INTENSITAS PENGGUNAAN *SMARTPHONE* DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia

Untuk Memenuhi Sebagian dan Syarat-syarat Guna Memperoleh

Derajat Sarjana S1 Psikologi

Oleh :

DIAH ARUM SARI

15320177

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

YOGYAKARTA

2019

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul :

INTENSITAS PENGGUNAAN *SMARTPHONE* DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU BUDAYA UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia
untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana S-1 Psikologi

Telah Disetujui Pada Tanggal

1 6

Mengesahkan,
Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya
Universitas Islam Indonesia
Ketua Program Studi

Yulianti Dwi A, S.Psi., M. Soc. Sc.

Dewan Penguji	Tanda Tangan
1. Drs. Sumedi P. Nugraha, Ph.D., Psikolog	
2. Thobagus Moh. Nu'man, S.Psi., Psikolog. MA	
3. Muh. Novvaliant Filsuf T., S.Psi., M.Psi.	

Scanned by CamScanner

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

بسم الله الرحمن الرحيم

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama	: Diah Arum Sari
No. Mahasiswa	: 15320177
Program Studi	: Psikologi
Judul Skripsi	: *Intensitas Penggunaan Smartphone dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Budaya Universitas Islam Indonesia*

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila di kemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, Januari 2019

Menyatakan



Diah Arum Sari

HALAMAN PERSEMBAHAN



Alhamdulillahi Rabbil'alamin

Segala puji dan syukur kepada Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga karya sederhana ini dapat diselesaikan dengan baik. Sholawat dan salam selalu dicurahkan kepada Baginda Nabi Muhammad *Shallallahu'alaihi wa sallam*, keluarga, sahabat, dan para pengikutnya.

Karya ini saya persembahkan kepada:

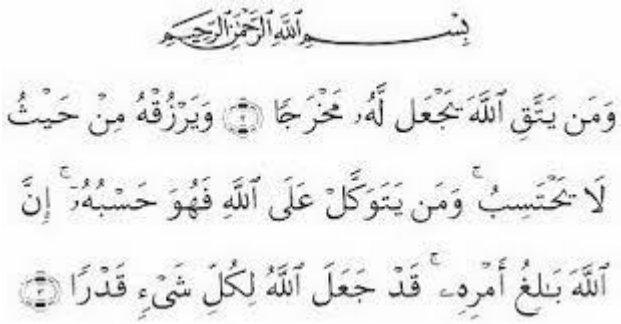
Bapak Yukda Handoko dan Ibu Evi Janti Rubba

Pah, Mah makasih buat segala doa, bimbingan dan motivasi yang tiada hentinya kalian berikan selama ini.

Kakakku Kesna Nathasya Novitasari dan Bimo Yudhoyono

Atas segala doa dan dukungan kalian buat adik bungsu kalian yang cerewet ini.

HALAMAN MOTTO


بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ

وَمَن يَتَّقِ ٱللَّهَ يَجْعَل لَّهُۥ مَخْرَجًا ۝ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ
لَا يَحْتَسِبُ ۚ وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُۥٓ ۚ إِنَّ
ٱللَّهَ بَٰلِغُ أَمْرِهِۦ ۚ قَدْ جَعَلَ ٱللَّهُ لِكُلِّ شَىْءٍ قَدْرًا ۝

"Barang siapa bertakwa kepada Allah niscaya Dia akan membukakan jalan keluar baginya, dan Dia memberinya rezeki dari arah yang tidak disangka-sangkanya. Dan barang siapa yang bertawakal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan) nya. Sesungguhnya Allah melaksanakan urusan-Nya. Sungguh Allah telah mengadakan ketentuan bagi setiap sesuatu " (QS At-Tholaq : 2-3)

If you can imagine it, you can achieve it. If you can dream it, ypu can become it.

