

## Hubungan antara *Self-Esteem* dengan Kecenderungan *Smartphone Addiction* pada Remaja Akhir

Putri Haz<sup>\*</sup>, Lilim Halimah

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

\*ptrhzyo@gmail.com, aumisyanida@gmail.com

**Abstract.** Self-esteem is an important factor that influences how adolescents interact with their environment and how they make social adjustments based on their self-assessment. Individuals -with low self-esteem often experience loneliness, anxiety, and a sense of rejection from their environment, which can impact smartphone use. This study aimed to explore the relationship between self-esteem and smartphone addiction in late adolescents. Quantitative methods were implemented in this study with a correlational approach, this study involved 198 late adolescents who live in Bandung, who were selected by purposive sampling. The measurement tools used include the Smartphone Addiction Scale Short Version (SAS-SV) developed by Kwon, Kim, Cho, and Yang (2013) and adapted by Cindy Chias, Elmeida Effendy, and Mustafa Mahmud (2019), and the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSE) adapted by Nelan Maroqi in 2018. Data analysis was conducted using Pearson Correlation. The results showed a correlation coefficient ( $r$ ) of 0.986 with a  $P$  value  $<0.001$ , which indicates a very strong relationship between self-esteem and smartphone addiction. The results of this study suggest that adolescents with high self-esteem are more likely to experience smartphone addiction. Therefore, it is important for adolescent smartphone users with high self-esteem to understand this risk and implement strategies to use their smartphones more wisely.

**Keywords:** *Self-esteem, Smartphone Addiction, correlation.*

**Abstrak.** Self-esteem merupakan faktor penting yang memengaruhi bagaimana remaja berinteraksi dengan lingkungannya dan bagaimana mereka melakukan penyesuaian sosial berlandaskan penilaian pada dirinya sendiri. Individu dengan self-esteem yang rendah sering mengalami kesepian, kecemasan, dan rasa penolakan dari lingkungannya, yang bisa berimbas pada penggunaan smartphone. Penelitian ini bermaksud untuk mengeksplorasi hubungan antara self-esteem dan smartphone addiction pada remaja akhir. Metode kuantitatif diimplementasikan dalam studi ini dengan pendekatan korelasional, penelitian ini melibatkan 198 remaja akhir yang berdomisili di Bandung, yang dipilih secara purposive sampling. Alat ukur yang dipakai antara lain Smartphone Addiction Scale Short Version (SAS-SV) yang dikembangkan oleh Kwon, Kim, Cho, dan Yang (2013) dan diadaptasi oleh Cindy Chias, Elmeida Effendy, dan Mustafa Mahmud (2019), serta Rosenberg Self-Esteem Scale (RSE) yang diadaptasi oleh Nelan Maroqi pada tahun 2018. Analisis data dilakukan dengan menggunakan Pearson Correlation. Hasil penelitian memperlihatkan nilai  $r = 0,986$  dengan nilai  $P < 0.001$ , memperlihatkan hubungan yang sangat kuat antara self-esteem dan smartphone addiction. Temuan ini mengindikasikan bahwa remaja dengan self-esteem yang tinggi lebih besar kecenderungan untuk mengalami smartphone addiction. Bagi remaja pengguna smartphone yang memiliki self-esteem yang tinggi perlu memahami dan perlu strategi untuk memanfaatkan smartphone dengan lebih bijak.

**Kata Kunci:** *Self-esteem, Smartphone addiction, Hubungan*

## A. Pendahuluan

Penggunaan *smartphone* sudah menjadi bagian tak terpisahkan dari keseharian hidup, memberikan akses luas pada sejumlah layanan dan fitur, termasuk komunikasi, hiburan, informasi, dan produktivitas. Dengan kelebihan-kelebihan yang menarik dan kemudahan fungsinya yang beragam, individu-individu cenderung mengalami ketergantungan pada *smartphone*, membuat mereka merasa tidak lengkap jika tidak menggunakan perangkat ini dalam aktivitas sehari-hari (5)

