

Penggunaan Ponsel yang Bermasalah, Minat Belajar, dan Kecerdasan Sosial pada Pelajar: Studi pada Sekolah X

Aloysius Beby Kurniawan¹, Garvin^{2*}

Program Studi Psikologi, Universitas Bunda Mulia

e-mail: [1aloyusikurniawan75@gmail.com](mailto:aloyusikurniawan75@gmail.com), *2garvin.goei@gmail.com

*Corresponding author

***Abstract.** Phones that are supposed to be useful are often misused, giving rise to problematic cell phone use. Teenagers who have a primary task as students are often reported to be using their phones excessively, especially during study time. In addition, teenagers are also often more comfortable using mobile phones than communicating directly face-to-face. This study aims to test the relationship between problematic cell phone use, learning interest, and learners' social intelligence. Participants as many as 171 high school X students (52% women) were involved in this study, asked to fill out a questionnaire consisting of the Problematic Use of Mobile Phones (PUMP) scale, the learning interest scale, and the Tromso Social Intelligence Scale. The scale has been tested in Indonesian and shows good reliability. The results showed that there was no relationship between problematic cell phone use and interest in learning, but there was a significant relationship between problematic cell phone use and social intelligence. This study reaffirms that parents and educators need to pay attention to cell phone use in adolescents so as not to interfere with their social interactions.*

***Keywords:** social intelligence, interest in learning, problematic cell phone use, teenagers*

Abstrak. Ponsel yang seharusnya bermanfaat kerap disalahgunakan, sehingga memunculkan penggunaan ponsel yang bermasalah. Remaja yang memiliki tugas utama sebagai pelajar kerap kali dilaporkan menggunakan ponsel secara berlebihan, terutama pada saat waktu belajar. Selain itu, remaja juga kerap lebih nyaman menggunakan ponsel daripada berkomunikasi langsung secara tatap muka. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara penggunaan ponsel yang bermasalah, minat belajar, dan kecerdasan sosial pada pelajar. Partisipan sebanyak 171 siswa SMA X (52% perempuan) dilibatkan dalam penelitian ini, diminta untuk mengisi kuesioner yang terdiri dari skala Problematic Use of Mobile Phones (PUMP), skala minat belajar, dan Tromso Social Intelligence Scale. Skala tersebut sudah diuji coba di dalam Bahasa Indonesia dan menunjukkan reliabilitas yang baik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara penggunaan ponsel yang bermasalah dengan minat belajar, tetapi terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan ponsel yang bermasalah dengan kecerdasan sosial. Penelitian ini menegaskan kembali bahwa orangtua dan pendidik perlu memerhatikan penggunaan ponsel pada remaja agar tidak mengganggu interaksi sosial mereka.

Kata Kunci: kecerdasan sosial, minat belajar, penggunaan ponsel yang bermasalah, remaja

Pendahuluan

Kehadiran ponsel memberikan banyak manfaat bagi penggunanya, tetapi juga dapat memberikan banyak masalah baru. Sehingga banyak sekali dampak-dampak buruk atau negatif yang muncul dalam penggunaan ponsel, terutama pada remaja. Menurut Winskel et al. (2019), ponsel memberikan kemudahan bagi penggunanya dalam mengakses internet untuk berbagai macam aplikasi di dalamnya. Menurut Bohang (2018), jumlah pengguna internet di Tanah Air sepanjang 2017 mencapai 143 juta orang, dan pada tahun 2018 telah mencapai 171 juta orang. Selanjutnya menurut APJII (2018), bahwa pengguna internet mengalami peningkatan sebesar 10,12% dalam satu tahun, dengan jumlah tersebut menunjukkan lebih dari 60% penduduk Indonesia yang bisa mengakses internet. Hasil survey yang dilakukan APJII (2018), pengguna internet pada usia 15 – 19 tahun sebesar 91%. Sedangkan berdasarkan latar belakang pendidikan Sekolah Menengah Atas sebanyak 90,2%, dan berdasarkan latar belakang pekerjaan sebanyak 71,8%. Dalam setiap harinya pengguna yang mengakses internet melalui komputer atau laptop sebanyak 19,6%, dan pengguna yang mengakses melalui ponsel sebanyak 93,9%.

Menurut Rogozin (2012), mengatakan penggunaan ponsel pada siswa dapat memberikan kesempatan belajar siswa lebih mendalam, karena dengan menggunakan ponsel siswa dapat mengembangkan ilmu pengetahuan melalui penelusuran informasi dari internet. Tetapi Widharsa (2018) berpendapat bahwa meskipun banyak manfaat yang bisa didapatkan dari ponsel, namun penggunaan yang salah justru dapat merugikan. Penggunaan ponsel yang tidak tepat perlu dikaji lebih dalam. Maka dari itu penggunaan ponsel ini perlu disikapi dengan lebih baik atau lebih bijak agar sesuai dengan kebutuhannya (Oktario, 2017). Dengan adanya penggunaan ponsel ini secara terus-menerus diluar keperluannya, maka dapat menyebabkan efek kecanduan, dan mengarah kepada penggunaan ponsel yang bermasalah. Sehingga menjadi penyebab penyimpangan perilaku terhadap penggunaan-nya yang salah atau negatif, terutama pada remaja yang masih dalam keadaan labil mentalnya dan mencari jati dirinya.

Sejalan dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada diri remaja, remaja juga dihadapkan pada tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhinya. Apabila tugas-tugas perkembangan tersebut bisa dijalankan dengan baik, maka akan tercapai suatu kepuasan, kebahagiaan dan penerimaan dari lingkungan. Keberhasilan remaja dalam menjalani tugas-tugas perkembangan tersebut akan berpengaruh pada keberhasilan remaja untuk memenuhi tugas perkembangan pada fase berikutnya (Retnowati, 2016). Namun, tidak semua remaja mampu memenuhi tugas-tugas perkembangan tersebut dengan baik. Di era globalisasi saat ini, perkembangan remaja banyak yang tidak sesuai dengan tugas-tugas perkembangannya. Ini disebabkan karena banyak faktor, salah satunya kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi (Ameliola & Nugraha, 2013). Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini sangat merajalela di kalangan masyarakat terutama di kalangan remaja.

