

Adiksi *Smartphone* Ditinjau dari *Attachment* Orang Tua – Remaja dan Regulasi Emosi

Renyep Proborini

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Lampung
rproborini66@gmail.com

Sovi Septania

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Lampung

Abstract

The problem of smartphone addiction which is increasing and has negative impacts cognitively, emotionally and socially, is the background that drives this research. This study aims to examine the effect of parent-adolescent emotional regulation and attachment on smartphone addiction. There are two independent variables, namely emotional regulation and parent-adolescent attachment and one dependent variable, namely smartphone addiction.

The study was conducted at SMAN 16 Bandar Lampung, with a sample of 325 students. The sample was selected by the purposive sampling technique. The research method uses quantitative methods. Measurement of smartphone addiction using the SAI or Smartphone Addiction Inventory scale from Lin, attachment using the IPPA (Inventory of Parent and Peer Attachment) scale from Greenberg, and emotion regulation using the Emotion Regulation Questionnaire scale from Gross. There are three research hypotheses, namely (H1): there is an effect of parent-adolescent attachment on smartphone addiction. (H2) there is an effect of emotion regulation on smartphone addiction and (H3) there is an effect of parent-adolescent attachment and emotion regulation on smartphone addiction

The results showed that parent-adolescent attachment had a relationship of – 0.231 with smartphone addiction, while emotion regulation was not proven to have a relationship. The two independent variables together have a relationship with smartphone addiction of 0.311 and the magnitude of the influence of 9.6% on smartphone addiction.

Keywords: *smartphone addiction; parent-adolescent attachments; emotion regulation*

Abstrak

Permasalahan adiksi *smartphone* yang semakin meningkat dan membawa dampak negative secara kognitif, emosi dan social, menjadi latarbelakang yang mendorong penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh regulasi emosi dan attachment orang tua – remaja terhadap adiksi *smartphone*. Ada dua variabel

bebas yaitu regulasi emosi dan attachment orang tua -remaja serta satu variabel terikat yaitu adiksi *smartphone*.

Penelitian dilakukan di SMAN 16 Bandarlampung, dengan sampel 325 siswa. Sampel dipilih dengan teknik purposive sampling. Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif. Pengukuran adiksi *smartphone* menggunakan skala SAI atau *Smartphone Addiction Inventory* dari Lin, attachment menggunakan skala IPPA (*Inventory of Parent and Peer Attachment*) dari Greenberg, dan regulasi emosi menggunakan skala *Emotion Regulation Questionnaire* dari Gross. Ada tiga hipotesis penelitian yang diajukan yaitu (H1): ada pengaruh attachment orang tua-remaja terhadap adiksi *smartphone*. (H2) ada pengaruh regulasi emosi terhadap adiksi *smartphone* dan (H3) ada pengaruh attachment orang tua-remaja dan regulasi emosi terhadap adiksi *smartphone*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa attachment orang tua -remaja memiliki hubungan sebesar $-0,231$ dengan adiksi *smartphone*, sedangkan regulasi emosi tidak terbukti memiliki hubungan. Kedua variabel bebas secara bersama-sama memiliki hubungan dengan adiksi *smartphone* sebesar $0,311$ dan besarnya pengaruh $9,6\%$ terhadap adiksi *smartphone*.

Kata Kunci: adiksi *smartphone*; attachment orang tua-remaja; regulasi emosi

Pendahuluan

Smartphone merupakan perlengkapan yang penting dalam kehidupan modern sekarang ini yang memudahkan penggunaannya untuk menyelesaikan urusan baik pribadi, social, pekerjaan, dan pendidikan. Namun demikian, *smartphone* tidak selalu memberikan dampak positif ketika digunakan secara berlebihan dari segi waktu ataupun penyalahgunaan fungsi. Kasus adiksi game online, pornografi, perundungan, trafficking, hingga penyebaran berita bohong serta penggunaan berlebihan yang menyebabkan adiksi merupakan dampak negative yang mengancam kesejahteraan psikologis pengguna dan masyarakat.

