

**BAB I**  
**PENGANTAR**  
**A. Latar Belakang Masalah**

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada hakikatnya adalah pencapaian potensi psikologis individu secara penuh. Kesejahteraan psikologis ini merupakan refleksi kepuasan dan perasaan positif seseorang, seperti misalnya: gembira, senang, dan puas. Oleh sebab itu, seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik maka akan memandang hidupnya dengan kepuasan dan kebahagiaan. Secara garis besar kesejahteraan psikologis adalah kemampuan individu dalam mengekspresikan rasa puas dan perasaan positif yang ada dalam dirinya tanpa membiarkan orang lain mempengaruhinya. Kesejahteraan psikologis juga penting untuk mahasiswa, karena dapat mempengaruhi perasaan dan sikap dari seseorang dalam berinteraksi.

Mahasiswa sebagai seorang calon penerus bangsa dituntut untuk mampu mempersiapkan dirinya baik secara fisik maupun mental sebelum ia dapat memimpin bangsa ini. Jika para calon pemimpin bangsa ini tidak memiliki kesejahteraan psikologis yang baik maka ada kemungkinan nantinya mereka tidak mampu bekerja secara optimal untuk rakyatnya. Apabila mahasiswa memiliki kesejahteraan psikologis yang baik diharapkan mereka akan menanggapi setiap tugas kuliah dengan perasaan dan sikap yang baik dan akan

berprilaku secara positif dalam menanggapi masalah, sehingga mampu menyelesaikan masa studi tepat waktu. Akan tetapi, saat ini masih terdapat mahasiswa yang tidak memahami segala bentuk tanggung jawab. Mereka menganggap bahwa kewajiban kuliah adalah beban sehingga banyak mahasiswa yang frustrasi dan akhirnya mereka tidak mampu menyelesaikan masa studi dengan tepat waktu atau berprilaku negatif, bahkan ada beberapa mahasiswa yang terancam akan di *drop out* (DO). Wells (2010) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis yang baik akan tercapai jika mahasiswa memiliki keseimbangan yang baik antara kondisi fisik, mental dan juga sosialnya, sedangkan mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang buruk ditandai dengan ketidakbahagiaan, kemarahan, kecemasan dan depresi.

Dikutip dari (*idntimes*) National College Health Assessment (2014) melaporkan bahwa ada 33% mahasiswa yang mengalami depresi sehingga mereka menjadi sulit untuk belajar dan mengerjakan tugas. Pada tahun 2015 penelitian serupa juga dilakukan kembali oleh National College Health Assessment dan ditemukan ada 20% mahasiswa di Amerika yang menggunakan jasa konselor untuk mengatasi kejiwaan mereka yang terkait dengan tekanan yang mereka alami didunia akademis. Bahkan 9% di antaranya mengaku sempat berpikir untuk bunuh diri karena tidak sanggup menanggung beban yang dialaminya. Dari data-data tersebut dapat terlihat jika angka-angka tersebut merupakan indikasi bahwa mahasiswa saat ini sedang mengalami krisis kesehatan mental.

*depkes.go* melaporkan tentang kesehatan jiwa masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang terjadi di dunia, termasuk di Indonesia. Menurut data WHO (2016), ada sekitar 35 juta manusia yang terkena depresi dan untuk di Indonesia jumlah kasus gangguan jiwa terus bertambah. Data Riskesdas 2013 memperlihatkan sekitar 14 juta orang yang menunjukkan gejala depresi dan kecemasan pada usia 15 tahun ke atas. Kemudian menurut *balairungpress* mahasiswa di UGM sendiri banyak mengalami gangguan mental. Walaupun belum dilakukan riset terstruktur, tetapi yang sangat umum terjadi pada mahasiswa adalah depresi dan kecemasan, bahkan hampir di *drop out* dan berniat untuk bunuh diri.

Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik akan memandang hidupnya dengan puas, bahagia, dan dapat mengaktualisasi diri di segala dimensi kehidupan seperti mampu menjalin hubungan dengan orang lain dan mengembangkan kemampuan diri. Kesejahteraan psikologis memiliki dua fungsi positif yang mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang. Pertama adalah individu mampu membedakan hal yang positif dan negatif guna meningkatkan kebahagiaan. Kedua adalah individu harus menekankan kepuasan hidup.

