**Hubungan Antara Harga Diri Dengan Adiksi Smartphone Pada Mahasiswa**

Seliduari Dea R P Tampubolon**1**dan Dr. Sri Muliati M.A., Psikolog²

12Universitas Mercubuana Yogyakarta

12selitampu00@gmail.com

12085262600624

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan adiksi *smartphone* pada mahasiswa. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negative antara harga diri dengan adiksi smarphone pada mahasiswa. Subjek penelitian adalah mahasiswa aktif. Data yang dikumpulkan menggunakan skala harga diri dan skala adiksi *smartphone*. Data dianalisis menggunakan korelasi product moment dengan program SPSS v.24. berdarkan hasil analisis, diperoleh nilai kolerasi sebesar 0,807 dan p=0,000 (p<0,01) . hasil terebut menujukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara adiksi smatphone dengan harga diri. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukan koefisien dalam penelitian ini menunjukan bahwa koefisien determinasi (R²) sebesar 0,651 yang berarti harga diri memiliki kontribusi terhadap adiksi *smartphone* 65% dan sisa nya 35% di pengaruhi oleh faktor lainnya seperti

*Kata kunci : adiksi smartphone, harga diri, mahasiswa*

 **ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between self-esteem and smartphone addiction in college students. The hypothesis in this study is that there is a negative relationship between self-esteem and smartphone addiction in students. The research subjects are active students. The data were collected using a self-esteem scale and a smartphone addiction scale. Data were analyzed using product moment correlation with SPSS v.24 program. based on the results of the analysis, obtained a correlation value of 0.807 and p = 0.000 (p <0.01) . The results show that there is a significant negative relationship between smartphone addiction and self-esteem. The acceptance of the hypothesis in this study shows that the coefficient in this study shows that the coefficient of determination (R²) is 0,651 which means self-esteem 65% has a contribution to smartphone addiction and the remaining 35% is influenced by other factors*

*Keywords: smartphone addiction, self-esteem, students*

**PENDAHULUAN**

Munculnya *smartphone* ini semakin memudahkan komunikasi antar individu dan dapat membantu pekerjaan individu. Individu menggunakan *smartphone* dengan bermacam fitur canggih sehingga dapat membantu untuk terhubung dengan orang-orang yang jauh dan menjadikan komunikasi lebih menarik, seperti tidak ada batasan dalam berkomunikasi (Sudarji, Faisal, & Yulianita, 2017). Telah banyak berbagai macam merek dengan mutu yang berbeda-beda dan harga yang berbeda pula sehingga dapat dijangkau oleh semua kalangan atas dan bawah.

Orang dewasa dan remaja menggunakannya untuk mencari pendapatan sampingan dengan cara berjualan online. Adanya pandemi virus covid 19 sekarang pun mengharuskan anak sekolah menggunakan *smartphone* untuk belajar dalam jaringan (Daring) dan sebagian para pekerja pun harus WHF (*Work From Home*). Hal ini tidak bisa di pungkiri kembali bahwa *smartphone* sangat membantu pekerjaan manusia. Mahasiswa menggunakan smartphone karena kebutuhan informasi dan komunikasi dalam belajar mengajar semakin dipermudah melalui smartphone. Namun, hasil survey IDC (Hidayat & Mustikasari, 2014), menyatakan bahwa 4 dari 5 orang memeriksa smartphone sebelum memulai aktivitas dan hamper 80% pengguna memeriksa smartphone pada 15 menit pertama setelah bangun tidur, serta 70% responden berusis 18-24 tahun menghabiskan watu menggunakan smartphone untuk bermain games dan mengecek jejaring sosial agar slalu terhubung dengan pengguna lainnya.