Menurut Ma'rifatul & Nuryono (2015), teknologi informasi yang sering digunakan oleh remaja yaitu ponsel dengan berbagai aplikasi seperti, *video call*, media sosial dan berbagai situs penghubung seperti *facebook* yang sangat membantu sebagai alat multifungsi, karena multifungsi tersebut remaja banyak menggunakan teknologi secara positif maupun negatif. Selain itu, teknologi informasi dan komunikasi yang sangat berkembang pesat saat ini ialah ponsel dengan jaringan internet (Ameliola & Nugraha, 2013). Ponsel tidak hanya sekedar teknologi untuk berbagi data, tetapi juga menyediakan berbagai situs seperti jejaring sosial (*instagram, facebook, twitter, whatsapp* dan *line*) yang saat ini sangat populer di kalangan remaja. Ponsel merupakan kemajuan teknologi informasi dan komunikasi yang memberikan peluang untuk memperoleh informasi dengan cepat, tepat dan terjangkau sehingga sangat memudahkan para penggunanya terutama pada remaja.

Menurut Dharmawan (2012), penggunaan ponsel oleh remaja dapat memberikan dampak positif maupun negatif, hal ini terjadi karena remaja cenderung mudah terpengaruh oleh lingkungan sosial tanpa mempertimbangkan efek yang akan diterima. Dampak positif yang ditimbulkan oleh internet antara lain untuk memudahkan surat menyurat, mengirim pesan, *chatting*, mengambil atau mengirim informasi dan sarana

untuk hiburan (Fauziawati, 2015). Namun di sisi lain remaja tidak mampu memfilter hal-hal baik dan buruk dari penggunaan ponsel, sehingga remaja rentan terkena dampak negatif dari penggunaan ponsel tersebut. Menurut Widuri (2010), bahwa penggunaan ponsel secara terus menerus diluar keperluan, dan hingga larut malam dapat mengakibatkan masalah tidur pada remaja, berpengaruh pada rendahnya harga diri, dan meningkatnya kecemasan hingga menjadi depresi. Sarwono (2014), mengungkapkan pada tahap perkembangannya remaja berada pada tahap krisis identitas, cenderung mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi, selalu ingin mencoba hal-hal baru, mudah terpengaruh oleh teman-teman sebayanya.

Ifdil (2010), menyatakan bahwa, individu yang memiliki rasa ingin tahu yang tinggi pada umumnya memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan bebas untuk menyatakan pikiran, perasaan dan kreatif. Sedangkan individu yang memiliki keingintahuan yang rendah menunjukkan ciri-ciri kurang percaya diri, merasa tidak aman, tidak dapat mengekspresikan pikiran dan perasaan secara bebas. Namun tidak sedikit remaja yang terkena dampak negatif dari penggunaan ponsel dengan jaringan internet, salah satu dampaknya remaja menjadi sangat tergantung pada penggunaan ponsel untuk mencapai kepuasan dengan menghabiskan waktu berlarut-larut, sehingga remaja mengalami kecanduan (Fauziawati, 2015). Maka dari itu remaja yang sangat bergantung dengan ponsel, bahkan hingga bisa menghabiskan waktu berlarut-larut bisa mengarah kepada penggunaan ponsel yang bermasalah. Karena dalam penggunaan ponsel yang bermasalah itu ketika individu tidak mampu untuk mengatur dalam menggunakan ponsel, sehingga mengakibatkan konsekuensi negatif didalam kehidupan sehari-hari, termasuk ketergantungan dan masalah sosial juga perilaku individu (Billieux, 2012). Selanjutnya Ma'rifatul & Nuryono (2015), menjelaskan bahwa kecanduan merupakan suatu keterlibatan secara terus-menerus dengan sebuah aktivitas meskipun hal-hal tersebut mengakibatkan konsekuensi negatif.

Santika (2015), menyatakan seseorang yang mengalami kecanduan pada ponsel dengan jaringan internet dapat menggunakannya dalam waktu yang lama. Menurut penelitian yang dilakukan hampir 70% pengguna ponsel di Indonesia berusia 15 – 22

tahun menghabiskan waktu lebih dari tiga jam sehari. Tiga hal utama yang dilakukannya adalah mengakses media sosial 94%, mencari informasi 64% dan membuka email 60,2%. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Agusta (2016), tentang faktor-faktor resiko kecanduan menggunakan ponsel pada siswa SMKN 1 Kalasan Yogyakarta, mengungkapkan bahwa; 1) faktor internal merupakan faktor yang paling beresiko sehingga menyebabkan kecanduan yang terdiri dari aspek kontrol diri yang rendah, dengan mencari sensasi yang tinggi dan harga diri yang rendah, 2) faktor situasional merupakan faktor kedua yang beresiko, terdiri dari aspek tentang situasi psikologis individu, 3) faktor eksternal merupakan faktor ketiga yang beresiko, terdiri dari aspek tentang pemaparan media yang tinggi terhadap ponsel, 4) faktor sosial merupakan faktor keempat yang beresiko, terdiri dari aspek tentang interaksi sosial siswa.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Arisandy (2009), tentang hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan ponsel dengan jaringan internet pada mahasiswa Universitas Bina Darma Palembang, ada hubungan negatif antara kecanduan ponsel dengan kontrol diri. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kecanduan ponsel maka semakin rendah tingkat kontrol diri, sebaliknya semakin rendah kecanduan ponsel maka semakin tinggi tingkat kontrol diri. Besarnya sumbangan efektif yang diberikan oleh variabel kontrol diri untuk kecanduan internet adalah sebesar 17,8%. Dan berikutnya penelitian yang dilakukan oleh Qomariyah (2013) tentang perilaku penggunaan ponsel dengan jaringan internet pada kalangan remaja di perkotaan, memaparkan kalangan remaja di perkotaan menggunakan ponsel untuk empat dimensi kepentingan yaitu informasi, aktivitas kesenangan, komunikasi dan transaksi. Dari keempat kepentingan penggunaan ponsel tersebut, kalangan remaja di perkotaan lebih banyak menggunakan ponsel untuk aktivitas kesenangan daripada untuk kepentingan lainnya.

Berdasarkan beberapa penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa kecanduan merupakan kondisi terikat pada kebiasaan yang sangat kuat dan individu tidak mampu lepas dari kebiasaan itu sendiri, sehingga hal tersebut dapat mengarah kepada penggunaan ponsel yang bermasalah. Hal tersebut menjadi suatu kelainan yang muncul pada individu, yang dimana individu merasa dunia maya lebih menarik daripada dunia

nyata dan bahkan individu akan merasa terhukum apabila tidak memenuhi hasrat kebiasaannya. Penggunaan ponsel yang bermasalah pada remaja ini harus dientaskan, jika tidak maka akan membawa dampak buruk untuk perkembangan remaja kedepannya. Remaja merupakan salah satu pengguna ponsel yang belum mampu memilah aktivitas yang bermanfaat, mereka cenderung mudah terpengaruh oleh lingkungan sosial tanpa mempertimbangkan terlebih dahulu efek positif atau negatif yang akan diterima saat menggunakan ponsel (Qomariyah, 2013).