Zulkefly dan Baharudin (2012) meneliti 386 mahasiswa di University Putra Malaya, yang hasilnya menunjukkan bahwa mahasiswa lebih rentan terhadap gangguan psikologis adalah mahasiswa yang menghabiskan banyak

waktu dengan ponsel mereka. Selanjutnya, Kumcagis dan Gundu (2016) meneliti tentang kecanduan *smartphone* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa di Ondokuz, Mayiz University dan menemukan jika terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut. Sebuah penelitian lainnya dilakukan oleh Demirci, Akgonul, dan Akpinar (2015) menunjukkan bahwa penggunaan berlebihan *smartphone* dapat menyebabkan depresi atau kecemasan yang pada akhirnya akan menyebabkan masalah tidur pada 319 mahasiswa di Suleyman Demirel University. Selanjutnya Ha, Chin, Park, Ryu, dan Yu (2008) meneliti tentang gejala depresi, kecemasan interpersonal dan harga diri pada 595 siswa SMA di Korea yang diakibatkan dari penggunaan telepon seluler. Pada tahun 2012 Park dan Lee juga meneliti pada 339 mahasiswa di Korea yang menggunakan *smartphone* dan hasilnya mereka memiliki tingkat depresi dan kesepian yang rendah.

Pada tahun 2017 Pambajeng dan Siswati meneliti adanya hubungan positif antara *psychological well-being* dan efikasi diri. Rambitan pada tahun 2015 melakukan sebuah penelitian di Samarinda, yang mana hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran dengan *smartphone* berpengaruh pada kemampuan berpikir kritis dalam kaitannya dengan konsep biodiversitas. Clemente, Hezomi, Allahverdipour, Jafarabadi, dan Safaian (2016) telah melakukan penelitian kepada 289 siswa perempuan di Tabriz, Iran dan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan terbalik yang signifikan antara stres dan kesejahteraan psikologis. Penelitian mengenai penggunaan

*smartphone* yang berpengaruh signifikan terhadap perilaku komunikasi pada mahasiswa Universitas Telkom telah dilakukan oleh Gifary dan Kurnia (2015).. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh White, Buboltz, dan Igou (2010) menunjukkan bahwa da hubungan antara masalah penggunaan ponsel dan kualitas tidur pada 350 mahasiswa psikologi.

Berdasarkan penjelasan di atas maka kesejahteraan psikologis berkaitan dengan berbagai macam variabel yaitu hubungan dengan orang di sekitar, keadaan spiritual, bahkan produk teknologi ikut mempengaruhi keadaan psikologis seseorang. Salah satu bentuk produk teknologi yang memiliki keterampilan mendukung kegiatan seseorang adalah *smartphone* (*handphone* pintar). *Smartphone* awal mulanya lahir dari tahun 1994 dan terus berevolusi hingga saat ini dan telah menjadi bagian dari kehidupan karena dapat memberikan kemudahan berkomunikasi antar individu, serta di dalam *smartphone* terdiri dari beberapa aplikasi yang mampu memberikan hiburan kepada penggunanya, di antaranya adalah memberi kemudahan berkomunikasi dengan teman tanpa harus bertatap muka secara langsung, bermain *game* tanpa harus ke taman bermain, berbelanja tanpa harus keluar rumah. Intensitas penggunaan *smartphone* setiap orang tentu saja berbeda-beda tergantung dari kebutuhan mereka.

