

Kontribusi *Self Esteem* Terhadap Kecanduan *Smartphone* Mahasiswa

Rizki Adiyatma¹, Sri Rahmah Ramadhoni², Putri Rahmi Virani Lubis³, Teri Santera⁴

Institut Islam Ma'arif Jambi^{1,3,4}, Universitas Jambi²

Email: rizkiadiyatma54@gmail.com¹, sriramadhoni.sr@unja.ac.id², vhieranichi@gmail.com³, Tera94073@gmail.com⁴

Info Artikel

Riwayat Artikel

Diterima: 05-10-2024

Direvisi: 02-01-2025

Disetujui: 02-01-2025

Dipublikasikan: 02-01-2025

Keyword:

Self Esteem

Kecanduan *Smartphone*

Abstract

Smartphone sebagai alat komunikasi mempunyai perubahan besar pada kehidupan manusia, termasuk pada kalangan mahasiswa. Selain dampak positif yang ditimbulkan, *smartphone* juga menyebabkan timbulnya suatu masalah, yaitu kecanduan *smartphone* yang menyebabkan kehidupan sehari-hari menjadi terganggu. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kontribusi *self esteem* terhadap kecanduan *smartphone* mahasiswa. Metode penelitian ini tergolong kuantitatif deskriptif, dan data dianalisis menggunakan regresi linier sederhana. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Institut Islam Ma'arif Jambi tahun ajaran 2024 sebanyak 812 mahasiswa, dengan sampel sebanyak 282 mahasiswa yang dipilih dengan teknik *Proportional Random Sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan berupa skala *self esteem* dan skala kecanduan *smartphone* dengan model Likert. Temuan penelitian membuktikan bahwa *self esteem* berkontribusi terhadap kecanduan *smartphone* mahasiswa di Institut Islam Ma'arif Jambi dengan sumbangan efektif sebesar 37,7%. Implikasi dari penelitian ini terhadap bimbingan dan konseling yaitu, konselor dapat memberikan layanan mengenai peningkatan *self esteem* untuk mengurangi kecanduan *smartphone*.

Artikel ini dapat diakses secara terbuka dibawah lisensi CC-BY



[doi](https://doi.org/10.24176/jkg.v10e2.13776) <https://doi.org/10.24176/jkg.v10e2.13776>

Pendahuluan

Smartphone pada umumnya digunakan sebagai alat komunikasi, bermain *game* dan mengakses internet seperti membuka sosial media, mencari informasi hingga melakukan belanja *online*. Keunggulan-keunggulan *smartphone* tersebut membuat individu mengalami kecenderungan untuk menggunakannya secara terus menerus, sehingga menyebabkan lupa akan keadaan sekitar serta munculnya ketidakpedulian terhadap lingkungan yang disebut sebagai antisosial *behavior* dan membuat individu menjadi kecanduan (Bian, M., & Leung, 2014; Dewanti, T. C., 2016). Hal ini dibuktikan dengan pengguna *smartphone* terbanyak yaitu remaja kelompok usia 16 sampai 21 tahun yang mana remaja ini tergolong pada kategori generasi Z, yaitu individu yang dilahirkan pada rentang tahun 1995-2010 dimana saat perkembangan teknologi berkembang pesat (Manap, 2016; Putra, 2017).

Kecanduan *smartphone* merupakan perilaku keterikatan atau ketergantungan individu terhadap *smartphone* yang berbasis internet dengan menggunakannya terlalu lama, sehingga menyebabkan timbulnya masalah sosial dan kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-hari (Griffiths, 2015; Kwon, 2013; Young, K.S., & Cristiano, 2011). Kecanduan *smartphone* dapat menimbulkan dampak negatif terhadap individu seperti, kurangnya kepedulian terhadap lingkungan sekitar sehingga individu cenderung memiliki sikap yang individualis dan *egosentris*. tidak mampu manajemen waktu ketika menggunakan *smartphone* serta dapat mempengaruhi kesehatan dan kualitas tidur (Demirci, K., Akgonul, M., & Akpınar, 2015; Nasution, J. A., Neviyarni, 2017).