 Kehadiran *smartphone* ini sangat dibutuhkan oleh semua orang baik anak-anak maupun orang dewasa. Terlalu sering bermain *smartphone* membuat individu mengabaikan lingkungan sekitar tidak terkecuali berada di tempat umum (Prabandari, Muyassaroh & Mahmudi, 2017). Adiksi *smartphone* mendorong individu untuk sering memeriksa ponselnya secara kompulsif sehingga tidak peduli situasi yang ada di sekitarnya misalnya seperti rapat, berjalan dan makan (Davis, 2012). Hadirnya berbagai fitur menarik ini semakin membuat individu untuk terus menggunakan *smartphone* sehingga menjadi kecanduan (Reza, 2015). Kecanduan atau adiksi tidak hanya digunakan untuk menyebut ketergantungan pada alkohol atau obat-obatan, tetapi juga pada masalah sosial, seperti judi, komplusif makan, *shopping* dan internet (Pratiwi, Andayani & Karyanta, 2012). Kusumadewi (2009) menyebutkan contoh kecanduan terdapat bermacam-macam diantaranya kecanduan obat-obatan, judi, aktivitas seksual dan termasuk didalamnya ialah kecanduan *smartphone.*

Kwon, (2013) menyebutkan bahwa istilah adiksi *smartphone*  atau kecanduan *smartphone* adalah sebagai perilaku keterikatan atau ketergantungan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial, seperti halnya menarik diri dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang. Adiksi *smartphone* dianggap sebagai ketidakmampuan untuk mengendalikan pemakaian *smartphone* walaupun berakibat negatif pada pengguna. Pemakaian *smartphone* tidak hanya menciptakan kesenangan, mengurangi perasaan nyeri dan stres. Namun, dapat mengarah kepada kegagalan untuk mengontrol sejauh mana penggunaan *smartphone* meskipun konsekuensinya berbahaya yang signifikan dalam aspek keuangan, fisik, psikologis dan sosial kehidupan (Shaffer, 1996). Individu yang mengalami adiksi *smartphone* menunjukkan perilaku, seperti selalu membawa pengisi daya *smartphone* kemanapun, kesulitan untuk berhenti menggunakan *smartphone* dan akan mudah tersinggung apabila diganggu saat sedang menggunakan *smartphone*. Individu juga akan menjadi kesulitan untuk berkonsentrasi dalam menyelesaikan tugas di kampus atau saat bekerja karena keinginan yang besar untuk terus menggunakan *smartphone* serta individu menjadi kesulitan untuk berhenti menggunakan *smartphone* (Kwon, 2013).

Lin dkk (2014) mengemukakan aspek-aspek adiksi *smartphone* yaitu pertama perilaku kompulsif (*compulsive behavior*) ialah individu melakukan tindakan berulang-ulang dalam menggunakan ponsel. Kedua, gangguan fungsional (*functional impairment*) ialah terganggunya fungsi-fungsi kehidupan individu karena penggunaan ponsel. Ketiga, menarik diri (*withdrawal*) ialah merasa panik dan cemas ketika tidak dapat menggunakan ponsel. Keempat, toleransi (*tolerance*) ialah individu mengalami kegagalan untuk mengurangi penggunaan ponselnya. Hadirnya *smartphone* ini menyebabkan perubahan besar pada kehidupan manusia termasuk di kalangan mahasiswa. Perubahan ini bisa menyuguhkan hal positif. Namun, selain memberikan dampak positif *smartphone* juga dapat memberikan dampak negatif bagi individu apabila digunakan secara berlebihan. Individu menjadi kurang bersosialisasi dengan lingkungan sosial, acuh tak acuh terhadap keadaan sekitar, solidaritas masyarakat menjadi melemah dan membuat tata krama remaja semakin luntur dari budaya asli Indonesia (Ameliola & Nugraha, 2013).

Penelitian Pew Research Center (2014) mengatakan 90% dari populasi dewasa Amerika Serikat memiliki handphone dan 58% dari individu memiliki *smartphone*. Diantara individu yang memiliki *smartphone* 83% berusia (18-29) tahun,4% berusia (30-49) tahun, 49% berusia (50-64) tahun dan 19% berusia 65 tahun.

Individu yang telah mengalami adiksi *smartphone* akan merasakan cemas dan khawatir ketika kehilangan *smartphone* sehingga individu selalu membawa nya kemanapun ia pergi (Mayasari, 2012). Gejala fisik yang ditampakkan oleh individu yang mengalami adiksi *smartphone*, seperti rasa gelisah, gemetar, keringat, perubahan pernafasan, depresi, panik dan ketakutan. Gejala emosi yang ditunjukkan seperti disorientasi, ketergantungan, penolakan, rendahnya harga diri, kesepian dan ketidakamanan (King, Valenca, Sancassiani, Machado & Nardi, 2014).