Kartono (1987) menyatakan bahwa intesitas adalah besar dan kekuatan dari suatu tingkah laku, jumlah energi dan ukuran fisik dari energi yang dibutuhkan untuk merangsang salah satu indra. Menurut Del Barrio (Ghaida,

2012) intensitas adalah banyaknya kegiatan yang dilakukan dan dapat dilihat dari frekuensi, durasi, perhatian dan penghayatannya. Perilaku yang spesifik yang berkaitan dengan penelitian ini adalah penggunaan *smartphone*. Becker (2010) menyatakan bahwa *smartphone* adalah telepon yang menyatukan berbagai kemampuan yang dapat berfungsi seperti sebuah komputer dengan menawarkan berbagai macam fitur yang menarik, seperti akses internet, email, *game* dan lainnya. *Smartphone* atau ponsel pintar produk teknologi yang memiliki keterampilan mendukung kegiatan manusia, hal ini lah yang mengakibatkan seseorang akan betah berlama-lama dengan *smartphone* mereka. Jadi intensitas penggunaan *smartphone* adalah keadaan tingkatan atau ukuran intensnya dalam mengakses *smartphone* dan akan mempengaruhi keadaan psikologis seseorang.

Penggunaan *smartphone* di kalangan mahasiswa ternyata dapat mempengaruhi banyak hal, baik secara fisik maupun psikis. Dari berbagai macam tinjauan pustaka di atas dapat disimpulkan jika penggunaan *smartphone* dapat memberikan dampak positif dan negatif pada mahasiswa. Semakin lama seorang mahasiswa menggunakan *smartphone* nya maka akan berdampak pada keadaan psikologis mahasiswa tersebut. Przybylski dan Weinstein (2017) mengatakan bahwa durasi ideal dalam menggunakan *gadget* adalah 257 menit atau sekitar 4 jam 17 menit perharinya. Penggunaan di atas durasi tersebut barulah *gadget* dianggap mengganggu kinerja otak.

Penggunaan *smartphone* yang dapat mempengaruhi kesehatan psikologis juga dapat berasal dari konten yang diakses oleh seseorang melalui *smartphonenya*. Menurut Cramer dan Inkster (2017) media sosial mampu memberikan tekanan psikologis karena dapat memberikan harapan yang tidak realistis dan membuat kepercayaan diri yang rendah. Semakin sering seseorang membuka media sosial maka akan semakin besar perasaan depresi dan cemas. Media sosial yang termasuk dalam penelitian ini adalah *Youtube*, *twitter*, *facebook*, *snapchat*, dan *instagram*. Pratama (2017) juga menyatakan jika penggunaan *game online* di *smartphone* dapat menyebabkan prestasi akademik mahasiswa menjadi menurun. Oleh karena itu, fokus dari skripsi ini adalah melihat apakah ada hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa.

Berdasarkan uraian di atas, maka hasil penelitian ini diharapkan akan ada hubungan antara intensitas penggunaan *smartphone* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia. Untuk menunjukkan harapan tersebut, maka penelitian ini akan menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menghitung skor yang didapatkan dan melihat korelasi antara kedua variabel tersebut. Responden yang akan melayani penelitian ini adalah mahasiswa di Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia.

### **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan antara intensitas penggunaan *smartphone* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.

### **C. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Praktis**

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah mampu menambah wawasan tentang apa saja pengaruh yang dapat timbul dari penggunaan *smartphone* terhadap tingkat kesejahteraan psikologis pada mahasiswa.

#### **2. Manfaat Teoritis**

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan secara teoritis berdasarkan penelitian yang telah dilakukan yang berkaitan dengan ilmu psikologi sosial dan klinis tentang pengaruh *smartphone* terhadap kesejahteraan psikologis.

### **D. Keaslian Penelitian**

Keaslian penelitian ini berasal dari penelitian yang dilakukan oleh penulis dan mengacu pada penelitian-penelitian sebelumnya mengenai intensitas penggunaan *smartphone* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Penelitian tersebut diteliti oleh Kumcagiz dan Gundu (2016) yang meneliti tentang kesejahteraan psikologis pada 408 mahasiswa di Fakultas Pendidikan, Ondokuz Mayıs University. Penelitian ini bertujuan untuk

mengungkapkan hubungan antara kecanduan *smartphone* dan kesejahteraan psikologis. Teori yang digunakan oleh peneliti dari Diener, Oishi dan Lucas (2003) yang menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan seseorang untuk mengekspresikan rasa puas tanpa membiarkan orang lain dapat mempengaruhi perasaan positif yang ia alami. Peneliti menggunakan skala kesejahteraan psikologis dan skala singkat kecanduan *smartphone*. Hasil penelitiannya menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecanduan *smartphone* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Relevansi penelitian ini dalam proposal skripsi saya adalah teori yang dipakai sesuai dengan situasi di tempat penelitian yang akan saya lakukan. Penelitian ini bersumber dari International Journal of Higher Education.