Hasil survey yang dilakukan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJI, 2018) tahun 2018 menunjukkan bahwa pengguna internet paling banyak mengakses melalui *smartphone*, dan pengguna internet terbesar adalah remaja usia 15-19 tahun yang mencapai 91% dari kelompok usia tersebut. Data ini menunjukkan bahwa potensi munculnya permasalahan adiksi *smartphone* di Indonesia, khususnya pada remaja, menjadi semakin besar.

Bahaya adiksi *smartphone* ini menjadi isu global yang dari tahun ke tahun semakin meningkat. Penelitian mengenai adiksi *smartphone* menunjukkan bahwa

adanya hubungan dengan depresi (Alhassan, et al 2018; Kim, et al, 2017; Kim et al (2018), *anxiety* (Kim et all, 2018), kesepian (Kim et al, 2017), dan kurangnya kemampuan dalam regulasi emosi (Cimino., Cerniglia, 2018; Akbari, 2017; Froushani., Akrami, 2018) serta kualitas relasi remaja-orang tua (Azizah et al, 2019).

Permasalahan penggunaan *smartphone* menurut Billieux (2012) adalah ketidakmampuan untuk mengatur penggunaan *smartphone* sehingga memberikan konsekuensi negative pada kehidupan sehari-hari. Sama halnya dengan adiksi zat kimia, adiksi *smartphone* juga ditandai dengan kurangnya kemampuan untuk control diri, toleransi, ketergantungan, kecemasan untuk berinteraksi, perubahan pola pikir, gangguan dalam aktivitas sehari-hari, tidur dan relasi social (Simo-Sanz, et al, 2018).

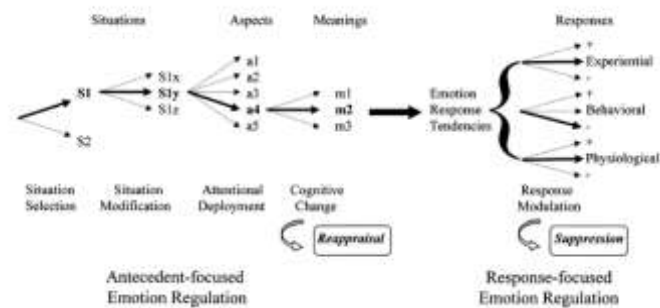
Melalui pendekatan teori *attachment*, adiksi *smartphone* berakar dari *attachment* dengan mediasi rasa kesepian dan depresi (Kim et al, 2017). Teori tentang *attachment* digagas oleh Bowlby dan Ainsworth (Papalia, et al, 2009). Hubungan afeksional antara bayi dengan pengasuh utama, yaitu ibu, memunculkan rasa saling mempercayai antara keduanya. Kedekatan dan kemesraan antara ibu-bayi memungkinkan untuk saling memahami, memberikan respon secara tepat sesuai dengan kebutuhan serta saling mendekatkan diri. *Attachment* ini merupakan model internal yang kemudian diterapkan dalam lingkungan social yang lebih luas. Pengukuran terhadap kualitas *attachment* dapat memprediksikan perkembangan kepribadian, kualitas relasi social, kehidupan berorganisasi serta tingkat stress (Rubinstein, et al, 2012).

Menurut Bolwby, *Attachment* antara orang tua dengan anak ketika kecil, merupakan model mental dalam hubungannya dengan lingkungan sosial ketika individu berkembang remaja dan dewasa (Papalia, et al, 2009). *Attachment* yang kurang aman dengan orang tua, mencerminkan adanya masalah dalam mengelola emosi. Anak dengan orang tua kurang nyaman dalam berinteraksi, cemas untuk mendekatkan diri dan membuka diri. Satu sama lain kurang memahami emosinya sehingga respon emosi kurang tepat. Remaja dengan *attachment* yang kurang,

mengalami kesepian dan depresi (Kim, Cho, Kim, 2017) serta agresif (Nunes, et al, 2013).