Self esteem merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya kecanduan *smartphone*. Baron & Byrne (Baron, R. A., & Bryne, 2004) menyebutkan bahwa *self esteem* atau harga diri merupakan penilaian individu terhadap diri sendiri yang dipengaruhi oleh karakteristik yang dimiliki orang lain yang menjadi pembandingan. *Self esteem* yang tinggi dapat membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin terhadap kemampuan diri, rasa berguna serta yakin kehadirannya diperlukan di dunia ini, sedangkan *self esteem* yang rendah akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga (Tambunan, 2001).

Individu dengan tingkat *self esteem* yang rendah akan menjadi kurang percaya diri, perasaan gagal dan memiliki kepribadian yang kurang baik (Aydin, B., & Sari, 2011). Untuk mengalihkan keadaan tersebut, individu menjadikan *smartphone* sebagai media agar tetap bisa terhubung dengan orang lain tanpa harus bertemu secara langsung, yang mana hal ini diduga membuat individu akan lebih rentan untuk mengalami kecanduan *smartphone* (Singh, N., Chopra, N., 2014).

Pentingnya harga diri dalam mengurangi kecanduan ponsel memungkinkan individu dengan harga diri yang lebih tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih besar dan tidak merasa perlu untuk mencari validasi atau penerimaan dari orang lain melalui penggunaan ponsel. Hal ini dapat mengurangi ketergantungan pada media sosial dan platform komunikasi yang sering kali berkontribusi pada kecanduan ponsel. Individu yang memiliki harga diri yang tinggi cenderung lebih resilien dalam menghadapi tantangan. Mereka dapat lebih baik mengendalikan perilaku mereka, termasuk penggunaan ponsel, dan menghindari pola adiktif yang dapat merugikan kesehatan mental dan fisik mereka (Chen et. al., 2023).

Penelitian ini menunjukkan fenomena mahasiswa yang mengalami kecanduan *smartphone*, yaitu terdapat beberapa mahasiswa yang tidak menghiraukan orang lain karena sibuk dengan membuka layanan media sosial dan *game online* yang ada di *smartphone*, berbicara sendiri, tertawa sendiri saat melihat *smartphone* serta

memojokkan diri di salah satu sudut bangunan kampus. Selain itu, mahasiswa dapat dikatakan memiliki ketergantungan terhadap *smartphone* dengan melihat frekuensi penggunaan *smartphone* yang dilakukan sepanjang hari, sehingga ketergantungan ini pada akhirnya menimbulkan sikap antisosial pada mahasiswa (Yusnita, Y., & Syam, 2017).

Oleh sebab itu, peran Konselor sangat dibutuhkan untuk meningkatkan *self Esteem* mahasiswa dalam mengurangi kecanduan *smartphone*. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan atau *need asesment* serta dapat membantu Konselor untuk meningkatkan mutu dan kinerjanya terutama sebagai masukan untuk menyusun program bimbingan dan konseling. Untuk mengurangi tingkat kecanduan *smartphone* mahasiswa Konselor perlu meningkatkan *self esteem* mahasiswa melalui berbagai layanan bimbingan dan konseling seperti, layanan bimbingan kelompok, konseling kelompok, konseling perorangan dan layanan informasi (Ramadhoni et al., 2019, 2024).

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif yaitu penelitian yang mendeskripsikan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fenomena secara detail (Leksono, 2013). Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan *self esteem* dan kecanduan *smartphone* mahasiswa Institut Islam Ma'arif Jambi serta implikasinya dalam pelayanan bimbingan dan konseling. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Institut Islam Ma'arif Jambi yang tergolong sebagai generasi Z, yaitu individu dengan rentang kelahiran tahun 1995- 2010 dengan jumlah sebanyak 812 mahasiswa. Berdasarkan populasi tersebut, maka sampel dalam penelitian ini berjumlah 282 mahasiswa yang ditentukan dengan menggunakan teknik *Proportional Random Sampling*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan skala model *Likert* yang dikembangkan untuk masing-masing variabel penelitian. Variabel *self esteem* terdiri dari tiga aspek yang akan diukur yaitu, *general self esteem*, *social self esteem* dan *personal self esteem*, yang keseluruhannya terdiri dari 35 item. Sementara variabel kecanduan *smartphone* terdiri dari enam aspek, yaitu, *Daily Life Disturbance*, *Whitdrawal*, *Cyberspace Oriented Relationship*, *Positif Anticipation*, *Overuse* dan *Tolerance*, yang keseluruhannya terdiri dari 35 item. Data penelitian ini dianalisis menggunakan teknik statistika regresi yang digunakan untuk melihat pengaruh antara variabel *self esteem* terhadap kecanduan *smartphone*.