Penelitian lain yang berkaitan yaitu dari Zulkefly dan Baharudin (2012) meneliti tentang kesehatan psikologis pada 386 mahasiswa di Universiti Putra Malaysia dan usia rata-rata peserta penelitian ini adalah 20,87 tahun. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengeksplorasi sejauh mana penggunaan ponsel di kalangan mahasiswa dan hubungannya dengan kesehatan psikologis. Penelitian ini mengadaptasi dari penelitian sebelumnya yang telah dilakukan di Thailand (Kawasaki dkk, 2006), Korea (Jee Hyun, Doo-Heum, Seung-Ho & Jaehak, 2008), Norwegia (Ling, 2005) dan menemukan siswa yang sibuk dengan ponsel mereka cenderung mengalami gangguan psikologis. Skala yang digunakan dalam penelitian ini The Rosenberg Self-Esteem (RSE), The Mobile Phone Use

(MPS), The General Health Questionnaire (GHQ). Hasil penelitian ini menunjukkan mahasiswa yang menghabiskan banyak waktu dengan ponsel mereka lebih rentan terhadap gangguan psikologis. Relevansi dari penelitian ini untuk proposal skripsi saya adalah kesesuaian topik penelitiannya dengan topik penelitian yang akan saya lakukan. Penelitian ini bersumber dari European Journal of Scientific Research.

Penelitian mengenai kesejahteraan psikologis juga diteliti oleh Park dan Lee (2012) meneliti tentang kesejahteraan psikologis pada 339 mahasiswa di Korea. Sebagian besar responden penelitian ini berjenis kelamin wanita. Tujuan dari penelitian ini untuk mengeksplorasi hubungan antara motif penggunaan *smartphone*, hubungan sosial dan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini mengadaptasi dari penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa dampak yang ditimbulkan dari *smartphone* erat kaitannya dengan kesejahteraan dan interaksi sosial sehari-hari (Beale, 2005; Cotten, 2009; Leane, Mohammod, Lin, et al, 2011). Penelitian ini menggunakan skala yang disusun berdasar skala Likert untuk menguji aspek-aspek yang ada di dalamnya serta dianalisis menggunakan analisis regresi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa mampu meningkatkan komunikasi melalui *smartphone* dan menunjukkan individu yang menggunakan *smartphone* cenderung rendah tingkat depresi dan kesepian. Relevansi dari penelitian ini untuk proposal skripsi saya adalah kesesuaian topik penelitiannya dengan topik penelitian yang

akan saya lakukan. Penelitian ini bersumber dari Journal Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking.

Penelitian selanjutnya meneliti tentang kualitas tidur, depresi dan kecemasan pada 319 mahasiswa yang memiliki usia rata-rata 20,5 tahun yang diteliti oleh Demirci, Akgonul, dan Akpinar (2015). Tujuan penelitian ini adalah untuk menyelidiki hubungan antara tingkat keparahan penggunaan *smartphone* dan kualitas tidur, depresi, dan kecemasan di kalangan mahasiswa. Teori yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari Kwon dkk (2013) yang mengatakan bahwa kecanduan perilaku atau umunya kecanduan ponsel cerdas sulit untuk didefinisikan karena tidak hanya terkait dengan fisik, tetapi juga faktor sosial dan psikologis. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah The Pittsburgh Sleep Quality Index, Beck Depression Inventory, Beck Anxiety Inventory dan juga Smartphone Addiction Scale. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan berlebihan *smartphone* dapat menyebabkan depresi atau kecemasan yang pada akhirnya akan menyebabkan masalah tidur. Relevansi dari penelitian ini untuk proposal skripsi saya adalah kesesuaian responden penelitiannya sesuai dengan karakteristik responden penelitian yang akan saya lakukan. Penelitian ini bersumber dari Journal of Behavioral Addictions.