Hurlock (1980) mengemukakan salah satu karakteristik masa remaja ialah mencari identitas dan mengalami kebingungan akan identitasnya. Identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya dan peranannya dalam masyarakat. Hal ini mempengaruhi perilaku individu, salah satunya dengan menggunakan simbol-simbol status dalam bentuk mobil, pakaian dan pemilikan barang-barang. Alasan Individu menggunakan *smartphone* dapat dikaitkan dengan identitas diri yang dapat meningkatkan status remaja di hadapan teman-temannya, meningkatkan rasa aman, memberikan hiburan, mendukung hubungan sosial dan interaksi interpersonal (Ozcan & Kocak, 2003)Securenvoy (2012) meneliti kecemasan yang diderita pengguna *smartphone* dan menemukan bahwa hampir 53% pengguna *smartphone* di Inggris cenderung menjadi cemas ketika individu kehilangan *smartphone* individu, kehabisan baterai atau tidak memiliki jangkauan jaringan .

Yuwanto (2010) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi adiksi *smartphone* ialah pertama faktor internal yang terdiri dari *sensation seeking*, harga diri yang rendah , kepribadian ekstraversi yang tinggi, kedua adalah faktor eksternal dan faktor situasional seperti stress, kesepian, kecemasan, dan kejenuhan belajar, dan faktor yang terakhir ialah faktor sosial. Dari beberapa faktor diatas terdapat faktor internal yaitu rendahnya harga diri termasuk dalam adiksi karena *smartphone* digunakan sebagai pelarian diri yang membuat individu tidak aman dan tertekan. Individu dengan harga dirirendah menilai penilaian negatif pada dirinya dan cenderung merasa tidak nyaman saat berinteraksi dengan orang lain (Yuwanto, 2010) .Hal ini membuat *smartphone* dapat membantu individu untuk tetap bisa terhubung dengan orang lain tanpa harus merasakan perasaan sakit psikologis dan emosional. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti hal ini karena dari beberapa jurnal yang sudah ada hanya ada satu saja yang meneliti topik ini dengan subjek remaja sehingga peneliti tertarik meneliti topik ini untuk mendapatkan hasil yang lebih konkrit lagi dengan subjek mahasiswa.

Harga diri merupakan sumber dari tingkah laku mengenai pandangan positif maupun negatif terhadap dirinya sendiri (Rosenberg, Schooler, Schoenbach & Rosenberg, 1995). Coopersmith (1967) mengemukakan harga diri merupakan suatu bentuk evaluasi diri dimana individu dapat menghargai dirinya sendiri. Hal ini mengandung arti bagaimana individu dapat menerima ataupun menolak suatu kondisi yang dialami. Coopersmith mengatakan bahwa harga diri juga diartikan sebagai bentuk penilaian diri sendiri yang ditujukan dalam perilaku individu. Menurut Coopersmith (dalam Andarini, Susandari, & Rosiana, 2012) mengemukakan empat aspek dalam harga diri, yaitu : *Power* (Kekuasaan), *Significance* (Keberartian), *Virtue* (Kebajikan), *Competence* (Kemampuan).Individu dengan harga diri yang rendah ialah individu yang hilang kepercayaan diri dan tidak mampu menilai kemampuan diri. Rendahnya penghargaan diri ini mengakibatkan individu tidak mampu mengekspresikan dirinya di lingkungan sosial. Individu tidak puas dengan karakteristik dan kemampuan diri. Individu juga tidak memiliki keyakinan diri dan merasa tidak aman terhadap keberadaan individu di lingkungan. Individu dengan harga diri yang rendah ialah individu yang pesimis yang mana perasaannya dikendalikan oleh pendapat yang diterima dari lingkungan (Burn, 1979)