Hasil dan Pembahasan

Data penelitian ini terdiri dari variabel *self esteem* (X) dan kecanduan *smartphone* (Y), berikut dipaparkan hasil analisis data yang diperoleh.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Persentase *Self Esteem* Berdasarkan Kategori

Kategori <i>Self Esteem</i>	Rentang Skor	f	% (f)
Sangat Tinggi	≥106	16	5,7
Tinggi	84-105	134	47,5
Sedang	62-83	118	41,8
Rendah	40-61	13	4,6
Sangat Rendah	≤39	1	0,4
Total		282	100

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa secara umum mahasiswa memiliki *self esteem* yang tinggi, yakni dengan jumlah 134 mahasiswa dengan persentase 47,5%. Sedangkan mahasiswa yang memiliki kategori *self esteem* sedang berjumlah 118 mahasiswa dengan persentase 41,8%. Selanjutnya terdapat 16 mahasiswa yang memiliki kategori *self esteem* yang sangat tinggi, dengan persentase 5,7%, serta terdapat 13 mahasiswa yang memiliki kategori *self esteem* yang rendah dengan persentase 4,6%, dan 1 mahasiswa yang memiliki kategori *self esteem* yang sangat rendah dengan persentase 0,4%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi dan Persentase Kecanduan *Smartphone* Berdasarkan Kategori

Kategori Kecanduan <i>Smartphone</i>	Rentang Skor	f	% (f)
Sangat Tinggi	≥ 152	0	0
Tinggi	123-151	1	0,4
Sedang	94-122	61	22
Rendah	65-93	189	67
Sangat Rendah	≤ 64	31	11
Total		282	100

Berdasarkan Tabel 2, dapat diketahui bahwa secara umum mahasiswa memiliki kecanduan *smartphone* yang rendah, yakni dengan jumlah 189 mahasiswa dengan persentase 67%. Sedangkan mahasiswa yang memiliki kategori kecanduan *smartphone* sedang berjumlah 61 mahasiswa dengan persentase 22%. Selanjutnya terdapat 31 mahasiswa yang memiliki kategori kecanduan *smartphone* yang sangat rendah, dengan persentase 11%, serta terdapat 1 mahasiswa yang memiliki kategori kecanduan *smartphone* yang tinggi dengan persentase 0,4%, dan tidak ada mahasiswa yang memiliki kategori kecanduan *smartphone* yang sangat tinggi.

Tabel 3. Hasil Uji Regresi Linier Sederhana *Self Esteem* (X) terhadap Kecanduan *Smartphone* (Y)

Variable	R	R Square
X - Y	0,614	0,37,7

Tabel 3 memperlihatkan bahwa nilai korelasi (R) yang diperoleh sebesar 0,614, dengan nilai R Square sebesar 0,37,7. Hal ini membuktikan bahwa *self esteem* memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kecanduan *smartphone* dengan sumbangan efektif sebesar 37,7%, sedangkan 62,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor yang lain. Hasil ini memiliki arti bahwa, untuk menurunkan tingkat kecanduan *smartphone* dapat dilakukan melalui peningkatan *self esteem* yang dimiliki mahasiswa. Berdasarkan temuan tersebut, *self esteem* berkontribusi secara signifikan dan memiliki kolerasi terhadap kecanduan *smartphone* mahasiswa.

Hasil penelitian ini pada dasarnya sejalan dengan temuan penelitian Asih & Fauziah (Asih, A. T., & Fauziah, 2017; Rachdianti, 2011) yang menyatakan bahwa *self esteem* mempunyai pengaruh dan hubungan terhadap kecanduan *smartphone* mahasiswa. *Self esteem* yang tinggi pada individu menunjukkan sejauhmana individu menerima keadaan dirinya sendiri sebagai orang yang berharga. Individu yang menilai tinggi keberhargaan dirinya merasa puas atas kemampuan diri dan merasa menerima penghargaan positif dari lingkungan. Hal ini akan menumbuhkan perasaan aman dalam diri individu sehingga dia mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya (Widodo, A. S., & Pratitis, 2013). Selanjutnya, individu dengan *self esteem* yang rendah memandang dirinya sebagai orang yang tidak berharga, cenderung kurang percaya diri dan tidak mampu menilai kemampuan dirinya, sehingga menyebabkan individu tidak mampu mengekspresikan dirinya di lingkungan sosial (Burns, 1979).