Penelitian selanjutnya adalah penelitian milik Ha, Chin, Park, Ryu dan Yu (2008) meneliti tentang masalah psikologis yang terkait dengan penggunaan telepon seluler pada remaja di Korea dengan menggunakan 595 responden.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi kemungkinan masalah psikologis yang terkait dengan penggunaan telepon seluler yang berlebihan pada remaja. Teori yang digunakan dalam penelitian ini dari Bianchi (2005) seseorang yang berlebihan di dalam menggunakan telepon seluler mengalami kesulitan dalam mengontrol waktu, terganggu oleh ponsel dan cenderung memiliki harga diri yang rendah. Skala di dalam penelitian ini menggunakan Excessive Cellular Phone Use Survey (ECPUS), Beck Depression Inventory (BDI), Toronto Alexithymia Scale (TAS-20), Interactional Anxiousness Scale, Rosenberg Self-Esteem Scale, Young's Internet Addiction Scale (IAS). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengguna telepon seluler yang berlebihan mengalami gejala depresi, tingginya kecemasan interpersonal, harga diri yang rendah serta terdapat korelasi positif antara penggunaan telepon seluler berlebih dan kecanduan internet. Relevansi penelitian ini untuk proposal skripsi saya adalah kesesuaian topik penelitiannya dengan topik penelitian yang akan saya lakukan. Penelitian ini bersumber dari Journal Cyberpsychology, Behavior.

Penelitian selanjutnya adalah hubungan antara kualitas atau durasi tidur dan penggunaan ponsel di kalangan mahasiswa milik White, Buboltz, dan Igou (2010). Penelitian ini menggunakan teori dari Brown, Buboltz, dan Aoper (2012) yang menyatakan bahwa panjang dan kualitas tidur yang baik sangat penting untuk kesehatan fisik dan mental dan memiliki kaitan dengan berbagai hasil yang negatif. Penelitian ini menggunakan skala *Sleep Quality Index* (SQI), *The Sleep Habits Survey*, *Mobile Phone Problem Use Scale* (MPPUS), *The SMS*

*Problem Use Scale* (SMS-PUDQ) dan *The Mini IPIP*. Hasil penelitian ini menunjukkan jika terdapat hubungan antara penggunaan ponsel dengan kualitas tidur tetapi tidak dengan durasi tidur. Relevansi dari penelitian ini untuk proposal skripsi saya adalah kesesuaian responden penelitiannya sesuai dengan karakteristik responden penelitian yang akan saya lakukan. Penelitian ini bersumber dari *International Journal of Humanities and Social Science*.

Penelitian selanjutnya yang terkait dengan pengaruh *smartphone* juga diteliti oleh *Rambitan* (2015) yang membahas tentang keterampilan berpikir kritis yang dilakukan pada 50 responden di Samarinda. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki pengaruh *smartphone* pada keterampilan berpikir kritis dalam kaitannya dengan konsep keanekaragaman hayati. Penelitian ini menggunakan teori dari Hasbullah (2006) yang menyatakan bahwa Pendidikan tidak hanya diperoleh dari orang dewasa seperti guru, tetapi dapat diciptakan oleh orang dewasa melalui buku dan lain-lain yang dapat mendukung perkembangan anak-anak. Peneliti ini mengadopsi metode penelitian *quasi-experimental* untuk menyelidiki variabel independent (*smartphone*) pada variabel dependen (kemampuan berpikir kritis siswa) dalam kaitannya dengan konsep keanekaragaman hayati dan menggunakan pre-test dan post-test. Data dianalisis dengan uji t dan di peroleh nilai  $t_{calculation} = 4,30$  dan  $t_{tabulation} = 2,01$ . Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran dengan *smartphone* berpengaruh pada kemampuan berpikir kritis dalam kaitannya dengan konsep biodiversitas. Relevansi penelitian ini dalam proposal skripsi

saya adalah kesesuaian variabel dengan variabel yang akan saya teliti. Penelitian ini bersumber dari American Journal of Educational Research.