Penggunaan *smartphone* dalam waktu yang lama bisa membawa banyak dampak negatif, seperti fisik dan mental yang kesepian dan kecemasan, gangguan tidur, kinerja yang buruk di sekolah dan lain sebagainya (11)(15). Masalah yang dihadapi pengguna *smartphone* memuat isolasi sosial, kesulitan dalam menjalankan rutinitas harian, dan kurangnya pengendalian pada dorongan impulsif (12). Penggunaan *smartphone* sebagai mekanisme pelarian dari tekanan emosional, kesulitan mengatur penggunaan di situasi berisiko seperti saat mengemudi, serta dampak negatif yang terkait dengan penggunaan berlebihan, memiliki peran krusial dalam membedakan antara penggunaan *smartphone* yang normal dan yang tidak sehat, yang berpotensi mengganggu kinerja akademik, karier, dan kehidupan sosial (13).

Individu yang mengalami ketergantungan pada *smartphone* memperlihatkan tekanan psikologis, terlebih rendahnya *self-esteem* (26). Ada keterkaitan antara *self-esteem* yang rendah dengan masalah kejiwaan yang jelas, peningkatan stres akademik, tingkat kesepian yang lebih tinggi, kesejahteraan psikologis yang lebih rendah, dan kesulitan dalam memulai interaksi sosial (19). Memiliki *smartphone* bisa mempermudah mereka untuk menjaga hubungan sosial tanpa terikat secara emosional. Penggunaan *smartphone* merupakan cara umum bagi remaja dengan harga diri rendah untuk melarikan diri dari tekanan luar (1).

Remaja masih ingin mendapat pengakuan dari lingkungannya sehingga ketika teman sebayanya menggunakan media baru, remaja mengganti media lama dengan yang baru (13). Remaja lebih bersedia menerima yang baru dan akan sangat jadi berbahaya jika remaja tidak bisa mengendalikan dirinya dalam menggunakan *smartphone*. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat menyebabkan kecanduan, yang berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik. Remaja bisa mengalami masalah tidur, kelelahan, dan kesulitan berkonsentrasi. Saat ini kalangan remaja lebih banyak menghabiskan waktu untuk penggunaan *smartphone*. Remaja memanfaatkan *smartphone* untuk memperluas jaringannya (20).

Periode remaja akhir, yakni usia 18 hingga 24 tahun, di mana usia itu, merupakan periode yang paling penting dalam kematangan psikologisnya (8). Jika remaja akhir mengalami kegagalan dalam menjalankan perkembangannya, akibatnya, proses perkembangan terganggu dan berimbas pada kualitas individu itu. Pada penelitian Bianchi dan Phillips (4), *self-esteem* yang rendah dikaitkan dengan masalah penggunaan *smartphone*. Di lain sisi, orang dengan *self-esteem* yang rendah lebih cenderung memilih komunikasi melalui media perantara seperti pesan teks (98,1%), jejaring sosial (91,6%), mengunjungi situs web (89,7%), dan bermain gim (84,1%). Orang dengan *self-esteem* yang tinggi biasanya lebih menyukai komunikasi langsung atau tatap muka. (22).

Meskipun banyak penelitian telah menunjukkan hubungan antara *self-esteem* dan *smartphone addiction* pada remaja, terdapat perbedaan temuan mengenai arah dan kekuatan hubungan tersebut. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *self-esteem* rendah berhubungan dengan peningkatan kecenderungan *smartphone addiction* (18)(7), sementara penelitian lain menemukan bahwa remaja dengan *self-esteem* tinggi juga dapat mengalami *smartphone addiction* (16). Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan lebih lanjut hubungan antara *self-esteem* dan kecenderungan *smartphone addiction* pada remaja akhir di Indonesia, khususnya di Bandung, yang memiliki tingkat penggunaan *smartphone* yang tinggi. Kurangnya pemahaman tentang kompetensi diri dan jejaring sosial (*self-esteem*) mempengaruhi penggunaan *smartphone*, serta ketidaksadaran remaja akhir mengenai *self-esteem* terhadap kecenderungan *smartphone addiction* mereka.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: “Seberapa erat hubungan anatara *self-esteem* dengan kecenderungan *smartphone addiction* pada remaja akhir”. Selanjutnya tujuan dalam penelitian ini diuraikan dalam pokok-pokok sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *smartphone addiction*