Bianchi & Phillips (Bianchi, A., & Phillips, 2005) menjelaskan bahwa *self esteem* yang rendah akan memengaruhi masalah pada penggunaan *smartphone* individu. Hal ini dapat dijelaskan bahwa individu yang memiliki *self esteem* yang tinggi cenderung lebih menyukai untuk melakukan komunikasi secara langsung (*face to face*) sedangkan individu yang memiliki *self esteem* yang rendah cenderung lebih memilih melakukan komunikasi melalui *smartphone* dengan media aplikasinya seperti sms, email atau media sosial lainnya. (Klass, W. H., & Hodge, 1978) mengemukakan bahwa *self esteem* adalah hasil evaluasi yang dibuat dan dipertahankan oleh individu, yang diperoleh dari hasil interaksi individu dengan lingkungan, serta penerimaan, penghargaan, dan perlakuan orang lain terhadap individu tersebut. Selain itu (Ghufroon, M. N., & Risnawati, 2014) menyatakan *self esteem* yang rendah dapat dipengaruhi oleh pengalaman dalam keluarga, teman sebaya, dan prestasi yang diperoleh oleh mahasiswa tersebut.

Penggunaan *smartphone* dan internet secara berlebihan juga berhubungan langsung dengan gejala-gejala psikologis, seperti depresi, gangguan kecemasan,

gangguan *mood*, dan gangguan kepribadian tertentu (Lepp, A., Barkley, J., & Karpinski, 2013). Penggunaan *smartphone* yang berlebihan ini juga dapat menyebabkan *nomophobia*, yaitu ketakutan yang dialami karena ponsel atau internet jauh dari jangkauannya (King et al., 2014). Keterampilan sosial yang rendah mengakibatkan mahasiswa kesulitan dalam berhubungan sosial, seperti mudah tersisihkan secara sosial, mengalami konflik interpersonal, kesepian, merasa tidak berharga, serta menarik diri dari lingkungan sosial (Safaria, 2005).

Individu yang mengalami permasalahan sosial seperti kesepian, rasa malu, dan neurotisme cenderung lebih memilih berinteraksi secara *online*. Hal tersebut dilakukan untuk menghindari interaksi secara langsung dengan orang lain. Sedangkan individu yang tidak percaya diri lebih nyaman dan senang untuk mengekspresikan dan menunjukkan eksistensinya di dunia maya daripada membangun relasi yang nyata di lingkungan (Bian, M., & Leung, 2014). *Smartphone* membantu mereka untuk tetap bisa terhubung dengan orang lain tanpa harus merasakan sakit secara psikologis dan emosional dan menjadikan *smartphone* sebagai pelarian diri dari segala hal yang membuat mereka tidak nyaman dan tertekan (Singh, N., Chopra, N., 2014).

Hal ini didukung penelitian yang dilakukan oleh Mulyana & Afriani (Mulyana, S., 2017) menunjukkan bahwa *self esteem* mempengaruhi terjadinya kecanduan *smartphone* pada mahasiswa yaitu sebesar 21%, sedangkan 79% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti stres, kecemasan, prestasi akademik dan hubungan dengan orangtua. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Singh, N., Chopra, N., 2014) juga menyatakan bahwa kebanyakan individu yang mengalami kecanduan *smartphone* adalah individu yang memiliki tingkat *self esteem* yang rendah. Hal tersebut karena individu dengan *self esteem* yang rendah biasanya membutuhkan dukungan penuh dari teman atau orang lain supaya mereka bisa merasa lebih dihargai dalam hidup bersosial.