Menurut Jannah et al. (2015), seseorang dengan penggunaan ponsel yang bermasalah akan kesulitan mengembangkan kecerdasan sosialnya sehingga membuat hubungan dan interaksi dengan keluarga, teman dan orang disekitarnya menjadi kurang baik bahkan mengalami prestasi akademik yang menurun. Menurut Buzan (2002), kecerdasan sosial penting untuk dikembangkan dalam kehidupan, karena kemampuan untuk mengenal diri sendiri dan orang lain adalah bagian yang tidak bisa terpisahkan dari kehidupan. Maka dari itu sebagai makhluk sosial, setiap manusia harus bisa berinteraksi dengan sesama didalam kehidupan. Sehingga dapat terciptanya sebuah pergaulan yang terjalin antar sesama melalui relasi yang terus berkembang dengan orang lain yang berada di lingkungan sekitar. Selanjutnya menurut Santrock (2007), masa remaja awal adalah saat yang tepat untuk memperkuat kecerdasan sosial, karena merupakan masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa.

Tidak hanya itu saja dalam penggunaan ponsel yang bermasalah juga dapat mempengaruhi minat belajar seseorang yang dapat menyebabkan menurunnya prestasi akademik. Menurut Rahmayanti (2016), minat belajar siswa merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan pendidikan dan pengajaran. Siswa akan memperoleh hasil belajar yang maksimal apabila siswa bersungguh-sungguh dalam belajarnya. Kegiatan belajar yang dilakukan baik di sekolah maupun di rumah harus berdasarkan dari keinginan yang timbul dari dalam dirinya. Jika seorang siswa telah berkeinginan dari dalam diri untuk belajar, maka siswa akan memiliki rasa ketertarikan untuk belajar, ketertarikan yang dimaksud adalah minat. Menurut Djamarah (2016), minat belajar yang tinggi cenderung menghasilkan prestasi yang tinggi, sebaliknya minat belajar yang

rendah akan menghasilkan prestasi belajar yang rendah. Siswa yang memiliki minat belajar maka akan berusaha semaksimal mungkin untuk mencapai tujuan dari kegiatan belajarnya. Bagi siswa Sekolah Menengah Atas minat belajar menjadi faktor yang perlu diperhatikan secara khusus. Siswa yang memiliki minat belajar akan memusatkan perhatiannya dalam pembelajaran sehingga mampu berkonsentrasi dengan baik. Terdapat adanya faktor yang mempengaruhi minat belajar, yaitu penggunaan ponsel yang bermasalah lingkungan belajar.

Faktanya ponsel ini digunakan oleh semua masyarakat, termasuk kenyataan yang ditemukan di SMA X, ada pelajar atau siswa/siswi yang menghabiskan waktu berjam-jam di *lobby* atau taman sekolah setelah sepulang sekolah untuk menggunakan ponsel dan mengakses internet. Pada saat itu sebelum adanya kebijakan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) dari Pemerintah karena masa pandemi atau wabah Cov-19 dan diberlakukannya KBM (Kegiatan Belajar Mengajar) melalui *daring* atau *online*. Tidak hanya itu saja, bahkan adanya pelajar yang tidak fokus saat mengikuti pelajaran, suka menunda-nunda pekerjaan, kurang berinteraksi sosial dengan sesama, bersikap apatis terhadap lingkungan serta rela meninggalkan kewajiban demi menggunakan ponsel dan mengakses internet. Informasi lebih lanjut juga diperoleh dari guru BK, Kesiswaan, Humas, dan Kepala sekolah SMA X, bahwa adanya penggunaan ponsel yang bermasalah yang terdapat di sekolah seperti, menggunakan ponsel saat KBM berlangsung untuk bermain *game online*, *chatting*, membuka sosial media, mencari atau *browsing* jawaban untuk menyontek. Karena sebenarnya dan seharusnya ponsel setiap pelajar harus dikumpulkan oleh wali kelas masing-masing saat sebelum KBM berlangsung.

Setelah terjadinya pelanggaran tersebut, pihak guru menegur dan memberikan sanksi kepada pelajar yang bermasalah tersebut, bahkan pihak guru tidak segan-segan untuk menyitanya dan diberikan sanksi atau pembinaan oleh BK, namun hal tersebut tidaklah membuat pelajar jera. Padahal dengan terganggunya konsentrasi belajar siswa karena kesenangan menggunakan ponsel untuk mengakses internet, membuat siswa mengalami banyak permasalahan dalam pembelajaran, salah satunya ialah kesulitan mengikuti pelajaran dan dapat berdampak pada rendahnya prestasi belajar siswa di

sekolah. Pada saat ini diberlakukannya PSBB dalam masa pandemi atau wabah Covid-19, sehingga KBM berjalan secara *daring / online* atau PDR (Pembelajaran Dari Rumah).

Adapun permasalahan lain yang muncul dalam berjalannya PDR tersebut, yaitu adanya pelajar yang jarang sekali atau hampir tidak pernah mengikuti PDR selama 1 (satu) semester lamanya. Hal tersebut terjadi pada semua mata pelajaran, bukan hanya pada mata pelajaran tertentu saja. Setelah dilakukannya pendalaman kasus lebih lanjut ternyata yang menyebabkan pelajar tersebut tidak mengikuti PDR karena menggunakan ponsel atau mengakses internet untuk bermain *game online* hingga larut malam atau subuh (begadang) lalu pagi mengantuk dan tertidur, sehingga tidak mengikuti PDR. Karena sampai saat ini masih berlakunya PSBB dan PDR, akan tetapi untuk beberapa anak kelas XII (dua belas) yang bermasalah tersebut diberikan sanksi atau kewajiban untuk datang ke sekolah untuk mulai mengikuti pembelajaran *daring / online* di sekolah, ujian *online*, dan bahkan sampai lulus atau sampai selesainya PSBB. Berdasarkan pertimbangan-pertimbangan di atas, penulis melakukan penelitian tentang penggunaan ponsel yang bermasalah, minat belajar dan kecerdasan sosial pelajar di SMA X.