Permasalahan emosi yang muncul akibat kurangnya kualitas attachment orang tua dan anak, sekaligus mencerminkan kurangnya kemampuan dalam meregulasi emosi. Regulasi emosi merupakan kemampuan untuk menyadari, mengevaluasi dan memodifikasi emosi untuk mencapai tujuan (Thompson, 1994)g. Kurangnya kemampuan regulasi emosi ditandai dengan reaksi emosi yang berlebihan atau tidak sesuai dengan stimulus. Permasalahan regulasi emosi pada remaja menjadi semakin kompleks ketika lingkungan turut memberikan pengaruh, seperti sikap yang kurang peduli, perundungan serta kecenderungan untuk meniru teman sebaya. Relasi dengan teman sebaya menjadi terganggu ketika remaja kurang mampu mengendalikan dirinya. Sebagai kompensasi untuk mendapat kepuasan yang tidak diperoleh dari relasi dengan teman sebaya dan orang tua, maka remaja menggunakan *smartphone* untuk memenuhi kebutuhannya.

Gross (2002) mendefinisikan regulasi emosi sebagai proses di mana individu mempengaruhi emosinya, menyadari emosinya, mengalami dan mengekspresikan. Proses ini menjadi dinamis mengingat emosi memiliki sejumlah komponen yaitu fisiologis, kognitif, afektif dan perilaku. Gross membuat model proses regulasi emosi, yang terdiri dari 5 proses, yaitu (1) seleksi situasi, (2) memodifikasi situasi, (3) meningkatkan atensi, (4) mengubah kognisi, (5) modulasi respon. Proses 1-4 merupakan *antecedent focused* atau *reappraisal*. Dalam proses ini, individu melakukan penilaian sebelum emosi benar-benar teraktivasi. Proses ke-5 dinamakan *response-focused* atau *suppression*, yang mengintervensi ketika emosi telah siap dan kecenderungan respon telah terbentuk.



Gambar 1: Model proses regulasi emosi, adaptasi dari Gross (2001)

Cole (dalam Eisenberg, 2004) mendefinisikan regulasi emosi sebagai semua perubahan yang diaktivasi oleh emosi. Perubahan ini meliputi perubahan emosi dari segi intensitas dan durasi serta proses psikologis yang lain.

Regulasi emosi merupakan proses yang bersifat dinamis karena berkaitan dengan situasi, konteks situasi, kebutuhan, pengalaman, persepsi, evaluasi dan konsekuensi sosial.

Penelitian mengenai adiksi *smartphone* dan internet menunjukkan bahwa adanya dampak adiksi terhadap ketidakmampuan meregulasi emosi (Akbari, 2017), belum memiliki identitas diri, rendah diri (Bueso, et al, 2018), depresi (Alhassan, et al, 2018; Kim, et al. 2018), kecemasan social (Kim, et al 2018; Bueso et al, 2018; Dewi, 2016), kesendirian dan rasa malu (Leung, Bian, 2014).

Regulasi emosi dapat mempengaruhi dan dipengaruhi oleh adiksi *smartphone*. Penelitian longitudinal yang dilakukan oleh Cimino dan Cerniglia (2018) menyimpulkan bahwa kemampuan regulasi emosi pada anak usia 2 tahun dapat menjadi predictor terhadap masalah adiksi internet ketika remaja. Anak yang kurang mampu menyeimbangkan perhatian terhadap diri dan lingkungan, memiliki kecenderungan mengalami adiksi yang lebih tinggi. Froushani dan Akrami (2018) juga mendapati bahwa kurangnya kemampuan meregulasi emosi mendorong permasalahan adiksi pada obat-obatan terlarang.

