., 2013). Individu yang mengalami adiksi *smartphone* akan merasa cemas, gelisah, bahkan tidak nyaman apabila tidak memegang atau mengakses perangkat tersebut dalam waktu tertentu (Kwon et al., 2013). Menurut Kwon et al. (2013), remaja yang mengalami adiksi *smartphone* umumnya menunjukkan tiga tanda utama, yaitu gangguan aktivitas sehari-hari (*daily-life disturbance*), penarikan diri (*withdrawal*), dan toleransi (*tolerance*).

Berdasarkan hasil wawancara dengan dua remaja dan satu orang tua, terlihat beberapa pola perilaku yang mengarah pada kecenderungan adiksi *smartphone*. Seorang remaja berinisial DA (17 tahun) mengaku merasa gelisah dan tidak tenang jika tidak membawa ponselnya. Ia mengatakan, “Kalau HP-nya rusak atau mati, rasanya kayak bingung mau ngapain. Kadang jadi cepat marah.” Hal serupa juga diungkapkan oleh YL (15 tahun) yang merasa mudah bosan dan cepat kesal ketika jaringan internet tidak stabil.

Selain itu, remaja lain berinisial SN (17 tahun) menyampaikan bahwa durasi penggunaan *smartphone*-nya semakin meningkat dari waktu ke waktu. Ia menjelaskan, “Dulu paling dua jaman aja, sekarang bisa sampai seharian kalau libur. Soalnya kalau nggak buka sosmed, rasanya ada yang kurang.” Temuan wawancara tersebut diperkuat oleh keterangan salah satu orang tua remaja di RW

06 yang menyatakan bahwa anaknya sering menunda waktu belajar dan tidur karena terlalu lama bermain game maupun menonton video di *smartphone* hingga larut malam. Orang tua tersebut mengatakan, “Kalau sudah pegang HP, susah disuruh berhenti. Belajar ditunda-tunda, tidur juga sering lewat tengah malam.”

Adiksi *smartphone* ditandai oleh sejumlah gejala yang khas, antara lain penggunaan yang berlebihan meskipun tidak dalam kondisi dibutuhkan, kesulitan dalam mengendalikan durasi maupun frekuensi penggunaan, serta adanya perasaan tidak nyaman ketika tidak menggunakan *smartphone* (Ching et al., 2015). Kondisi ini juga sering disertai dengan gangguan pada aspek kognitif, seperti menurunnya konsentrasi dan fokus, sehingga berdampak pada penurunan produktivitas individu, baik dalam aktivitas akademik maupun kegiatan sehari-hari (Ching et al., 2015). Lebih jauh, adiksi *smartphone* dapat menimbulkan gangguan dalam kehidupan sosial, misalnya berkurangnya kualitas interaksi tatap muka, munculnya konflik dalam hubungan interpersonal, hingga melemahkan keterlibatan remaja dalam aktivitas sosial secara langsung (Kwon et al., 2013).

Menurut Karadag et al., (2015), terdapat beberapa faktor yang menyebabkan seseorang mengalami adiksi terhadap *Smartphone*, antara lain: kebutuhan untuk selalu terhubung dengan orang lain (*fear of missing out* atau FoMO), kebutuhan akan hiburan instan, tekanan dari lingkungan sosial, serta kepribadian individu seperti impulsivitas dan kecemasan sosial. Di kalangan remaja, adiksi ini semakin meningkat seiring dengan meningkatnya akses terhadap internet, banyaknya aplikasi berbasis hiburan dan komunikasi, serta pengaruh kuat dari media sosial yang menawarkan validasi dalam bentuk *likes*, komentar, atau jumlah pengikut (Kholisah & Suhesty, 2025).

Remaja sangat rentan terhadap kondisi ini karena pada masa perkembangan mereka, kontrol diri dan regulasi emosi belum terbentuk secara optimal. Penelitian yang dilakukan oleh Kwon et al., (2013) menemukan bahwa remaja memiliki skor adiksi *Smartphone* yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia dewasa. Hal ini disebabkan oleh kecenderungan remaja untuk mencari identitas diri dan penerimaan sosial, yang sering kali dilakukan melalui media sosial dan

platform daring lainnya. Ketergantungan yang berlebihan pada *Smartphone* dapat menyebabkan gangguan tidur, penurunan prestasi belajar, konflik dengan orang tua, serta penurunan interaksi sosial di dunia nyata (Kwon et al., 2013).

Lebih jauh, adiksi *smartphone* bukan hanya menyebabkan perubahan dalam pola waktu dan aktivitas harian, tetapi juga berdampak pada aspek emosional dan psikologis individu. Seseorang yang kecanduan *Smartphone* cenderung lebih mudah mengalami stres, perasaan kesepian, dan bahkan depresi ketika tidak dapat mengakses perangkat tersebut (Chen et al., 2018). Aktivitas online yang bersifat terus-menerus dan tanpa batas juga dapat menurunkan sensitivitas individu terhadap dunia nyata, sehingga mereka cenderung menarik diri dari kehidupan sosial dan membentuk dunia sendiri yang hanya berisi interaksi virtual (Chen et al., 2018).

Dalam konteks remaja, adiksi *smartphone* yang sering kali tidak disadari sebagai masalah karena dianggap sebagai bagian dari gaya hidup modern, jika dibiarkan tanpa pengawasan dan kontrol yang tepat, dapat berdampak jangka panjang terhadap perkembangan psikososial, di mana ketika *smartphone* menjadi pusat perhatian utama, hubungan sosial langsung, keterlibatan dalam kegiatan masyarakat, dan komunikasi interpersonal akan terpinggirkan, sehingga memperkuat kecenderungan *Social withdrawal*, yaitu kondisi saat remaja perlahan menjauh dari dunia nyata dan kehilangan kemampuan berinteraksi secara sehat dengan lingkungan sekitarnya (Marini et al., 2024).

Dengan melihat berbagai data dan fenomena tersebut, maka sangat penting untuk mengkaji lebih lanjut mengenai hubungan antara adiksi *smartphone* dan perilaku *withdrawal* sosial pada remaja, sebagai upaya untuk memahami bagaimana penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat berkontribusi terhadap perubahan perilaku sosial mereka. Oleh karena itu, penting bagi peneliti untuk menggali lebih dalam faktor-faktor yang berperan dalam munculnya perilaku *social withdrawal*, khususnya adiksi terhadap *smartphone*, guna memperoleh pemahaman yang lebih utuh. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul: **Hubungan Kecendrungan Adiksi**

## ***Smartphone* dengan Perilaku *Social Withdrawal* pada Remaja di Kelurahan X Pekanbaru".**

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya maka permasalahan yang akan diteliti adalah Apakah Terdapat Hubungan Kecendrungan Adiksi *Smartphone* Dengan Perilaku *Social withdrawal* Pada Remaja Di RW 06 Kelurahan X Pekanbaru?

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Kecendrungan Adiksi *Smartphone* Dengan Perilaku *Social Withdrawal* Pada Remaja Di RW 06 Kelurahan X Pekanbaru.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah keilmuan di bidang psikologi perkembangan, khususnya mengenai dampak penggunaan teknologi digital terhadap perilaku sosial remaja. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya yang membahas isu serupa.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Remaja**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada remaja mengenai bahaya adiksi *smartphone* dan dampaknya terhadap hubungan sosial. Dengan mengetahui adanya kecenderungan *withdrawal* sosial akibat penggunaan *smartphone* yang berlebihan, remaja diharapkan lebih bijak dalam mengatur waktu penggunaan *smartphone* dan mampu menyeimbangkan kehidupan digital dengan kehidupan sosial nyata.

### **b. Bagi Orang Tua**

Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi orang tua dalam mengamati dan mengevaluasi perilaku anak-anak mereka terkait penggunaan *smartphone*. Dengan memahami tanda-tanda adiksi *smartphone* dan dampaknya terhadap perilaku menarik diri, orang tua diharapkan mampu memberikan pendampingan, pengawasan, serta membangun komunikasi yang lebih terbuka dan mendukung perkembangan sosial anak secara positif.

### **c. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi awal bagi peneliti lain yang ingin mengkaji lebih dalam mengenai topik yang berkaitan, baik dengan fokus yang sama maupun dengan pendekatan yang berbeda. Selain itu, penelitian ini juga membuka peluang untuk dilakukan pengembangan studi lebih lanjut, seperti intervensi terhadap adiksi *smartphone*, pengaruhnya terhadap variabel psikologis lainnya, atau eksplorasi dampaknya dalam konteks budaya yang berbeda.

## **E. Tinjauan Kajian Terdahulu**

Penelitian pertama dilakukan oleh Rizqi, (2024) dengan judul *Fenomena Social withdrawal di Era Digital* yang menggunakan metode studi literatur. Penelitian ini meneliti perilaku menarik diri dari interaksi sosial pada era digital dengan menelaah berbagai sumber pustaka yang relevan. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa *social withdrawal* dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya ketergantungan terhadap teknologi, pengalaman negatif seperti *cyberbullying*, tekanan sosial, serta adanya masalah kesehatan mental yang dialami remaja. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada fokus kajian, yaitu sama-sama membahas fenomena *social withdrawal* pada remaja di era digital serta melihat dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis individu. Namun, perbedaannya adalah penelitian Rizqi, (2024) hanya bersifat deskriptif melalui tinjauan pustaka tanpa melibatkan subjek penelitian secara langsung, sedangkan

penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan melibatkan subjek remaja sebagai responden.

Penelitian kedua dilakukan oleh Azzahra, (2023) dengan judul *Hubungan Adiksi Smartphone dengan Perilaku Phubbing pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Al-Hilal Sigli Kabupaten Pidie* menggunakan metode kuantitatif korelasi dengan jumlah sampel sebanyak 195 mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara adiksi *smartphone* dengan perilaku *phubbing*, ditunjukkan dengan nilai korelasi ( $r$ ) = 0,733 dan  $p = 0,000$ . Persamaan dengan penelitian ini adalah sama-sama menjadikan adiksi *smartphone* sebagai variabel independen serta menggunakan metode kuantitatif dengan uji korelasi. Perbedaannya terletak pada variabel dependen yang diteliti, di mana penelitian Azzahra, (2023) memfokuskan pada perilaku *phubbing*, sedangkan penelitian ini memfokuskan pada variabel *social withdrawal* pada remaja.

Penelitian ketiga dilakukan oleh Badarudin (2022) dengan judul *Hubungan Kecanduan Internet dengan Perilaku No-Life (Social withdrawal) pada Remaja di Kota Bandung* menggunakan metode kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat dengan arah positif antara kecanduan internet dan perilaku *no-life (social withdrawal)* pada remaja di Kota Bandung. Persamaan dengan penelitian ini adalah sama-sama menempatkan perilaku adiktif digital (kecanduan internet atau adiksi *smartphone*) sebagai variabel *independen* dan *social withdrawal* sebagai variabel *dependen*. Adapun perbedaan terletak pada subjek penelitian, di mana penelitian Badarudin melibatkan remaja di Kota Bandung, sementara penelitian ini memfokuskan pada remaja di Kota Pekanbaru.

Penelitian terakhir dilakukan oleh Kirani, (2016) dengan judul *Hubungan Peer Group Relationship dengan Social withdrawal pada Remaja Awal*. Penelitian ini melibatkan 100 siswa kelas 1 SMP Negeri 3 Sidoarjo dengan metode kuantitatif korelasi Spearman's Rho. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *peer group relationship* dengan

*social withdrawal*. Artinya, semakin baik hubungan dengan teman sebaya, maka semakin rendah kecenderungan remaja mengalami *social withdrawal*. Persamaan dengan penelitian ini adalah sama-sama meneliti fenomena *social withdrawal* pada remaja dengan pendekatan kuantitatif korelasional. Namun, perbedaan terdapat pada variabel independen yang digunakan, di mana penelitian Kirani, (2016) menekankan peran hubungan dengan teman sebaya (*peer group relationship*), sementara penelitian ini menekankan adiksi *smartphone* sebagai faktor yang berkontribusi terhadap *social withdrawal*.

Berdasarkan keempat penelitian terdahulu tersebut, dapat disimpulkan bahwa fenomena *social withdrawal* pada remaja telah banyak dikaji dari berbagai sudut pandang, baik yang berkaitan dengan faktor sosial seperti hubungan teman sebaya maupun fenomena perilaku baru yang muncul akibat perkembangan teknologi digital, seperti *phubbing*. Akan tetapi, belum ditemukan penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan adiksi *smartphone* dengan perilaku *social withdrawal* pada remaja di wilayah Pekanbaru. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) dengan mengalihkan fokus kajian pada pengaruh adiksi *smartphone* terhadap *social withdrawal* pada populasi remaja di Pekanbaru. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris baru mengenai bagaimana penggunaan teknologi digital yang berlebihan memengaruhi keterlibatan sosial remaja dalam kehidupan sehari-hari, sekaligus memperkaya literatur terkait dampak negatif adiksi *smartphone* terhadap perkembangan sosial-psikologis remaja.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Perilaku *Social withdrawal*

##### 1. Definisi Perilaku *Social withdrawal*

Menurut (Rubin et al., 2009), *social withdrawal* adalah perilaku menarik diri secara konsisten dari interaksi sosial akibat konflik internal antara keinginan untuk berinteraksi dengan perasaan cemas atau khawatir dalam menghadapi situasi sosial. Istilah ini merupakan konsep payung yang mencakup berbagai bentuk penarikan diri, seperti rasa malu (*shyness*), sikap diam (*reticence*), hambatan sosial (*social inhibition*), dan kecenderungan menyendiri tanpa disertai kecemasan sosial (*unsociability*).

Penarikan diri atau *withdrawal* adalah keadaan ketika seseorang menunjukkan sikap kurang peduli terhadap lingkungan sosialnya, yang dapat berkembang menjadi perilaku agresif atau rasa malu secara bertahap akibat adanya perasaan tidak nyaman (Arya & Setyawan, 2024). *Social withdrawal* ditandai dengan perilaku menarik diri secara berlebihan, di mana individu, khususnya remaja maupun dewasa muda, memilih mengasingkan diri dari lingkungan sosial serta menghindari berbagai bentuk interaksi dengan orang lain (Wirawanda, 2024)

(Adinti, 2023), *social withdrawal* atau penarikan diri sosial merupakan kondisi ketika seseorang cenderung menghindari interaksi dan membatasi hubungan dengan orang lain, yang dapat dialami berbagai kelompok usia namun lebih sering menjadi perhatian pada remaja. Pada era digital, *social withdrawal* atau penarikan diri dari interaksi sosial mengacu pada kecenderungan individu untuk mengasingkan diri dari hubungan sosial, baik dalam bentuk tatap muka maupun melalui ruang virtual (Rizqi, 2024).

*Social withdrawal* adalah perilaku menghindari atau menolak keterlibatan dalam interaksi sosial sebagai mekanisme pertahanan diri terhadap situasi yang dianggap tidak aman, di mana anak yang mengalaminya cenderung memiliki

sedikit teman karena jarang berpartisipasi dalam aktivitas sosial dan lebih sering hanya menjadi pengamat tanpa benar-benar terlibat secara langsung (Pratiwi, 2020).

*Social withdrawal* merupakan kondisi di mana individu memilih untuk menjauh atau menghindari keterlibatan dalam interaksi sosial dengan orang lain. Dalam istilah bahasa Indonesia, fenomena ini juga dikenal sebagai "penarikan diri sosial" atau "pengurangan aktivitas sosial", yang menunjukkan kecenderungan seseorang untuk menjaga jarak dari kegiatan sosial, membatasi komunikasi dengan orang lain, dan lebih nyaman menyendiri (Novianti, dalam Adinti, 2023).

Janah (Adinti, 2023) menjelaskan bahwa tingkatan *social withdrawal* bervariasi, mulai dari level ringan ketika seseorang hanya mengurangi frekuensi interaksi seperti enggan mengikuti kegiatan sosial yang dianggap tidak penting atau lebih sering menyendiri, hingga tingkat yang lebih serius ketika penarikan diri menjadi gejala gangguan psikologis seperti kecemasan sosial atau depresi yang membuat individu benar-benar menghindari interaksi secara ekstrem, lebih suka menyendiri, sering termenung, dan pada akhirnya menurunkan produktivitas.

Thalib (Nisa et al., 2024) menjelaskan bahwa perilaku penarikan diri sosial merupakan bentuk tindakan menjauh atau menghindari interaksi sosial sebagai mekanisme pertahanan diri terhadap situasi yang dirasa tidak aman, ditandai dengan ciri-ciri seperti jarang terlibat dalam kegiatan sosial bersama teman sebaya, kesulitan membangun kerja sama di lingkungan sekolah, kurang aktif dalam berkomunikasi, cenderung pemalu, murung, serta tampak tidak memiliki semangat.

Berdasarkan uraian teori-teori di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku penarikan diri (*withdrawal*) merupakan suatu kondisi ketika individu secara konsisten menjauh dari interaksi sosial, baik secara tatap muka maupun virtual, sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri terhadap situasi yang dirasa tidak

aman, ditandai dengan kecenderungan menghindari keterlibatan dalam aktivitas sosial, membatasi komunikasi, dan lebih nyaman menyendiri.

## **2. Aspek-Aspek Perilaku *Social withdrawal***

Rubin et al., (2009) mengemukakan beberapa aspek penting yang ada pada *social withdrawal*, yaitu:

### **a. Inhibisi Perilaku**

Inhibisi perilaku (*behavioral inhibition*) merupakan suatu kecenderungan temperamental yang ditandai dengan adanya rasa khawatir atau takut ketika individu berhadapan dengan orang baru, situasi baru, maupun lingkungan yang asing. Anak atau remaja yang memiliki tingkat inhibisi perilaku tinggi biasanya menunjukkan perilaku berhati-hati, enggan untuk mendekati stimulus baru, serta membutuhkan waktu lebih lama untuk beradaptasi dengan kondisi sosial tertentu. Inhibisi perilaku sering kali dipandang sebagai faktor biologis yang berhubungan dengan sensitivitas sistem saraf terhadap ancaman, sehingga individu lebih rentan mengalami kecemasan sosial atau perilaku penarikan diri.

### **b. Rasa Malu**

Rasa malu (*shyness*) telah lama dikonseptualisasikan sebagai bentuk kewaspadaan atau rasa sungkan ketika menghadapi situasi baru maupun ketika individu merasa sedang menjadi pusat perhatian. Rasa malu ini sering muncul dalam situasi evaluasi sosial yang dianggap penuh tekanan, misalnya ketika harus berbicara di depan umum atau berinteraksi dengan orang asing. Individu yang pemalu cenderung menunjukkan perilaku sadar diri yang tinggi, seperti menghindari kontak mata, berbicara dengan suara pelan, atau menarik diri dari interaksi karena khawatir akan dinilai negatif. Dalam jangka panjang, rasa malu dapat menghambat perkembangan keterampilan sosial serta membatasi kesempatan untuk menjalin relasi dengan teman sebaya.

### c. Keengganan Sosial

Keengganan sosial (*social reticence*) merupakan suatu bentuk perilaku di mana individu lebih sering mengamati orang lain dari kejauhan tanpa terlibat secara aktif dalam interaksi. Anak atau remaja dengan kecenderungan keengganan sosial biasanya menunjukkan minat untuk berinteraksi, namun pada saat yang sama merasa cemas atau ragu untuk benar-benar terlibat. Hal ini sering terlihat dalam konteks kelompok sebaya, di mana individu tampak hadir secara fisik tetapi tidak banyak berpartisipasi dalam percakapan atau aktivitas bersama. Dengan demikian, keengganan sosial merepresentasikan sebuah kontradiksi antara dorongan untuk bersosialisasi dengan hambatan emosional yang membuat individu tetap berada di posisi pasif.

### d. Cemas-Kesendirian

Cemas-kesendirian (*anxious-solitude*) merupakan bentuk perilaku penarikan diri yang ditandai dengan perasaan cemas, tegang, atau khawatir ketika berhadapan dengan teman sebaya. Individu yang mengalami cemas-kesendirian biasanya ingin ikut serta dalam kegiatan sosial, tetapi perasaan khawatir terhadap penilaian atau penolakan dari orang lain membuat mereka lebih memilih untuk menyendiri. Kondisi ini berbeda dengan kesendirian yang bersifat sukarela, karena dalam *anxious-solitude* terdapat konflik internal antara keinginan untuk berinteraksi dan rasa takut yang menahan individu untuk melakukannya. Apabila berlangsung terus-menerus, cemas-kesendirian dapat berimplikasi pada isolasi sosial, rendahnya penerimaan teman sebaya, serta peningkatan risiko kesepian dan masalah psikologis lainnya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan aspek-aspek terkait *social withdrawal* yakni meliputi : inhibisi perilaku, rasa malu, keengganan sosial, cemas-kesendirian.

