

REPUBLIC INDONESIA  
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

# SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202360827, 29 Juli 2023

## Pencipta

Nama : **Puti Alifia Diwani dan Riana Sahrani**  
Alamat : Jl Rindang No.10 RT01/RW11, Tangkerang Selatan, Bukit Raya,  
Pekanbaru, Riau, 28282  
Kewarganegaraan : Indonesia

## Pemegang Hak Cipta

Nama : **Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas  
Tarumanagara**  
Alamat : Jl. Letjen. S. Parman No.1 , Jakarta Barat, DKI JAKARTA 11440  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Jenis Ciptaan : **Poster**  
Judul Ciptaan : **Peranan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan  
Remaja Dengan Problematic Smartphone Use**  
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali : 17 Juli 2023, di Jakarta Barat  
di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia  
Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali  
dilakukan Pengumuman.  
Nomor pencatatan : 000493767

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA  
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri



Anggoro Dasananto  
NIP. 196412081991031002

## Disclaimer:

Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.

# PERANAN EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN PADA REMAJA DENGAN PROBLEMATIC SMARTPHONE USE

## Latar Belakang

Dalam 10 tahun terakhir, penggunaan *smartphone* berlebihan (*problematic smartphone use*) telah menjadi masalah perilaku serius di kalangan anak-anak dan remaja (Kliesener et al., 2022). Di Cina, sekitar 80% remaja memiliki *smartphone*, dan hampir 40% dari mereka menggunakan *smartphone* tanpa batasan serta 22,8% remaja kecanduan *smartphone* (Gong et al., 2022). Remaja yang menghadapi stres dan cemas berlebihan cenderung menggunakan *smartphone* untuk mengelola suasana hati, mengimbangi interaksi sosial, dan melarikan diri dari kenyataan (*avoidance coping*) (Yang et al., 2021). Kecemasan dan perilaku menghindar umumnya disebabkan oleh beberapa faktor seperti rendahnya efikasi diri dan kurangnya dukungan sosial yang diterima individu.

SEBERAPA BESAR NILAI HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL BERPERAN TERHADAP KECEMASAN REMAJA DENGAN PSU?



## Kajian Pustaka

PROBLEMATIC SMARTPHONE USE (PSU)

Perilaku berlebihan/ kompulsif penggunaan *smartphone* yang dapat mengakibatkan gangguan fungsi sehari-hari paenggunanya (Kwon et al., 2013). Ada enam dimensi PSU yaitu *daily-life disturbance*, *positive anticipation*, *withdrawal*, *cyberspace-oriented relationship*, *overuse*, dan *tolerance*.

EFIKASI DIRI

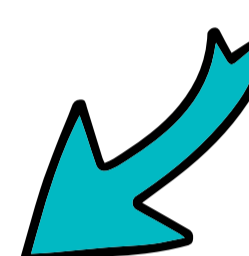
Persepsi individu bahwa ia mampu melaksanakan perilaku yang diperlukan untuk mencapai tujuannya (Bandura, 1997). Ada 3 dimensi efikasi diri yaitu *level*, *strength*, dan *generality*.

DUKUNGAN SOSIAL

Persepsi individu bahwa ia diperhatikan, dihargai, dan disertakan oleh orang lain di lingkungannya (Marlene & Sahrani, 2021). Sumber dukungan sosial remaja adalah keluarga, teman sebaya, dan orang lainnya seperti guru.

KECEMASAN

Emosi individu yang terdiri dari respon ketegangan, gugup, khawatir, yang menyebabkan rasa tidak nyaman (Daviu et al., 2019). Ada 4 aspek kecemasan yaitu *physical symptoms*, *thought*, *behaviour*, dan *feelings*.