Niemz, Griffiths dan Banyard (2005) menyatakan bahwa orang yang memiliki pikiran rendah terhadap dirinya sendiri dan kesulitan untuk bersosialisasi secara langsung karena malu atau harga dirinya rendah sehingga cenderung menggunakan internet sebagai alternatif cara untuk bersosialisasi tanpa harus bertatap muka secara langsung. Contoh sehari-hari individu yang memiliki harga diri tinggi adalah individu yang dapat mengontrol perilaku penggunaan *smartphone* nya. Individu dengan harga diri yang rendah dapat memprediksi penggunaan telepon genggam yang bermasalah. Orang- orang dengan pandangan diri yang buruk atau negatif memiliki kecenderungan yang besar untuk mencari kepastian. *Smartphone* memberikan kesempatan setiap orang untuk bisa dihubungi kapan saja sehingga tidak mengherankan jika individu menggunakan telepon genggam secara tidak tepat atau berlebihan yang menambah perasaan cemas apabila tidak memegang *smartphone* (Bianchi & Philips, 2005)

Oleh karena itu Individu dengan harga diri yang rendah biasanya membutuhkan dukungan penuh dari teman atau orang lain supaya individu bisa merasa lebih dihargai (Kurcaburun, 2016), akan tetapi individu kesulitan untuk melakukan interaksi sosial secara langsung (Akashe, Zamani & Abedini, 2014). Seseorang yang memiliki tingkat harga diri yang rendah akan menjadi kurang percaya diri, kehilangan kontrol diri, perasaan gagal dan memiliki kepribadian yang lebih rentan untuk mengalami adiksi. Bianchi dan Phillips (2005) menjelaskan bahwa harga diri yang rendah mempengaruhi masalah penggunaan *smartphone* pada seseorang. Individu yang memiliki harga diri tinggi lebih menyukai untuk melakukan komunikasi langsung (face-to-face), sedangkan individu yang memiliki harga diri yang rendah lebih memilih melakukan komunikasi melalui sms, email atau media sosial lainnya (Joinson, 2004). Waktu yang dihabiskan di media sosial, jumlah panggilan telepon yang dilakukan dan jumlah pesan yang dikirimkan mempengaruhi seseorang untuk mengalami adiksi *smartphone* (Robert, Yaya & Maholis, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Lee, dkk (2016) pada 490 remaja di Korea Selatan menunjukkan bahwa harga diri memiliki hubungan negatif dengan adiksi *smartphone* yang berarti bahwa semakin tinggi harga diri remaja maka akan semakin rendah resiko remaja untuk mengalami adiksi *smartphone*. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Park dan Lee (2014) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dengan kecanduan *smartphone*. Individu yang memiliki tingkat harga diri yang rendah akan menunjukkan tingkat adiksi *smartphone* yang tinggi, sedangkan remaja dengan tingkat harga diri yang tinggi akan menunjukkan tingkat adiksi *smartphone* yang rendah. Pada aspek harga diri, keberartian ialah penilaian individu tentang keberartian dirinya bahwa dia diterima, diperhatikan dan disayang oleh orang-orang disekitarnya. Setiap individu menginginkan dirinya dapat berarti bagi orang lain. Namun, apabila individu tidak mendapatkan hal itu maka salah satu cara yang mungkin dilakukan ialah menggunakan *smartphone*. Kenyamanan yang diberikan oleh *smartphone* berhubungan dengan perasaan nyaman sehingga individu lebih memilih memainkan *smartphone* yang dia punya untuk memberikan individu rasa nyaman. Pada uraian diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara harga diri dengan adiksi *smartphone*  pada mahasiswa.

**METODE**

 Variabel terikat dalam penelitian ini adalah adiksi smartphone. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang berjumlah 70 orang.

Skala adiksi smartphone mengacu pada aspek-aspek adiksi smartphone yaitu menggunakan skala SAS-SV oleh Kwon. Skala ini menggunakan skala likert dengan menggunakan 6 jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Agak Setuju (AS), Kurang Setuju (KS), Tidak setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skala ini terdiri dari 15 aitem sebelum di ujicoba dan menjadi 12 aitem setelah dilakukan ujicoba dan koefisien validitasnya antara 0,137 sampai dengan 0.733.

Skala harga diri mengacu pada aspek-aspek harga diri yaitu menggunakan skala CSEI oleh Coopersmith. Dengan pilihan jawaban Ya dan Tidak. ). Skala ini terdiri dari 58 aitem sebelum dilakukan uji coba dan setelah dilakuakn uji coba menjadi 44 aitem dan koefisien validitasnya antara -0.003 sampai dengan 0.544.