## 3. Faktor-Faktor Penyebab Perilaku *Social withdrawal*

Menurut Rubin et al., (2009), terdapat sejumlah faktor yang berperan dalam perkembangan, pemeliharaan, serta moderasi sikap terkait pola perilaku menarik diri secara sosial pada anak dan remaja. Faktor-faktor tersebut meliputi:

a. Hubungan dengan Teman Sebaya

Anak-anak yang pemalu dan jarang memulai kontak dengan teman sebaya biasanya membutuhkan waktu lebih lama untuk memulai percakapan, serta cenderung berbicara lebih jarang dibandingkan teman lainnya. Hal ini menggambarkan inisiasi serta interaksi sosial yang terbatas, sekaligus menjadi salah satu ciri dari perilaku menarik diri. Anak yang menarik diri pun seringkali tampak kurang kompeten secara sosial dibandingkan anak-anak lain.

b. Pola Asuh (*Parenting*) Orang Tua

Karakteristik temperamental orang tua dapat memengaruhi rasa malu pada anak serta penyesuaian sosial-emosionalnya. Hubungan antara rasa malu dengan kesulitan penyesuaian sosial-emosional lebih kuat pada anak dengan orang tua yang memiliki tingkat kecemasan tinggi, sikap terlalu protektif, atau sensitif terhadap ancaman. Sebaliknya, pola asuh yang ramah dan otoritatif dapat melemahkan hubungan tersebut dan lebih mendukung penyesuaian anak.

c. Gangguan yang Dimiliki Anak

Anak dan remaja yang menarik diri secara sosial sering kali mengalami penolakan dari teman sebaya dan berisiko menjadi korban. Situasi ini membuat mereka memiliki pandangan negatif terhadap diri sendiri dan menyadari keterbatasan sosial yang dimilikinya. Akibatnya, mereka lebih rentan mengalami kesepian dan depresi yang dapat berlangsung sejak masa kanak-kanak hingga remaja.

d. Prestasi Akademik

Sekolah merupakan lingkungan penting dalam membentuk hubungan interpersonal dan perkembangan sikap sosial anak. Interaksi dengan guru maupun teman sebaya di sekolah berkontribusi besar terhadap proses sosialisasi serta pencapaian akademik. Anak dengan kecenderungan menarik diri biasanya lebih pendiam di kelas, yang dapat ditafsirkan guru sebagai kurangnya minat atau pemahaman. Hal ini berpengaruh pada rendahnya kepercayaan diri anak dalam bidang akademik. Selain itu,

remaja yang memiliki teman dan merasa menjadi bagian dari kelompok sebaya cenderung lebih menyukai sekolah, sedangkan mereka yang kesepian atau tidak memiliki teman lebih rentan merasa tidak betah di sekolah.

e. Budaya (*Culture*)

Perilaku sosial sangat dipengaruhi oleh konteks budaya. Dalam budaya kolektif yang menekankan kebersamaan, sikap pemalu dan pendiam sering dianggap positif dan didukung baik oleh orang tua, guru, maupun teman sebaya. Sebaliknya, dalam budaya yang lebih individualis, yang mengutamakan ketegasan dan ekspresivitas, sikap pemalu sering dinilai maladaptif dan berisiko menimbulkan penolakan dari lingkungan sosial.

Menurut Rizqi (2024), faktor penyebab *social withdrawal* meliputi :

1. Ketergantungan *Smartphone*

Ketergantungan terhadap *smartphone* dan teknologi digital telah membawa perubahan signifikan dalam pola komunikasi manusia. Interaksi langsung atau tatap muka yang dahulu menjadi bentuk utama dalam menjalin hubungan sosial kini semakin berkurang, digantikan oleh komunikasi virtual yang kian mendominasi kehidupan sehari-hari. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan mendorong individu untuk lebih sering berhubungan secara daring dibandingkan melakukan percakapan langsung, sehingga lambat laun mereka merasa lebih nyaman, terbiasa, bahkan cenderung mengandalkan interaksi virtual. Kondisi ini dapat menggeser nilai-nilai sosial dalam hubungan interpersonal, karena kualitas kedekatan emosional yang biasanya terbangun melalui komunikasi tatap muka berpotensi melemah akibat intensitas interaksi digital yang terlalu tinggi.

2. *Cyberbullying*

Kehadiran *cyberbullying* atau intimidasi dalam bentuk digital menjadi salah satu faktor yang dapat mendorong individu menarik diri dari lingkungan sosialnya. Fenomena ini muncul melalui berbagai platform

seperti media sosial, forum daring, hingga aplikasi pesan instan, di mana pelaku dapat dengan mudah melakukan penghinaan, ancaman, maupun penyebaran konten yang merugikan. Meningkatnya kasus *cyberbullying* menimbulkan perasaan terancam, tidak aman, dan rentan pada diri korban, sehingga mereka mengalami kesulitan dalam mempertahankan interaksi sosial yang sehat. Dalam jangka panjang, kondisi tersebut mendorong korban untuk menghindari pergaulan di dunia nyata, memilih mengisolasi diri, dan menutup akses komunikasi sebagai bentuk mekanisme perlindungan dari tekanan psikologis maupun rasa sakit emosional yang timbul akibat perilaku agresif di ranah daring. Jika berlangsung secara terus-menerus, dampak ini bukan hanya mengganggu kesejahteraan emosional, tetapi juga dapat memicu terjadinya *social withdrawal* atau penarikan diri sosial pada tingkat yang lebih serius.

### 3. Masalah Kesehatan mental

Tekanan sosial yang muncul dari penggunaan media sosial, terutama melalui perbandingan diri dengan kehidupan ideal yang ditampilkan orang lain, sering kali memicu munculnya rasa rendah diri, kecemasan, serta ketakutan akan penilaian negatif dari lingkungan sekitar. Paparan berulang terhadap konten yang cenderung tidak realistis, seperti standar kecantikan, kesuksesan, maupun gaya hidup mewah, dapat menimbulkan distorsi persepsi diri sehingga individu merasa tidak cukup berharga atau gagal memenuhi standar sosial yang berlaku. Kondisi ini diperparah dengan adanya masalah kesehatan mental, seperti depresi dan kecemasan, yang membuat individu semakin rentan terhadap tekanan sosial. Akibatnya, mereka memilih untuk menarik diri dari interaksi tatap muka dan lebih nyaman menyendiri sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri, karena merasa sulit menghadapi tantangan sosial sekaligus khawatir terhadap kemungkinan penolakan maupun kritik dari orang lain. Dalam jangka panjang, pola ini dapat berkembang menjadi perilaku penarikan diri sosial (*social withdrawal*) yang menghambat perkembangan hubungan interpersonal dan mengurangi kualitas hidup secara keseluruhan.

Menurut Yue et al., (2022), faktor penyebab *social withdrawal* meliputi:

1. Gangguan Penggunaan *Smartphone* (*Smartphone Distraction/SU* atau *Smartphone Use Disorder/SD*)

Penggunaan *smartphone* secara berlebihan tidak hanya berdampak pada aspek teknis dalam kehidupan sehari-hari, tetapi juga menimbulkan gangguan serius terhadap aktivitas interpersonal di dunia nyata. Individu yang terlalu banyak menghabiskan waktu dengan *smartphone* cenderung mengabaikan interaksi sosial tatap muka, sehingga kualitas hubungan dengan keluarga, teman, maupun lingkungan sekitar mengalami penurunan. Selain itu, intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi dapat mengganggu konsentrasi dan menurunkan kinerja akademik, karena waktu belajar maupun produktivitas sering kali tergantikan oleh aktivitas daring yang bersifat hiburan. Kondisi ini juga berimplikasi pada meningkatnya beban stres psikologis, terutama ketika individu merasa terikat pada notifikasi, media sosial, atau tekanan untuk selalu terhubung secara digital. Akumulasi dampak tersebut membuat individu lebih rentan menarik diri dari lingkungan sosial dan pada akhirnya memicu terbentuknya perilaku *social withdrawal*, yaitu kecenderungan mengisolasi diri dan mengurangi keterlibatan dalam interaksi langsung dengan orang lain.

2. Ruminasi (Berpikir Berulang Negatif)

Ruminasi merupakan proses kognitif di mana individu secara berulang-ulang memikirkan hal-hal negatif atau sumber stres, yang pada akhirnya memperpanjang dan memperburuk emosi negatif seperti kecemasan dan depresi. Proses ruminasi ini berperan sebagai mediator utama yang memperkuat hubungan antara gangguan penggunaan *smartphone* dengan kecenderungan *social withdrawal*. Ruminasi tidak hanya menghambat kemampuan individu dalam pemecahan masalah, tetapi juga melemahkan kualitas komunikasi interpersonal sehingga memperdalam perilaku menarik diri dari lingkungan sosial. Dalam jangka panjang, kecenderungan ruminatif membuat individu semakin terjebak

dalam siklus isolasi diri, karena energi psikologis mereka habis untuk memikirkan masalah tanpa solusi. Akibatnya, individu mengalami penurunan motivasi untuk berinteraksi dan kehilangan kesempatan untuk memperoleh dukungan sosial yang sebenarnya dapat membantu mengurangi tekanan psikologis.

### 3. Tekanan Stres Digital

Beban stres psikologis yang timbul akibat penggunaan teknologi digital dan *smartphone* secara berlebihan semakin memperburuk kondisi mental individu. Tekanan tersebut bersifat multidimensional, mencakup aspek emosional, kognitif, maupun sosial, sehingga tidak hanya menimbulkan kelelahan psikologis, tetapi juga mengganggu kemampuan individu dalam mengatur emosi dan menjalin hubungan interpersonal. Keterpaparan terus-menerus terhadap tuntutan untuk selalu responsif secara daring, arus informasi yang berlebihan, serta perbandingan sosial di media digital dapat memicu rasa cemas, tertekan, hingga putus asa. Kondisi ini berhubungan erat dengan kecenderungan *social withdrawal*, di mana individu memilih menarik diri dari interaksi sosial sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri. Jika berlangsung dalam jangka panjang tanpa penanganan yang tepat, beban psikologis tersebut dapat berkembang menjadi gangguan yang lebih serius, seperti depresi dan penurunan kualitas hidup secara menyeluruh.

### 4. Teori *Social Comparison* (Perbandingan Sosial Negatif)

Penggunaan media sosial melalui *smartphone* mendorong individu untuk secara terus-menerus melakukan perbandingan sosial dengan orang lain, baik dalam hal penampilan fisik, pencapaian, maupun gaya hidup. Perbandingan ini kerap bersifat negatif karena individu cenderung menilai dirinya lebih rendah dibandingkan standar ideal yang ditampilkan di media sosial. Akibatnya, muncul penurunan rasa percaya diri, meningkatnya kecemasan sosial, serta rasa tidak aman dalam menjalin interaksi dengan lingkungan sekitar. Jika berlangsung secara berkelanjutan, kondisi ini memperbesar kemungkinan individu melakukan perilaku penarikan diri

sosial (*social withdrawal*), di mana mereka lebih memilih menghindari interaksi tatap muka untuk mengurangi tekanan psikologis dan potensi penilaian negatif dari orang lain.

Yufei Qiu et al., (2024) menegaskan bahwa *social withdrawal* dipicu oleh interaksi kompleks antara penggunaan *smartphone* berlebihan, tekanan digital, ruminasi, dan faktor sosial, sehingga intervensi perlu difokuskan pada pengelolaan *smartphone*, pengurangan ruminasi, dan peningkatan keterlibatan sosial untuk menjaga kesehatan mental

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan faktor-faktor terkait *social withdrawal* yakni meliputi : kecemasan, harga diri *negative*, kesulitan dalam keterampilan sosial, ketergantungan *smartphone*, *cyberbullying*, masalah kesehatan mental.

#### **4. Dampak *Social withdrawal***

Menurut Rizqi (2024), dampak *social withdrawal* sangat signifikan terhadap aspek psikologis individu. Kondisi ini ditandai dengan meningkatnya rasa kesepian dan munculnya gejala depresi yang berakibat pada semakin memburuknya kesehatan mental. Individu yang mengalami *social withdrawal* juga cenderung kehilangan motivasi, enggan berpartisipasi dalam aktivitas sosial, serta menolak mencari dukungan dari orang lain. Akibatnya, kesempatan untuk memperoleh dukungan emosional berkurang, yang pada akhirnya menurunkan kualitas hidup karena individu merasa hampa, kehilangan makna hidup, dan terjebak dalam lingkaran negatif yang sulit dihentikan. Selain itu, *social withdrawal* menimbulkan hambatan dalam menjalani rutinitas sehari-hari seperti bekerja, bersekolah, maupun berpartisipasi dalam kegiatan masyarakat, sehingga berdampak langsung pada keterampilan sosial dan pencapaian perkembangan remaja.

Dari sisi fisik, *social withdrawal* juga menimbulkan konsekuensi berdampak serius. Rizqi (2024) menegaskan bahwa kondisi ini dapat memicu gangguan tidur seperti insomnia, menurunkan kebugaran tubuh, serta meningkatkan risiko obesitas dan penyakit kardiovaskular akibat minimnya aktivitas fisik. Penurunan energi dan vitalitas tubuh semakin memperburuk keadaan psikologis individu,

karena tubuh yang lemah dan kurang bertenaga membuat mereka semakin enggan beraktivitas maupun berinteraksi dengan orang lain. Dengan demikian, *social withdrawal* tidak hanya berdampak pada kesehatan mental, tetapi juga memengaruhi kesejahteraan fisik, yang secara keseluruhan memperburuk kualitas hidup individu.

## **B. Adiksi *Smartphone***

### **1. Definisi Adiksi *Smartphone***

Istilah kecanduan tidak hanya digunakan untuk obat bius, tetapi kecanduan juga telah digunakan pada individu yang bergantung kepada internet, *game*, *smartphone*, dan perilaku lainnya (Kwon et al., 2013). Oleh karena itu, Kwon et al., (2013) mendefinisikan *smartphone addiction* atau adiksi *smartphone* sebagai suatu bentuk keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti menarik diri, kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari, atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang.

Adiksi *smartphone* adalah kondisi ketika seseorang mengalami kesulitan untuk menghentikan penggunaan *smartphone*, yang berdampak pada perubahan sosial seperti kecenderungan menarik diri serta hambatan dalam menjalani aktivitas sehari-hari (Mawarpury et al., 2020).

Menurut Hidayanto et al., (2021), kecanduan *smartphone* adalah bentuk ketergantungan terhadap penggunaan *smartphone* dalam aktivitas sehari-hari yang disertai rendahnya kontrol diri, sehingga membuat penggunanya seolah-olah larut dalam penggunaannya, apalagi dengan hadirnya berbagai aplikasi yang semakin memberikan rasa nyaman.

Adiksi *smartphone* adalah kondisi penggunaan yang berlebihan hingga mengganggu aktivitas sehari-hari, yang biasanya membuat seseorang terlalu asyik, kurang peduli terhadap lingkungan sekitar, serta mudah marah ketika merasa terganggu (Mentari & Titih, 2020). Adiksi *smartphone* dapat menimbulkan berbagai dampak negatif bagi kesehatan fisik maupun psikologis

remaja. Salah satunya adalah gangguan tidur, diikuti dengan kesulitan berkonsentrasi pada tugas-tugas penting. Selain itu, kecanduan ini juga dapat menurunkan kesadaran sosial karena membuat remaja teralihkan dari pengalaman hidup nyata dan menyulitkan mereka dalam berkomunikasi dengan orang lain (Amri, 2021)

Menurut Prasetya (2013), *smartphone* adalah telepon seluler yang memiliki kemampuan lebih dibandingkan ponsel biasa, baik dari segi resolusi, fitur, maupun fungsi yang bahkan dapat menggantikan komputer, termasuk tersedianya aplikasi serta fasilitas tertentu yang tidak terdapat pada komputer. Istilah seperti *smartphone addiction*, *mobile phone addiction*, *problematic mobile phone use*, *mobile phone dependence*, *compulsive mobile phone use*, dan *mobile phone overuse* digunakan untuk menggambarkan kondisi yang serupa, yaitu ketika individu terlalu asyik menggunakan *smartphone* hingga mengabaikan aspek penting dalam kehidupannya. Istilah yang paling umum digunakan untuk menyebut kondisi ini adalah *mobile phone addiction* dan kini lebih dikenal dengan sebutan *smartphone addiction* (Jabur et al., 2015).

Adiksi *smartphone* dapat dipahami sebagai ketidakmampuan individu untuk mengontrol penggunaan *smartphone*, yang sering kali berlangsung secara berlebihan sehingga menimbulkan rasa cemas serta berbagai permasalahan dalam kehidupan sehari-hari (Freeman, 2008). Leung (2008) menegaskan bahwa adiksi *smartphone* merupakan bentuk ketergantungan yang membuat individu sulit mengendalikan diri dalam penggunaannya dan menimbulkan dampak negatif. Selaras dengan itu, Cho dan Lee (2015) menyebutkan bahwa adiksi *smartphone* ditandai dengan kegagalan berulang kali dalam mengurangi waktu penggunaan, serta adanya kecenderungan merasa lebih bahagia saat menggunakan *smartphone* dibandingkan ketika bersama keluarga atau teman.

Perilaku ini umumnya bermula dari penggunaan sederhana, seperti mengirim pesan atau mengakses media sosial, namun kemudian berkembang menjadi kebiasaan berisiko, misalnya mengetik pesan ketika berada di jalan atau saat mengemudi. Pada tahap yang lebih tinggi, individu menjadi tidak mampu

melepaskan diri dari *smartphone* (Robert et al., 2014). Sejalan dengan hal tersebut, Hawi & Samaha (2016) juga menekankan bahwa adiksi *smartphone* dapat membahayakan, karena individu tetap menggunakannya meskipun sedang memiliki tanggung jawab penting yang seharusnya diselesaikan terlebih dahulu.

Berdasarkan definisi yang telah dijelaskan sebelumnya, adiksi *smartphone* dapat disimpulkan sebagai kondisi ketika seseorang sulit mengontrol penggunaan *smartphone* hingga mengganggu aktivitas sehari-hari, menurunkan interaksi sosial, serta memicu masalah psikologis seperti gangguan tidur, kecemasan, dan kesulitan berkonsentrasi, sehingga berdampak pada menurunnya kualitas hidup.

## **2. Aspek-Aspek Adiksi *Smartphone***

Menurut Kwon et al., (2013), adiksi terhadap *smartphone* memiliki tiga aspek berdasarkan kepada hasil analisis *Receiver Operating Characteristic* (ROC) yang dilakukan untuk memeriksa kemampuan diagnostik *smartphone Addiction Scale Short Version* (SAS-SV) dalam memprediksi adiksi terhadap *smartphone*, yaitu :

### **a. *Daily-Life Disturbance* (Gangguan pada Aktivitas Harian)**

Gangguan dalam kehidupan sehari-hari akibat penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat terlihat dalam berbagai bentuk, seperti melewatkan pekerjaan atau aktivitas yang telah direncanakan, mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi di kelas maupun saat bekerja, serta munculnya keluhan fisik seperti sakit kepala, gangguan penglihatan berupa pandangan kabur, nyeri pada pergelangan tangan atau leher, hingga terganggunya pola tidur.

### **b. *Withdrawal* (Penarikan diri)**

Penarikan diri yang dimaksud tercermin dari perilaku individu yang menunjukkan gejala emosional maupun perilaku negatif ketika terpisah dari *smartphone*, seperti mudah marah, merasa gelisah, dan tidak mampu menahan diri jika tidak menggunakan perangkat tersebut. Individu cenderung ingin selalu bersama *smartphone*, sulit melepaskan diri darinya, bahkan dapat menunjukkan reaksi marah ketika aktivitasnya dengan *smartphone* diganggu.

Kondisi ini menggambarkan adanya keterikatan yang kuat serta ketergantungan berlebihan yang berpotensi mengganggu fungsi sosial dan emosional sehari-hari.

c. *Tolerance* (Toleransi)

Toleransi yang dimaksud adalah kondisi ketika individu berusaha untuk mengontrol penggunaan *smartphone*, namun upaya tersebut berulang kali mengalami kegagalan sehingga menunjukkan adanya kecenderungan ketergantungan yang semakin kuat.