Penelitian selanjutnya adalah milik Pambajeng dan Siswati (2017) meneliti tentang *psychological well-being* pada 167 responden dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara *psychological well-being* dengan efikasi. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala efikasi diri dan skala *psychological well-being* dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan jika ada hubungan positif antara *psychological well-being* dengan efikasi diri. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *psychological well-being* maka semakin tinggi efikasi diri. Relevansi penelitian ini dalam proposal skripsi saya adalah kesesuaian variabel dengan variabel yang akan saya teliti. Penelitian ini bersumber dari Jurnal Empati.

Penelitian selanjutnya adalah menguji pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap perilaku komunikasi pada mahasiswa milik Gifary dan Kurnia (2015). Penelitian ini menggunakan teori dari Saverin dan Tankard (1992) yang mengatakan bahwa teori ketergantungan adalah teori tentang komunikasi massa yang menyatakan bahwa ketika seseorang semakin bergantung pada suatu media untuk memenuhi kebutuhannya, media tersebut menjadi semakin penting untuk orang itu. Data primer dikumpulkan melalui metode survei dan menggunakan pendekatan *incidental sampling* dan

menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* berpengaruh signifikan terhadap perilaku komunikasi sebesar 55,4%. Relevansi penelitian ini dalam proposal skripsi saya adalah teori yang dipakai sesuai dengan penelitian yang akan saya lakukan. Penelitian ini bersumber dari Jurnal Sosioteknologi.

Penelitian selanjutnya terkait dengan kesejahteraan psikologis milik Clemente, Hezomi, Allahverdipour, Jafarabadi, dan Safaian (2016). Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengukur stres siswa dan kesejahteraan psikologis pada remaja putri di antara anak perempuan di negara Islam. Penelitian ini mengadopsi penelitian Hagquist (2010) yang menyatakan dalam penelitiannya bahwa adanya hubungan antara peningkatan masalah stres dan mental di kalangan anak perempuan. Penelitian ini adalah penelitian *cross-sectional* dan banyak variabel psikologis yang termasuk dalam penelitian ini yang diukur dengan menggunakan kuesioner yang ditulis sendiri. Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa ada hubungan terbalik yang signifikan antara stres dan kesejahteraan psikologis. Relevansi penelitian ini dalam proposal skripsi saya adalah kesesuaian variabel dengan variabel yang akan saya teliti. Penelitian ini bersumber dari Journal of Child and Adolescent Behavior.

### **1. Keaslian Topik**

Keaslian topik merupakan ide dari penulis yang ingin mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan *smartphone* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa di sebuah perguruan tinggi swasta. Topik yang

diambil merupakan replikasi dari topik penelitian sebelumnya yang diteliti oleh Zulkefly dan Baharudin (2009) yang berkaitan dengan intensitas penggunaan *smartphone* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Beberapa penelitian telah meneliti mengenai kesejahteraan psikologis.

## **2. Keaslian Teori**

Keaslian teori yang digunakan adalah replikasi teori milik Ryff (1989) untuk kesejahteraan psikologis termasuk aspek-aspek yang mendukung. Teori milik Ryff (1995) untuk menjelaskan faktor mengenai kesejahteraan psikologis. Teori intensitas penggunaan *smartphone* menggunakan teori milik Del Barrio (Ghaida, 2012).

## **3. Keaslian Alat Ukur**

Keaslian alat ukur pada penelitian ini direplikasi dari alat ukur lain yang terdapat dalam penelitian sebelumnya. Alat ukur kesejahteraan psikologis menggunakan *The Psychological Well-Being Scale* milik Ryff (1989) yang diadaptasi oleh Putri (2015). Selain itu, untuk variabel intensitas penggunaan *smartphone* berdasarkan aspek intensitas menurut Del Barrio (Ghaida, 2012) dan untuk skala dimodifikasi oleh peneliti dari Prakoso (2017).

## **4. Keaslian Responden**

Keaslian responden pada penelitian ini merupakan mahasiswa di Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia.

Mahasiswa berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan. Responden ini berusia antara rentang 17-25 tahun.