Kajian Literatur

Minat Belajar

Minat menjadi suatu peran yang penting dalam kehidupan, dan akan dapat mempengaruhi suatu aktivitas, sikap, perilaku, bahkan tindakan seseorang. Tidak hanya itu, minat juga merupakan ketertarikan terhadap suatu hal, terutama dalam minat belajar. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Depdiknas, 2008), minat adalah kecenderungan hati yang tinggi terhadap sesuatu, gairah, dan keinginan. Dan minat merupakan keinginan yang timbul dari hati dengan sendirinya. Selanjutnya menurut Djaali (2007), minat berhubungan dengan gaya gerak yang mendorong seseorang untuk menghadapi atau berurusan dengan orang, benda, kegiatan, pengalaman yang dirangsang oleh kegiatan itu sendiri. Dan kegiatan yang dilakukan berdasarkan pada minat yang akan memberikan hasil maksimal bagi kegiatan itu sendiri.

Menurut Istarani dan Pulungan (2015), mengatakan bahwa minat yang ada pada diri seseorang pada dasarnya bukanlah bawaan sejak lahir, melainkan minat itu diperoleh sejak seseorang beradaptasi dengan lingkungannya itu sendiri. Selanjutnya menurut Makmum Khairani (2014) mengemukakan bahwa, minat sebagai aspek kewajiban, bukan aspek bawaan, melainkan kondisi terbentuk setelah dipengaruhi oleh lingkungan. Karena itu minat sifatnya berubah-ubah dan sangat tergantung pada individualnya. Menurut Muhibbin Syah (2008), mengatakan belajar adalah kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang sangat fundamental dalam setiap penyelenggaraan jenis dan jenjang pendidikan. Ini berarti bahwa berhasil atau tidaknya pencapaian tujuan pendidikan itu amat bergantung pada proses belajar yang dialami siswa, baik ketika siswa berada di sekolah maupun dilingkungan rumah atau keluarganya sendiri.

Pengertian belajar menurut Iskandar (2009), mengatakan belajar merupakan usaha yang dilakukan oleh seseorang melalui interaksi dengan lingkungan untuk merubah perilakunya. Sementara itu menurut Sardiman (2005), mengatakan bahwa belajar adalah suatu proses kompleks yang terjadi pada semua orang dan berlangsung secara seumur hidup, dari sejak bayi sampai keliang lahat. Pertanda seseorang sudah belajar adalah adanya perubahan terhadap tingkah laku pada dirinya. Perubahan tingkah laku itu seperti bersifat pengetahuan (kognitif), keterampilan (psikomotor), maupun nilai dan sikap (afektif). Maka dari itu minat berperan sangat penting dalam kehidupan siswa atau pelajar, dan mempunyai dampak yang besar juga terhadap sikap dan perilakunya. Siswa yang berminat terhadap kegiatan belajar akan berusaha lebih keras dibandingkan dengan siswa yang memang kurang berminat.

Minat belajar itu sendiri akan terbentuk setelah siswa beradaptasi dengan lingkungan belajarnya atau sekolah. Lingkungan belajar atau sekolah yang nyaman atau mendukung, maka akan berdampak pada prestasi belajar siswa. Menurut Rahmayanti (2016), minat belajar siswa merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan pendidikan dan pengajaran. Untuk dapat melaksanakan hal itu, sebagai pendidik harus dapat membina dan meningkatkan minat belajar siswa agar siswa dapat memperoleh hasil belajar yang diinginkan. Selanjutnya menurut Djamarah (2016), minat belajar yang

tinggi cenderung menghasilkan prestasi yang tinggi, sebaliknya minat belajar yang rendah akan menghasilkan prestasi belajar yang rendah.

Pendapat lain dikemukakan oleh Winkel (2009), mengatakan minat belajar sebagai kecenderungan yang menetap dalam subjek untuk merasa tertarik pada bidang atau hal tertentu, dan merasa senang berkecimpung dalam bidang tersebut. Sehingga rasa senang terhadap suatu bidang merupakan bagian dari minat, dan siswa yang senang terhadap materi pelajaran menandakan bahwa siswa memiliki minat belajar yang tinggi. Minat itu sendiri memiliki peranan penting untuk aktivitas belajar siswa, dan minat belajar siswa yang tinggi akan mempengaruhi hasil belajarnya. Menurut Slameto (2010), mengatakan minat belajar besar pengaruhnya, karena jika bahan pelajaran yang dipelajari tidak sesuai dengan minat siswa, siswa tidak akan belajar dengan baik, karena tidak ada daya tarik baginya sehingga tidak memperoleh kepuasan dari pelajaran itu.

Kecerdasan Sosial

Di dalam kehidupan kecerdasan sosial tidak kalah pentingnya untuk dikembangkan selain hanya mengembangkan kecerdasan emosional dan mengembangkan kecerdasan intelektual. Berikut beberapa definisi tentang kecerdasan, menurut Goleman (2015), kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang dalam menerima, menilai, mengolah, dan mengontrol emosi dirinya sendiri bahkan orang lain yang berada di sekitarnya. Dengan bisa mengolah emosi, berarti dapat memahami situasi dan kondisi yang dihadapi supaya memberikan dampak yang positif. Goleman (2015), mengemukakan lima kecakapan dasar dalam kecerdasan emosional; (1) kesadaran akan diri sendiri atau mengenal diri sendiri, (2) manajemen diri sendiri atau mengatur diri sendiri, (3) motivasi, (4) empati, dan (5) mengatur hubungan yang baik dengan orang lain.

Kecerdasan intelektual menurut Widodo (2012), merupakan kemampuan untuk menerima, menyimpan, dan mengolah informasi yang didapat menjadi suatu fakta. Dan kecerdasan intelektual ini dapat diperoleh melalui pendidikan atau pelatihan, untuk mengembangkan kompetensi pengetahuan seseorang. Terdapat enam indikator kecerdasan intelektual menurut Mujib dan Mudzakir (2000), yaitu; (1) mudah dalam menggunakan hitungan, (2) memiliki ingatan yang baik, (3) mudah mengerti dan

memahami sebuah percakapan, (4) mudah menarik kesimpulan, (5) cepat dalam mengamati suatu hal, (6) dapat memecahkan suatu masalah.

Selanjutnya kecerdasan sosial menurut Goleman (2015), merupakan unsur untuk menajamkan kemampuan berinteraksi atau berkomunikasi antar sesama, dalam membentuk daya tarik, keberhasilan sosial, bahkan karisma. Maka dari itu sebagai makhluk sosial, setiap manusia harus bisa berinteraksi dengan sesama didalam kehidupan. Sehingga dapat terciptanya sebuah pergaulan yang terjalin antar sesama melalui relasi yang terus berkembang dengan orang lain yang berada di lingkungan sekitar. Menurut Goleman (2015), kecerdasan sosial dapat membuat seseorang menjalin hubungan relasi atau berkomunikasi yang baik dengan orang lain, peka dalam membaca reaksi dan perasaan orang lain, mampu menjadi pemimpin dan mengorganisir, serta pintar dalam menangani suatu perselisihan yang muncul dalam setiap kehidupan manusia.