Adapun menurut Leung (2007), aspek-aspek *mobile phone addict* atau sekarang lebih dikenal dengan adiksi *smartphone* antara lain :

a. Ketidakmampuan untuk Mengendalikan

Aspek keinginan ini mencerminkan ketidakmampuan individu dalam menyembunyikan jumlah waktu yang dihabiskan untuk menggunakan *smartphone* dari orang lain. Upaya tersebut biasanya dilakukan untuk menghindari keluhan atau teguran dari teman maupun keluarga, serta untuk menutupi dampak negatif yang ditimbulkan, seperti berkurangnya waktu tidur akibat penggunaan *smartphone* yang berlebihan. Kondisi ini menunjukkan adanya dorongan kuat yang sulit dikendalikan, sehingga individu tetap menggunakan *smartphone* meskipun menyadari konsekuensi negatifnya.

b. Kecemasan dan Perasaan Kehilangan

Individu yang mengalami kecanduan *smartphone* cenderung merasakan kecemasan berlebihan serta perasaan kehilangan ketika tidak menggunakan perangkat tersebut. Selain itu, mereka juga menghadapi kesulitan untuk mematikan atau menjauhkan diri dari *smartphone*, meskipun menyadari bahwa penggunaan yang berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif bagi aktivitas sehari-hari maupun kondisi psikologisnya.

c. Penarikan dan Melarikan Diri

Penarikan diri sering kali dilakukan sebagai bentuk pelarian dari perasaan kesepian, kesedihan, serta rasa terisolasi yang dialami individu dalam lingkungan sekitarnya. Kondisi emosional negatif tersebut mendorong individu untuk menghindari interaksi sosial secara langsung dan memilih menarik diri sebagai mekanisme pertahanan diri, dengan harapan dapat mengurangi tekanan psikologis yang mereka rasakan.

d. Kehilangan Produktivitas

Kondisi ini ditandai dengan menurunnya tingkat produktivitas individu, di mana waktu dan energi yang seharusnya digunakan untuk menyelesaikan berbagai tanggung jawab atau pekerjaan penting justru tersita oleh aktivitas lain yang kurang bermanfaat. Akibatnya, perhatian individu teralihkan dari permasalahan mendesak yang seharusnya segera dihadapi, sehingga berpotensi menimbulkan keterlambatan dalam penyelesaian tugas maupun munculnya masalah baru yang lebih kompleks.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan aspek-aspek terkait adiksi *smartphone* yakni meliputi : gangguan kehidupan sehari-hari, penarikan diri, toleransi, ketidakmampuan mengendalikan keinginan, kecemasan dan perasaan kehilangan, penarikan dan pelarian, kehilangan produktivitas.

### 3. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Adiksi *Smartphone*

Ada lima faktor yang dapat memengaruhi *smartphone addiction*. Berikut faktor-faktor yang memengaruhi *smartphone addiction* yang disebutkan oleh Kwon et al., (2013) yaitu:

a. Jenis Kelamin

Perbedaan jenis kelamin diketahui berpengaruh terhadap tingkat adiksi *smartphone*. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki tingkat *smartphone addiction* yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini diduga karena perempuan lebih sering memanfaatkan *smartphone* untuk kebutuhan komunikasi, media sosial, serta aktivitas hiburan yang

bersifat emosional, sehingga penggunaannya lebih intens dan berpotensi menimbulkan kecanduan. Sementara itu, laki-laki cenderung menggunakan *smartphone* untuk aktivitas spesifik seperti bermain game atau mengakses informasi, sehingga penggunaan mereka relatif lebih terarah dan tidak selalu berujung pada adiksi.

b. Pendidikan Terakhir

Latar belakang pendidikan juga berperan dalam menentukan tingkat adiksi *smartphone*. Individu dengan tingkat pendidikan yang masih berada pada jenjang pelajar umumnya memiliki kecenderungan *smartphone addiction* yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang telah menempuh pendidikan sarjana (S1, S2, maupun S3). Hal ini dapat dijelaskan karena semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin luas pula pengetahuan yang dimiliki individu mengenai dampak negatif dari penggunaan *smartphone* secara berlebihan, sehingga mereka cenderung lebih mampu mengontrol penggunaannya. Sebaliknya, pelajar sering kali masih berada pada tahap pencarian identitas diri dan membutuhkan pengakuan sosial, sehingga penggunaan *smartphone* menjadi lebih dominan

c. *Self Control*

Kemampuan *self-control* merupakan faktor penting dalam mengendalikan perilaku penggunaan *smartphone*. Individu yang memiliki *self-control* tinggi umumnya mampu mengatur waktu penggunaan, menahan dorongan untuk terus menerus menggunakan *smartphone*, serta mengutamakan aktivitas yang lebih produktif. Sebaliknya, ketika *self-control* menurun, individu menjadi sulit menahan keinginannya, lebih impulsif dalam berperilaku, dan akhirnya terjebak dalam penggunaan *smartphone* yang berlebihan. Dengan demikian, *self-control* berfungsi sebagai mekanisme protektif yang dapat menurunkan risiko adiksi *smartphone*.

d. *Self Esteem*

Menurut Coopersmith (sebagaimana dikutip dalam Aulyah & Isrofin, 2021), *self-esteem* merupakan evaluasi yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri, mencakup sejauh mana seseorang merasa berharga, berkompeten, dan dihargai. Penelitian yang dilakukan oleh Aulyah dan Isrofin (2021) menunjukkan adanya korelasi negatif antara *self-esteem* dengan *smartphone addiction*. Artinya, semakin rendah tingkat penghargaan diri seseorang, semakin tinggi kecenderungan mereka untuk mengalami adiksi *smartphone*. Hal ini disebabkan individu dengan *self-esteem* rendah sering kali menggunakan *smartphone* sebagai sarana kompensasi untuk mengatasi rasa kurang percaya diri, mencari validasi sosial, atau melarikan diri dari kenyataan.

e. *Social Exclusion*

Faktor lain yang turut memengaruhi *smartphone addiction* adalah pengalaman *social exclusion*. *Social exclusion* merupakan suatu kondisi ketika individu mengalami keterasingan sosial, baik secara emosional maupun fisik, dari lingkungan sekitar. Individu yang merasa terisolasi cenderung menggunakan *smartphone* sebagai media alternatif untuk menjalin komunikasi dan mendapatkan dukungan sosial secara virtual. Dengan demikian, kurangnya interaksi sosial tatap muka mendorong individu semakin bergantung pada *smartphone* sebagai sarana utama dalam memenuhi kebutuhan afeksi, penerimaan sosial, maupun rasa kebersamaan

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor- faktor yang dapat memengaruhi adiksi *smartphone* yaitu : Jenis kelamin, pendidikan terakhir, *self control*, *self esteem*, dan *social exclusion*.

## C. Remaja

### 1. Pengertian Remaja

Remaja merupakan masa dimana peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang telah meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Perubahan perkembangan tersebut meliputi aspek fisik, psikis dan psikososial. Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Remaja ialah masa perubahan atau peralihan dari anak-anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial (Sofia & Adiyanti, 2013).

Menurut King (2012) remaja merupakan perkembangan yang merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Masa ini dimulai sekitar pada usia 12 tahun dan berakhir pada usia 18 sampai 21 tahun.

Menurut Monks (2008) remaja merupakan masa transisi dari anak-anak hingga dewasa, Fase remaja tersebut mencerminkan cara berfikir remaja masih dalam koridor berpikir konkret, kondisi ini disebabkan pada masa ini terjadi suatu proses pendewasaan pada diri remaja. Masa tersebut berlangsung dari usia 12 sampai 21 tahun, dengan pembagian sebagai berikut:

- a. Masa remaja awal (*Early adolescent*) umur 12-15 tahun.
- b. Masa remaja pertengahan (*middle adolescent*) umur 15-18 tahun.
- c. Remaja terakhir umur (*late adolescent*) umur 18-21 tahun.

### 2. Tahap-Tahap Perkembangan dan Batasan Remaja

Menurut Soetjiningsih (2010) proses penyesuaian menuju kedewasaan, ada 3 tahap perkembangan remaja yaitu:

- a. Remaja awal (*Early adolescent*) umur 12-15 tahun

Seorang remaja untuk tahap ini akan terjadi perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan yang akan menyertai perubahan-perubahan itu, mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru sehingga, cepat tertarik pada lawan jenis, mudah terangsang secara erotis, dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis ia sudah akan berfantasi erotik.

b. Remaja madya (*middle adolescent*) berumur 15-18 tahun

Tahap ini remaja membutuhkan kawan-kawan, remaja senang jika banyak teman yang mengakuinya. Ada kecenderungan mencintai pada diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang sama dengan dirinya, selain itu ia berada dalam kondisi kebingungan karena tidak tahu memilih yang mana peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimistis, idealitas atau materialis, dan sebagainya.

c. Remaja akhir (*late adolescent*) berumur 18-21 tahun

Tahap ini merupakan dimana masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian 5 hal yaitu:

- 1) Minat makin yang akan mantap terhadap fungsi intelek.
- 2) Egonya akan mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru
- 3) Terbentuk identitas seksual yang tidak berubah lagi.
- 4) *Egosentrisme* (terlalu mencari perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan dan kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
- 5) Tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (*privateself*)
- 6) masyarakat umum (Sarwono, 2010).

### 3. Perubahan Sosial pada Masa Remaja

Tugas perkembangan remaja yang tersulit ialah berhubungan dengan penyesuaian sosial. Remaja yang harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis hubungan yang sebelumnya belum pernah ada sehingga menyesuaikan diri dengan orang dewasa diluar lingkungan keluarga dan sekolah. Remaja lebih banyak menghabiskan waktunya bersama dengan teman-teman, maka pengaruh teman-teman sebaya pada sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan perilaku lebih besar dari pada pengaruh keluarga. Misalnya, sebagian besar remaja mengetahui bahwa mereka telah memakai model pakaian yang sama dengan anggota kelompok yang populer, maka kesempatan untuk diterima menjadi anggota kelompok lebih besar (Nasution, 2007).

Kelompok sosial yang sering terjadi pada remaja (Hurlock, 1999 (Nasution, 2007) antara lain :

a. Teman dekat

Remaja umumnya memiliki beberapa teman dekat atau sahabat karib yang menjadi bagian penting dalam kehidupan sosial mereka. Pada tahap awal, kelompok pertemanan ini biasanya terbentuk dari individu dengan jenis kelamin yang sama, karena adanya kesamaan minat, aktivitas, maupun kemampuan yang dimiliki. Kesamaan tersebut memudahkan mereka untuk menjalin hubungan yang erat, saling memahami, serta merasa nyaman dalam berinteraksi. Dalam dinamika pergaulan sehari-hari, teman dekat memiliki peran besar dalam memberikan pengaruh, baik dalam aspek sikap, perilaku, maupun cara berpikir, sehingga hubungan pertemanan ini menjadi salah satu faktor penting dalam pembentukan identitas sosial remaja.

b. Kelompok

Kelompok kecil umumnya terdiri dari teman-teman dekat yang memiliki intensitas interaksi tinggi serta hubungan yang akrab dan personal. Pada awalnya, kelompok ini biasanya terbentuk berdasarkan kesamaan tertentu, salah satunya adalah jenis kelamin, di mana remaja laki-laki cenderung berkumpul dengan sesama laki-laki, begitu pula dengan remaja perempuan. Namun, seiring perkembangan usia dan meluasnya lingkaran pergaulan, kelompok kecil tersebut tidak lagi terbatas pada kesamaan jenis kelamin, melainkan juga mencakup anggota dari kedua jenis kelamin.

c. Kelompok besar

Kelompok ini umumnya terbentuk dari gabungan beberapa kelompok kecil maupun kelompok teman dekat, yang kemudian berkembang seiring dengan meningkatnya minat remaja terhadap aktivitas sosial seperti menghadiri pesta atau mulai menjalin hubungan romantis. Karena jumlah anggotanya lebih besar, kesamaan minat antarindividu tidak seerat seperti pada kelompok kecil atau sahabat karib, sehingga

penyesuaian minat dan aktivitas bersama cenderung berkurang. Selain itu, dalam kelompok besar ini juga terdapat jarak sosial yang lebih lebar di antara para anggotanya, sehingga kedekatan emosional tidak terlalu intens dan hubungan interpersonal cenderung lebih longgar.

d. Kelompok yang terorganisasi

Kelompok ini merupakan kelompok yang dibentuk dan dibina oleh orang dewasa, baik melalui lembaga pendidikan maupun organisasi masyarakat. Tujuan utama dari pembentukan kelompok tersebut adalah untuk memenuhi kebutuhan sosial remaja, khususnya bagi mereka yang tidak memiliki kelompok kecil (klik) maupun kelompok besar dalam pergaulannya. Melalui kelompok ini, remaja diberikan kesempatan untuk berpartisipasi dalam berbagai kegiatan sosial yang terarah, memperoleh dukungan emosional, serta mengembangkan keterampilan sosial yang bermanfaat bagi proses pertumbuhan dan perkembangan mereka. Dengan demikian, kelompok binaan ini berfungsi sebagai wadah alternatif yang membantu remaja tetap terintegrasi dalam lingkungan sosialnya, sekaligus mencegah terjadinya isolasi sosial.

e. Kelompok geng

Remaja yang tidak tergabung dalam kelompok kecil maupun kelompok besar, serta merasa kurang puas dengan keberadaan kelompok yang terorganisasi, cenderung mencari alternatif lain dalam pergaulan sosialnya. Salah satu bentuknya adalah dengan bergabung dalam kelompok geng, yang biasanya terdiri dari teman-teman sebaya dengan karakteristik dan latar belakang yang relatif serupa. Minat utama dalam kelompok ini sering kali tidak berorientasi pada pengembangan diri yang positif, melainkan pada usaha menghadapi rasa penolakan dari lingkungan sebaya melalui perilaku yang bersifat antisosial. Keberadaan geng bagi sebagian remaja menjadi sarana untuk memperoleh pengakuan, rasa memiliki, serta perlindungan, meskipun cara yang ditempuh sering kali bertentangan dengan norma sosial yang berlaku.

#### **D. Hubungan Adiksi *Smartphone* Dengan Perilaku *Social withdrawal* Pada Remaja**

Adiksi *smartphone* merupakan kondisi ketika individu mengalami kesulitan dalam mengendalikan penggunaan *smartphone*, sehingga berdampak pada aktivitas sehari-hari, fungsi sosial, maupun kondisi emosional (Kwon et al., 2013). Pada era digital saat ini, remaja menjadi kelompok yang paling rentan mengalami adiksi *smartphone*. Hal ini dikarenakan remaja berada pada fase perkembangan di mana kebutuhan akan hiburan, komunikasi, serta penerimaan sosial berada pada tingkat yang sangat tinggi (Santrock, 2003). Apabila penggunaan *smartphone* tidak terkendali, maka dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, termasuk munculnya perilaku menyimpang dalam kehidupan sosial, salah satunya kecenderungan menarik diri dari lingkungan sekitar.

*Social withdrawal* didefinisikan sebagai suatu perilaku menghindari interaksi sosial dengan orang lain, lebih memilih menyendiri, serta mengalami kesulitan dalam membangun relasi dengan teman sebaya (Rubin et al., 2009). Kondisi ini merupakan masalah yang serius pada masa remaja, sebab salah satu tugas perkembangan utama remaja adalah menjalin hubungan sosial dengan lingkungan sekitar dan membentuk identitas diri yang sehat (Erikson, 1968 dalam Santrock, 2019). Ketidakmampuan memenuhi tugas perkembangan ini sering kali menimbulkan dampak psikologis, seperti munculnya perasaan kesepian, kecemasan sosial, hingga depresi (Hurlock, 2004; Coplan & Armer, 2007).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan erat antara adiksi *smartphone* dan *social withdrawal*. Penelitian Kwon et al. (2013) menemukan bahwa remaja yang memiliki kecenderungan menarik diri secara sosial lebih sering menggunakan *smartphone* sebagai sarana pelarian untuk menghindari interaksi langsung dengan orang lain di dunia nyata. Sejalan dengan itu, penelitian lain oleh (Kwon et al., 2013) juga menjelaskan bahwa *smartphone* sering dimanfaatkan remaja sebagai media kompensasi untuk memenuhi

kebutuhan interaksi sosial secara virtual, meskipun hal ini justru semakin memperkuat perilaku menarik diri dari lingkungan sosial nyata.

Berdasarkan teori dan hasil penelitian sebelumnya, dapat dipahami bahwa hubungan antara adiksi *smartphone* dengan *social withdrawal* bersifat timbal balik. Kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial mendorong remaja menggunakan *smartphone* secara berlebihan untuk mengisi kekosongan interaksi sosial, sementara penggunaan *smartphone* yang berlebihan dalam jangka panjang dapat memperburuk kondisi *social withdrawal* yang dialami remaja (Kwon et al., 2013; Kim et al., 2018). Oleh karena itu, dapat diasumsikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara adiksi *smartphone* dengan perilaku *social withdrawal* pada remaja.

#### **E. Kerangka Berpikir**

Masa remaja merupakan periode transisi penting dalam rentang perkembangan manusia yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial. Pada fase ini, remaja dituntut untuk mampu menjalankan tugas perkembangan seperti membentuk identitas diri, menjalin hubungan sosial yang sehat dengan teman sebaya, serta menyiapkan kemandirian emosional dari orang tua (Hurlock, 2004; Santrock, 2003). Namun, proses penyesuaian ini tidak selalu berjalan mulus. Banyak remaja yang mengalami hambatan dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Salah satu fenomena yang sering muncul adalah *social withdrawal*, yaitu kecenderungan untuk menarik diri dari interaksi sosial, memilih menyendiri, dan menghindari keterlibatan dalam aktivitas bersama orang lain (Rubin et al., 2009).

Di sisi lain, perkembangan teknologi digital yang begitu pesat menghadirkan *smartphone* sebagai salah satu perangkat yang paling banyak digunakan oleh remaja. *smartphone* menawarkan berbagai kemudahan, mulai dari akses informasi, hiburan, komunikasi, hingga interaksi sosial secara virtual. Meskipun memberikan banyak manfaat, penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat

menimbulkan masalah baru, salah satunya adalah adiksi *smartphone*. Adiksi *smartphone* didefinisikan sebagai kondisi ketika individu tidak mampu mengontrol penggunaan *smartphone*, yang ditandai dengan penggunaan berlebihan, adanya gejala penarikan diri ketika tidak menggunakan, serta munculnya dampak negatif pada aktivitas sehari-hari maupun kehidupan sosial (Kwon et al., 2013).

Adiksi *smartphone* pada remaja muncul karena mereka berada pada fase perkembangan yang penuh dengan rasa ingin tahu, kebutuhan akan penerimaan sosial, serta pencarian identitas diri. Berbagai aplikasi dalam *smartphone*, terutama media sosial, memungkinkan remaja untuk merasa terhubung dengan orang lain dan memperoleh validasi sosial berupa komentar, tanda suka (likes), maupun jumlah pengikut. Namun, keterikatan berlebihan terhadap *smartphone* dapat menyebabkan berkurangnya kualitas interaksi sosial langsung, munculnya perasaan cemas ketika tidak menggunakan *smartphone*, bahkan menimbulkan konflik dalam hubungan sosial nyata (Chen et al., 2017; Karadag et al., 2015).