 **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil analisis korelasional terbukti bahwa terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan adiksi smartphone pada mahasiswa, dengan koefisien kolerasi rᵪᵧ = -0,807 dan p= 0,000 (p<0,01). Hal ini berarti bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan adiksi smartphone pada mahasiswa dapat diterima. Hubungan negatif pada harga diri dengan adiksi smartphone menggambarkan bahwa semakin tinggi adiksi smartphone pada mahasiswa maka semakin rendah harga diri mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah adiksi smartphone pada mahasiswa maka semakin tinggi harga diri mahasiswa. Coopersmith (1967) mengatakan bahwa harga diri merupakan bentuk penilaian diri sendiri yang ditujukan dalam perilaku individu seseorang.

Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukan bahwa harga diri dianggap sebagai salah satu faktor yang turut mempengaruhi adiksi smartphone. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang mendukung Lee, dkk (2016) pada penelitiannya menunjukan hasil bahwa pada 490 remaja di Korea Selatan menunjukkan bahwa harga diri memiliki hubungan negatif dengan adiksi smartphone yang berarti bahwa semakin tinggi harga diri remaja maka akan semakin rendah resiko remaja untuk mengalami adiksi smartphone. Harga diri yang rendah mempengaruhi masalah penggunaan smartphone pada individu. Individu yang memiliki harga diri tinggi lebih menyukai untuk melakukan komunikasi langsung (face-to-face ) sedangkan individu yang memiliki harga diri yang rendah lebih memilih melakukan komunikasi melalui sms, email atau media sosial lainnya (Joinson, 2004).

Hasil kategorisasi skor subjek pada skala harga diri dibagi menjadi 3 bagian yaitu tinggi, sedang dan rendah. Individu yang memiliki harga diri yang tinggi cenderung bersikap aktif dan mudah berinteraksi dengan orang lain secara langsung sedangkan individu yang memiliki harga diri tinggi cenderung bersikap pasif dan kesulitan untuk berinteraksi dengan orang lain. Individu yang berada pada harga diri yang tinggi sebanyak 22 (31,4%), individu yang berada pada harga diri yang sedang sebanyak 36 (51,4%) dan individu yang berada pada harga diri yang rendah sebanyak 12 (17,1%). Dapat disimpulkan bahwa mayoritas harga diri pada mahasiswa berada pada kategori sedang.

Hasil kategorisasi skor subjek pada skala adiksi smartphone dibagi menjadi tiga yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Adiksi smartphone yang tinggi dapat diartikan bahwa individu tidak mudah berinteraksi secara langsung dengan orang lain. Berdasarkan hasil kategorisasi skor subjek diketahui bahwa adiksi smartphone mahasiswa yang berada pada kategori tinggi sebanyak 22 orang (31,4%), mahasiswa yang berada pada kategori sedang 41 orang (58,6%) dan mahasiswa yang berada pada kategori rendah sebanyak 7 orang (10%). Dapat disimpulkan bahwa adiksi smartphone pada mahasiswa berada pada kategori sedang*.*

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, menunjukan bahwa terdapat hubungan negatif antara harga diri pada mahasiswa dengan adiksi *smartphone* pada mahasiswa, dengan koefisien rᵪᵧ= -0,807 dan p=0,000 (p<0,01). Hubungan negatif pada harga diri dengan adiksi *smartphone* menggambarkan bahwa semakin tinggi harga diri pada mahasiswa maka semakin rendah adiksi *smartphone* pada mahasiswa. Sebaliknya semakin rendah harga diri pada mahasiswa maka adiksi *smartphone* semakin rendah pada mahasiswa.

Besarnya koefisien determinasi (R²) atau sumbangan efektif sebesar 0,651 atau (65,1%) dan sisanya 34,1 % dipengaruhi faktor lainnya, misalnya ialah faktor internal terdiri dari (tingkat sensasi dan kontrol diri yang rendah), faktor situasional terdiri dari (stress, kesepian, kecemasan, dan merasa tidak nyaman), faktor sosial terdiri dari (*mandatory behavior* dan *connected presence*) dan faktor eksternal terdiri (paparan media tentang *smartphone* dan fasilitas *smartphone*).