Pada dasarnya, individu yang mampu meregulasi emosi dengan baik, akan mengatur perhatiannya dengan berfokus pada permasalahan yang mampu diselesaikannya ataupun dimodifikasi sehingga ia mampu menerima, mengubah persepsinya dan menentukan respon yang dapat diterima oleh dirinya dan orang

lain. Individu mampu mengendalikan diri dengan menekan emosi negative, ataupun memilih situasi yang kurang beresiko memunculkan emosi negative. Regulasi emosi yang baik, membantu remaja untuk mendekati diri dengan teman sebayanya (Rasyid, 2012).

Kosutic, et al (2019) menemukan bahwa depresi pada remaja dipengaruhi oleh *insecure attachment* dan ketidakmampuan meregulasi emosi. *Attachment* yang merupakan hubungan afeksi orang tua dengan anak, berkaitan erat dengan regulasi emosi. Pada dasarnya, individu yang mampu mengelola emosinya, akan memiliki kemampuan untuk mendekati diri, membuka diri melalui komunikasi dan mempercayai orang lain. Dan sebaliknya ketika individu dibesarkan dengan *attachment* yang kurang baik, akan mengalami masalah dalam mengelola emosi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Interaksi remaja dengan lingkungan membuka peluang akan terjadinya hubungan timbal balik. Remaja yang bermasalah dalam relasinya dengan teman sebaya akan memancing sikap penolakan dari teman sebaya. Keterasingan dan depresi menjadi penyebab remaja menggunakan *smartphone* untuk mendapatkan kenyamanan dan kebutuhan untuk bahagia.

Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengukur pengaruh *attachment* orang tua- remaja terhadap adiksi *smartphone*. (2) mengukur pengaruh regulasi emosi terhadap adiksi *smartphone*. (3) mengukur pengaruh *attachment* orang tua-remaja dan regulasi emosi terhadap adiksi *smartphone*. Hipotesis penelitian yang diajukan yaitu (H1): ada pengaruh *attachment* orang tua- remaja terhadap adiksi *smartphone*. (H2) ada pengaruh regulasi emosi terhadap adiksi *smartphone* dan (H3) ada pengaruh *attachment* orang tua-remaja dan regulasi emosi terhadap adiksi *smartphone*.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan dua variabel bebas, yaitu *attachment* orang tua-remaja dan regulasi emosi serta satu variabel bergantung, yaitu adiksi *smartphone*.

1. Instrumen Penelitian

Pengukuran ketiga variabel dilakukan dengan menggunakan skala psikologis yang sudah ada dan telah banyak digunakan dalam berbagai penelitian. Bentuknya adalah skala Likert, dengan masing-masing aitem memiliki 4 alternatif jawaban yaitu: (1) tidak pernah/hampir tidak pernah, (2) kadang-kadang, (3) sering, (4) selalu/hampir selalu.

Adiksi *smartphone* diukur dengan SAI atau *Smartphone Addiction Inventory* (Lin, et al, 2014). Konstruksi SAI menggunakan empat dimensi adiksi zat dari DSM V, yaitu perilaku kompulsif, kerusakan fungsi, *withdrawal*, dan toleransi. (1) Perilaku kompulsif adalah dorongan untuk melakukan tindakan, dalam hal ini menggunakan *smartphone*, meskipun memahami adanya konsekuensi negative. Individu kurang mampu menahan diri dan kurang mampu mengambil keputusan dengan tepat. (2) Kerusakan fungsi yang dimaksud adalah fungsi secara fisiologis, psikologis dan social. Penggunaan *smartphone* berlebihan dapat mempengaruhi mata, kacaunya penggunaan waktu serta penurunan kualitas hubungan dengan orang lain. (3) Toleransi merupakan kebutuhan untuk meningkatkan dosis penggunaan hingga mencapai kepuasan. (4) *Withdrawal* adalah kesulitan untuk menghentikan atau mengurangi penggunaan.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas dan validitas, dari 26 aitem SAI, ada 1 aitem yang gugur sehingga sisanya, 25 aitem yang valid dan reliabel dengan koefisien alpha Cronbach 0,893, serta corrected aitem-total correlation 0,307 -0,597.