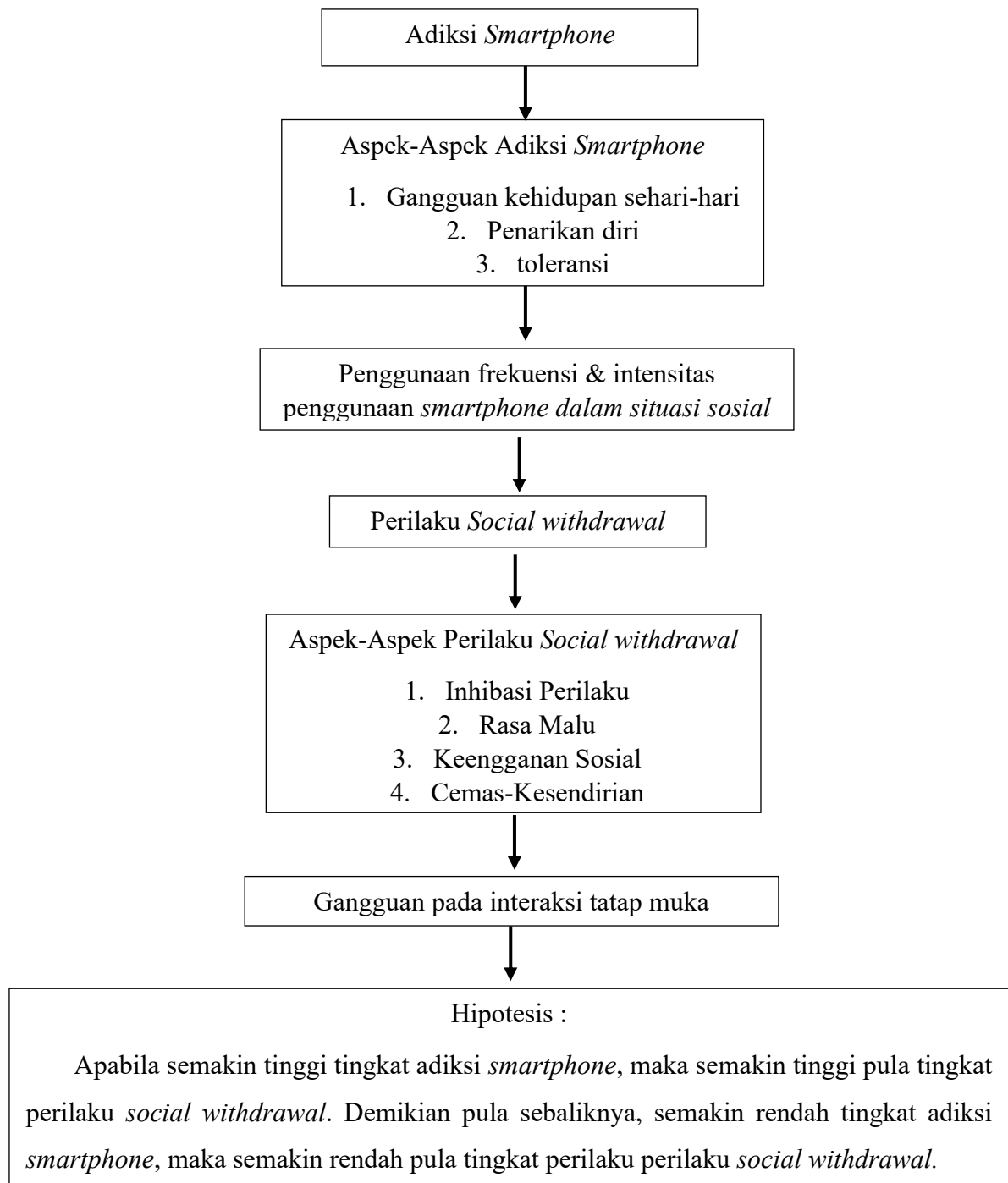
*Social withdrawal* yang dialami remaja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi kepribadian introvert, rasa malu, kecemasan sosial, serta rendahnya keterampilan sosial. Faktor eksternal dapat berupa tekanan akademik, masalah keluarga, hingga pengaruh teknologi digital. Salah satu faktor eksternal yang semakin banyak mendapat perhatian adalah ketergantungan terhadap *smartphone*. Hal ini karena penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat menggantikan interaksi sosial tatap muka dengan interaksi virtual yang bersifat dangkal dan kurang mendalam (Novianti et al., 2023; Fauzi et al., 2020).

Beberapa penelitian terdahulu menguatkan adanya keterkaitan antara adiksi *smartphone* dan *social withdrawal*. Kwon et al., (2013) menemukan bahwa remaja yang mengalami *social withdrawal* lebih sering menggunakan *smartphone* sebagai pelarian dari interaksi sosial di dunia nyata. Kim et al. (2017) juga menjelaskan bahwa remaja yang memiliki kecenderungan menarik diri cenderung

menggunakan *smartphone* secara berlebihan untuk mengisi kekosongan relasi sosial. Sebaliknya, adiksi *smartphone* yang berkelanjutan dapat memperparah kecenderungan *social withdrawal* karena remaja semakin kehilangan keterampilan sosial, lebih nyaman dengan interaksi virtual, dan enggan menghadapi dinamika relasi tatap muka. Dengan kata lain, hubungan antara adiksi *smartphone* dan *social withdrawal* bersifat timbal balik: *social withdrawal* mendorong munculnya adiksi *smartphone*, sementara adiksi *smartphone* memperkuat kecenderungan menarik diri sosial.

Fenomena ini semakin mengkhawatirkan ketika dilihat dari konsekuensi jangka panjang. *Social withdrawal* yang tidak ditangani dapat menurunkan kemampuan remaja dalam membentuk identitas diri, menimbulkan rasa kesepian, hingga meningkatkan risiko depresi (Rubin et al., 2009; Teo et al., 2020). Demikian pula, adiksi *smartphone* dapat mengganggu konsentrasi belajar, menurunkan produktivitas, serta menimbulkan masalah kesehatan fisik dan psikologis seperti gangguan tidur, stres, dan perasaan kesepian (Chen et al., 2017). Apabila kedua kondisi ini terjadi secara bersamaan, maka remaja berisiko mengalami hambatan serius dalam perkembangan sosial maupun emosional.

Berdasarkan uraian teoritis dan hasil penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat adiksi *smartphone* pada remaja, semakin besar pula kecenderungan mereka untuk mengalami *social withdrawal*. Sebaliknya, semakin rendah tingkat adiksi *smartphone*, maka semakin rendah pula kemungkinan remaja untuk menarik diri dari lingkungan sosialnya. Dengan demikian, penelitian ini berasumsi bahwa terdapat hubungan antara adiksi *smartphone* dengan perilaku *social withdrawal* pada remaja.



Gambar 2. 1 Bagan Kerangka Berpikir

## **F. Hipotesis**

Berdasarkan uraian di atas merumuskan bahwa hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara adiksi *smartphone* dengan perilaku *social withdrawal* pada remaja di RW 06 Kelurahan X pekanbaru. Dengan arah hubungan positif, semakin tinggi adiksi *smartphone*, maka semakin tinggi pula perilaku *social withdrawal* remaja. Dan sebaliknya apabila rendah adiksi *smartphone* maka semakin rendah pula perilaku *social withdrawal* pada remaja tersebut.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Pendekatan kuantitatif merupakan metode penelitian yang menghasilkan data dalam bentuk angka (Sugiyono, 2019). Adapun penelitian korelasional dipilih karena bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beberapa variabel (Sugiyono, 2019). Berdasarkan uraian tersebut, pendekatan kuantitatif korelasional dianggap paling sesuai untuk digunakan dalam penelitian ini. Hal ini karena peneliti ingin mengetahui keterkaitan antara adiksi *smartphone* dengan perilaku *social withdrawal* pada remaja.

Adapun tahapan penelitian yang dilakukan oleh peneliti meliputi:

1. Mengidentifikasi fenomena yang ada di lingkungan sekitar dan menentukan topik penelitian yang relevan.
2. Menyusun latar belakang serta merumuskan permasalahan yang akan diteliti.
3. Mengkaji teori-teori yang berkaitan dengan fenomena yang ditemukan.
4. Menentukan populasi serta jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian.
5. Mengumpulkan data dari responden sesuai dengan kriteria populasi yang telah ditetapkan sebelumnya.
6. Mengolah data menjadi bentuk angka yang selanjutnya dianalisis dengan bantuan perangkat lunak SPSS.

#### **B. Identifikasi Variabel**

Identifikasi variabel menurut (Sugiyono, 2019) yaitu sesuatu yang telah ditentukan oleh peneliti untuk diperiksa, dipelajari, sehingga dapat diperoleh informasi secara rinci, kemudian ditarik kesimpulannya. Variabel penelitian dibagi menjadi dua yaitu variabel bebas atau variabel *independen* (X) dan variabel *dependen* (Y). Variabel bebas yaitu variabel yang memengaruhi atau

menjadi sebab timbulnya variabel terikat. Variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi oleh atau menjadi akibat dari variabel bebas. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Variabel bebas (*independent variable*) adalah variabel yang mempengaruhi variabel terikat baik secara negatif maupun secara positif. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah adiksi *smartphone*. Adiksi *smartphone* disebut sebagai variabel bebas karena penyebab munculnya variabel terikat dalam penelitian ini.
2. Variabel Terikat (*dependent variable*) adalah suatu variabel yang dipengaruhi oleh variabel lainnya. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *social withdrawal*. Perilaku *social withdrawal* merupakan akibat dari adiksi *smartphone*, sehingga perilaku *social withdrawal* disebut sebagai variabel terikat.

Hubungan antar variabel dalam penelitian ini berbentuk bivariat, yaitu hubungan yang melibatkan satu variabel bebas dengan satu variabel terikat. Dalam sebuah penelitian mencari hubungan antar variabel memiliki tujuan untuk melihat keterkaitan antar variabel yang diteliti.

### **C. Definisi Operasional**

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2012). Adapun definisi operasional dari variabel-variabel yang ada pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

#### **1. Adiksi *Smartphone***

Berdasarkan definisi yang telah dijelaskan sebelumnya, adiksi *smartphone* dapat disimpulkan sebagai kondisi di mana seseorang mengalami ketergantungan terhadap penggunaan *smartphone*, ditandai dengan kesulitan dalam mengontrol durasi penggunaan, intensitas yang berlebihan, serta timbulnya dampak negatif pada aspek sosial, emosional, dan aktivitas harian. Ketergantungan ini menunjukkan ketidakmampuan individu untuk melepaskan

diri dari *smartphone*, meskipun ia menyadari adanya konsekuensi yang merugikan dari perilaku tersebut.

## **2. Perilaku *Social withdrawal***

Perilaku *social withdrawal* merupakan merupakan perilaku menjauh atau menghindari keterlibatan dalam berbagai aktivitas sosial serta cenderung bersikap pasif muncul karena individu merasa tidak aman, takut menghadapi tantangan, dan khawatir menunjukkan upayanya. Akibatnya, individu tidak terlibat dalam interaksi sosial yang sehat, sehingga potensinya tidak berkembang secara optimal.

## **D. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi dalam penelitian merupakan merupakan wilayah yang ingin diteliti oleh peneliti. Seperti menurut (Sugiyono, 2019b) “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti guna dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.

Pendapat di atas menjadi salah satu acuan bagi penulis untuk menentukan populasi. Populasi yang akan digunakan sebagai penelitian adalah remaja, sebanyak 250 orang.

### **2. Sampel**

(Sugiyono, 2019) menjelaskan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sementara teknik merupakan cara atau teknik pengambilan sampel. Maka dari itu peneliti harus mengambil sampel yang benar-benar representatif (dapat mewakili) jawaban dari populasi yang ada dalam penelitian ini. Semakin besar jumlah sampel dari populasi yang diteliti, maka peluang kesalahan semakin kecil dan begitu sebaliknya. Pada penelitian ini, pengambilan jumlah responden menggunakan Rumus Slovin, sebagai alat untuk menghitung ukuran sampel. Penentuan

jumlah sampel berdasarkan Rumus Slovin, dimana untuk populasi sejumlah 250, maka sampelnya adalah 154 remaja di RW X Pekanbaru.

**Rumus Slovin:**

$$n = N / (1 + Ne^2)$$

Keterangan :

- n : banyak sampel minimum  
 N : banyak sampel pada populasi  
 e : batas toleransi kesalahan (error)

Berdasarkan rumus diatas mengenai penentuan untuk besaran sampel, peneliti menggunakan Rumus *Slovin*:

$$n = N / (1 + Ne^2)$$

$$n = 250 / (1 + 250 \times (0,05)^2) \quad n = 250 / 1,625$$

$$n = 153,8$$

$$n = 154$$

**E. Teknik Pengambilan Sampel**

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel (Sugiyono, 2019b). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2019). *Purposive sampling* bertujuan dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu (Arikunto, 2010). Kriteria subjek pada penelitian ini sebagai berikut :

1. Remaja usia 13-18 tahun.
2. Memiiki atau menggunakan *smartphone* pribadi.
3. Berdominisi di RW 06 Kelurahan Air Dingin.

## F. Metode Pengumpulan Data

Menurut Arikunto (2010) menjelaskan bahwa metode pengumpulan data adalah cara bagaimana data mengenai variabel-variabel dalam penelitian dapat diperoleh. Pengumpulan data merupakan langkah yang paling penting dalam penelitian karena data ini akan digunakan untuk menjawab permasalahan yang ada dalam penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala sebagai pernyataan tertulis yang digunakan untuk mendapatkan data dan mengungkap suatu konstruk atau konsep psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu. Azwa (2012) memberikan penjelasan bahwa skala merupakan perangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut.

Menurut Sugiyono (2019), kuesioner adalah metode pengumpulan data dengan cara menyusun daftar pertanyaan yang kemudian diberikan kepada responden untuk dijawab. Sementara itu, Azwar (2012) menyatakan bahwa skala merupakan seperangkat pertanyaan yang disusun secara sistematis untuk mengungkap atribut tertentu melalui respons individu terhadap pertanyaan-pertanyaan tersebut.

Zainuddin & Wardhana (2023) menjelaskan bahwa metode observasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara melakukan pengamatan langsung terhadap objek penelitian. Observasi tidak hanya melibatkan pengamatan visual, tetapi juga melibatkan penggunaan indera lainnya seperti pendengaran, penciuman, perasaan, dan perabaan. Selain itu, Zainuddin & Wardhana (2023) juga menjelaskan metode wawancara merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui interaksi langsung dengan pihak-pihak yang terkait dengan permasalahan yang sedang diteliti.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan empat metode pengumpulan data, yaitu observasi, wawancara, kuesioner dan skala. Data diperoleh melalui instrumen penelitian yang berfungsi sebagai alat bantu dalam proses pengumpulan data. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala dan kuesioner. Skala yang digunakan terdiri dari skala adiksi *smartphone* dan skala perilaku *social withdrawal*, yang disusun untuk mengukur tingkat kecenderungan

adiksi terhadap *smartphone* serta frekuensi dan intensitas perilaku *social withdrawal* pada siswa remaja.

### **G. Teknik Pengumpulan Data**

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi yang berbentuk skala *likert*. Skala likert merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2019).

Skala yang digunakan dalam penelitian ini disusun oleh peneliti sendiri. Skala adiksi *smartphone* disusun berdasarkan teori dan aspek yang dikemukakan dapat oleh Kwon et al., (2013), sedangkan skala perilaku *social withdrawal* disusun berdasarkan teori dan aspek yang dikemukakan oleh Rubin et al., (2009). Kedua skala dibagikan dalam bentuk *google form*. Setiap skala yang dibagikan terdiri dari dua jenis pernyataan yaitu pernyataan *favorable* dan pernyataan *unfavorable*,

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Variasi jenis instrumen penelitian ini adalah angket, checklist atau daftar centang, pedoman wawancara pedoman pengamatan (Arikunto, 2010).

Penelitian ini menggunakan metode skala yang terdiri dari skala adiksi *smartphone* dan skala perilaku *social withdrawal* pada remaja yang datanya berwujud bilangan (skor atau nilai, peringkat) spesifik, dan bersifat mendukung (*favourable*) dan pernyataan yang bersifat tidak mendukung (*unfavourable*).

#### **1. Favourable**

Merupakan pernyataan sikap yang berisi atau mengatakan hal-hal yang positif mengenai objek sikap yaitu kalimatnya bersifat mendukung atau memihak pada suatu objek. Bentuk skala *favourable* pada dalam penelitian ini adalah pilihan dengan menggunakan 4 alternatif jawaban yaitu sangat setuju (SS) = 4, setuju (S) = 3, tidak setuju (TS) = 2, sangat tidak setuju (STS) = 1.

## 2. *Unfavourable*

Artinya pernyataan sikap yang mungkin pula berisi hal-hal yang negative mengenai objek sikap yaitu yang bersifat tidak mendukung ataupun kontra terhadap objek sikap yang hendak diungkap untuk skala adiksi *Smartphone* dan perilaku *social withdrawal* juga menggunakan 4 alternatif jawaban yaitu sangat setuju (SS) = 1, setuju (S) = 2, tidak setuju (TS) = 3 sangat tidak setuju (STS) = 4.

**Tabel 3. 1 Pedoman Penskoran Skala**

Jawaban	Aitem	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

## H. Persiapan alat ukur penelitian *blueprint*

### a. Skala Adiksi *Smartphone*

Skala adiksi *smartphone* diadaptasi dari skala yang disusun oleh Siti Fithria Azzahra berdasarkan aspek-aspek adiksi *smartphone* dalam teori yang dikemukakan oleh Kwon et al., (2013), yaitu *daily-life disturbance*, *withdrawal*, dan *tolerance*. Definisi aspek yang digunakan dalam variabel ini berdasarkan pada hasil penelitian terkait adiksi *smartphone* yang telah dilakukan sebelumnya oleh Kwon et al., (2013).

**Tabel 3. 2 Blue print Skala Adiksi *Smartphone* (untuk Try out)**

No	Aspek	Jenis Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Daily-life disturbance</i>	1,3,5,7,9,11,13	2,4,6,8,10,12,14	14
2	<i>Withdrawal</i>	15,17,19,21,22,23	16,18,20	9
3	<i>Tolerance</i>	24,26	25,27	4
	<b>TOTAL</b>	<b>15</b>	<b>12</b>	<b>27</b>

### b. Skala Perilaku *Social withdrawal*

Skala *social withdrawal* yang digunakan dalam penelitian ini diadaptasi dari skala yang disusun oleh Feneta Fidi Kirani, yang merujuk pada teori yang dikemukakan oleh Rubin et al., (2009) Jumlah aitem dalam skala ini adalah 34 butir. Berikut *blueprint* untuk skala *social withdrawal* sebelum uji coba aitem :

**Tabel 3. 3 *Blue print* Skala Perilaku *Social withdrawal* (untuk *Try out*)**

No	Aspek	Jenis Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Inhibasi Perilaku	4,15,19,25	6,16,22,29,31	9
2	Rasa Malu	1,9,12,26	20	5
3	Keengganan Sosial	2,5,10,13,18,24,27,32	7,21,33	11
4	Cemas-Kesendirian	3,11,14,17,23,28,34	8,30	9
	<b>TOTAL</b>	<b>23</b>	<b>11</b>	<b>34</b>

## I. Validitas dan Realibilitas Instrumen Penelitian

### 1. Uji Coba *Try out*

Sebelum alat ukur ini digunakan dalam penelitian yang sebenarnya, terlebih dahulu dilakukan uji coba validitas dan reliabilitas guna untuk mendapatkan aitem-aitem yang layak sebagai alat ukur. Skala dapat digunakan apabila valid dan reliabel berdasarkan statistik melalui *try out* terlebih dahulu (Arikunto, 2010). Setelah data didapatkan, lalu diberikan penilaian dan menguji validitas dengan bantuan aplikasi SPSS 27 for windows. Kerlinger & Lee (2000) menjelaskan bahwa langkah untuk menguji validitas instrument yaitu melakukan uji coba skala pada anggota sampel minimal 30 orang. Berdasarkan pendapat sebelumnya, maka peneliti mengambil data *try out* pada remaja RW 05 kelurahan X berusia 13-18 menggunakan *smartphone* pribadi

### 2. Uji Validitas

Menurut Ansory & Iswati (2017) validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kesahihan suatu instrumen (alat ukur). Instrumen yang valid berarti dapat digunakan untuk mengukur apa yang mau diukur.

Instrumen yang reliabel apabila digunakan tidak sesuai dengan yang akan diukur, dapat menghasilkan data yang tidak valid. Tingkat validitas dapat diukur dengan membandingkan nilai rhitung dan nilai rtabel.

Jika :  $r_{hitung} > r_{tabel}$  berarti item instrument tersebut valid.

$r_{hitung} < r_{tabel}$  berarti item instrument tersebut tidak valid.

#### a. Skala Adiksi *Smartphone*

Hasil uji validitas *try out* menunjukkan bahwa jumlah aitem dari skala *social withdrawal* yang dapat diterima dan digunakan Adalah sebanyak 30 aitem dengan melakukan sebanyak IV (4) kali putaran dari hasil rhitung  $>$  rtabel yang berkisar dari 0,381 sampai 0,782 dengan total aitem gugur sebanyak 12 aitem. Berikut adalah hasil table uji validitas *try out*:

**Tabel 3. 4 Blue print Skala Adiksi *Smartphone* (Valid dan Gugur)**

No	Indikator/Aspek	Distribusi Aitem				$\Sigma$
		Valid		Gugur		
		F	UF	F	UF	
1	<i>Daily-life disturbance</i>	5,7,9,11,13	6,8,10,12	1,3	2,4,14	14
2	<i>Withdrawal</i>	15,17,21,23	-	19,22	16,18,20	9
3	<i>Tolerance</i>	24	25	26	27	4
	<b>TOTAL</b>		<b>15</b>		<b>12</b>	<b>27</b>

#### b. Skala *Social withdrawal*

Hasil uji validitas *try out* menunjukkan bahwa jumlah aitem dari skala *social withdrawal* yang dapat diterima dan digunakan Adalah sebanyak 30 aitem dengan melakukan sebanyak II (2) kali putaran dari hasil rhitung  $>$  rtabel yang berkisar dari 0,449 sampai 0,804 dengan total aitem gugur sebanyak 4 aitem. Berikut Adalah hasil tabel uji validitas *try out*:

**Tabel 3. 5 Blue print Skala Perilaku Social withdrawal (Valid dan Gugur)**

No	Indikator/Aspek	Distribusi Aitem				$\Sigma$
		Valid		Gugur		
		F	UF	F	UF	
1	Inhibasi Perilaku	4,15,19,25	22,29	-	6,16,31	9
2	Rasa Malu	1,9,12,26	20	-	-	5
3	Keengganan Sosial	2,5,10,13,18,24,32	7,21,33	27	-	11
4	Cemas-Kesendirian	3,11,14,17,23,28,34	8,30	-	-	9
	<b>TOTAL</b>		<b>30</b>		<b>4</b>	<b>34</b>

### 3. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan hal yang penting dalam menjamin keterpercayaan suatu alat ukur. Artinya, alat ukur yang reliabel adalah alat ukur yang dapat dipercaya dimana jika dilakukan pengukuran berulang kali maka akan memperoleh hasil yang relatif sama selama subjek dan aspek yang diukur pada diri subjek relatif sama (Matondang, 2009).