Menurut Buzan (2002), kecerdasan sosial penting untuk dikembangkan dalam kehidupan, karena kemampuan untuk mengenal diri sendiri dan orang lain adalah bagian yang tidak bisa terpisahkan dari kehidupan. Seseorang yang cerdas secara sosial akan memiliki kemampuan dalam berbicara, mendengarkan, dan menjalin hubungan dengan baik antar sesama. Pada masa remaja kecerdasan sosial sangat dibutuhkan, terutama pada masa remaja awal. Menurut Santrock (2007), masa remaja awal adalah saat yang tepat untuk memperkuat kecerdasan sosial, karena merupakan masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa. Proses dari masa kanak-kanak ke masa remaja bersifat kompleks, dan dapat melibatkan perubahan di berbagai aspek kehidupan (Santrock, 2007). Karena para remaja cenderung ingin meluangkan waktunya lebih banyak bersama teman sebayanya di sekolah.

Kecerdasan sosial didalam kehidupan remaja sangat dibutuhkan guna untuk memilih teman sepergaulan. Tetapi pada kenyataannya, tidak semua orang dapat membangun sebuah relasi atau interaksi yang baik dengan orang lain di sekitarnya. Menurut Buzan (2002), dalam kehidupan sehari-hari remaja yang memiliki kecerdasan sosial yang tinggi akan lebih mudah beradaptasi dan pandai berkomunikasi, sehingga

akan memiliki banyak teman. Hal tersebut bermanfaat bagi dirinya sendiri maupun orang lain, dengan kemampuan bisa peka terhadap hubungan sosial itu memang dibutuhkan pada masa remaja. Di lain sisi, seseorang yang memiliki kecerdasan sosial dapat mengantisipasi terhadap pengaruh-pengaruh yang datang dari lingkungannya. Maka dari itu, jika seseorang tidak memiliki kecerdasan sosial untuk membangun relasi dan interaksi akan mengalami kesulitan dalam membentuk suatu relasi sosial. Oleh karena itu, kecerdasan sosial merupakan aspek yang penting untuk dikembangkan.

Penggunaan ponsel bermasalah

Ponsel atau bisa juga disebut sebagai *handphone* yaitu suatu telepon genggam atau telepon seluler, merupakan telepon yang dapat menghubungkan antar sesama pengguna ponsel. Tidak hanya itu saja, menurut Widiawati et al. (2014), ponsel merupakan barang canggih yang telah diciptakan dengan berbagai aplikasi yang menyajikan berbagai media berita, jejaring sosial, hobi, bahkan hiburan. Sehingga ponsel menjadi suatu perangkat elektronik yang diciptakan dengan tujuan dan fungsi khusus untuk mempermudah penggunaannya. Menurut Fiati (2005), ponsel sangat bervariasi yang tergantung pada modelnya, seiring dengan perkembangan teknologi, ponsel memiliki fungsi tersendiri, yaitu; (1) sebagai penyimpan informasi, (2) digunakan sebagai keperluan pekerjaan atau memperdalam ilmu pengetahuan, (3) pengingat waktu dengan jadwal tertentu, (4) sebagai alat perhitungan (kalkulator), (5) pengiriman atau penerimaan *e-mail*, (6) permainan (*games*), (7) sarana hiburan (menonton film atau mendengarkan musik), (8) alat komunikasi dan internet, (9) foto dan video.

Ponsel telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari manusia yang memiliki kemampuan multifungsi dan ponsel mengubah cara manusia dalam kehidupan pribadinya dan profesinya. Menurut Winskel et al. (2019), ponsel memberikan kemudahan bagi penggunaannya dalam mengakses internet untuk berbagai macam aplikasi di dalamnya. Berikutnya dikatakan oleh Bohang (2018), jumlah pengguna internet di Tanah Air sepanjang 2017 mencapai 143 juta orang, dan pada tahun 2018 telah mencapai 171 juta orang. Dan menurut APJII (2018), bahwa pengguna internet mengalami peningkatan sebesar 10,12% dalam satu tahun, dengan jumlah tersebut menunjukkan

lebih dari 60% penduduk Indonesia yang bisa mengakses internet. Dan menurut Novalius (2018), Indonesia menjadi negara dengan pengguna ponsel aktif terbesar ke-empat setelah China, India, dan Amerika.

Hasil survei yang dilakukan APJII (2018), pengguna internet pada usia 15 – 19 tahun sebesar 91%. Sedangkan berdasarkan latar belakang pendidikan Sekolah Menengah Atas sebanyak 90,2%, dan berdasarkan latar belakang pekerjaan sebanyak 71,8%. Dalam setiap harinya pengguna yang mengakses internet melalui komputer atau laptop sebanyak 19,6%, dan pengguna yang mengakses melalui ponsel sebanyak 93,9%. Menurut Ismanto et al. (2017), mengatakan penggunaan ponsel di sekolah dapat bermanfaat sebagai media pembelajaran. Selanjutnya menurut Rogozin (2012), mengatakan penggunaan ponsel pada siswa dapat memberikan kesempatan belajar siswa lebih mendalam, karena dengan menggunakan ponsel siswa dapat mengembangkan ilmu pengetahuan melalui penelusuran informasi dari internet. Tetapi Widharsa (2018) berpendapat bahwa, banyak manfaat yang didapatkan dari ponsel, namun jika salah dalam menerapkannya maka akan dapat merugikan penggunanya.

Selain banyak manfaat pada ponsel, ponsel juga memiliki dampak yang negatif, yaitu penggunaan ponsel yang bermasalah. Menurut Billieux (2012), penggunaan ponsel yang bermasalah adalah fenomena atau kejadian yang muncul di lingkungan masyarakat, yang secara khusus mempengaruhi populasi remaja. Billieux (2012) juga mengatakan, penggunaan ponsel yang bermasalah yaitu ketidakmampuan individu untuk mengatur dalam menggunakan ponsel, sehingga mengakibatkan konsekuensi negatif didalam kehidupan sehari-hari, termasuk ketergantungan dan masalah sosial juga perilaku individu. Menurut Bianchi (2005), terdapat aspek dalam penggunaan ponsel yang bermasalah yaitu; (1) kurang rasa toleransi, (2) melarikan diri jika ada masalah, (3) menarik diri, (4) perasaan selalu ingin menggunakan ponsel, (5) konsekuensi negatif, (6) kurangnya motivasi sosial.