Attachment orang tua-remaja diukur dengan menggunakan IPPA (*Inventory of Parent and Peer Attachment*) dari Greenberg (1987). Skala ini terdiri dari 3 *attachment*, yaitu *attachment* ayah, *attachment* ibu dan *attachment* teman sebaya, yang masing-masing terdiri dari 25 aitem. Khusus untuk penelitian ini, hanya diberikan 2 *attachment*, yaitu ayah dan ibu, sehingga total ada 50 aitem. Dimensi yang diukur ada 3 yaitu (1) *trust*, (2) komunikasi, (3) keterasingan. Setelah dilakukan pengujian validitas dan reliabilitas, ada 8 aitem yang gugur sehingga yang digunakan ada 42 aitem. Reliabilitasnya memuaskan dengan Alpha Cronbach 0,926 dan valid, dengan corrected aitem-total correlation 0,315- 0,678.

Skala regulasi emosi diukur dengan *Emotion Regulation Questionnaire* dari Gross (Balzarotti, 2010). Skala dibuat berdasarkan 2 strategi regulasi emosi yaitu reappraisal dan suppression. Ada 10 aitem, dan yang gugur 1 aitem, sehingga ada 9 aitem yang digunakan. Skor Alpha Cronbach 0,750 dengan corrected aitem – total correlation 0,279 - 0,545.

Tabel 1. Hasil uji reliabilitas dan validitas skala penelitian

Skala	Alpha Cronbach	Corected aitem-total correlation	Aitem gugur	Aitem valid
Adiksi smartphone	0,893	0,307 – 0,597	1	25
Attachment orang tua-remaja	0,926	0,315 – 0,678	8	42
Regulasi emosi	0,750	0,279 – 0,545	1	9

2. Subyek Penelitian dan Teknik Sampling

Populasi penelitian ini adalah siswa SMAN 16 Bandarlampung yang berjumlah 688 orang. Subyek penelitian dipilih dengan teknik purposive sampling yaitu siswa yang memiliki smartphone. Jumlah sampel yang didapat 325 orang.

3. Analisis Data

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan statistic inferensial, yaitu regresi berganda. Sedangkan untuk mendapatkan gambaran tentang subyek, khususnya kategori adiksi smartphone, attachment dan regulasi emosi, maka digunakan analisis deskriptif.

Hasil & Pembahasan

1. Hasil Analisis Deskriptif

Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap ketiga variabel, didapatkan kategori untuk masing-masing variabel, yang tersajikan dalam tabel berikut.

Tabel 2. Kategori data

Adiksi smartphone			
Kategori	Rentang	Frekuensi	%
Rendah	< 50	201	61,8 %
Sedang	50-75	118	36,3%
Tinggi	>75	6	1,8%
	Jumlah	325	100%

Attachment orang tua – remaja			
Kategori	Rentang	Frekuensi	%
Rendah	< 84	6	1,8%
Sedang	84-126	218	67,1%

Tinggi	>126	101	31,1%
	Jumlah	325	100%
Regulasi emosi			
Kategori	Rentang	Frekuensi	%
Rendah	< 18	5	1,5%
Sedang	18-27	194	59,7%
Tinggi	>27	126	38,8%
	Jumlah	325	100%

Adiksi smartphone pada para subyek, mayoritas di level rendah (61,8%). Maksudnya, sebagian besar subyek kurang bergantung pada smartphone atau menggunakannya secara terbatas. Sebanyak 36,3% di level sedang dan 1,8% di level tinggi. Kurang dari 2 % saja yang sangat adiktif.

Kategori attachment mayoritas di level sedang sebanyak 67,1%. Remaja cukup memiliki kedekatan, cukup komunikatif dan saling memahami dengan kedua orang tuanya. Sebagian kecil (1,8%) memiliki kelekatan yang tidak aman, komunikasi terbatas dan berjarak. Sedangkan sisanya (31,1%) memiliki kelekatan yang aman dengan kedua orang tua.