- pada remaja akhir?
2. Untuk mengetahui gambaran *self-esteem* pada remaja akhir di Bandung?
  3. Untuk mengetahui gambaran kecenderungan *smartphone addiction* remaja akhir di Bandung?"

## B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini berbentuk kuantitatif non eksperimen dengan menggunakan variabel *self-esteem* dan *smartphone addiction*. Populasi remaja akhir dengan kriteria berupa: Berusia 18 – 24 tahun, Mengakses *smartphone* selama 4-8 jam sehari, Menjaga *smartphone* agar tetap menyala selama 24 jam untuk mengecek notifikasi, Kegagalan untuk mengurangi penggunaan *smartphone*.

Dengan teknik pengambilan sampel yaitu *Purposive sampling* diperoleh jumlah sampel penelitian sebanyak 198 responden. Hasil uji validitas alat ukur *self-esteem* dengan koefisien korelasi item di atas 0,50, yang berkisar antara 0,550 hingga 0,743, dan hasil uji validitas *smartphone addiction* memiliki nilai koefisien korelasi di atas 0,50 yaitu berkisar antara 0,580 sampai dengan 0,879. Hasil uji reabilitas pada alat ukur *self-esteem* memiliki hasil 0.736 dan *smartphone addiction* memiliki hasil uji reabilitas sebesar 0.778. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner menggunakan *google form*, dan studi pustaka. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik analisis non-parametrik *Spearman's Rank Correlation* dengan bantuan aplikasi *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS) versi 25.0.

## C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

### Hubungan antara *Self-esteem* dengan *smartphone addiction*

Berdasarkan data responden, dapat diketahui hasil dari tabulasi data mendapatkan hasil berikut :

**Tabel 1.** Hasil Tabulasi

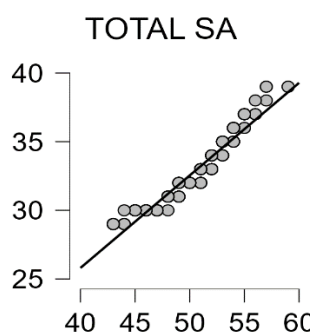
		<i>Self-esteem</i>		Total
		Rendah	Tinggi	
<i>Smartphone addiction</i>	Rendah	37 (28,5%)	68(64,8%)	105 (100%)
	Tinggi	0 (0%)	93 (100%)	93 (100%)
Total				198 (100%)

Sumber : Data Penelitian yang sudah diolah, 2024

Dalam penelitian, ditemukan adanya *self-esteem* yang tinggi yang mengalami *smartphone addiction* yang tinggi. Hal ini terjadi karena ditemukan kebanyakan remaja akhir lebih sering menggunakan media sosial setiap harinya. Tidak sejalan dengan hipotesis, dimana penelitian ini *self-esteem* menjadi tinggi, remaja akhir mungkin mencari validasi dan pengakuan dari orang lain melalui media sosial. Penerimaan sosial dan penghargaan dari lingkungan online bisa memberikan dorongan sementara bagi *self-esteem* mereka. (2).. Selain itu dalam penelitian (6), individu dengan *self-esteem* tinggi mungkin terlibat dalam penggunaan media sosial yang berlebihan untuk mencari validasi sosial dan pengakuan. Meskipun memiliki *self-esteem* tinggi, mereka tetap mungkin merasakan kebutuhan yang kuat untuk mendapatkan likes, komentar, dan interaksi online yang dapat menyebabkan kecanduan. Hal ini dapat dikatakan bahwa hipotesis tidak diterima, karena adanya hubungan yang positif antara variabel keduanya.