## Metode Penelitian

KUANTITATIF NON-EKSPERIMENTAL,  
PURPOSIVE SAMPLING



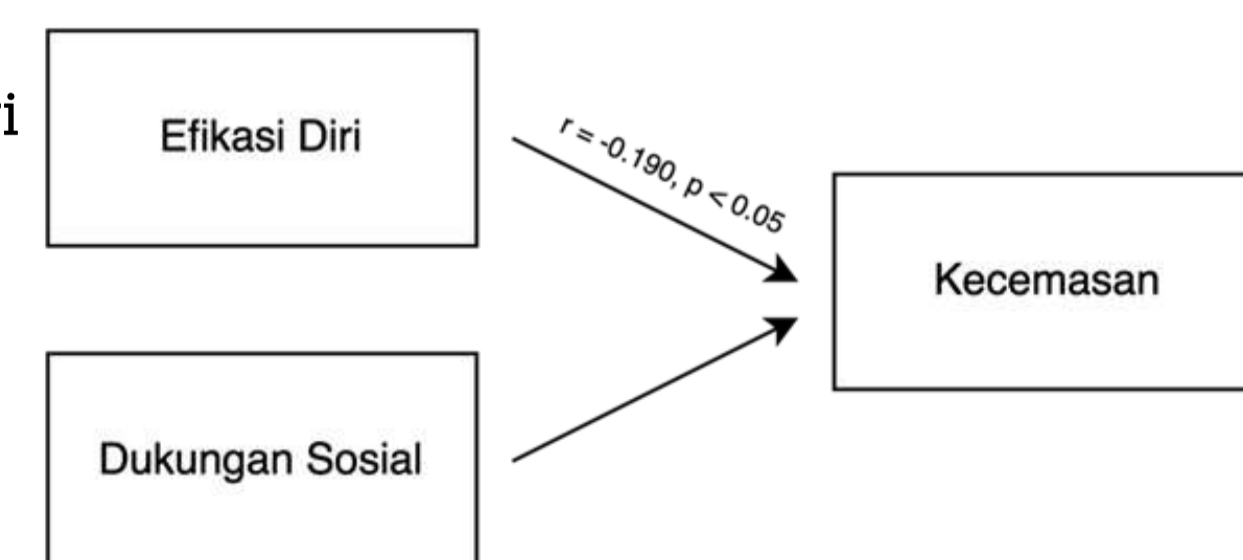
315 SISWA  
14 - 17 TAHUN  
JAKARTA

## Alat Ukur Penelitian

- *Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV)* (Kwon et al., 2013)
- *General Self-Efficacy Scale (GSES)* (Ralf-Schwarzer et al., 1992)
- *Multidimensional Scale of Perceive Social Support (MSPSS)* (Zimet 1998)
- *Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS)* (Zung, 1971)

## Hasil Penelitian

Data demografi menunjukkan bahwa 61% dari total partisipan dengan PSU menggunakan *smartphone*-nya untuk media sosial. Mayoritas partisipan juga menghabiskan 7-12 jam sehari untuk menggunakan *smartphone*. Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara efikasi diri dan kecemasan pada remaja dengan nilai korelasi pearson sebesar  $-0.190$ ,  $p < 0.05$ . Hal ini berarti semakin tinggi tingkat efikasi diri partisipan maka akan semakin rendah resiko kecemasan yang dialami. Selain itu, tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan pada remaja dengan PSU.



Penelitian ini membuktikan bahwa efikasi diri berperan dalam mengurangi resiko kecemasan pada remaja dengan PSU. Remaja dengan efikasi diri yang tinggi akan memiliki kontrol yang lebih baik atas waktu dan diri mereka sendiri, memiliki lebih sedikit cemas, memiliki tujuan yang lebih tinggi, serta tidak mudah menyerah saat menghadapi kesulitan. Sebaliknya, remaja dengan efikasi diri yang rendah cenderung menggunakan strategi yang tidak efektif seperti penerimaan atau pasrah terhadap masalah. Diharapkan dengan meningkatkan efikasi diri dapat membantu remaja melakukan koping positif saat menghadapi rasa cemas. Selain itu, PSU dapat mengarah pada penggunaan sosial media yang bermasalah yang menyebabkan kurangnya dukungan sosial di kehidupan nyata. Dukungan sosial online tidak berhubungan dengan kesehatan mental dan berkaitan dengan isolasi sosial yang menyebabkan peningkatan kecemasan.