Regulasi emosi yang dimiliki para subyek, sebagian besar di level sedang (59,7%), bermakna mayoritas subyek cukup dapat mengelola emosinya. Sedangkan siswa yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang tinggi, mencapai 38,8 %.

2. Hasil Uji Asumsi

Uji asumsi sebelum uji regresi berganda perlu memastikan bahwa ketiga variabel normal, antara variabel bebas dan bergantung memiliki hubungan linear dan antara kedua variabel bebas tidak ada hubungan linear atau tidak multikolier. Uji normalitas terhadap ketiga variabel dengan menggunakan tes Kolmogorov-Smirnov. Nilai Z 1,181 dengan taraf signifikasinya 0,123. Dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel berdistribusi normal.

**Tabel 6 Uji normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		325
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0E-7
	Std. Deviation	10.02704907
Most Extreme Differences	Absolute	.066
	Positive	.066
	Negative	-.038
Kolmogorov-Smirnov Z		1.181
Asymp. Sig. (2-tailed)		.123

a. Test distribution is Normal.

Uji linearitas antara adiksi smartphone dengan regulasi emosi, menunjukkan bahwa $\alpha=0,218$ (atau $> 0,05$) bermakna antara kedua variable tidak linear. Sedangkan pengujian terhadap adiksi smartphone dengan attachment terbukti memiliki hubungan linear, dengan $\alpha = 0,000$ ($< 0,05$).

Uji multikolinearitas antara kedua variable bebas yaitu regulasi emosi dan attachment orang tua-remaja, menunjukkan bahwa tidak ada gejala multikolinearitas (VIF = 1,000 atau < 10).

Hasil Uji Hipotesis

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.311 ^a	.096	.091	10.058

a. Predictors: (Constant), attach_ot, regulasi emosi

b. Dependent Variable: adiksi smartphone

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	3476.042	2	1738.021	17.180	.000 ^b
Residual	32575.515	322	101.166		
Total	36051.557	324			

a. Dependent Variable: adiksi smartphone

b. Predictors: (Constant), attach_ot, regulasi emosi

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	71.380	5.813		12.280	.000
1 regulasi emosi	.145	.123	.063	1.181	.239
attach_ot	-.231	.040	-.303	-5.715	.000

a. Dependent Variable: adiksi smartphone

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.304 ^a	.093	.090	10.064

a. Predictors: (Constant), attach_ot

b. Dependent Variable: adiksi smartphone

Berdasarkan hasil uji regresi berganda, terbukti bahwa attachment orang tua- remaja serta regulasi emosi memiliki hubungan atau korelasi dengan adiksi smartphone. Besarnya hubungan sebesar 0,311, dengan $F = 17,18$ dan $\alpha = 0,000$. Kedua variabel bebas memberikan sumbangan efektif sebesar 9,6% terhadap adiksi smartphone.

Apabila dilakukan uji regresi dengan metode stepwise, didapatkan bahwa regulasi emosi tidak memiliki hubungan dengan adiksi smartphone (koefisien regresi = 0,145 dengan $\alpha = 0,239$). Variabel attachment saja yang memiliki pengaruh terhadap adiksi smartphone, dengan koefisien regresi = - 0,231 dengan $\alpha = 0,000$. Arah hubungan negatif bermakna bahwa semakin baik dan aman attachment maka semakin rendah peluang remaja mengalami adiksi smartphone.