(William Arthur Ward)

Jangan membenci siapapun, tidak peduli seberapa besar mereka menganiaya mu. Hiduplah dengan rendah hati, tidak peduli seberapa kayanya kamu. Berpikirlah positif, tidak peduli seberapa kerasnya hidup. Berikanlah banyak, bahkan jika kamu diberikan sedikit. Tetaplah berhubungan dengan orang-orang yang telah melupakanmu, dan maafkan orang yang telah menganiaya mu, dan jangan berhenti mendoakan yang terbaik bagi yang kamu cintai. (Ali bin Abi Thalib)

PRAKATA

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarokatuh

Alhamdulillahi Rabbil'alamin. Segala puji dan syukur kepada Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti bisa melewati semua cobaan dan hambatan sehingga karya ini dapat terselesaikan dengan baik. Sholawat dan salam selalu dicurahkan kepada Baginda Nabi Muhammad *Shallallahu'alaihi wa sallam*, keluarga, sahabat, dan para pengikutnya semoga mendapatkan syafaat di akhir zaman.

Skripsi ini tidak ada artinya tanpa bantuan dari pihak-pihak yang turut membantu, memberi, dan memotivasi. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Fuad Nashori, H. S. Psi., M.Si. Selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia
2. Ibu Yulianti Dwi A, S.Psi., M. Soc. Sc. Selaku Ketua Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
3. Bapak Drs. Sumedi P. Nugraha, Ph. D., Psi. Selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang dengan sabar telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, pikiran untuk membimbing dan membantu penulis untuk dapat menyelesaikan skirpsi ini. Terimakasih untuk doa, perhatian, motivasi, semangat, dukungan, dan kepercayaan yang telah bapak berikan kepada saya, semua itu sangat berarti untuk penulis.
4. Ibu Resnia Novitasari, S. Psi., M. A. Selaku Dosen Pembimbing Akademik yang selalu membimbing dan memberi saran terkait dengan informasi akademik.

5. Ibu Evi Janti Rubba, untuk mamaku tersayang yang dengan tulus selalu mendoakan, memberikan semangat, memberikan dukungan baik secara materi maupun immateriil, dan juga tidak pernah berhenti memberikan motivasi disaat diah sedang terpuruk dan merasa tidak memiliki kepercayaan diri untuk menghadapi segala rintangan, terimakasih untuk mama yang selalu hadir dengan doa dan dukungan yang tidak pernah putus dari kejauhan.
6. Bapak Yukda Handoko, untuk papa yang dengan tulus mendoakan anak bungsunya dari kejauhan, memberikan dukungan baik secara materi maupun immateriil, dan selalu memberikan semangat yang sangat berarti. Selalu hadir untuk menghapuskan air mata diah yang keluar disaat diah sedang merasa jatuh. Terimakasih buat papa yang selalu mengajarkan dan menuntut diah untuk kuat dan tidak lemah karena hidup tidak sebercanda dan semudah itu untuk ditangisi saja.
7. Kesna Nathasya Novitasari, untuk kakak perempuan ku yang cerewet dan pemarah. Terimakasih buat semangat dan perhatian yang kakak kasih. Terimakasih buat semua kebawelan mu.
8. Bimo Yudhoyono, untuk kakak laki-laki ku. Terimakasih buat semua dukungan yang selalu kakak kasih terlebih dukungan materi yang selalu kakak kasih setiap bulan hahaha, itu sangat berarti buat adik bungsu mu ini di kala uang bulanan dari mama papa sudah habis.
9. Chia Anaka Dearzo, teman pertama dan sampai akhirku insya Allah. Untuk kamu terimakasih banyak yah buat semua canda, tawa, suka, dan dukanya. Terimakasih sudah mau sabar hadapi si Kendari yang agresif ini, yang suka tidak

tahu diri, yang suka bikin malu juga. Tidak tahu lagi mau berkata apa buat kamu karena kamu aku jadi tau arti sahabat yang sebenarnya apa.