*Self-esteem* merupakan bentuk gambaran diri berdasarkan penilaian yang dilakukan individu pada dirinya sendiri yang didasari pada hubungannya dengan orang lain (Rosernberg, 1965). Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa sebanyak 65.7% memiliki *self-esteem* yang tinggi dan sebanyak 34.3% yang memiliki *self-esteem* rendah. Pada kategori usia 18-24 tahun,

memiliki *self-esteem* yang tinggi dan memiliki kecenderungan *smartphone addiction* yang tinggi juga dimana menandakan individu dengan *self-esteem* tinggi mungkin terlibat dalam penggunaan media sosial yang berlebihan untuk mencari validasi sosial dan pengakuan (12).



**Gambar 1.** Scatterplot smartphone addiction dan self esteem

Sumber : Data Penelitian yang sudah Diolah, 2024

Rosenberg (1965) membagi *self-esteem* menjadi 2 aspek yaitu *self-competence* yang merupakan penilaian pada dirinya sendiri berlandaskan kompetensi yang dimiliki dan *self-linking* yang merupakan penilaian individu dengan melibatkan lingkungan sosialnya. Tetapi dalam konteks yang rendah individu bisa menilai dirinya sendiri dengan tidak memiliki kompetensi di dalam dirinya dan juga hubungan lingkungan sosialnya yang buruk. Hasil penelitian yang melibatkan remaja akhir di Bandung dan berjenis kelamin laki – laki ataupun Perempuan memiliki hasil yang lumayan berbeda, dimana Perempuan memiliki *self-esteem* yang lebih tinggi (73,5%) dibandingkan *self-esteem* yang rendah (26,5%).

Berbeda dengan laki – laki yang memiliki persentase tidak jauh berbeda dari *self-esteem* yang tinggi (57,3%) dengan yang rendah (42,7%). Sejalan dengan studi (21), dimana Perempuan menunjukkan *self-esteem* yang lebih tinggi dibandingkan laki – laki karena adanya peningkatan dukungan sosial yang diterima perempuan selama masa ini, serta perubahan dalam norma sosial yang lebih mendukung peran dan pencapaian perempuan. Peningkatan penggunaan media sosial juga memberikan lebih banyak validasi dan penguatan positif bagi perempuan, yang berkontribusi pada *self-esteem* yang lebih tinggi. Validasi dan interaksi positif di platform media sosial dapat meningkatkan *self-esteem*, terutama pada perempuan yang cenderung lebih aktif di media sosial dibandingkan laki-laki.

*Smartphone addiction* merupakan kondisi di mana individu mengalami gangguan atau ketergantungan yang signifikan pada penggunaan *smartphone*, yang bisa mengganggu keseharian hidup mereka, baik secara sosial, emosional, atau fisik (13). Hal ini berbanding lurus dengan kecenderungan *smartphone addiction* yang didominasi 53% berada dalam kategori *smartphone addiction* tinggi dan sebanyak 47% berada dalam kategori *smartphone addiction* rendah. Walaupun tidak terlalu signifikan tetapi sejalan dengan penelitian (14) *smartphone addiction* berperan pada *self-esteem* mereka dan pada penelitian sebelumnya ada hubungan *self-esteem* dengan kecenderungan *smartphone addiction*. Hal ini karena remaja sering menggunakan *smartphone* mereka untuk mengakses media sosial, streaming video, dan permainan online, yang semuanya dapat memicu kecanduan karena adanya dorongan untuk terus terhubung dan terlibat (17). Beberapa remaja mungkin menggunakan *smartphone* mereka sebagai pelarian dari masalah psikologis atau emosional, seperti kecemasan atau *self-esteem* yang rendah, yang dapat memperburuk kecanduan (8).