Penggunaan ponsel yang berlebihan juga dapat mengarah kepada penggunaan ponsel yang bermasalah. Menurut Wati (2017), dalam menggunakan ponsel yang berlebihan diluar keperluan dapat menyebabkan konsekuensi tertentu, bisa membuat

seseorang menjadi murung jika tidak bisa menggunakan ponsel, membuat tidak peduli dengan lingkungan sekitar, menyebabkan menurunnya konsentrasi, daya ingat, bahkan menurunnya minat belajar. Selanjutnya menurut Yuni & Pieewan (2016), mengemukakan bahwa terdapat hubungan negatif antara intensitas penggunaan ponsel dengan disiplin belajar pada siswa, yang berarti semakin tinggi intensitas penggunaan ponsel, maka akan semakin rendah disiplin belajar siswa, dan begitupun sebaliknya. Menurut Putri (2018), dalam penggunaan ponsel yang bermasalah dapat berpengaruh pada rendahnya kualitas tidur remaja. Widuri (2010) juga mengemukakan, bahwa penggunaan ponsel secara terus menerus diluar keperluan, dan hingga larut malam dapat mengakibatkan masalah tidur pada remaja, berpengaruh pada rendahnya harga diri, dan meningkatnya kecemasan hingga menjadi depresi.

Menurut Fadilah (2015), adanya beberapa faktor yang dapat mempengaruhi seseorang terutama pada remaja dalam penggunaan ponsel, yaitu; (1) banyaknya iklan di media sosial, sehingga membuat seseorang untuk mengikuti perkembangan masa kini, ditambah remaja yang semakin tertarik dan penasaran akan terhadap hal baru, (2) tampilan fitur ponsel yang menarik, sehingga membuat remaja penasaran untuk mengoperasikan ponsel, (3) kecanggihan ponsel yang mempermudah semua kebutuhan remaja, mulai dari mencari informasi ilmu pengetahuan, bermain *game online*, sosial media, dan belanja *online*, (4) terjangkaunya harga ponsel karena banyak persaingan teknologi, (5) adanya penekanan dari lingkungan dalam memiliki ponsel, mulai dari teman sebaya ataupun masyarakat, karena perkembangan zaman dimana setiap kegiatan menuntut seseorang untuk menggunakan ponsel, (6) faktor budaya yang ada di setiap lingkungan seseorang yang memiliki keharusan untuk memiliki ponsel untuk mengikuti tren, (7) faktor sosial yang mempengaruhi, mulai dari status sosial dan keluarga, (8) faktor pribadi yang berpengaruh terhadap perilaku, usia, dan siklus kehidupan, pekerjaan, lingkungan ekonomi, dan gaya hidup.

Menurut Harfiyanto et al. (2015), terdapat dampak positif dan negatif dalam penggunaan ponsel. Dampak positif dalam penggunaan ponsel ialah; (1) mempermudah pelajar mengkonsultasikan pelajaran atau tugas yang belum dimengerti kepada guru

yang bersangkutan, dan sebagai untuk mencari ilmu pengetahuan lebih, (2) memudahkan untuk berkomunikasi dengan orang lain, sehingga bisa memiliki banyak teman dan kenalan baru, (3) mempersingkat jarak dan waktu, (4) mempermudah hubungan jarak jauh karena kecanggihan dari aplikasi ponsel. Berikutnya adapun dampak negatif dari penggunaan ponsel tersebut, yaitu; (1) hanya terfokus kepada ponsel yang menyebabkan seseorang lebih mementingkan diri sendiri, mengabaikan orang yang ada di sekitarnya, dan bahkan mengabaikan orang lain saat berbicara, (2) kecanduan bermain ponsel diluar keperluan, dan menjadi sebuah kebiasaan, (3) ponsel memudahkan remaja untuk mengakses berbagai situs yang tidak selayaknya, seperti pornografi dan kekerasan, (4) perkenalan dan pertemanan di media sosial secara tidak terkontrol, sehingga menyebabkan kasus pemerkosaan, penculikan, dan kekerasan, (5) membuat remaja menjadi malas dan kurang beraktifitas, sehingga remaja sulit dalam membangun kemampuan dan keterampilan sosialnya.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan teknik uji korelasi Spearman. Partisipan dari penelitian ini adalah 171 orang siswa dan siswi SMA X di Jawa Barat (52% atau 89 orang berjenis kelamin perempuan; 48% atau 82 orang berjenis kelamin laki-laki). Peneliti tidak membatasi agama, suku, dan jenis kelamin dalam memilih partisipan penelitian. Adapun metode sampling yang dipakai adalah *accidental sampling (non-random sampling)*.

Tabel 1.

[Gambaran partisipan penelitian berdasarkan jenis kelamin]

	f	p	%
Laki-Laki	82	0,48	48
Perempuan	89	0,52	52
Jumlah	171	1	100

Terdapat tiga variabel dalam penelitian ini, yakni (1) penggunaan ponsel yang bermasalah, (2) minat belajar, dan (3) kecerdasan sosial. Variabel penggunaan ponsel yang bermasalah diukur menggunakan Problematic Use of Mobile Phones Scale (PUMP)

yang terdiri dari lima faktor, yakni (1) penggunaan impulsif, (2) peningkatan ketegangan, (3) ketergantungan, (4) kehilangan kendali, dan (5) penolakan. PUMP berisi 39 butir dalam format skala Likert yang terdiri dari empat pilihan penilaian, mulai dari “sangat tidak sesuai dengan diri saya” sampai “sangat sesuai dengan diri saya”. Alat ukur ini diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia, dengan prosedur diterjemahkan oleh dua penerjemah secara terpisah, kemudian terjemahan tersebut di-*review* kembali oleh peneliti sehingga mendapatkan satu format naskah alat ukur Bahasa Indonesia yang sesuai dengan konteks di Indonesia. Setelah melakukan uji coba, diketahui reliabilitas dari alat ukur ini tergolong baik ($\alpha = 0,817$).