Dalam mengetahui koefisien reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini, peneliti memakai rumus Cronbach's Alpha dengan aplikasi *Statistical Packages for Social Sciences version 27* (SPSS 27). Pada SPSS Indonesia (2021) dijelaskan bahwa uji reliabilitas dapat dilakukan secara bersama-sama terhadap seluruh butir atau item pertanyaan dalam angket (kuesioner) penelitian. Adapun dasar pengambilan keputusan dalam uji reliabilitas adalah sebagai berikut:

1. Jika nilai Cronbach's Alpha  $> 0,60$  maka kuesioner atau angket dinyatakan reliabel atau konsisten.
2. Jika nilai Cronbach's Alpha  $< 0,60$  maka kuesioner atau angket dinyatakan tidak reliabel atau tidak konsisten.

**Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas**

Variabel	Nilai <i>Cronbach's Alpha</i>	Koefisien Reliabilitas Minimal	Keterangan
Adiksi <i>Smartphone</i>	0,897	0,60	<i>Reliable</i>
<i>Social withdrawal</i>	0,962	0,60	<i>Reliable</i>

Pada uji reliabilitas penelitian ini, skala *social withdrawal* yang diadaptasi dari skripsi milik Feneta Fidi Kirani skor *Cronbach's Alpha* didapatkan adalah 0,962, skala adiksi *smarphone* skor milik teori Kwon dkk. (2013) skor *Cronbach's Alpha* didapatkan Adalah 0,897. Karena kedua variable memiliki skor *Cronbach's Alpha* > 0,60 maka kuesioner atau angket dinyatakan reliabel atau konsisten.

## **J. Analisis Data**

Penelitian ini berusaha menguji hubungan antara variabel bebas dan terikat, sehingga teknik analisis data yang digunakan adalah teknis analisis korelasi. Korelasi menurut Sugiyono (2019) merupakan angka yang menunjukkan arah dan kuatnya hubungan antar dua variabel atau lebih. Arah dinyatakan dalam bentuk hubungan positif atau negatif, sedangkan kuatnya hubungan dinyatakan dalam besarnya koefisien korelasi. Sebelum melakukan analisis korelasi, terdapat beberapa asumsi yang perlu dipenuhi terlebih dahulu yaitu :

### **1. Teknik Pengolahan Data**

Menurut Bungin (2007), pengolahan data adalah kegiatan lanjutan setelah pengumpulan data dilakukan. Pengolahan data dalam penelitian kuantitatif secara umum dilakukan dengan melalui tahapan sebagai berikut :

#### **a. *Editing* (Memeriksa)**

*Editing* adalah kegiatan yang dilaksanakan setelah selesai mengumpulkan data di lapangan. *Editing* menjadi penting karena kenyataannya bahwa data yang terhimpun boleh jadi belum memenuhi harapan peneliti, ada di antaranya yang kurang atau terlewatkan, tumpang tindih, berlebihan, bahkan terlupakan. Setelah skala yang dibuat dalam bentuk google form diisi dan terkumpul sejumlah yang

diharapkan, peneliti akan memeriksa kembali kelengkapan pengisian jawaban. Hal ini dilakukan untuk menghindari atau mengurangi kekurangan dan kesalahan.

b. Kalkulasi

Kalkulasi yaitu menghitung data yang telah dikumpulkan dengan cara menambah, mengurangi, membagi, mengkalikan, atau lainnya. Perhitungan kalkulasi dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program Microsoft Office Excel 2007.

c. Tabulasi (Proses Pembeberan)

Tabulasi adalah memasukkan data pada tabel-tabel tertentu dan mengatur angka-angka serta menghitungnya. Tabulasi dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program komputer, yaitu Microsoft Office Excel 2007 dan *Statistical Packages for Social Sciences version 27* (SPSS 27).

## 2. Uji Asumsi

### a. Uji Normalitas

Menurut sugiyono (2019) Uji normalitas adalah salah satu prasyarat yang wajib lakukan ketika ingin melakukan analisis data utama. Uji ini bertujuan untuk memberi tahu data yang memiliki distribusi normal atau tidaknya. Metode yang digunakan untuk menguji normalitas adalah dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov  $> 0,05$  dengan bantuan SPSS 27 *for windows*, maka asumsi normalitas terpenuhi.

### b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk melihat bagaimana korelasi antara variabel adiksi *smartphone* dengan perilaku *social withdrawal* apakah linear atau tidak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen, maka metode yang digunakan adalah *deviation for linearity*. Kaitannya linier jika nilai  $p < 0,05$  namun tidak linier jika nilai  $p > 0,05$  (Sugiyono, 2019).

### 3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis merupakan proses untuk menguji suatu asumsi sementara yang diajukan dalam penelitian. Pada penelitian ini, hipotesis yang diuji adalah adanya hubungan antara adiksi *smartphone* dengan perilaku *social withdrawal* pada remaja di RW 06 Kelurahan X Pekanbaru. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik *pearson product moment* untuk melihat hubungan antara kedua variabel penelitian.

Agar dapat memberikan gambaran mengenai besar atau kecilnya nilai koefisien korelasi yang diperoleh, hasil tersebut kemudian dibandingkan dengan acuan pada tabel interpretasi koefisien korelasi.

**Tabel 3.7 Penafsiran Koefisien Korelasi**

<b>Interval Koefisien</b>	<b>Tingkat Hubungan</b>
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,2 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

Sumber : Sugiyono (2017)

Nilai koefisien ( $r$ ) berkisar antara 1 sampai dengan -1, semakin mendekati 1 atau -1 berarti hubungan kedua variabel semakin kuat. Sedangkan nilai  $r$  yang hubungan terbalik (Sugiyono, 2017), positif menyatakan korelasi searah dan nilai  $r$  negative menunjukkan nilai terbalik (Sugiyono, 2017)

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Persiapan Penelitian

Sebelum peneliti melakukan penelitian, peneliti menyiapkan skala penelitian terlebih dahulu berupa skala likert yang terdiri dari skala adiksi *smartphone* berdasarkan teori (Kwon et al., 2013) dan skala perilaku *social withdrawal* berdasarkan teori (Rubin et al., 2009). Sebelum digunakan untuk mengambil data dari sampel penelitian, skala penelitian tersebut terlebih dahulu sudah melewati *try out* yang sudah di uji validitas dan reliabilitasnya. Setelah uji validitas dan reliabilitas selesai, kemudian peneliti menyiapkan skala dalam bentuk *google form* (<https://forms.gle/q4TwVgqKvpAZnNSc8>). Adapun proses penelitian yang telah dilakukan antara lain administrasi untuk persiapan penelitian, pelaksanaan *try out*, dan pelaksanaan penelitian.

##### 1. Administrasi Penelitian

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti terlebih dahulu menyiapkan surat-surat kelengkapan administrasi untuk ketua RW 06. Peneliti mengajukan surat izin penelitian ke bidang akademik IAI Diniyyah Pekanbaru pada tanggal 30 Agustus 2025. Surat permohonan tersebut dikeluarkan pada tanggal 02 September 2025, peneliti mengantarkan surat permohonan izin penelitian ke ketua RW 06 Kelurahan Air Dingin Pekanbaru.

##### 2. Proses Perijinan

Proses perijinan penelitian di RW 06 Kelurahan Air Dingin Pekanbaru, diawali dengan membawa surat pengantar dari Institut Agama Islam (IAI) Diniyyah. Selanjutnya surat pengantar dilanjutkan kepada kepala RW 06 Kelurahan Air Dingin Pekanbaru untuk dipertimbangkan lebih lanjut. Setelah surat izin diterima, proses dilanjutkan dengan memberikan *link google form* (<https://forms.gle/5FuyoBgB63En3MsD6>). skala penelitian kepada remaja

yang berda di RW 06 kelurahan Air Dingin Pekanbaru yang berkenan membantu dalam penelitian untuk mengisi *link google form* skala penelitian.

### 3. Gambaran Lokasi

Penelitian ini dilaksanakan di RW 06 Kelurahan Air Dingin, Kota Pekanbaru. Wilayah ini termasuk kawasan pemukiman yang cukup padat dengan penduduk yang beragam latar belakang sosial ekonominya, mulai dari pedagang, buruh, karyawan swasta, hingga pegawai negeri. Secara geografis, RW 06 terletak tidak jauh dari jalan utama kota sehingga mudah dijangkau. Lingkungan perumahan di RW 06 terdiri dari rumah yang dibangun kokoh dengan tembok dan beton, serta rumah sederhana yang sebagian masih menggunakan kayu atau papan. Kondisi ini mencerminkan adanya keberagaman tingkat ekonomi masyarakat yang tinggal di wilayah tersebut sekaligus didukung dengan adanya fasilitas umum seperti musholla, warung, dan lapangan serbaguna.

Dari sisi demografis, RW 06 memiliki jumlah remaja yang cukup banyak, terutama pada rentang usia 13–18 tahun yang menjadi sasaran penelitian. Sebagian besar remaja di wilayah ini masih berstatus pelajar SMP dan SMA. Aktivitas sosial mereka cukup bervariasi, mulai dari berkumpul di warung dan lapangan, hingga aktif berinteraksi di media sosial. Namun demikian, hasil observasi awal menunjukkan adanya kecenderungan sebagian remaja lebih sering menghabiskan waktu di rumah dengan aktivitas individu, terutama menggunakan *smartphone* untuk bermain game, menonton video, atau berkomunikasi secara daring.

Berdasarkan kondisi tersebut, RW 06 Kelurahan Air Dingin dipandang sesuai sebagai lokasi penelitian karena fenomena penggunaan *smartphone* di kalangan remaja cukup menonjol dan memungkinkan munculnya perilaku *social withdrawal*. Selain itu, pemanfaatan aplikasi *WhatsApp* yang sudah umum digunakan masyarakat setempat memudahkan peneliti dalam menyebarkan kuesioner kepada responden secara efisien.

#### **4. Waktu Penelitian**

Pengumpulan data untuk penelitian ini dimulai tanggal 30 Agustus 2025 dan berlangsung hingga proses pengumpulan data selesai. Sebelumnya, pada tanggal 20 Agustus 2025, dilakukan *try out* untuk menguji validitas dan reliabilitas instrument penelitian. Pada tanggal 30 Agustus 2025, kuesioner yang telah diuji coba disebarluaskan melalui aplikasi *WhatsApp* kepada remaja di RW 06 kelurahan X. Proses analisis data dimulai setelah pengumpulan kuesioner selesai dan dilakukan secara berurutan hingga data penelitian diperoleh.

Pengumpulan data untuk penelitian ini dimulai pada tanggal 02 September 2025 dan berlangsung hingga seluruh kuesioner terkumpul. Sebelumnya, pada tanggal 20 Agustus 2025 telah dilakukan *try out* untuk menguji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian. Setelah instrumen dinyatakan layak, pada tanggal 02 September 2025 kuesioner disebarluaskan melalui aplikasi *WhatsApp* kepada remaja di RW 06 Kelurahan Air Dingin. Proses penyebaran kuesioner berlangsung selama 3 hari. Setelah seluruh data terkumpul, peneliti mulai melakukan proses analisis data yang dilaksanakan secara berurutan dari tahap pemeriksaan data (*data cleaning*), pengolahan menggunakan bantuan program SPSS, hingga tahap interpretasi hasil. Dengan demikian, keseluruhan rangkaian penelitian lapangan berlangsung sejak pertengahan Agustus 2025 (uji coba instrumen) hingga akhir September 2025 (analisis data).

### **B. Hasil Tryout**

#### **1. Blueprint Penelitian**

##### **a. Skala Adiksi *Smartphone***

Skala adiksi *smartphone* terdiri dari 27 aitem, setelah dilakukan uji validitas skala didapatkan 15 aitem valid dan 12 aitem gugur. Berdasarkan analisis uji coba dan seleksi aitem skala adiksi *smartphone* maka didapatkan rhitung  $>$  rtabel yang berkisar dari 0,381 sampai 0,782 dengan

melakukan Analisa sebanyak IV (4) kali putaran. Hasil analisis koefisien alpha diperoleh indeks reliabilitas alat ukur sebesar 0,897 yang berarti bahwa alat ukur tersebut reliabel dan dapat digunakan sebagai alat ukur yang memadai dalam pengumpulan data penelitian. Berdasarkan hasil data yang tertera di tabel 3.5, maka *blueprint* yang akan digunakan untuk penelitian dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4. 1 *Blue print* Skala Adiksi *Smartphone* (Penelitian)**

NO	Aspek	F	UF	$\Sigma$
1	<i>Daily-life disturbance</i>	1,3,5,7,9	2,4,6,8	9
2	<i>Withdrawal</i>	10,11,12,14	-	4
3	<i>Tolerance</i>	14	15	2
<b>Jumlah</b>		<b>10</b>	<b>5</b>	<b>15</b>

**b. Skala *Social withdrawal***

Skala *social withdrawal* terdiri dari 34 aitem, setelah dilakukan uji validitas didapatkan 30 aitem valid dan 4 aitem gugur. Berdasarkan analisis uji coba dan seleksi aitem skala *social withdrawal* maka didapatkan hasil  $r_{hitung} > r_{tabel}$  yang berkisar dari 0,449 sampai 0,804 dengan melakukan Analisa sebanyak II (2) kali putaran. Hasil analisis koefisien alpha diperoleh indeks reliabilitas alat ukur sebesar 0,962 yang berarti bahwa alat ukur tersebut reliabel dan dapat digunakan sebagai alat ukur yang memadai dalam pengumpulan data penelitian. Berdasarkan hasil data yang tertera di tabel 3.4, maka *blueprint* yang akan digunakan untuk penelitian dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4. 2 *Blueprint* Skala *Social withdrawal* (Penelitian)**

No	Aspek	F	UF	$\Sigma$
1	Inhibasi Perilaku	4,14,17,23	20,26	6
2	Rasa Malu	1,8,11,24	18	5
3	Keengganan Sosial	2,5,9,12,16,22,28	6,19,29	10
4	Cemas-Kesendirian	3,10,13,15,21,25,30	7,27	9
<b>Jumlah</b>		<b>22</b>	<b>8</b>	<b>30</b>

## C. Hasil Penelitian

### 1. Data Deskriptif Penelitian

Data yang disajikan dalam penelitian ini untuk memberikan gambaran secara umum mengenai data yang diperoleh di lapangan. Deskripsi variabel penelitian dapat dilihat dari mean hipotetik dan mean empirik serta deskripsi berdasarkan model distribusi normal. Setiap skor mean empirik yang lebih tinggi dari pada skor mean hipotetik secara signifikan dapat dianggap sebagai indikator tingginya keadaan kelompok subjek pada variabel yang diteliti. Sebaliknya setiap skor empirik yang lebih rendah dari pada skor mean hipotetik secara signifikan dapat dianggap sebagai indikator rendahnya keadaan kelompok subjek pada variabel yang diteliti. Hasil perbandingan mean empirik dan mean hipotetik dari masing masing variabel dapat dilihat pada tabel 4.4 di bawah ini.

**Tabel 4. 3 Hasil Perbandingan *Mean Empirik dan Mean Hipotetik***

Var	<i>Empirik</i>					<i>Hipotetik</i>			
	Jumlah AItem	Min	Skor Max	Empirik Mean	SD	Min	Skor Max	Hipotetik Mean	SD
<i>Adiksi Smartphone</i>	15	18	57	38,08	6,95	15	60	37,5	7,5
<i>Social withdrawal</i>	30	33	105	71,54	16,56	30	120	75	15

Keterangan :

Y: *Social withdrawal*

X: *Adiksi smartphone*

### Perhitungan skor hipotetik

1. Skor Minimal (Min) = Jumlah butir skala x nilai terendah bobot pilihan jawaban
2. Skor Maksimal (Maks) = Jumlah butir skala x nilai tertinggi bobot pilihan jawaban
3. Rerata Hipotetik (Mean) = (Skor maksimal + skor minimal) : 2
4. Standar Deviasi (SD) = (Skor maks – skor min) : 6

Berdasarkan deskripsi data di atas dapat digunakan untuk melakukan kategorisasi pada kedua variabel penelitian. Kategorisasi pada masing-masing variabel dengan menetapkan kriteria kategori yang didasari oleh asumsi bahwa skor subjek merupakan estimasi dalam populasi dan skor subjek dalam populasi terdistribusi secara normal menurut kurva normal standar (Azwar, 2012). Kategorisasi yang akan digunakan adalah kategorisasi jenjang berdasarkan distribusi normal. Norma kategorisasi disajikan pada tabel 4.4

**Tabel 4. 4 Norma Kategorisasi**

Norma	Kategorisasi
$X < (M + 1SD)$	Tinggi
$(M - 1,0 SD) \leq X \leq (M + 1SD)$	Sedang
$X < (M - 1SD)$	Rendah

#### a) Adiksi *Smartphone*

Setelah diketahui nilai statistik dari variabel adiksi *smartphone* selanjutnya data dikategorikan menjadi 3 kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Adapun norma yang digunakan adalah kategorisasi rendah  $X < (\mu - 1,0\sigma)$ , kategorisasi sedang  $(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$ , dan kategorisasi tinggi  $(\mu + 1,0\sigma) \leq X$  (Azwar, 2012). Tujuan kategorisasi ini adalah menempatkan individu dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur.

**Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Adiksi *Smartphone* berdasarkan data *Empirik***

Variabel	Interval	Frekuensi	Presentase (%)	Kategorisasi
Adiksi <i>Smartphone</i>	$X < 45,03$	20	12,98 %	Tinggi
	$31,13 \leq X < 45,03$	122	79,22 %	Sedang
	$X < 31,13$	12	7,80%	Rendah

**Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Adiksi *Smartphone* berdasarkan data *Hipotetik***

Variabel	Interval	Frekuensi	Presentase (%)	Kategorisasi
Adiksi <i>Smartphone</i>	$X < 45$	20	12,98 %	Tinggi
	$30 \leq X < 45$	122	79,22 %	Sedang
	$X < 30$	12	7,80%	Rendah

Berdasarkan table 4.5 diperoleh distribusi frekuensi data adiksi *smartphone* berdasarkan data *empirik* yaitu sebanyak 20 remaja (12,98 %) kategori tinggi, 122 remaja (79,22%) kategori sedang dan 12 remaja (7,79%) kategori rendah. Sedangkan tael 4.6 diperoleh distribusi frekuensi data adiksi *smartphone* berdasarkan data *hipotetik* yaitu sebanyak 20 remaja (12,98 %) kategori tinggi, 122 remaja (79,22%) kategori sedang dan 12 remaja (7,79%) kategori rendah.

#### **b) *Social withdrawal***

Setelah diketahui nilai statistik dari variabel *social withdrawal* selanjutnya data dikategorikan menjadi 3 kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Adapun norma yang digunakan adalah kategorisasi rendah rendah  $X < (\mu - 1,0\sigma)$ , kategorisasi sedang  $(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$ , dan kategorisasi tinggi  $(\mu + 1,0\sigma) \leq X$  (Azwar, 2012). Tujuan kategorisasi ini adalah menempatkan individu dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur.

**Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi *Social withdrawal* Berdasarkan Data *Empirik***

Variabel	Interval	Frekuensi	Presentase (%)	Kategorisasi
<i>Social withdrawal</i>	$X < 88,13$	37	24,02 %	Tinggi
	$54,98 \leq X < 88,13$	102	66,23 %	Sedang
	$X < 54,95$	15	9,74 %	Rendah

**Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi *Social withdrawal* Berdasarkan Data *Hipotetik***

Variabel	Interval	Frekuensi	Presentase (%)	Kategorisasi
<i>Social withdrawal</i>	$X < 90$	20	12,98 %	Tinggi
	$60 \leq X < 90$	103	158,62 %	Sedang
	$X < 60$	31	20,12%	Rendah

Berdasarkan table 4.7 diperoleh distrbusi frekuensi data *social withdrawal* berdasarkan data empirik yaitu sebanyak 37 remaja (24,02%) kategori tinggi, 102 remaja (66,23%) kategori sedang, dan 15 remaja (9,74%)

Sedangkan table 4.8 diperoleh distrbusi frekuensi data *social withdrawal* berdasarkan data empirik yaitu sebanyak 20 remaja (12,98%) kategori tinggi, 103 remaja (158,62%) kategori sedang, dan 31 remaja (20,12%) kategori rendah

## 2. Uji Asumsi

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi, variabel pengganggu atau residu memiliki distribusi normal. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov (KS-Z)* dari program SPSS 27 for windows. Kriteria pengujian yang digunakan adalah jika  $\rho > 0,05$  maka sebaran data tersebut normal, sedangkan jika  $\rho < 0,05$  maka sebaran data tersebut tidak normal (Azwar, 2012)

**Tabel 4. 9 Uji Normalitas 1**

Variabel	Sig (p.)	Ket
Adiksi <i>Smartphone- Social withdrawal</i>	0,003	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov (KS-Z)* pada table 4.12 dapat dilihat bahwa nilai residual tidak berdistribusi normal. Hal ini dapat dibuktikan dengan nilai *Asymp, sig* 0,003 yang lebih kecil dari nilai signifikansi 0,05.

Pengujian terhadap normalitas data dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov (KS-Z)* menunjukkan bahwa nilai signifikan 0,003 lebih kecil dari 0,05 sehingga data terdistribusi tidak normal. Jika nilai *Asymp.sig (2-tailed)* lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Berdasarkan hasil pengujian diatas diketahui bahwa dapat pada variabel *independent* dan *dependent* berdistribusi tidak normal atau tidak lolos pada uji normalitas.

Karena data tidak berdistribusi normal, maka diperlukan pengolahan data dengan menggunakan metode transformasi. Salah satu teknik transformasi yang dapat digunakan adalah logaritma natural.

**Tabel 4. 10 Uji Normalitas 2**

Variabel	Sig (p.)	Ket
Adiksi <i>Smartphone- Social withdrawal</i>	0,200	Normal

Setelah dilakukan uji normalitas pada table 4.9 diperoleh hasil bahwa nilai residual dalam penelitian ini berdistribusi normal. Yang mana nilai signifikan 0,200 sudah lebih besar dari 0,05 menunjukkan bahwa nilai residual berdistribusi dengan normal.

#### **b. Uji Linearitas**

Uji linieritas merupakan pengujian garis regresi antara variabel bebas dan variabel tergantung. Uji linearitas dilakukan untuk memastikan sebaran nilai variabel-variabel dalam penelitian ini dapat ditarik garis lurus (linier) yang menunjukkan adanya hubungan yang linear antara variabel variabel penelitian sehingga variabel bebas dan variabel tergantung dapat dikorelasikan. Kaidah yang digunakan dalam uji linear adalah jika  $p < 0,05$  maka hubungan dinyatakan linear dan jika  $p > 0,05$  maka hubungannya dinyatakan tidak linear.

**Tabel 4. 11 Hasil Uji Linearitas**

Variabel	Linearity		Deviation From Linearity		Keterangan
	F	Sig. (p)	F	Sig. (p)	
<i>Social withdrawal &amp; Adiksi Smartphone</i>	59,231	0,001	0,880	0,641	Linear ( $p < 0,05$ )

Hasil pengujian linieritas antara variabel adiksi *smartphone* dengan *social withdrawal* menunjukkan nilai taraf signifikansi p (F-linearity) sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ) yang berarti korelasinya linier.

### 3. Uji Hipotesis

Pada penelitian dilakukannya uji hipotesis guna untuk mengetahui tingkat signifikan hubungan adiksi *smartphone* dengan perilaku *social withdrawal* yang menggunakan korelasi *person product moment*, bisa diketahui hasilnya pada tabel berikut:

**Tabel 4. 12 Hasil Uji Hipotesis**

Variabel	Signifikan	Korelasi	Keterangan
<i>Adiksi smartphone &amp; Social withdrawal</i>	0.001	0.534	Signifikan

**Tabel 4. 13 Pedoman Pemberian Interpretasi Koefisien Korelasi**

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0.00 – 0.199	Sangat rendah
0.2 – 0.399	Rendah
0.40 – 0.599	Sedang
0.60 – 0.799	Kuat
0.80 – 1.000	Sangat Kuat

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001 dengan standar  $p < 0,005$ , yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara adiksi *smartphone* dengan perilaku *social withdrawal* pada remaja. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,534 berada pada interval 0,40–0,599 sehingga termasuk kategori hubungan sedang menurut pedoman interpretasi koefisien korelasi Sugiyono (2017). Artinya, semakin tinggi tingkat adiksi *smartphone* pada remaja,

maka semakin besar kecenderungan mereka untuk menarik diri dari lingkungan sosial, meskipun kekuatan hubungan yang ditunjukkan tidak terlalu tinggi maupun terlalu lemah. Dengan demikian, adiksi *smartphone* berpengaruh terhadap kecenderungan *social withdrawal*, namun masih terdapat faktor lain di luar penggunaan *smartphone* yang juga dapat memengaruhi perilaku tersebut.

#### 4.14. Tabel Kontribusi Variabel

Variabel	R Square	Kontribusi (%)	Faktor Lain (%)
Adiksi <i>smartphone</i> & <i>social withdrawal</i>	0,285	28,5	71,5

Berdasarkan hasil analisis koefisien determinasi, diperoleh nilai *R Square* sebesar 0,285. Nilai ini menunjukkan bahwa variabel adiksi *smartphone* memberikan kontribusi sebesar 28,5% terhadap perilaku *social withdrawal* pada remaja. Sementara itu, sisanya yaitu sebesar 71,5% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Faktor-faktor tersebut antara lain hubungan dengan teman sebaya, pola asuh orang tua, prestasi akademik, tekanan psikologis seperti kecemasan dan depresi, serta pengaruh budaya. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rubin et al., (2009), Yue et al., (2022), dan Rizqi (2024) yang menegaskan bahwa *social withdrawal* pada remaja merupakan fenomena multifaktorial, sehingga intervensi tidak cukup hanya difokuskan pada penggunaan *smartphone*, tetapi juga pada peningkatan keterampilan sosial, dukungan keluarga, dan penguatan kesehatan mental remaja.

#### 4. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan memahami hubungan adiksi *smartphone* dengan perilaku *social withdrawal* pada remaja di RW 06 Kelurahan X Pekanbaru. Berdasarkan hasil analisis, hipotesis pada penelitian ini dapat diterima. Dari hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara adiksi *smartphone* dengan perilaku *social withdrawal* pada remaja di RW 06 Kelurahan X Pekanbaru. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Badarudin (2022), artinya semakin tinggi tingkat adiksi *smartphone* yang dimiliki remaja, semakin tinggi pula kecenderungan mereka untuk menarik diri dari

lingkungan sosial secara nyata. Sebaliknya, semakin rendah tingkat adiksi *smartphone*, semakin rendah pula tingkat *social withdrawal* yang dialami.

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan teknik korelasi *Product Moment*, diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,534 dengan signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,001. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0,05$ ), sehingga hipotesis penelitian diterima. Hasil ini mendukung asumsi awal penelitian bahwa terdapat keterkaitan erat antara intensitas penggunaan *smartphone* yang berlebihan dengan perilaku menarik diri sosial pada remaja.

Temuan ini sejalan dengan pendapat Kwon et al., (2013) yang menjelaskan bahwa adiksi *smartphone* merupakan bentuk ketergantungan psikologis dan perilaku terhadap penggunaan *smartphone*, ditandai dengan kesulitan mengontrol waktu penggunaan, rasa cemas jika tidak menggunakan *smartphone*, hingga munculnya gangguan pada aktivitas sehari-hari. Kondisi tersebut dapat memicu remaja untuk lebih banyak menghabiskan waktu dengan aktivitas digital dibandingkan berinteraksi dengan lingkungan sosial secara langsung. Pada akhirnya, ketergantungan ini memperkuat pola *social withdrawal*, yaitu perilaku menghindar dari situasi sosial dan memilih untuk menyendiri (Rubin et al., 2009).

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan temuan Marini et al., (2024) yang menyatakan bahwa *smartphone* yang awalnya digunakan sebagai sarana komunikasi dan hiburan dapat menjadi faktor risiko penurunan kualitas interaksi sosial jika digunakan secara berlebihan. Remaja yang terlalu fokus pada interaksi virtual melalui *smartphone* cenderung mengalami penurunan keterampilan sosial, kurang memiliki kesempatan untuk menjalin hubungan nyata dengan teman sebaya, dan lambat laun terjebak dalam pola isolasi sosial. Hal ini sejalan dengan konsep *social withdrawal* menurut Al-Mighwar (Janah, 2018), yaitu perilaku menarik diri yang muncul akibat ketidaknyamanan psikologis sehingga individu enggan menunjukkan usaha atau keterlibatan sosial.

Faktor perkembangan remaja turut memengaruhi hubungan ini. Masa remaja merupakan tahap perkembangan dengan tugas penting untuk membentuk identitas

diri dan menjalin hubungan sosial yang sehat (Hurlock, 2004). Namun, penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat menggeser fokus perhatian remaja dari lingkungan sosial nyata ke dunia digital. Akses terhadap berbagai aplikasi hiburan dan media sosial memungkinkan remaja untuk mendapatkan validasi sosial secara instan melalui jumlah “likes”, komentar, atau interaksi daring, sehingga mereka lebih nyaman dengan interaksi virtual dibandingkan tatap muka. Kondisi ini dapat memperkuat perilaku *social withdrawal* sebagaimana dijelaskan oleh Yue et al., (2022) bahwa paparan teknologi digital yang berlebihan dapat meningkatkan tekanan psikologis, ruminasi negatif, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial.

Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijelaskan melalui teori perbandingan sosial (*social comparison theory*). Menurut teori ini, individu cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain di media sosial. Paparan konten ideal yang sering tidak realistis dapat memunculkan perasaan rendah diri, cemas, dan tidak percaya diri, yang pada akhirnya mendorong perilaku menarik diri dari lingkungan sosial. Temuan penelitian ini mendukung pandangan tersebut karena remaja yang lebih sering menggunakan *smartphone* rentan terpengaruh oleh perbandingan sosial negatif yang memicu *social withdrawal* (Qiu et al., 2024).

Selanjutnya, berdasarkan hasil analisis koefisien determinasi, diperoleh nilai R Square sebesar 0,285 menunjukkan bahwa adiksi *smartphone* berkontribusi sebesar 28,5% terhadap perilaku *social withdrawal* pada remaja, sedangkan sisanya 71,5% dipengaruhi faktor lain seperti hubungan dengan teman sebaya, pola asuh orang tua, prestasi akademik, tekanan psikologis (kecemasan dan depresi), serta pengaruh budaya, yang sejalan dengan temuan Rubin et al., (2009), Yue et al., (2022), dan Rizqi (2024) bahwa *social withdrawal* merupakan fenomena multifaktorial sehingga intervensi tidak cukup hanya difokuskan pada penggunaan *smartphone*, melainkan juga perlu diarahkan pada peningkatan keterampilan sosial, dukungan keluarga, serta penguatan kesehatan mental remaja.

Penelitian ini juga memperkuat temuan Feneta (2016) bahwa kurangnya hubungan positif dengan teman sebaya berkontribusi pada peningkatan

kecenderungan *social withdrawal* pada remaja. Namun, berbeda dengan penelitian Feneta yang berfokus pada faktor hubungan sosial, penelitian ini menyoroti peran adiksi *smartphone* sebagai salah satu faktor risiko utama. Hal ini menunjukkan bahwa fenomena *social withdrawal* tidak hanya disebabkan oleh hubungan interpersonal yang buruk, tetapi juga oleh pengaruh teknologi digital dan perilaku adiktif yang terbentuk di dalamnya.

Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa penggunaan *smartphone* perlu mendapat perhatian khusus dari orang tua, guru, dan pihak sekolah. Remaja membutuhkan pendampingan dalam mengatur durasi dan pola penggunaan *smartphone* agar tidak terjebak pada perilaku adiktif. Selain itu, kegiatan sosial yang bersifat langsung seperti olahraga bersama, diskusi kelompok, dan kegiatan organisasi sekolah dapat menjadi sarana untuk mengurangi kecenderungan *social withdrawal* dengan memberikan pengalaman interaksi sosial nyata.

Penelitian ini memiliki keterbatasan, antara lain cakupan sampel yang hanya mencakup remaja di satu RW sehingga generalisasi hasil penelitian ini masih terbatas. Selain itu, penggunaan metode korelasional tidak dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat secara langsung antara adiksi *smartphone* dan *social withdrawal*. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan sampel, menggunakan desain *longitudinal*, atau mengembangkan program intervensi untuk mengurangi dampak negatif adiksi *smartphone* terhadap perilaku sosial remaja.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa adiksi *smartphone* memiliki kontribusi signifikan terhadap peningkatan perilaku *social withdrawal* pada remaja. Oleh karena itu, perlu adanya kesadaran dan langkah preventif dari berbagai pihak untuk menciptakan keseimbangan antara kehidupan digital dan interaksi sosial nyata pada kalangan remaja.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada remaja di RW 06 Kelurahan X Pekanbaru, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara adiksi *smartphone* dengan perilaku *social withdrawal* pada remaja. Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan berdampak pada perkembangan psikososial remaja, khususnya dalam membangun hubungan sosial secara sehat dan seimbang. Kondisi ini memperlihatkan bahwa keterikatan yang terlalu besar terhadap *smartphone* tidak hanya memengaruhi aktivitas sehari-hari, tetapi juga dapat mengurangi kualitas interaksi sosial yang seharusnya dijalani remaja di masa perkembangannya.

Temuan ini menjadi pengingat bahwa teknologi, meskipun memiliki banyak manfaat, tetapi tetap memiliki potensi risiko bila tidak digunakan secara bijak. Oleh sebab itu, hasil penelitian ini penting untuk diperhatikan oleh orang tua, sekolah, dan masyarakat dalam mengarahkan remaja agar mampu menyeimbangkan penggunaan *smartphone* dengan aktivitas sosial yang sehat. Upaya ini diharapkan dapat mendukung tumbuh kembang remaja secara lebih optimal, baik dari segi psikologis maupun sosial, sehingga mereka dapat beradaptasi dengan baik dalam kehidupan bermasyarakat di era digital.

#### **B. Implikasi Penelitian**

##### **1. Implikasi Teoritis**

Penelitian ini memperkaya literatur psikologi perkembangan dengan memberikan bukti empiris bahwa adiksi *smartphone* memiliki hubungan signifikan dengan perilaku *social withdrawal* pada remaja. Temuan ini mendukung teori Rubin et al. (2009) terkait *social withdrawal* dan teori Kwon

et al. (2013) mengenai *smartphone* addiction, serta mempertegas pengaruh teknologi digital terhadap interaksi sosial dan kesejahteraan psikologis remaja.

## 2. Implikasi Praktis

### a. Bagi orang tua, guru, dan konselor,

Dapat menjadi dasar dalam menyusun program edukasi dan pendampingan mengenai penggunaan *smartphone* yang sehat sekaligus mendukung keterampilan sosial remaja.

### b. Bagi sekolah dan masyarakat

Dapat dijadikan acuan dalam merancang kegiatan positif, kampanye literasi digital, serta intervensi yang menyeimbangkan penggunaan teknologi dengan interaksi langsung.

### c. Bagi lembaga pendidikan dan praktisi,

Dapat menjadi rekomendasi dalam penyusunan kebijakan penggunaan *smartphone* di sekolah, serta rujukan bagi praktisi psikologi atau lembaga terkait dalam merancang intervensi untuk mencegah *social withdrawal* pada remaja.

## C. Saran

### 1. Bagi Remaja

Remaja diharapkan lebih bijak dalam menggunakan *smartphone* dengan membatasi waktu pemakaian dan mengutamakan interaksi sosial secara langsung. Kegiatan positif seperti olahraga, organisasi, dan pengembangan hobi dapat menjadi alternatif yang membantu mengurangi ketergantungan pada *smartphone* serta mendukung perkembangan keterampilan sosial.

### 2. Bagi Orang Tua

Orang tua disarankan untuk mengawasi penggunaan *smartphone* anak dengan menetapkan batas waktu, memantau isi atau konten yang diakses, serta memberikan contoh penggunaan yang bijak. Selain itu, orang tua dapat memberikan dukungan dengan sering berkomunikasi dan meluangkan waktu bersama anak tanpa *smartphone*, agar hubungan emosional tetap dekat dan

anak merasa diperhatikan. Dengan pengawasan dan dukungan yang baik, remaja dapat belajar mengatur diri dan terhindar dari kecenderungan menarik diri secara sosial.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian lanjutan dengan mempertimbangkan variabel lain yang memengaruhi *social withdrawal*, seperti kepribadian, dukungan sosial, atau kesehatan mental. Peneliti selanjutnya disarankan menggunakan metode kualitatif atau memperluas wilayah penelitian agar hasilnya lebih mendalam dan representatif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adinti, A. (2023). *Social withdrawal* dan dampaknya bagi remaja. *Prosiding Seminar Antarbangsa*, 3(1), 490–509.
- Al-Barashdi, H., Bouazza, A., & Jabur, N. (2015). *Smartphone* addiction among university undergraduates: A literature review. *Journal of Scientific Research & Reports*, 4(3), 210–225. <https://doi.org/10.9734/JSRR/2015/12245>
- Amri, A. M. F. K. N. K. U. (2021). Solusi gangguan *smartphone* addiction berdasarkan pendekatan psikologi Islam. *Al-Hikmah: Jurnal Agama dan Ilmu ...*, 1, 334–347. <https://journal.uir.ac.id/index.php/alhikmah/article/view/6652>
- Andriani, L., & Maifita, Y. (2022). Hubungan pengetahuan dan sikap remaja terhadap perilaku bullying pada siswa-siswi kelas 8 di SMPN 6 Pariaman. *Journal of Medical Research*, 8(2), 5. <https://ashiha.stikes-pialasakti.ac.id/index.php/as-shiha/article/view/19/17>
- Ansory, M., & Iswati, S. (2017). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Airlangga University Press.
- Arikunto, S. (2010). *Penelitian tindakan kelas* (Edisi revisi). Bina Aksara.
- Arya, I., & Setyawan, S. (2024). Studi deskriptif kualitatif penarikan diri atau withdrawal gamer PUBG Mobile siswa SMP Negeri 1 Tawangmangu. *Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi dan Informatika, Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 1–19.
- Azwar, S. (2012). *Metode penelitian* (Edisi revisi). Pustaka Pelajar.
- Azzahra, S. F. (n.d.). *Hubungan adiksi smartphone dengan perilaku phubbing pada mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Al-Hilal Sigli Kabupaten Pidie* (Skripsi). Universitas Islam Negeri.
- Baharun, H., & Madinatul Jannah. (2019). Smart parenting dalam mengatasi *social withdrawal* pada anak di pondok pesantren. *Ta'allum: Jurnal Pendidikan Islam*, 7(1), 45–72. <https://doi.org/10.21274/taalum.2019.7.1.45-72>
- Bungin, B., & Moleong, L. J. A. (2007). Jenis dan pendekatan penelitian: Proses kerja KBL dalam menjalankan program corporate social responsibility di PT Pelindo.
- Chen, L., & R., N. (2016). Understanding the underlying factors of Internet addiction across cultures: A comparison study. *Electronic Commerce Research and Applications*, 17(1), 38–48.

- Ching, S. M., Yee, A., Ramachandran, V., Lim, S. M. S., Sulaiman, W. A. W., Foo, Y. L., & Hoo, F. K. (2015). Validation of a Malay version of the *smartphone* addiction scale among medical students in Malaysia. *PLoS ONE*, 10(10), 1–11. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0139337>
- Cho, S., & Lee, E. (2015). Development of a brief instrument to measure *smartphone* addiction among nursing students. *CIN: Computers, Informatics, Nursing*, 33(5), 216–224. <https://doi.org/10.1097/CIN.0000000000000132>
- Ciputrauceo, I. (2016). *Metode penelitian pendidikan*. Prenadamedia Group.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.
- Fitriana, T. S. (2015). Pendekatan berbasis pola asuh orang tua dalam ... *Jurnal Psikologi*, 10(2), 154–171.
- Freeman, C. B. (2008). Internet gaming addiction. *The Journal for Nurse Practitioners*, 4(1), 42–47. <https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2007.10.006>
- Hawi, N. S., & Rupert, M. S. (2016). The relation among social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in university students. *Social Science Computer Review*, 35(5), 1–11. <https://doi.org/10.1177/0894439316660340>
- Hidayanto, D. K., Rosid, R., Nur Ajjah, A. H., & Khoerunnisa, Y. (2021). Pengaruh kecanduan telepon pintar (*smartphone*) pada remaja: Literature review. *Jurnal Publisitas*, 8(1), 73–79. <https://doi.org/10.37858/publisitas.v8i1.67>
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Terj.). Erlangga.
- Janah, F. M. (2018). Penerapan pendekatan REBT untuk menurunkan tingkat penarikan diri (withdrawal) pada siswa SMA Negeri 1 Gedeg. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling UNESA*, 8(1), 78–89.
- Karadag, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Çulha, I., & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>
- Kasih, A., & Hambali, A. (2018). Gambaran motivasi remaja *social withdrawal* pada usia sekolah menengah pertama. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 951–965. <https://doi.org/10.15575/psy.v6i2.2212>
- Kholisah, N., & Suhesty, A. (2025). Fear of missing out dan narsisme: Faktor pendorong adiksi Instagram di kalangan mahasiswa. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 8(2), 139–152.