Berlandaskan hasil data pada usia dijumpai bahwa usia 20-21 tahun (61,3%) lebih tinggi dalam mengalami kecenderungan *smartphone addiction*. Pada usia tersebut individu sedang mengalami transisi besar dalam kehidupan, seperti memasuki dunia kerja atau melanjutkan studi. Perubahan ini dapat menyebabkan stres dan kecemasan yang membuat mereka lebih rentan terhadap kecenderungan *smartphone addiction* sebagai cara untuk mengatasi tekanan. Usia ini juga merupakan waktu ketika individu lebih banyak terlibat dalam aktivitas online seperti *game*, belanja,

dan aplikasi lainnya yang dapat memperburuk *smartphone addiction*. Jika kurangnya pengaturan diri dan manajemen waktu yang masih kurang maka rentan mengalami kebiasaan penggunaan *smartphone* yang berlebihan. Pada jenis kelamin pun laki – laki lebih rentan (60,4%) dalam mengalami *smartphone addiction*. Pada penelitian (17), dimana laki – laki memiliki resiko lebih tinggi dalam kecenderungan *smartphone addiction* dan faktor resiko kekurangan tidur akibat *smartphone* dibandingkan Perempuan.

Berdasarkan hasil kriteriannya *smartphone addiction* harus memenuhi 3 kriteria *daily life disturbance, withdrawal, dan tolerance* (13). Hal ini berdasarkan ICD-11, *smartphone addiction* termasuk kedalam mencakup gangguan penggunaan internet (*Internet Use Disorder*) dan *gaming disorder* yang mungkin memiliki gejala yang tumpang tindih dengan kecenderungan *smartphone addiction*. Individu dengan kecenderungan *smartphone addiction* yang tinggi cenderung menggunakan *smartphone* dalam jumlah yang besar dan intensif, melebihi batas yang sehat. Mereka kesulitan mengontrol atau mengurangi penggunaan *smartphone*, bahkan ketika menyadari dampak negatifnya seperti gangguan tidur, produktivitas rendah, atau gangguan hubungan interpersonal. Pada kecenderungan *smartphone addiction* yang rendah mereka cenderung menggunakan *smartphone* tidak mengganggu kinerja mereka di sekolah, pekerjaan, atau dalam hubungan sosial. Mereka mampu menjaga keseimbangan antara penggunaan teknologi dan aktivitas lainnya dengan baik (12).

**Tabel 2.** Uji Korelasi

	<b>Spearman's rho</b>	<b>p</b>
<b><i>Self-esteem – Smartphone Addiction</i></b>	0.986	0.001 < 0.05

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa nilai p 0.001 lebih kecil dari 0.05 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self-esteem* dengan kecenderungan *smartphone addiction* yang dapat dikatakan variabel saling berkontribusi. Hasil *Spearman's rho* didapatkan angka 0.986, menurut Guilford hasil ini menunjukkan bahwa tingkat keeratan hubungan kedua variabel masuk pada kategori sangat kuat.

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan pembahasan di dalam penelitian ini, penelitian menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang sangat kuat dan positif antara tingkat *self-esteem* dan kecenderungan adiksi pada *smartphone* pada remaja di Kota Bandung. Semakin tinggi *self-esteem* individu, semakin besar kemungkinan mereka mengalami *smartphone addiction*. Ini mengindikasikan bahwa *self-esteem* tinggi memainkan peran penting ketika dihubungkan dengan perilaku penggunaan *smartphone* remaja akhir di Kota Bandung. Hal ini ditunjukkan dengan remaja akhir sering menggunakan media sosial setiap hari. Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan hipotesis awal dimana *self-esteem* rendah tetapi hasil yang didapatkan remaja akhir di Bandung mengalami *self-esteem* yang tinggi.
2. Seiring dengan meningkatnya *self-esteem*, remaja akhir mungkin mencari validasi dan pengakuan dari orang lain melalui media sosial. Penerimaan dan pengakuan sosial dari lingkungan daring dapat memberikan dorongan sementara pada *self-esteem* mereka.
3. Individu dengan *self-esteem* yang tinggi mungkin terlibat dalam penggunaan media sosial yang berlebihan untuk mencari validasi dan pengakuan sosial. Bahkan dengan harga diri yang tinggi, mereka mungkin masih merasakan kebutuhan yang kuat untuk menyukai, berkomentar, dan berinteraksi secara onlien, yang menyebabkan kecanduan. Oleh karena itu, hipotesis tersebut tidak diterima karena ada hubungan positif antara *self-esteem* dan *smartphone addiction*.