Pengukuran minat siswa dilakukan melalui skala minat siswa yang terdiri dari dua faktor, yakni: (1) ketertarikan siswa/siswi dalam mengikuti kelas, dan (2) keterlibatan siswa/siswi dalam pelajaran. Skala ini terdiri dari 29 butir pernyataan menggunakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban. Hasil uji coba menunjukkan bahwa alat ukur ini tergolong reliabel ($\alpha = 0,832$). Sedangkan kecerdasan sosial diukur menggunakan Tromso Social Intelligence Scale yang terdiri dari 3 domain dan 21 butir pernyataan berformat skala Likert dengan lima pilihan jawaban. Proses adaptasi dilakukan dengan prosedur yang sama pada alat ukur PUMP. Setelah melakukan uji coba, diketahui reliabilitas dari alat ukur ini juga tergolong baik ($\alpha = 0,794$).

Hasil dan Pembahasan

Peneliti melakukan uji korelasi dengan menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan ponsel yang bermasalah dengan minat belajar ($p = 0,100 > 0,05$; $r_s = -0,126$), dan terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan ponsel yang bermasalah dengan kecerdasan sosial ($p = 0,003 < 0,05$; $r_s = -0,227$).

Tabel 2.
[Hasil uji korelasi]

	[1]	[2]	[3]
Penggunaan ponsel yang bermasalah [1]		-0,126	-0,227*

Minat belajar [2]	-0,126	0,343*
Kecerdasan sosial [3]	-0,227*	0,343*

*p < 0,01

Dalam penggunaan ponsel yang bermasalah, secara khusus mempengaruhi kehidupan remaja, terutama pada penelitian ini mengarah kepada pelajar di SMA X. Penggunaan ponsel yang bermasalah ini yaitu ketidakmampuan individu untuk mengatur dalam menggunakan ponsel sehingga menimbulkan konsekuensi negatif pada kehidupan, termasuk ketergantungan dan masalah sosial (Billieux, 2012). Tujuan peneliti melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan penggunaan ponsel yang bermasalah dengan minat belajar dan kecerdasan sosial pelajar di SMA X. Sehubungan dengan tujuan peneliti tersebut, diketahui hasil penelitian ini menemukan bahwa terdapat atau adanya hubungan antara penggunaan ponsel yang bermasalah dengan kecerdasan sosial pelajar di SMA X. Penggunaan ponsel bermasalah berhubungan kecerdasan sosial pelajar di SMA X.

Hal yang terjadi di SMA X, dalam menggunakan ponsel secara berlebihan, bahkan di luar keperluan terutama bidang akademik, dan banyak menghabiskan waktu dengan ponsel, itu sudah masuk dalam kategori penggunaan ponsel yang bermasalah. Dan hal tersebut menyebabkan konsekuensi tertentu, bisa membuat individu tidak peduli dengan lingkungan sekitar, sulit untuk bersosialisasi, berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain, bahkan bisa menjadi murung jika tidak bisa menggunakan ponsel (Wati, 2017). Hasil serupa juga ditemukan dengan penelitian Rageshwari. M. dan Rajbala. S. (2019) tentang hubungan antara kemampuan sosial dan penggunaan ponsel bahwa penggunaan ponsel secara berlebih bisa mempengaruhi kemampuan sosial secara negatif. Penelitian itu menemukan bahwa adanya penggunaan ponsel yang tidak terkontrol dan menghabiskan banyak waktu di dunia maya, juga selalu mengekspresikan perasaan sepenuhnya ke dunia maya, sehingga sulit untuk bisa berkomunikasi atau berinteraksi dengan orang lain.

Akibat dari adanya penggunaan ponsel yang bermasalah pada pelajar di SMA X tersebut, sehingga pelajar menjadi sulit untuk mengatur hubungan relasi yang baik dengan orang lain atau antar sesama. Jadi pada kenyataannya akibat dari penggunaan ponsel yang bermasalah tersebut, pelajar menjadi sulit bahkan tidak bisa membangun sebuah relasi, interaksi, dan berkomunikasi yang baik dengan lingkungan sekitarnya, terutama pada saat berada di lingkungan sekolah. Ditambah, jika pelajar itu sendiri sulit atau tidak bisa untuk membangun sebuah relasi, interaksi, dan berkomunikasi yang baik maka akan mengalami kesulitan dalam membentuk kecerdasan sosialnya. Maka dari itu kecerdasan sosial pada pelajar merupakan bagian yang penting untuk dikembangkan, baik pada saat di lingkungan sekolah maupun luar sekolah. Karena hal tersebut penting dan menjadi bagian yang tidak bisa terpisahkan dari kehidupan. Pelajar yang memiliki kecerdasan sosial akan lebih mudah beradaptasi dan pandai berkomunikasi, sehingga akan memiliki banyak teman (Buzan, 2002) karena hal tersebut bermanfaat untuk dirinya sendiri dan memang dibutuhkan pada masa remaja.

Hal yang ditemukan pada pelajar di SMA X dari akibat penggunaan ponsel yang bermasalah, pelajar tidak dapat bergaul dengan pelajar lainnya secara keseluruhan, dan hanya bergaul dengan teman yang biasa bersama dengannya, bahkan lebih buruknya tidak saling mengenal antara satu dengan yang lainnya. Maka demikian sebagai makhluk sosial harus bisa berelasi, berinteraksi, dan berkomunikasi dengan sesama. Sehingga dapat terciptanya sebuah pergaulan yang terjalin antar sesama dengan orang lain, dan peka dalam membaca reaksi dan perasaan orang lain, saat berada di lingkungan sekitar pelajar, terutama berada di sekolah (Goleman, 2015).

Simpulan dan Saran

Penelitian ini menemukan bahwa penggunaan ponsel yang bermasalah ternyata tidak berhubungan dengan minat belajar, akan tetapi penggunaan ponsel yang bermasalah memiliki hubungan secara negatif dengan kecerdasan sosial. Artinya semakin tinggi penggunaan ponsel bermasalah, maka semakin rendah kecerdasan sosial. Hal ini disebabkan karena penggunaan ponsel yang bermasalah membuat individu menjadi

minim komunikasi, dan walaupun terjadi, hanya secara daring. Kurangnya interaksi sosial akibat penggunaan ponsel yang berlebihan membuat kecerdasan mereka dapat menurun.

Adapun penelitian ini memberikan penegasan bahwa baik orangtua maupun pendidik harus memperhatikan penggunaan ponsel pada remaja, agar mereka menggunakan ponsel sesuai Batasan dan kegunaan, serta tidak menggunakannya secara berlebihan.