- Kirani, F. F. (2016). Hubungan peer group relationship dengan *social withdrawal* pada remaja awal.
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013a). The *smartphone* addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLoS ONE*, 8(12), 1–7. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013b). The *smartphone* addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLoS ONE*, 8(12), 1–7. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>
- Leung, L. (2008). Linking psychological attributes to addiction and improper use of the mobile phone among adolescents in Hong Kong. *Journal of Children and Media*, 2(2), 93–113. <https://doi.org/10.1080/17482790802078565>
- Marini, L., Hendriani, W., & Wulandari, P. Y. (2024). Gambaran problematic *smartphone* use pada remaja. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 5(1), 43. <https://doi.org/10.24014/pib.v5i1.26477>
- Matondang, S. (2009). *Evaluasi pendidikan: Konsep dan aplikasi*. Rineka Cipta.
- Mawarpury, M., Maulina, S., Faradina, S., & Afriani, A. (2020). Kecenderungan adiksi *smartphone* ditinjau dari jenis kelamin dan usia. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 5(1), 24. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i1.6252>
- Mustikhatul, A., Wulandari, D., Putri, F. A., Khotijah, S., Sulistiawati, S., & Ariyanti, W. (2025). Perkembangan pada anak menurut Santrock. *Early Childhood Journal*, 3(2), 88–101. <https://doi.org/10.30872/ecj.v3i2.4856>
- Nisa, C., Astuti, M. T., Garini, N. A., Efita, M., & Rahmayanty, D. (2024). Studi kasus: Konsep diri pada siswa withdrawal. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 10(3), 119. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v10i3.14202>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan* (Edisi revisi). Rineka Cipta.
- Prasetya, D. (2013). *Membuat aplikasi smartphone multiform*. PT Elex Media Komputindo.
- Pratiwi, H. R. (2020). Studi kasus perilaku *social withdrawal* pada anak usia dini. *JP2KG AUD: Jurnal Pendidikan, Pengasuhan, Kesehatan dan Gizi Anak Usia Dini*, 1(2), 147–158. <https://doi.org/10.26740/jp2kgaud.2020.1.2.147-158>
- Qiu, Y., Zhao, X., Liu, J., Li, Z., Wu, M., Qiu, L., & Yang, F. (2024). Understanding the relationship between *smartphone* distraction, *social withdrawal*, digital stress, and depression among college students: A cross-sectional study in Wuhan, China. *Heliyon*, 10(15).

- Rini Kusuma Mentari, & Titih, H. (2020). Prevalensi dan dampak kecanduan gadget pada remaja: Literature review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1). <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM>
- Rizqi, T. (2024). Fenomena *social withdrawal* di era digital.
- Roberts, J. A., Yaya, L. H. P., & Manolis, C. (2014). The invisible addiction: Cell phone activities and addictions among male and female college students. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(4), 254–265. <https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.015>
- Rubin, K. H., Coplan, R. J., & Bowker, J. C. (2009). *Social withdrawal* in childhood. *Annual Review of Psychology*, 60, 141–171. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.60.110707.163642>
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan remaja* (Edisi keenam). Erlangga.
- Sugiyono. (2019a). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019b). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Edisi revisi). Alfabeta.
- Teo, A. R., Nelson, S., Strange, W., Kubo, H., Katsuki, R., Kurahara, K., Kanba, S., & Kato, T. A. (2020). *Social withdrawal* in major depressive disorder: A case-control study of hikikomori in Japan. *Journal of Affective Disorders*, 274, 1142–1146. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.011>
- Wini Resna Novianti, & Rachmawati, W. T. S. (2023). Prevalensi kecenderungan *social withdrawal* (hikikomori) pada remaja di Kota Bandung. *Keperawatan Silampari*, 6(2), 153–164.
- Wirawanda, M. F. A. H. Y. (2024). Analisis semiotika pesan *social withdrawal* dalam film anime *Weathering With You*. *Jurnal Komunikasi*, 17, 302.
- Yue, H., Yue, X., Zhang, X., Liu, B., & Bao, H. (2022). Exploring the relationship between social exclusion and *smartphone* addiction: The mediating roles of loneliness and self-control. *Frontiers in Psychology*, 13, 945631. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.945631>
- Zhafira. (2018). Pengaruh media sosial terhadap tumbuhnya sikap asosial remaja: Studi deskriptif siswa/i SMA Negeri 20 Bandung [Skripsi, Universitas Pendidikan Indonesia]. Repository UPI.

# **Lampiran 1**

## **Skala *TryOut***

**SKALA TRY OUT**

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Saya Shavira Aini Hidayah, mahasiswa Program Studi Islam IAI Diniyyah Pekanbaru. Saat ini kami sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan tugas akhir Pendidikan Sarjana (S1). Oleh karena itu, kami memohon bantuan kepada Saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan mengisi skala penelitian ini, dengan syarat yaitu merupakan remaja berusia 13-18 tahun.

Data dan informasi yang telah diberikan akan digunakan untuk kepentingan penelitian dan dijamin kerahasiaannya.

Atas kesediaan dan partisipasinya, saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Hormat Peneliti,

Shavira Aini Hidayah

Berdasarkan pertimbangan di atas, maka dengan ini saya bersedia untuk berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini

- Ya
- Tidak

Nama/inisial

Jenis Kelamin

- Laki-Laki
- Perempuan

Usia

### Petunjuk Pengisian

Pilih salah satu diantara empat pilihan yang tersedia yang paling menggambarkan atau mewakili gambaran diri anda

### Skala I (*Social Withdrawal*)

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa canggung di lingkungan saya saat ini.				
2	Saya tidak ingin bergaul dengan teman-teman di lingkungan saya.				
3	Saya khawatir akan menjadi korban bully teman-teman saya.				
4	Saya merasa hal-hal baru tidak cocok dengan diri saya.				
5	Saya enggan untuk bergabung dengan teman-teman lainnya.				
6	Bertemu orang-orang yang belum pernah saya temui akan menambah pengetahuan saya.				
7	Saya menikmati waktu bermain dengan teman-teman saya.				
8	Saya merupakan tipe anak yang akan mengajak berkenalan terlebih dahulu dengan teman-teman yang baru saya temui.				
9	Saya enggan untuk bermain dengan teman-teman saya.				
10	Saya lebih senang menghabiskan waktu dengan diri saya sendiri.				
11	Saya merasa akan ditolak bila saya mencoba bergabung dengan teman-teman lainnya.				
12	Saya malu untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial saya.				
13	Saya lebih memilih bermain sendiri daripada harus bermain dengan teman saya yang lain.				
14	Saya takut teman-teman akan mengejek saya.				
15	Lingkungan baru membuat saya merasa cemas.				
16	Saya senang mencari hal-hal baru di sekitar saya.				
17	Saya merasa teman-teman saya tidak nyaman ketika bermain dengan saya.				
18	Berinteraksi dengan orang lain sangat melelahkan bagi saya.				
19	Saya tidak suka berada di tempat yang belum pernah saya kunjungi.				
20	Saya adalah anak yang aktif dan ceria.				

21	Saya senang menghabiskan waktu dengan teman-teman saya.				
22	Lingkungan baru sangat menyenangkan bagi saya.				
23	Saya takut terjadi konflik bila berinteraksi dengan teman.				
24	Kehadiran saya akan mengganggu aktivitas teman-teman saya lainnya.				
25	Orang-orang yang baru saya temui terlihat menakutkan.				
26	Saya merasa khawatir apabila melakukan presentasi di depan orang banyak.				
27	Saya merasa lebih asyik melihat teman saya bermain daripada ikut bermain.				
28	berusaha menghindar dari teman-teman saya agar tidak dijadikan lelucon mereka.				
29	Saya tertantang untuk menjelajahi tempat-tempat baru.				
30	Saya merasa nyaman berada di sekitar teman-teman saya.				
31	Saya akan mendapatkan pengalaman baru ketika berinteraksi di lingkungan yang belum pernah saya kunjungi.				
32	Saya tidak ingin ikut bersama teman-teman saya yang sedang bermain.				
33	Saya lebih senang bermain dengan teman-teman saya daripada bermain sendiri.				
34	Saya tidak suka berada di tempat yang belum pernah saya kunjungi.				

**Skala II ( Adiksi *Smartphone* )**

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Seringkali aktivitas saya tidak berjalan sesuai rencana karena lebih sering fokus pada <i>smartphone</i> .				
2	Saya mampu beraktivitas sesuai dengan yang telah direncanakan meskipun menggunakan <i>smartphone</i> .				
3	Saya sulit berkonsentrasi dalam mengerjakan sesuatu karena pikiran saya tertuju pada <i>smartphone</i> .				
4	Konsentrasi saya dalam mengerjakan sesuatu tetap terjaga meskipun ada <i>smartphone</i> di dekat saya.				
5	Saya merasakan sakit kepala saat menggunakan <i>smartphone</i> .				
6	Penggunaan <i>smartphone</i> tidak membuat saya merasakan sakit kepala.				
7	Saya merasa penglihatan menjadi terganggu ketika menggunakan <i>smartphone</i> .				
8	Saya tidak merasakan gangguan apapun pada penglihatan saat menggunakan <i>smartphone</i> .				
9	Saya merasakan nyeri/kebas pada pergelangan tangan saat menggunakan <i>smartphone</i> .				
10	Saya tidak merasakan gangguan apapun pada pergelangan tangan saat menggunakan <i>smartphone</i> .				
11	Saya merasakan kaku pada leher ketika menggunakan <i>smartphone</i> .				
12	Saya tidak merasakan sakit apapun pada leher saya saat menggunakan <i>smartphone</i> .				
13	Penggunaan <i>smartphone</i> membuat jam tidur saya menjadi berantakan.				
14	Saya dapat tidur dengan nyaman dan teratur tanpa merasa terganggu oleh penggunaan <i>smartphone</i> .				
15	Saya kesal apabila sedang dalam kondisi tidak dapat menggunakan <i>smartphone</i> .				
16	Saya baik-baik saja meskipun sedang tidak diizinkan untuk menggunakan <i>smartphone</i> .				
17	Saya tidak tenang apabila tidak menggunakan <i>smartphone</i> saya.				
18	Saya mampu tetap tenang meskipun sedang tidak menggunakan <i>smartphone</i> .				
19	Saya tidak sabar ketika perkuliahan dimulai dan tidak diizinkan menggunakan <i>smartphone</i> .				

20	Saya tidak terburu-buru meskipun sedang dalam situasi yang menyebabkan saya tidak dapat menggunakan <i>smartphone</i> .				
21	Saya merasa lebih tenang apabila <i>smartphone</i> saya berada di dekat saya.				
22	Saya merasa kesulitan untuk meninggalkan <i>smartphone</i> meskipun hanya sejenak.				
23	Saya merasa kesal apabila ada yang mengganggu saya saat sedang menggunakan <i>smartphone</i> .				
24	Saya berulang kali berusaha mengurangi penggunaan <i>smartphone</i> , namun selalu gagal.				
25	Saya mampumengurangi penggunaan <i>smartphone</i> agar tidak berlebihan.				
26	Saya selalu berkeinginan agar bisa mengontrol diri supaya tidak menggunakan <i>smartphone</i> secara berlebihan, namun tidak pernah terwujud seperti yang diharapkan.				
27	Waktu yang saya habiskan untuk <i>smartphone</i> lebih sedikit daripada aktivitas lainnya.				

## **Lampiran 2**

# **Tabulasi Data Skala *TryOut***

**Tabulasi Data *TryOut* Skala Adiksi *Smartphone***

<b>Subjek/ Aitem</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>TOTAL X</b>	
<b>Subjek 1</b>	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	3	3	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	<b>76</b>	
<b>Subjek 2</b>	3	1	2	1	2	2	3	3	1	4	1	3	1	1	4	3	3	1	1	2	3	4	2	1	3	1	2	2	2	2	1	<b>63</b>
<b>Subjek 3</b>	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	<b>79</b>	
<b>Subjek 4</b>	1	3	3	1	2	3	4	2	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	1	3	4	1	4	1	4	1	3	2	1	1	<b>67</b>	
<b>Subjek 5</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	<b>72</b>
<b>Subjek 6</b>	3	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	2	1	4	1	4	2	1	1	4	<b>51</b>	
<b>Subjek 7</b>	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	<b>77</b>
<b>Subjek 8</b>	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	<b>75</b>
<b>Subjek 9</b>	1	1	1	1	4	4	1	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	1	1	4	1	1	1	4	1	4	4	4	4	<b>81</b>	
<b>Subjek 10</b>	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	<b>75</b>	
<b>Subjek 11</b>	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	<b>62</b>
<b>Subjek 12</b>	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	<b>65</b>

<b>Subjek 13</b>	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	64		
<b>Subjek 14</b>	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	2	2	1	2	1	2	1	1	4	1	1	3	1	42	
<b>Subjek 15</b>	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	74	
<b>Subjek 16</b>	2	2	2	2	4	4	1	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	64	
<b>Subjek 17</b>	1	1	4	2	3	4	3	1	3	4	3	2	3	2	1	4	3	2	1	2	2	2	3	1	1	1	1	1	4	1	66	
<b>Subjek 18</b>	1	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	2	3	3	2	4	2	1	3	3	4	3	2	2	2	72	
<b>Subjek 19</b>	3	3	3	3	2	2	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	72		
<b>Subjek 20</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	80	
<b>Subjek 21</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	36
<b>Subjek 22</b>	3	3	3	3	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	2	70
<b>Subjek 23</b>	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	1	3	2	4	3	76
<b>Subjek 24</b>	4	2	3	2	3	4	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	74
<b>Subjek 25</b>	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	77	
<b>Subjek 26</b>	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	67	
<b>Subjek 27</b>	4	2	1	2	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	1	2	1	4	2	2	2	2	2	4	1	4	2	80	

<b>Subjek 28</b>	4	2	1	1	1	4	4	1	4	3	3	3	4	3	4	3	3	1	1	1	3	3	3	1	4	4	4	1	4	4	<b>82</b>
<b>Subjek 29</b>	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	3	3	<b>78</b>
<b>Subjek 30</b>	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	<b>85</b>



**Lampiran 3**  
**Validitas dan Reliabilitas**  
**Data *TryOut***

**TABEL UJI VALIDITAS VARIABEL X**  
**PUTARAN PERTAMA**

<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	61,50	114,879	0,327	0,863
X2	61,93	117,926	0,280	0,864
X3	61,63	117,137	0,277	0,864
X4	61,97	116,171	0,377	0,861
X5	61,50	113,500	0,451	0,859
X6	61,57	113,357	0,419	0,860
X7	61,57	111,564	0,510	0,857
X8	61,70	112,424	0,477	0,858
X9	61,40	107,697	0,713	0,851
X10	61,50	112,879	0,462	0,859
X11	61,47	109,223	0,688	0,852
X12	61,57	111,840	0,572	0,856
X13	61,27	108,892	0,616	0,854
X14	61,83	113,937	0,421	0,860
X15	61,80	111,269	0,556	0,856
X16	61,60	122,248	0,007	0,870
X17	61,63	112,654	0,563	0,856
X18	62,03	118,033	0,283	0,864
X19	61,83	124,420	-0,116	0,874
X20	61,97	124,102	-0,103	0,872
X21	61,27	111,995	0,587	0,856
X22	61,83	117,109	0,305	0,863
X23	61,30	110,148	0,623	0,854
X24	61,43	110,047	0,676	0,853
X25	62,07	116,409	0,407	0,861
X26	61,13	118,740	0,174	0,867
X27	61,70	116,079	0,307	0,863

## PUTARAN KEDUA

<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X4	39,13	81,913	0,258	0,896
X5	38,67	77,885	0,464	0,891
X6	38,73	77,513	0,445	0,892
X7	38,73	76,202	0,526	0,889
X8	38,87	77,016	0,488	0,890
X9	38,57	72,668	0,755	0,880
X10	38,67	76,713	0,516	0,889
X11	38,63	74,240	0,711	0,882
X12	38,73	76,202	0,610	0,886
X13	38,43	74,875	0,579	0,887
X14	39,00	78,690	0,405	0,893
X15	38,97	76,516	0,538	0,888
X17	38,80	76,924	0,599	0,886
X21	38,43	76,323	0,627	0,885
X23	38,47	75,223	0,631	0,885
X24	38,60	75,283	0,675	0,884
X25	39,23	80,599	0,403	0,892

## PUTARAN KETIGA

<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X5	36,63	73,895	0,466	0,894
X6	36,70	73,597	0,442	0,895
X7	36,70	72,079	0,539	0,891
X8	36,83	73,523	0,458	0,894
X9	36,53	68,533	0,776	0,882
X10	36,63	72,861	0,511	0,892
X11	36,60	70,179	0,725	0,884
X12	36,70	72,493	0,594	0,889
X13	36,40	71,214	0,565	0,890
X14	36,97	75,275	0,366	0,897
X15	36,93	72,409	0,550	0,891
X17	36,77	72,599	0,628	0,888
X21	36,40	72,110	0,649	0,887
X23	36,43	71,082	0,647	0,887
X24	36,57	71,151	0,692	0,886
X25	37,20	76,855	0,378	0,896

## PUTARAN KEEMPAT

<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X5	34,47	67,568	0,466	0,895
X6	34,53	67,430	0,433	0,896
X7	34,53	66,051	0,524	0,893
X8	34,67	67,333	0,450	0,896
X9	34,37	62,378	0,782	0,882
X10	34,47	66,878	0,490	0,894
X11	34,43	63,840	0,739	0,884
X12	34,53	66,464	0,577	0,890
X13	34,23	65,564	0,528	0,893
X15	34,77	65,909	0,567	0,891
X17	34,60	65,766	0,675	0,887
X21	34,23	65,840	0,651	0,888
X23	34,27	64,547	0,672	0,887
X24	34,40	64,869	0,699	0,886
X25	35,03	70,378	0,381	0,897

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,897	15

**TABEL UJI VALIDITAS VARIABEL Y**  
**PUTARAN PERTAMA**

<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	68,00	319,034	0,500	0,954
Y2	68,53	313,913	0,732	0,953
Y3	68,43	313,013	0,758	0,952
Y4	68,20	314,717	0,668	0,953
Y5	68,40	314,593	0,716	0,953
Y6	68,50	333,017	0,131	0,956
Y7	68,70	316,769	0,779	0,953
Y8	67,97	320,792	0,440	0,955
Y9	68,40	310,869	0,769	0,952
Y10	67,67	312,368	0,693	0,953
Y11	68,30	313,252	0,734	0,953
Y12	67,93	313,099	0,678	0,953
Y13	68,23	307,495	0,817	0,952
Y14	68,23	310,806	0,746	0,952
Y15	68,23	312,185	0,771	0,952
Y16	68,53	332,671	0,164	0,956
Y17	68,17	309,730	0,784	0,952
Y18	67,97	314,930	0,688	0,953
Y19	68,40	315,352	0,654	0,953
Y20	67,90	318,024	0,543	0,954
Y21	68,43	317,426	0,680	0,953
Y22	68,23	315,564	0,733	0,953
Y23	67,87	319,637	0,467	0,955
Y24	68,17	316,626	0,566	0,954
Y25	68,13	317,568	0,528	0,954
Y26	67,47	315,637	0,655	0,953
Y27	68,10	341,334	-0,187	0,959
Y28	68,20	316,855	0,597	0,954
Y29	68,37	319,620	0,550	0,954
Y30	68,37	314,102	0,749	0,953
Y31	68,50	329,776	0,330	0,955
Y32	68,10	314,024	0,603	0,954
Y33	68,17	313,454	0,666	0,953
Y34	68,00	310,414	0,744	0,952

## PUTARAN KEDUA

<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	60,57	312,530	0,500	0,962
Y2	61,10	307,403	0,734	0,961
Y3	61,00	306,138	0,773	0,960
Y4	60,77	308,047	0,675	0,961
Y5	60,97	307,826	0,727	0,961
Y7	61,27	309,926	0,795	0,960
Y8	60,53	313,982	0,449	0,963
Y9	60,97	304,516	0,766	0,960
Y10	60,23	306,185	0,685	0,961
Y11	60,87	306,602	0,741	0,960
Y12	60,50	306,603	0,679	0,961
Y13	60,80	301,545	0,804	0,960
Y14	60,80	304,234	0,750	0,960
Y15	60,80	305,959	0,763	0,960
Y17	60,73	303,030	0,794	0,960
Y18	60,53	308,120	0,700	0,961
Y19	60,97	308,792	0,657	0,961
Y20	60,47	311,223	0,553	0,962
Y21	61,00	311,103	0,673	0,961
Y22	60,80	309,269	0,726	0,961
Y23	60,43	313,082	0,468	0,963
Y24	60,73	309,720	0,579	0,962
Y25	60,70	310,838	0,535	0,962
Y26	60,03	308,861	0,665	0,961
Y28	60,77	310,806	0,582	0,962
Y29	60,93	312,823	0,560	0,962
Y30	60,93	307,444	0,756	0,960
Y32	60,67	307,954	0,592	0,962
Y33	60,73	307,306	0,656	0,961
Y34	60,57	303,909	0,747	0,960

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,962	30

# **Lampiran 4**

## **Skala Penelitian**

**SKALA PENELITIAN *SOCIAL WITHDRAWAL***

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Saya Shavira Aini Hidayah, mahasiswa Program Studi Islam IAI Diniyyah Pekanbaru. Saat ini kami sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan tugas akhir Pendidikan Sarjana (S1). Oleh karena itu, kami memohon bantuan kepada Saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan mengisi skala penelitian ini, dengan syarat yaitu merupakan remaja berusia 13-18 tahun.