Individu yang memiliki tingkat *self esteem* yang rendah juga menjadikan *smartphone* sebagai pelarian diri dari segala hal yang membuat mereka tidak nyaman dan tertekan, sebaliknya individu yang memiliki tingkat *self esteem* yang tinggi akan berkomunikasi dengan orang lain secara langsung atau tatap muka dalam hal menyelesaikan masalah yang membuat individu merasa tidak nyaman dan tertekan (Albarashdi, H. S., Bouazza, A., Jabur, N. H., & Zubaidi, 2016). Hal ini didukung hasil penelitian yang dilakukan oleh Mulyana & Afriani tentang hubungan antara *self esteem* dengan *smartphone addiction* pada remaja SMA di Kota Banda Aceh (Mulyana, S., 2017). Hasilnya menjelaskan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self esteem* dengan *smartphone addiction* pada remaja SMA di Kota Banda Aceh. Semakin tinggi *self esteem* yang dimiliki, maka akan semakin rendah risiko remaja untuk mengalami *smartphone addiction*, sebaliknya semakin rendah

tingkat *self esteem* maka akan semakin tinggi risiko remaja untuk mengalami *smartphone addiction*.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *self esteem* merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kecanduan *smartphone* mahasiswa. Hal ini telah dibuktikan melalui data yang telah dianalisis, serta hasil penelitian ini juga mendukung teori sebelumnya yang menyatakan bahwa salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kecanduan *smartphone* adalah *self esteem*. Oleh karena itu dalam mengurangi tingkat kecanduan *smartphone* mahasiswa, Konselor dapat mengatasinya dengan memberikan stimulus kepada mahasiswa dalam meningkatkan *self esteem* salah satunya dengan layanan konseling.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa *self esteem* memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kecanduan *smartphone*. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa *self esteem* memiliki hubungan terhadap kecanduan *smartphone*, yang mana semakin tinggi tingkat *self esteem* mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat kecanduan *smartphone* yang dialami, sebaliknya semakin rendah tingkat *self esteem* mahasiswa maka akan semakin tinggi tingkat kecanduan *smartphone* yang dialami mahasiswa. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut: Variabel penelitian tentang kecanduan *smartphone* ini masih terbatas, karena variabel yang diduga berkontribusi terhadap kecanduan *smartphone* ini hanya satu variabel. Penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan untuk tingkat pendidikan lain, karena populasi penelitian ini terbatas pada satu tingkat pendidikan, yaitu Perguruan Tinggi. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar dalam penelitian lanjutan dengan kajian teori yang lebih baik, sehingga dapat dijadikan sebagai bahan rujukan dalam pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling secara umum, khususnya yang terkait dengan kecanduan *smartphone* mahasiswa. Oleh sebab itu, dibutuhkan usaha serta peran nyata dari Unit Pelayanan Bimbingan dan Konseling (UPBK) dalam membantu meningkatkan *self esteem* mahasiswa untuk mengurangi kecanduan *smartphone* melalui berbagai layanan bimbingan dan konseling seperti, layanan bimbingan kelompok, konseling kelompok, konseling perorangan dan layanan informasi.

Daftar Pustaka

Albarashdi, H. S., Bouazza, A., Jabur, N. H., & Zubaidi, A. S. (2016). Smartphone addiction reasons and solutions from the perspective of sultan qaboos university undergraduates: a qualitative study. *International Journal of Psychology and Behavior Analysis*, 2(5), 1-10.

- Asih, A. T., & Fauziah, N. (2017). Hubungan antara kontrol diri dengan kecemasan jauh dari smartphone (nomophobia) pada mahasiswa jurusan ilmu komunikasi fakultas ilmu sosial dan politik Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 6(2), 15–20.
- Aydin, B., & Sari, S. V. (2011). Internet addiction among adolescents : the role of self-esteem. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15(4), 3500–3505. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.04.325>
- Baron, R. A., & Bryne, D. (2004). *Psikologi sosial jilid 1* (R. Djuwita & Dkk, Eds.). Erlangga.
- Bian, M., & Leung, L. (2014a). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction and patterns of smartphone use to capital. *Social Science Computer Review*, 33(1), 61–79. <https://doi.org/10.1177/0894439314528779>
- Bian, M., & Leung, L. (2014b). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction and patterns of smartphone use to capital. *Social Science Computer Review*, 33(1), 61–79. <https://doi.org/10.1177/0894439314528779>
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *CyberPsychology & Behavior*, 8(1), 39–51.
- Burns, R. B. (1979). *The Self Concept Theory, Measurement, Development and Behaviour*. Longman Group.
- Chen, X., Zhang, Q., Liu, W., & Li, Y. (2023). The effects of social avoidance, peer relationships, and self-esteem on mobile phone addiction: A chain mediation model. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1137220. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1137220>
- Demirci, K., Akgonul, M., & Akpinar, A. (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 85–92.
- Dewanti, T. C., widada & T. (2016). Hubungan keterampilan sosial dan penggunaan gadget smartphone dengan prestasi belajar siswa SMA Negeri 9 Malang. *Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(3), 126–131.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. (2014). *Teori-teori psikologi*. Ar-ruzz Media.
- Griffiths, M. D. (2015). *Online games, addiction and overuse of the international encyclopedia of digital communication and society*. John Wiley & Son, Inc.
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C., Sancassiani, F., Machado, S., & Nardi, A. E. (2014). “Nomophobia”: impact of cell phone use interfering with symptoms and emotions of individuals with panic disorder compared with a control group. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health: CP & EMH*, 10, 28–35.