Daftar Pustaka

- Agusta, D. (2016). Faktor-faktor resiko kecanduan menggunakan *smartphone*. *E-Journal Bimbingan dan Konseling*, 3(5), 86–96.
- Ameliola, S. & Nugraha, H. D. (2013). Perkembangan media informasi dan teknologi terhadap anak dalam era globalisasi. *The 5th International Conference on Indonesian Studies: Ethnicity and Globalization*, 362–371.
- APJII. (2018). *Penetrasi & profil perilaku pengguna internet Indonesia*. Apjii. Retrieved from www.apjii.or.id
- Arisandy, D. (2009). *Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada mahasiswa Universitas Bina Darma Tahun 2009 Palembang*.
- Bianchi, A., & Phillips, J.G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Cyberpsychology and Behavior*, 8, 39–51. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>
- Billieux, J. (2012). Problematic use of the mobile phone: A literature review and a pathways model. *Current Psychiatry Reviews*, 8, 299–307. <https://doi.org/10.2174/157340012803520522>
- Bohang, F.K. (2018). *Berapa jumlah pengguna internet Indonesia?* Retrieved from <https://tekno.kompas.com/read/2018/02/22/16453177/berapa-jumlahpengguna-internet-indonesia>
- Buzan, T. (2002). *The power of social intelligence*. London: Thorson.
- Dharmawan, P.E. (2012). Dampak sosial-ekonomi masuknya pengaruh internet dalam kehidupan remaja di pedesaan. Departemen Sains Komunikasi Dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB.
- Djaali. (2007). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Djamarah, S.B. (2016). *Strategi belajar mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Fadilah, R. (2015). *Perilaku konsumtif mahasiswa UGM dalam penggunaan gadget*. Yogyakarta: UGM
- Fauziawati, W. (2015). Upaya mereduksi kebiasaan bermain game online melalui teknik diskusi kelompok. *Psikopedagogia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 115–123.
- Fiati, R. (2005). *Akses internet via ponsel*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Goleman, D. (2015). *Emotional intelligence*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Harfiyanto, D., Utomo, C.B., & Budi, T. (2015). Pola interaksi sosial siswa pengguna gadget di SMAN 1 Semarang. *Journal of Educational Social Studies*, 4(1), 1-5.
- Ifdil, I. (2010). Pendidikan karakter dalam bimbingan dan konseling. *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 10(2), 55-61.

- Iskandar. (2009). *Psikologi pendidikan sebuah orientasi baru*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Ismanto, E., Novalia, M., & Herlandy, P.B. (2017). Pemanfaatan smartphone android sebagai media pembelajaran bagi guru SMA Negeri 2. *Jurnal Untukmu Negeri*, 1(1), 42–47.
- Istarani & Pulungan, I. (2015). *Ensiklopedia pendidikan*. Medan: Media Persada
- Jannah, N., Mudjiran, & Nirwana, H. (2015). Hubungan kecanduan game dengan motivasi belajar siswa dan implikasinya terhadap bimbingan dan konseling. *Konselor*, 4(4), 200–207.
- Khairani, M. (2014). *Psikologi belajar*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Ma'rifatul L.F., & Nuryono, W. (2015). Penerapan konseling keluarga untuk mengurangi kecanduan game online pada siswa kelas VIII SMP Negeri 21 Surabaya. *Jurnal BK*, 5(1), 65-72.
- Mujib, A., dan Mudzakir, Y. (2000). *Nuansa-nuansa psikologi Islami*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Novalius, F. (2018). Indonesia pengguna smartphone ke-4 dunia, begini tekad Menprin Dongkrak industri telematika. Diakses dari <https://economy.okezone.com/read/2018/02/17/320/1860752/indonesiapengguna-smartphone-ke-4-duniabegini-tekad-menperin-dongkrakindustri-telematika>
- Oktario, A. (2017) Hubungan antara Intensitas Penggunaan Smartphone dan Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa. Skripsi tidak diterbitkan. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Putri, A.Y. (2018). Hubungan antara kecanduan smartphone dengan kualitas tidur pada remaja skripsi. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: UIN Sunan Ampel.
- Qomariyah, A. N. (2013). Perilaku penggunaan internet pada kalangan remaja di perkotaan. *Jurnal Palimpest*, 1(1), 87-100.
- Rahmayanti, V. (2016). Pengaruh minat belajar siswa dan persepsi atas upaya guru dalam memotivasi belajar siswa terhadap prestasi belajar Bahasa Indonesia siswa SMP di Depok. *Jurnal SAP*, 1(2). <https://doi.org/10.30998/sap.v1i2.1027>
- Retnowati, S. (2016). *Remaja dan permasalahannya*. Yogyakarta: UGM Press.
- Rogozin. (2012). Physics Learning instruments of XXI century. *Proceedings of The World Conference on Physics Education 2012*.
- Santika, M.G. (2015). Hubungan Antara FOMO (*fear of missing out*) dengan kecanduan internet (*internet addiction*) pada remaja di SMAN 4 Bandung. Skripsi tidak diterbitkan. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Santrock, J.W. (2007). *Remaja (11th)*. Jakarta: Erlangga.
- Sardiman. (2004). *Interaksi dan motivasi belajar-mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sarwono W. S. (2011). *Psikologi remaja*. Jakarta: PT.Grafindo Persada.
- Slameto. (2010). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Syah, M. (2008). *Psikologi pendidikan dengan pendekatan baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Wati, S. (2017). Efektivitas pendekatan konseling kognitif perilaku dalam mengatasi dampak negatif alat komunikasi (smartphone) pada peserta didik kelas XI SMK PGRI 4 Bandar Lampung Tahun 2015-2016. *Skripsi tidak diterbitkan*. Lampung: IAIN Radenintan.

- Widharsa, C.S. (2018). 2 Siswa kecanduan *smartphone*, Disdikbud: Penggunaannya dievaluasi. Diakses dari <https://news.detik.com/berita-jawatimur/d-3839164/2-siswa-kecanduansmartphone-disdikbudpenggunaannya-dievaluasi>
- Widiawati, I., Sugiman, H., & Edy. (2014). *Pengaruh penggunaan gadget terhadap daya kembang anak*. Jakarta: Universitas Budi Luhur.
- Widodo, S. 2012. *Cara baru memberdayakan diri untuk lebih cepat bahagia, sukses, dan sejahtera*. Jakarta: Gramedia
- Widuri, H. (2010). *Kebutuhan dasar manusia (aspek mobilitas dan istirahat tidur)*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Winkel. (2009). *Psikologi pengajaran*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Winkel, H., Kim, T.H., Kardash, L., & Belic, I. (2019). Smartphone use and study behavior: A Korean and Australian comparison. *Heliyon*, 5(7), e02158.
- Yuni, R. S., & Pieewan, A. C. (2016). Hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan disiplin belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 1–16.