### Acknowledge

Dalam penyusunan skripsi ini, banyak bantuan dan dukungan yang sudah saya terima dari sejumlah pihak. Oleh sebab itu, izinkan saya menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya pada:

1. Ibu dan ayah yang sudah membiayai, meyakinkan, dan menyemangati saya untuk meraih gelar sarjana, dengan segala kasih sayang dan do'a pada setiap langkah yang dituju.
2. Dr. Lilim Halimah, BHSc., MHSPY, selaku dosen pembimbing yang sudah mencurahkan waktu, ilmu, dan tenaga dengan penuh kesabaran dan ketulusan selama proses penyusunan proposal penelitian dan skripsi.
3. Dr. Dewi Sartika, Dra., M.Si. Psikolog, selaku dekan dan dosen wali yang sudah mencurahkan waktu untuk membimbing saya dalam memasuki dunia perkuliahan.
4. Muhammad Hafiz dan Shofi Nabila Novianti yang sudah menemani saya selama 10 tahun, baik dalam suka ataupun duka, selama menyelesaikan masa pendidikan saya.
5. Syifa, Cinta, Anggita, Bella, dan Najwa yang sudah menghibur, menyemangati, dan menemani saya dalam proses perkuliahan.
6. Haniyah yang sudah memberikan dukungan, masukan, hiburan, dan memberikan dorongan pada saya untuk menyelesaikan proposal penelitian ini.
7. Teman sekelas yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu, terima kasih atas kenangan yang diberikan selama masa perkuliahan.
8. Dinda Orienta yang sudah menemani dan menyemangati saya dari awal perkuliahan hingga proses penelitian.
9. Anggota keluarga yang sudah mendoakan dan mendukung saya dalam menyelesaikan proses penelitian ini.
10. Subjek penelitian yang bersedia meluangkan waktunya untuk berkontribusi dalam pengambilan data penelitian ini.

### Daftar Pustaka

- [1] Albarashdi, H. S., Boazza, A. A., Jabur, N. H., & Al-Zubaidi, A. S. (2016). Smartphone addiction among university undergraduates: A literature review. *Journal of Social Sciences and Humanities*, 2(2), 52-57.
- [2] Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64, 287-293. doi:10.1016/j.addbeh.2016.03.006
- [3] Badan Pusat Statistik. (2022). *Statistik Telekomunikasi Indonesia*. Retrieved from <https://www.bps.go.id>
- [4] Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Cyberpsychology & Behavior*, 8(1), 39-51. doi:10.1089/cpb.2005.8.39
- [5] Buctot, D. B., Kim, N., & Kim, S. H. (2020). Factors associated with smartphone addiction prevalence and its predictive capacity for health-related quality of life among Filipino adolescents. *Children and Youth Services Review*, 110, 104757. doi:10.1016/j.childyouth.2020.104757
- [6] Casale, S., & Fioravanti, G. (2015). Satisfying needs through social networking sites: A pathway towards problematic internet use for socially anxious people? *Addictive Behaviors Reports*, 1, 34-39. doi:10.1016/j.abrep.2015.03.008
- [7] Chu, H., Tak, Y. R., & Lee, E. (2020). Self-esteem and smartphone addiction in adolescents: The mediating role of perceived social support. *Current Psychology*, 39(4), 1425-1432. doi:10.1007/s12144-018-9830-2
- [8] Haug, S., Castro, R. P., Kwon, M., Filler, A., Kowatsch, T., & Schaub, M. P. (2015). Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 299-307. doi:10.1556/2006.4.2015.037
- [9] World Health Organization. (2018). *International Classification of Diseases 11th*