- Klass, W. H., & Hodge, S. E. (1978). Self esteem in open and tradition classroom. *Journal of Educational Psychology*, 70(5), 701–705.
- Kwon, et al. (2013). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PloS One*, 8(2), 1–7. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0056936>
- Lepp, A., Barkley, J., & Karpinski, A. (2013). The relationship between cell phone use, academic performance anxiety, and satisfaction with life in college students. *Computer in Human Behavior*, 10(49), 343–350.
- Manap, et al. (2016). Penggunaan dan implikasi media sosial terhadap remaja Generasi Z. *International Conference on Social and Economic Development*, (November), 1–12.
- Mulyana, S., & A. (2017). Hubungan antara self-esteem dengan smartphone addiction pada remaja SMA di Kota Banda Aceh relationship between self- ssteem and smartphone addiction in the High School Adolescence in Banda Aceh. *Jurnal Psikogenesis*, 5(2), 102–114.
- Nasution, J. A., Neviyarni, & A. (2017). Motif siswa memiliki smartphone dan penggunaannya. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 3(2), 15–29.
- Putra, Y. S. (2017). Theoretical review: Teori perbedaan generasi. *Among Makarti*, 9(18).
- Rachdianti, Y. (2011). *Hubungan antara self-control dengan intensitas penggunaan internet remaja*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Ramadhoni, S. R., Azizah, N., Wibowo, M. E., & Purwanto, E. (2019). Strength based group counseling untuk meningkatkan academic hardiness siswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 9(2), 181–189.
- Ramadhoni, S. R., Lubis, P. R. V., Santera, T., Adiyatma, R., Azizah, N., & Rimonda, R. (2024). Increasing student resilience with strength-based group counseling. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 11(1), 103–110.
- Risdiana, R., Bertianovie, Y., & Leksono, S. (2023). DAMPAK PROSES REVITALISASI PASAR TRADISIONAL TERHADAP PENINGKATAN OMZET PEDAGANG (Pada Pedagang di Pasar Gadang Lama Kota Malang). *Jurnal Penelitian & Pengkajian Ilmiah Mahasiswa (JPPIM)*, 4(2), 45–53.
- Safaria, T. (2005). *Interpersonal intelligence : metode pengembangan kecerdasan interpersonal anak*. Amara Books.
- Singh, N., Chopra, N., & Kaur. J. (2014a). A study to analyze relationship between psychological behavioral factors on whatsapp addiction among youth in jalandhar district in punjab. *European Journal of Business and Management ISSN*, 6(37), 269–274.

- Singh, N., Chopra, N., & Kaur, J. (2014b). A study to analyze relationship between psychological behavioral factors on whatsapp addiction among youth in jalandhar district in punjab. *European Journal of Business and Management ISSN*, 6(37), 269-274.
- Tambunan, R. (2001). *Remaja dan perilaku konsumtif*. Erlangga.
- Widodo, A. S., & Pratitis, N. T. (2013). Harga diri dan interaksi sosial ditinjau dari status sosial ekonomi orang tua. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 131-138.
- Young, K.S., & Cristiano, N. D. (2011). *Internet Addiction*. John Wiley & Son, Inc.
- Yusnita, Y., & Syam, H. M. (2017). Pengaruh perilaku phubbing akibat penggunaan smartphone berlebihan terhadap interaksi sosial mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsyiah Volume*, 2(3), 1-11.