DAFTAR PUSTAKA:

 APJII dan PusKaKom. (2014). Profil Penggunaan Internet Indonesia. Perpustakaan Nasional Rl: Katalog Dalam Terbitan (KDT)

Baron, Robert, A., & Byrne. D. (2012). Psikologi Sosial jilid 2. Jakarta: Erlangga

Binachi, A & Philips, J.G. (2005). Psychological Predictors of Problem Mobile Phone Use. Cyber Psychology & Behavior Journal, 8(2), 39-51

Brandem, Nathaniel. (1994). The six pillar of Self Esteem. USA : Bantam Book.

Burns, R. B. (1979). The Self Concept Theory, Measurement, Development and Behaviour. London : Longman Group

Cumiskey, M. (2013). There is an App for That Smartphone Use in Health and Physical Education. Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 82(8), 24-29. doi.org/10.1080/07303084.2011.10598672

Coopersmith, S. (1967). The Antecedents of Self Esteem. San Fransisco: W.H Free-man and Company

Dian Asa , Erin Ratna.2017.Hubungan Antara Empati Dengan Adiksi Smartphone Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Budaya dan Fakultas Sains Dan Mahasiswa Matematika Universitas Diponegoro Semarang. Jurnal Empati.17(3), 183-188

Dlodlo, N. (2014). Measuring selected m-texting adiksi indicators with gender and self-esteem. Mediterranean Journal of Social Sciences, 5(23), 489- 499

Ehrenberg, A., Juckes, S., White, K. M., & Walsh, S. P. (2008). Personality and self-esteem as predictors of young people’s technology use. CyberPsychology & Behavior, 11(6), 739- 741. doi:10.1089/cpb.2008.0030.

Joinson, A. N. (2004). Self-esteem, interpersonal risk, and preference for e-mail to face-to-face communication. CyberPsychology & Behavior, 7(4), 472-478. doi:10.1089/cpb.2004.7.472

Kircaburun, K. (2016). Self-Esteem, Daily Internet Use and Social Media Adiksi as predictors of depression among turkish adolescents. Journal of Education and Practice, 7(24), 64-72.

Prayogi Miura, Elisabeth Rukmini.2016. Adiksi Smartphone dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi pada Penumpang Transjakarta.Jurnal Perkotaan, 8(1), 1-11

Rahadjo Wahyu.2019. Harga Diri dan Adiksi Internet: Tinjauan Meta-Analisis Self-Esteem and Internet Adiksi: Overview of Meta-Analysis, 27 (1) , 70-86.

Reza, J.I.(2015). Makin Banyak Remaja di Asia yang Kecanduan Smartphone Liputan 6. Diakses dari http://tekno.liputan6.com/read/2329307/makin-banyak-remaja-di-asia- yangkecanduan-smartphone.

Rosenberg, M., Schooler, C., Shoenbach, C & Rosenberg, F. (1995). Global selfesteem and spesific self-esteem: different concepts, different outcomes. American Sociological Review, 60, 141-156

Sari, R. P., Rejeki, R., & Mujab, A. (2006). Pengungkapan diri mahasiswa tahun pertama universitas diponogoro ditinjau dari jenis kelamin dan harga diri. Jurnal Psikologi Universitas Diponogoro, 3(2), 11-25

Santoso.A. 2010. Statistik untuk psikologi dari blog menjadi buku. Yogyakarta: Sanata Dharma.

Sarwono, J. 2015. Rumus-rumus Populer dalam SPSS 22 untuk Riset Skripsi.Yogyakarta: Andi

Tri Mulyati, Frieda NRH.2011. Kecanduan Smartphone Ditinjau Dari Kontrol Diri Dan Jenis Kelamin Pada Siswa SMA Mardisiwa Semarang. Jurnal Empati, 7(4), 152-161

Yuwanto,L. (2010). Mobile Phone Addict. Universitas Surabaya

http://www.ubaya.ac.id/2014/content/articles\_detail/10/Mobile- PhoneAddict.html