Data dan informasi yang telah diberikan akan digunakan untuk kepentingan penelitian dan dijamin kerahasiaannya.

Atas kesediaan dan partisipasinya, saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Hormat Peneliti,

Shavira Aini Hidayah

Berdasarkan pertimbangan di atas, maka dengan ini saya bersedia untuk berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini

- Ya
- Tidak

Nama/inisial

Jenis Kelamin

- Laki-Laki
- Perempuan

Usia

### Petunjuk Pengisian

Pilih salah satu diantara empat pilihan yang tersedia yang paling menggambarkan atau mewakili gambaran diri anda

### Skala I (*Social Withdrawal*)

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa canggung di lingkungan saya saat ini.				
2	Saya tidak ingin bergaul dengan teman-teman di lingkungan saya				
3	Saya khawatir akan menjadi korban bully teman-teman saya.				
4	Saya merasa hal-hal baru tidak cocok dengan diri saya.				
5	Saya enggan untuk bergabung dengan teman-teman lainnya.				
6	Saya menikmati waktu bermain dengan teman-teman saya.				
7	Saya merupakan tipe anak yang akan mengajak berkenalan terlebih dahulu dengan teman-teman yang baru saya temui.				
8	Saya enggan untuk bermain dengan teman-teman saya.				
9	Saya lebih senang menghabiskan waktu dengan diri saya sendiri				
10	Saya merasa akan ditolak bila saya mencoba bergabung dengan teman-teman lainnya.				
11	Saya malu untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial saya.				
12	Saya lebih memilih bermain sendiri daripada harus bermain dengan teman saya yang lain.				
13	Saya takut teman-teman akan mengejek saya.				
14	Lingkungan baru membuat saya merasa cemas.				
15	Saya merasa teman-teman saya tidak nyaman ketika bermain dengan saya.				
16	Berinteraksi dengan orang lain sangat melelahkan				

	bagi saya.				
17	Saya tidak suka berada di tempat yang belum pernah saya kunjungi.				
18	Saya adalah anak yang aktif dan ceria.				
19	Saya senang menghabiskan waktu dengan teman-teman saya.				
20	Lingkungan baru sangat menyenangkan bagi saya.				
21	Saya takut terjadi konflik bila berinteraksi dengan teman.				
22	Kehadiran saya akan mengganggu aktivitas teman-teman saya lainnya.				
23	Orang-orang yang baru saya temui terlihat menakutkan.				
24	Saya merasa khawatir apabila melakukan presentasi di depan orang banyak.				
25	Berusaha menghindari dari teman-teman saya agar tidak dijadikan lelucon mereka.				
26	Saya tertantang untuk menjelajahi tempat-tempat baru.				
27	Saya merasa nyaman berada di sekitar teman-teman saya.				
28	Saya tidak ingin ikut bersama teman-teman saya yang sedang bermain.				
29	Saya lebih senang bermain dengan teman-teman saya daripada bermain sendiri				
30	Saya merasa khawatir akan dijalihi oleh teman-teman.				

**Skala II ( Adiksi *Smartphone*)**

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasakan sakit kepala saat menggunakan <i>smartphone</i> .				
2	Penggunaan <i>smartphone</i> tidak membuat saya merasakan sakit kepala.				
3	Saya merasa penglihatan menjadi terganggu ketika menggunakan <i>smartphone</i> .				
4	Saya tidak merasakan gangguan apapun pada penglihatan saat menggunakan <i>smartphone</i> .				
5	Saya merasakan nyeri/kebas pada pergelangan tangan saat menggunakan <i>smartphone</i> .				
6	Saya tidak merasakan gangguan apapun pada pergelangan tangan saat menggunakan <i>smartphone</i> .				
7	Saya merasakan kaku pada leher ketika menggunakan <i>smartphone</i> .				
8	Saya tidak merasakan sakit apapun pada leher saya saat menggunakan <i>smartphone</i> .				
9	Penggunaan <i>smartphone</i> membuat jam tidur saya menjadi berantakan.				
10	Saya kesal apabila sedang dalam kondisi tidak dapat menggunakan <i>smartphone</i> .				
11	Saya tidak tenang apabila tidak menggunakan <i>smartphone</i> saya.				
12	Saya merasa lebih tenang apabila <i>smartphone</i> saya berada di dekat saya.				
13	Saya merasa kesal apabila ada yang mengganggu saya saat sedang menggunakan <i>smartphone</i> .				
14	Saya berulang kali berusaha mengurangi penggunaan <i>smartphone</i> , namun selalu gagal.				
15	Saya mampu mengurangi penggunaan <i>smartphone</i> agar tidak berlebihan.				

# **Lampiran 5**

## **Tabulasi Data Skala Penelitian**

**Tabulasi Data Penelitian Skala Adiksi *Smartphone***

Subjek/Aitem	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Total X
Subjek 1	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	53
Subjek 2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	32
Subjek 3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	33
Subjek 4	1	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	35
Subjek 5	2	2	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	3	3	2	43
Subjek 6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	44
Subjek 7	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	28
Subjek 8	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	32
Subjek 9	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	41
Subjek 10	3	2	1	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	38
Subjek 11	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	37
Subjek 12	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	2	2	26
Subjek 13	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	4	3	2	2	38
Subjek 14	2	2	2	1	3	2	2	2	2	3	3	4	2	2	1	33
Subjek 15	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	33
Subjek 16	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	38
Subjek 17	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	31
Subjek 18	3	3	2	2	2	3	4	3	1	1	2	3	4	3	2	38
Subjek 19	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	37
Subjek 20	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	40
Subjek 21	2	3	3	3	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	34
Subjek 22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	43
Subjek 23	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	3	3	3	3	3	36
Subjek 24	3	3	2	2	2	2	3	3	4	2	3	3	2	4	3	41
Subjek 25	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	3	2	2	2	33
Subjek 26	2	2	2	2	3	3	2	2	1	1	1	2	2	2	1	28
Subjek 27	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	1	35
Subjek 28	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	34
Subjek 29	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	3	1	30
Subjek 30	3	3	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	3	27
Subjek 31	1	2	3	3	2	2	1	1	3	3	3	4	4	3	4	39
Subjek 32	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	2	2	48
Subjek 33	2	2	2	2	1	4	3	2	2	2	2	3	2	2	1	32
Subjek 34	3	3	2	2	1	2	3	3	3	1	1	2	3	2	2	33
Subjek 35	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	1	51
Subjek 36	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	31
Subjek 37	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	53
Subjek 38	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	57
Subjek 39	2	2	3	3	2	3	2	3	3	1	2	2	2	2	2	34
Subjek 40	3	3	4	3	4	4	4	4	3	2	2	2	3	3	2	46
Subjek 41	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	45
Subjek 42	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	36
Subjek 43	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	37
Subjek 44	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	36

Subjek 45	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	34
Subjek 46	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	31
Subjek 47	3	3	1	1	2	2	2	2	1	2	1	3	1	2	2	28
Subjek 48	3	3	1	4	1	4	1	4	4	2	3	3	2	3	2	40
Subjek 49	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	34
Subjek 50	3	3	2	2	2	2	3	3	4	2	2	3	3	2	1	37
Subjek 51	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	35
Subjek 52	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	39
Subjek 53	1	2	1	2	3	4	3	4	1	1	1	1	1	1	1	27
Subjek 54	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	39
Subjek 55	2	2	2	1	1	4	3	3	3	2	2	2	2	1	2	32
Subjek 56	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	1	39
Subjek 57	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	39
Subjek 58	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	37
Subjek 59	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	31
Subjek 60	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	1	2	1	34
Subjek 61	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	2	2	41
Subjek 62	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	38
Subjek 63	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	46
Subjek 64	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	40
Subjek 65	3	3	2	3	2	2	3	3	2	1	1	3	1	2	2	33
Subjek 66	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	43
Subjek 67	3	3	2	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	2	39
Subjek 68	1	1	2	1	1	4	1	1	3	2	2	4	2	2	2	29
Subjek 69	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	3	2	1	24
Subjek 70	2	1	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	36
Subjek 71	2	2	3	3	2	2	4	4	2	2	2	4	2	3	3	40
Subjek 72	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	38
Subjek 73	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	38
Subjek 74	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	31
Subjek 75	2	1	3	1	3	1	1	1	4	1	1	2	1	3	1	26
Subjek 76	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	44
Subjek 77	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	33
Subjek 78	2	2	2	2	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	2	31
Subjek 79	2	2	3	3	2	2	2	2	4	2	1	2	1	2	2	32
Subjek 80	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	31
Subjek 81	2	2	3	3	1	1	2	2	3	3	3	3	2	2	2	34
Subjek 82	1	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	32
Subjek 83	2	2	3	2	3	2	3	1	4	4	3	4	4	2	1	40
Subjek 84	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	4	1	40
Subjek 85	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	43
Subjek 86	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	3	2	1	2	24
Subjek 87	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	37
Subjek 88	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	32
Subjek 89	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	43
Subjek 90	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	33
Subjek 91	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	39
Subjek 92	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	32

Subjek 93	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	3	3	2	1	27
Subjek 94	3	3	2	3	2	3	3	3	4	2	2	3	2	4	1	40
Subjek 95	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1	1	18
Subjek 96	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	34
Subjek 97	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	41
Subjek 98	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	35
Subjek 99	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	3	4	4	3	3	52
Subjek 100	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	53
Subjek 101	4	4	4	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	52
Subjek 102	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	32
Subjek 103	2	1	2	2	2	2	2	2	2	4	3	4	3	3	3	37
Subjek 104	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	46
Subjek 105	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	44
Subjek 106	2	2	1	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	38
Subjek 107	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	4	4	3	39
Subjek 108	2	2	2	1	2	1	2	1	4	4	4	4	3	4	3	39
Subjek 109	1	2	2	2	2	2	2	1	2	4	4	3	4	4	3	38
Subjek 110	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
Subjek 111	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	43
Subjek 112	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	39
Subjek 113	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	31
Subjek 114	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	3	1	3	3	27
Subjek 115	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	40
Subjek 116	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	52
Subjek 117	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	43
Subjek 118	2	3	2	4	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	3	44
Subjek 119	2	2	2	1	2	2	2	2	3	4	4	4	4	4	3	41
Subjek 120	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	49
Subjek 121	2	2	2	2	2	2	2	1	3	4	4	4	4	4	3	41
Subjek 122	2	1	2	1	2	1	2	1	3	4	4	4	4	4	3	38
Subjek 123	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	49
Subjek 124	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	3	41
Subjek 125	2	1	2	1	2	2	2	1	3	3	4	4	4	4	3	38
Subjek 126	2	1	1	1	2	2	3	2	3	4	4	4	4	4	4	41
Subjek 127	2	1	2	2	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	2	36
Subjek 128	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	31
Subjek 129	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	3	3	4	2	34
Subjek 130	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	2	41
Subjek 131	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	43
Subjek 132	2	3	2	2	2	3	2	1	3	2	1	2	2	4	2	33
Subjek 133	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	38
Subjek 134	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	47
Subjek 135	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	2	33
Subjek 136	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	44
Subjek 137	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	46
Subjek 138	2	2	1	2	2	1	2	1	2	3	3	3	3	3	2	32
Subjek 139	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	3	3	3	4	3	39
Subjek 140	2	1	2	2	2	2	2	2	2	4	3	4	3	4	2	37

<b>Subjek 141</b>	2	2	2	2	1	2	1	2	2	3	4	4	3	3	3	36
<b>Subjek 142</b>	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	51
<b>Subjek 143</b>	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	36
<b>Subjek 144</b>	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	4	3	48
<b>Subjek 145</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	43
<b>Subjek 146</b>	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	31
<b>Subjek 147</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	42
<b>Subjek 148</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	44
<b>Subjek 149</b>	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	52
<b>Subjek 150</b>	2	2	2	3	2	2	2	2	3	4	4	3	3	4	2	40
<b>Subjek 151</b>	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	51
<b>Subjek 152</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	46
<b>Subjek 153</b>	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	46
<b>Subjek 154</b>	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	3	51

Tabulasi Data Penelitian Skala *Social Withdrawal*

N O	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Tota l Y
1	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	105
2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	59
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	3	1	1	2	1	2	2	2	56
4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	2	4	3	4	2	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	2	3	3	91
5	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	89
6	3	1	3	2	1	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	69
7	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	60
8	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	48
9	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	74
10	1	1	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	3	1	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	1	2	62
11	3	2	2	2	2	1	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	1	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	70
12	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	62
13	3	2	3	2	2	1	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	65
14	1	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	39
15	4	2	3	3	2	2	4	2	4	3	3	2	3	4	4	3	1	3	2	4	4	3	3	1	2	1	3	2	3	3	83
16	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	69
17	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	71
18	1	1	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	3	2	2	1	4	3	1	1	1	1	2	46
19	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	68
20	2	1	3	2	2	1	1	2	2	3	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	4	2	2	3	1	1	1	1	1	3	51
21	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	62
22	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	3	2	3	3	2	2	4	2	1	4	3	2	2	3	2	3	2	2	1	3	70
23	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	1	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	4	1	1	1	1	50
24	3	2	2	3	3	2	4	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	80





85	3	3	3	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	84		
86	3	1	2	2	2	1	1	2	2	2	4	2	1	3	1	3	2	2	1	2	2	2	2	4	4	2	2	4	2	3	66	
87	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	66		
88	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	62		
89	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	65		
90	4	3	3	2	1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	75	
91	2	2	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	64	
92	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	64	
93	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	60		
94	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	59	
95	1	1	1	1	2	1	2	1	3	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	3	3	1	47	
96	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	67	
97	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	1	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	68	
98	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	61	
99	4	4	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	89	
100	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	93	
101	4	4	4	4	4	1	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	100	
102	2	1	2	2	2	1	3	2	2	2	2	1	2	3	2	3	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	1	2	1	2	59	
103	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	1	2	3	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	94	
104	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	75
105	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	78	
106	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	2	2	2	3	4	3	4	4	2	2	3	2	4	93	
107	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	4	96	









**Lampiran 6**

**UJI NORMALITAS, UJI  
LINEARITAS, UJI HIPOTESIS**

## TABEL HASIL ANALISIS

### UJI NORMALITAS 1

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual	
N		154	
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000	
	Std. Deviation	13,66282821	
Most Extreme Differences	Absolute	,091	
	Positive	,091	
	Negative	-,054	
Test Statistic		,091	
Asymp. Sig. (2-tailed) <sup>c</sup>		,003	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) <sup>d</sup>	Sig.	,003	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	,001
		Upper Bound	,004

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

### UJI NORMALITAS 2

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual	
N		154	
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000	
	Std. Deviation	,19983422	
Most Extreme Differences	Absolute	,061	
	Positive	,053	
	Negative	-,061	
Test Statistic		,061	
Asymp. Sig. (2-tailed) <sup>c</sup>		,200 <sup>d</sup>	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) <sup>e</sup>	Sig.	,183	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	,173
		Upper Bound	,193

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 299883525.

## UJI LINEARITAS

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
LNY * LNX1	Between Groups	(Combined)	3,448	29	,119	2,892	<,001
		Linearity	2,435	1	2,435	59,231	<,001
		Deviation from Linearity	1,013	28	,036	,880	,641
	Within Groups		5,097	124	,041		
	Total		8,544	153			

### Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
LNY * LNX1	,534	,285	,635	,404

## UJI HIPOTESIS

		LNX1	LNY
LNX1	Pearson Correlation	1	,534**
	Sig. (2-tailed)		<,001
	N	154	154
LNY	Pearson Correlation	,534**	1
	Sig. (2-tailed)	<,001	
	N	154	154

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**Lampiran 7**  
**Surat Izin Penelitian**



# INSTITUT AGAMA ISLAM DINIYYAH PEKANBARU

Terakreditasi BAN-PT Nomor : 634/SK/BAN-PT/AK-PNB/PT/IX/2023

Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 100 / Jl. Kuau No. 1 HP. 0811-7069-222 | Website : [www.diniyyah.ac.id](http://www.diniyyah.ac.id) | Email : [admin@diniyyah.ac.id](mailto:admin@diniyyah.ac.id)

Pekanbaru, 02 September 2025

Nomor : 0733/IAI-DP/IX/2025  
Lamp : -  
Hal : **Izin Riset**

Kepada Yth;  
Ketua RW 06

di –  
**Tempat**

*Assalamu'alaikum Wr.Wb*

Dengan hormat

Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir mahasiswa (**Skripsi**), maka dibutuhkannya data-data untuk bahan penulisan tugas akhir tersebut, untuk itu mahasiswa kami :

Nama : **SHAVIRA AINI HIDAYAH**  
NIRM : **1216.21.2700**  
Program Studi : **Psikologi Islam**  
Semester : **8 (Delapan)**  
Judul Skripsi : **Hubungan adiksi smartphone dengan perilaku social withdrawal pada remaja di Kelurahan X**

Bermaksud akan melakukan Riset dan mengumpulkan data di daerah/lingkungan yang Bapak/Ibu pimpin dari tanggal 30 Agustus 2025 s/d 03 September 2025, oleh sebab itu kami mohon izin dan bantuan bagi Mahasiswa kami untuk dapat melakukan Riset dan mengumpulkan data dalam menyelesaikan Tugas Akhir Mahasiswa tersebut.

Demikianlah kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu, kami ucapkan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Wr.Wb*












 Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru  
 Rektor  
  
 Dr. Novi Yanti, MM  
 NIDN. 2124118301

# **Lampiran 8**


## **Kartu Kontrol Bimbingan**

**KARTU KONTROL BIMBINGAN SKRIPSI**

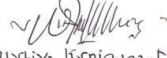
Nama Mahasiswa : Shavira Aini Hidsyah  
 NIRM : 1216.21.2700  
 Semester / Tahun Akademik : VII  
 Program Studi : Psikologi Islam  
 Judul Penelitian : Hubungan antara Stres Kerja dengan Perilaku Phubbing pada Siswa SMA di Pekanbaru

No	Hari/Tanggal	Uraian Kegiatan	Paraf Pembimbing I	No	Hari/Tanggal	Uraian Kegiatan	Paraf Pembimbing II
1	24/05/25 Siba	Bab I		1	29/05/25 Sabtu	Bab I	
2	25/05/25	Bab II		2	25/05/25 Rabu	Bab I	
3	01/06/25	Bab I, II, III		3	01/06/25 Sabtu	Bab I, II, III	
4	02/07/25	Bab I, II, III		4	02/06/25 Rabu	Bab I, II, III	
5				5	18/08/25	Revisi sekla sempu	
6				6	28/08/25	Revisi Alat ukur	
7				7			
8				8			

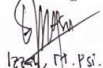
Pembimbing I

  
 Wilfrida Kurniasari, M.Psi

Mengetahui,  
Ketua Program Studi

  
 Wilfrida Kurniasari, M.Psi

Pekanbaru,  
Pembimbing II

  
 Lailatul Izah, M.Psi, Psikolog