10. Ekawati Sulistyaningrum Nurfitri Indriyani Tohari Putri, untuk kamu orang yang paling sabar sepanjang masa. Terimakasih buat kamu yang selalu sabar hadapi Kendari si pemarah dan agresif ini, buat semua nasehat berharga mu yang tidak pernah berhenti kamu kasih buat diriku ini hahaha. Tidak tahu lagi ah mau bilang apa, saking jarangnya aku mau bicara *so sweet*.
11. Siti Hajar, untuk kamu teman terbadaaaay ku. Terimakasih sudah memberikan keceriaan di setiap waktu buat Kendari ini. Terimakasih buat segala nasehat yang diselingi dengan kegibahan yang hakiki diantara aku, kamu, Putri, dan Chia.
12. Buat Chia, Putri, Siti, Ijrot, Tebe, Aul. Untuk kalian terimakasih sudah mau menjadi teman ku selama ini. Terimakasih sudah mau mendengar curhatan si Kendari ini, sudah mau menasehati si agresif ini, sudah mau sabar dengan si manusia tidak sabaran ini, sudah mau berbagi keceriaan satu sama lain. Tidak tahu lagi harus bagaimana aku balas kebaikan kalian, ingat yah kita tetap sama-sama walaupun fisik kita dah berpisah kalau sudah berpisah karena wisuda.
13. Anandyajati Mella Sonya. Buat kamu teman dari TPS sampai akhir Inysa Allah. Terimakasih buat kamu yang selalu menyemangati dari awal sampai di saat sekarang ini. Kamu selalu menghibur, memberi informasi, dan membantu diriku ini huhuhu
14. Alfara Aughlesia Nosantika, Sri Indriyani, Rani Ayu Novitasari. Buat kalian teman-teman member 310, kalian luar biasa di dalam mendukung dan selalu membuat keceriaan di ruang 310. Semangat terus buat kalian yah.

15. Mas Oyon, terimakasih buat selalu membantu saya di dalam memikirkan masalah di skripsi saya ini. Makasih sudah membantu aku dan Anan dari awal dan di akhir.
16. Ari Setiawan dan Nofrizal Hazmi, buat kalian konco lawas ku. Terimakasih sudah membawa keceriaan selama awal kuliah. Sudah mau ikutan kena malu karena kelakuan ku.
17. Buat teman-teman KKN MG 164-165 yang sering disebut 164,5 : Miftah, Nisa, Tifany, Isna, Lya, Hilmy, Ghery, Akhsan, Paksi, Dika, Viola, Esta, Amirah, Alan, dan Rahmi. Kalian luaaaar biasaaa asik, seru, kompak. Terimakasih buat keceriaannya yah.
18. Kepada semua responden yang ikut berpartisipasi dalam penelitian ini, saya ucapkan terima kasih sebesar-besarnya. Bantuan kalian sangat berarti untuk penelitian ini. Semoga semua kebaikan kalian akan dibalas dengan beribu kebaikan dari Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*. *Aamiin Allahuma Aamiin*.
19. Semua orang yang hadir dalam kehidupan penulis, kalian adalah orang-orang yang sudah ditakdirkan Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* untuk masuk ke kehidupan ku, memberi warna, pembawa hikmah yang dapat membuat aku menjadi pribadi yang lebih baik lagi.

Semoga segala amal baik kalian di balas oleh Allah *Subhaanahu Wa Ta'aala* dengan balasan kebaikan berlipat ganda. *Aamiin Allahuma Aamiin*.

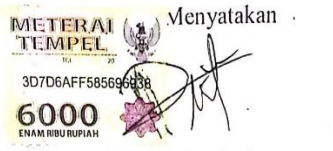
Penulis menyadari dengan sepenuh hati jika karya ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis menerima segala bentuk saran dan kritik dari

semua pihak demi kesempurnaan karya yang sederhana ini. Mudah-mudahan skripsi ini dapat memberikan sedikit atau banyaknya manfaat bagi kita semua.

Wasalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Yogyakarta, Januari 2019

Menyatakan



Diah Arum Sari