Attachment terbangun dari kepercayaan, komunikasi serta keterasingan Armsde & Greenberg (1987). Remaja yang percaya terhadap orang tuanya akan nyaman ketika berada bersama orang tuanya, terbuka dan saling memahami. Komunikasi yang terjalinpun berjalan efektif. Remaja merasa diterima dan mendapatkan pemenuhan kebutuhannya akan kasih sayang dan perhatian. Kondisi ini yang kemudian menjadi membantu untuk tidak perlu menjadikan smartphone sebagai sarana untuk mendapatkan kesenangan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pernyataan Kim (2017) yang menemukan bahwa menyatakan bahwa attachment berkaitan depresi dan kesepian yang pada akhirnya akan mempengaruhi gejala adiksi smartphone. Arah hubungan antara attachment dan adiksi smartphone berbanding terbalik. Bila remaja memiliki hubungan yang aman dan nyaman dengan orang tuanya maka peluang untuk adiktif terhadap smartphone akan semakin berkurang. Sebaliknya bila remaja kurang nyaman bersama orang tuanya maka peluang untuk adiktif menjadi lebih besar. Pada subyek penelitian, baik adiksi smartphone maupun attachment, mayoritas berada pada kategori sedang.

Hasil penelitian ini tidak terbukti adanya hubungan antara regulasi emosi dengan adiksi smartphone. Hal ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Cimino (2018), Mehdi (2017) serta Fraushani dan Akrami (2018) membuktikan bahwa regulasi emosi yang buruk berhubungan dengan lemahnya kemampuan diri untuk mengendalikan penggunaan smartphone. Peluang adiksi pada penelitian ini, kemungkinan dipengaruhi oleh factor-faktor lain yang tidak diteliti.

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adiksi smartphone memiliki hubungan dengan attachment orang tua -remaja dengan kekuatan hubungan – 0,231. Hubungan yang erat dan nyaman antara remaja dengan orang tua, akan mengurangi kemungkinan remaja mengalihkan kebutuhan akan rasa aman ke smartphone. Regulasi emosi tidak terbukti memiliki peran dalam proses adiksi smartphone.

Saran

Replikasi penelitian dapat dilakukan dengan subyek siswa SMA, untuk membuktikan secara lebih luas. Selain itu, untuk pengembangan sekaligus penerapan hasil penelitian, dapat dilakukan penelitian eksperimental tentang intervensi terhadap *attachment*. Tujuannya adalah untuk mengkaji efektivitas intervensi terhadap *attachment*, yang secara tidak langsung dapat mempengaruhi derajat adiksi smartphone.

Ucapan Terimakasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Kementerian Riset dan Teknologi atas bantuan dana Penelitian Dosen Pemula tahun 2020 sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- APJII Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, Laporan Survey Penetrasi & Profil Perilaku Pengguna Internet Indonesia tahun 2018 Indonesia Internet Service Provider Association. Jakarta. Retrieved from <https://apjii.or.id>
- Alhassan,A., Almutairi, AF., Alqadhib,EM., Taha,NW., Alahmari, RA., Salam, M., 2018, The relationship between addiction to smartphone usage and depression among adults: a cross sectional study, *BMC Psychiatry* 18:148
- Akbari.Mehdi, 2017, Metacognition or Distress Intolerance: The Mediating Role in The Relationship between Emotional Dysregulation and Problematic Internet Use, *Addictive Behavior Reports* 6
- Azizah, SM., Andayani, R., Scarvanovi, BW., 2019, Kualitas Relasi Remaja dengan Orang Tua dan Kecanduan Internet pada Siswa Sekolah Menengah Atas Pengguna *Smartphone*, *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, Vol. 9, No. 2, 112-121.
- Armsde, GC., Greenberg, MT., 1987, The Inventory of Parent and Peer Attachment; Relationship to Wellbeing Adolescence, *Journal of Youth and Adolescence*, 16 (5), 427-454
- Balzarotti, S., John, OP., Gross, JJ., 2010, An Italian Adaptation of The Emotion Regulation Questionnaire, *European Journal of Psychological Assessment* vol. 26 (1): 61-67.
- Bueso, VG., Santamaria, JJ., Fernandez, D., Montero, E., Mursia, SJ., Merino, L., Gutierrez, AP., Ribas, J., 2018, Internet Gaming Disorder in Adolescents: Personality, Psychopathology and Evaluation of a Psychological Intervention Combined With Parent Psychoeducation, *Frontiers in Psychology*, article 787 , volume 9, May.
- Billieux, J., 2012, Problematic Use of The Mobile Phone: A Literature review and a pathways model, *Curr Psychiatry Rev (Internet)*8 (4): 299-307
- Cimino, S., Cerniglia, L., 2018, A Longitudinal Study for the Empirical Validation of an Ethio-pathogenetic Model of Internet Addiction in Adolescence Based on Early Emotion Regulation, *Hindawi, BioMed Research International*, Article ID 4038541
- Dewi,N., Trikusumaadi,SK., 2016, Bahaya Kecanduan Internet dan Kecemasan Komunikasi terhadap Karakter Kerja Sama pada Mahasiswa, *Jurnal Psikologi*, volume 43 no.3, 220-230
- Eisenberg, N., Spinrad, T., 2004, Emotion-Related Regulation: Sharpening the Definition, *Child Development*, vol.75, no.2, 334-339.
- Froushani, MA., Akrami, N., 2018, The relationship between cognitive emotion regulation and tendency of addiction in adolescents, *International Journal of Educational and Psychological Researches*, Published by Wolters Kluwer – Medknow
- Gross, JJ., 2002, Emotion regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences, *Psychophysiology*, 39 , 281–291.