- Revision (ICD-11). Retrieved from <https://icd.who.int/>
- [10] Jacob, S. (2020). Smartphone addiction and its impact on sleep quality and academic performance: A review of the literature. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(1), 98-107. doi:10.1556/2006.8.2019.59
- [11] Kumar, A., & Anupama, J. (2019). Impact of smartphone addiction on physical, mental and social health of adolescents. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 7(6), 2112-2116. doi:10.18203/2320-6012.ijrms20192339
- [12] Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLOS ONE*, 8(12), e83558. doi:10.1371/journal.pone.0083558
- [13] Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., ... & Kim, D. J. (2013). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PLOS ONE*, 8(2), e56936. doi:10.1371/journal.pone.0056936
- [14] Lin, Y. H., Chang, L. R., Lee, Y. H., Tseng, H. W., Kuo, T. B., & Chen, S. H. (2016). Development and validation of the smartphone addiction inventory (SPAI). *PloS One*, 9(6), e98312. doi:10.1371/journal.pone.0098312
- [15] Liu, Q.-Q., Zhou, Z.-K., Niu, G.-F., Fan, C.-Y., & Zhang, D.-J. (2020). Mobile phone addiction and sleep quality among Chinese adolescents: A moderated mediation model. *Computers in Human Behavior*, 106, 106239. doi:10.1016/j.chb.2020.106239
- [16] Lee, J. H., Kim, H. S., & Kim, J. H. (2016). The relationship between self-esteem and smartphone addiction among Korean adolescents. *Computers in Human Behavior*, 64, 121-128. doi:10.1016/j.chb.2016.06.015
- [17] 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. doi:10.1080/17482790802078565
- [18] Marini, A., Herdiani, A., & Wulandari, S. (2022). Self-esteem and smartphone addiction among adolescents in Indonesia. *Journal of Adolescent Health*, 70(2), 321-328. doi:10.1016/j.jadohealth.2022.03.015
- [19] Mulyadi, M. S., & et al. (2016). Relationship between self-esteem and academic stress among high school students. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 6(10), 59-66. doi:10.6007/IJARBS/v6-i10/2328
- [20] Oksman, V., & Turtainen, J. (2004). Mobile communication as a social stage: Meanings of mobile communication in everyday life among teenagers in Finland. *New Media & Society*, 6(3), 319-339. doi:10.1177/1461444804042518
- [21] Orth, U., Erol, R. Y., & Luciano, E. C. (2018). "Self-Esteem Development from Age 14 to 30 Years: A Longitudinal Study." *Journal of Personality and Social Psychology*, 114(3), 400-410. doi:10.1037/pspp0000083.
- [22] Paradise, A. W., & Kernis, M. H. (2002). Self-esteem and psychological well-being: Implications of fragile self-esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21(4), 345-361. doi:10.1521/jscp.21.4.345.22598
- [23] Qader, N. N., & Omar, A. (2015). The relationship between self-esteem and communication preferences among adolescents. *Journal of Social Sciences and Humanities*, 10(1), 14-25.
- [24] Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., Tracy, J. L., Gosling, S. D., & Potter, J. (2002). Global self-esteem across the life span. *Psychology and Aging*, 17(3), 423-434. doi:10.1037/0882-7974.17.3.423
- [25] Rosenberg, M. (1965). *Society*
- [26] Sing, K., Chopra, V., & Kaur, S. (2014). Self-esteem and its relation to anxiety and depression among adolescents. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 8(10),

WC01-WC03. doi:10.7860/JCDR/2014/9707.4982

- [27] Dzar Nurul Halimah, & Nawangsih, E. (2021). Studi Deskriptif Mengenai Happiness pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial di Kota Bandung. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(1), 7–11. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i1.87>
- [28] Safira, N. A., & Fanni Putri Diantina. (2021). Pengaruh Perceived Behavioral Control Terhadap Intensi Mengurangi Waktu Penggunaan Instagram pada Mahasiswa Adiksi. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(1), 42–50. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i1.152>