- Kosutic, ZK., Voncina, MM., Dukanac, V., 2019, Attachment and emotional regulation in adolescents with depression, *Vojnosanit Pregl* 2019; 76(2): 127–135.
- Kim, EY., Cho, I., Kim, EJK., 2017, Structural Equation Model of Smartphone Addiction Based on Adult Attachment Theory: Mediating Effects of Loneliness and Depression *Asian Nursing Research* 11, 92e97
- Kim, YJ., Jang, HM., Lee, D., Kim, DJ., 2018, Effects of Internet and Smartphone Addictions on Depression and Anxiety Based on Propensity Score Matching Analysis *International Journal Environment. Research Public Health*, 15, 859
- Lin, YH., Chang, LR., Lee, YH., Tseng, HW., Kuo, TBJ., Chen, SH., 2014, Developmental and Validation of the Smartphone Addiction Inventory (SPAI), *Plos One Journal*, vol.9, issue 6.
- Leung, L., Bian, M., 2014, Linking Loneliness, Shyness, Smartphone Addiction Symptoms, and Patterns of Smartphone Use to Social Capital, *Social Science Computer Review*, 1-19
- Nunes, Sandra Adriana Neves., Faraco, Ana Maria Xavier., Vieira, Mauro Luis.(2013). *Attachment and Parental Practices as Predictor of Behavioral Disorder in Boys and Girls*, *Paidèia*, sep-dec 2013 vol.23 no.56, 369-377.
- Papalia, Olds, Feldman (2009). *Human Development*, Perkembangan Manusia. Buku 2. Jakarta: Salemba Humanika.
- Rasyid, M., 2012, Hubungan antara Peer Attachment dengan Regulasi Emosi Remaja yang Menjadi Siswa di Boarding School SMA Negeri 10 Samarinda, *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, vol.1 no.03, Desember.
- Rubinstein, Gidi., Tziner, Aharon., Bilig, Miriam, (2012). Attachment, Relationship Quality and Stressful Life Events: A Theoretical Meta-Perspective and Some Preliminary Results. *Revista de Psicologia del Trabajo y de Las Organizaciones*. Vo.28 no.3, 151-156.
- Simo-Sanz, C., Ballestar-Tarin, M., Martinez-Sabater, A., 2018, Smartphone Addiction Inventory (SPAI): Translation, adaptation and validation of the tool in Spanish adult population, *Plos One Journal*, Oktober.
- Thompson, RA., 1994, Emotion Regulation: A Theme in Search of Definition, *Monographs of the Society for Research in Child Development*, vol. 59 no 2/3, 1994