

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kecanduan

Kecanduan merupakan sikap atau tindakan ketergantungan oleh sesuatu yang seseorang senangi. Individu yang mengalami kecanduan tidak memiliki kendali untuk mengontrol dirinya dalam melakukan kegiatan yang ia senangi sehingga tidak mampu untuk terlepas dari keadaan tersebut (Cooper, 2000). Menurut Roberts, Yaya dan Manolis (2014) menyatakan bahwa kecanduan sebagai pengulangan zat atau kegiatan tertentu sehingga berdampak negatif terhadap individu yang mengalami kecanduan.

Definisi kecanduan yaitu ketergantungan yang dikaitkan oleh penggunaan zat psikotropika. Diagnosis kecanduan tidak muncul dalam klasifikasi seperti *Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental (DSM)-IV*, akan tetapi kecenderungan untuk mengganti ketergantungan menjadi kecanduan yang artinya kecanduan itu sendiri tidak hanya disebabkan oleh zat psikotropika melainkan perilaku yang dilakukan oleh individu tanpa kontrol sehingga dapat merugikan diri sendiri (Starcevic, 2013). Contoh dari kecanduan itu sendiri yaitu kecanduan *game*, kecanduan internet, kecanduan berjudi dan kecanduan *smartphone*.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa pengertian kecanduan yaitu suatu sikap atau tindakan ketergantungan oleh sesuatu yang seseorang senangi sehingga tidak memiliki kendali untuk mengontrol

dirinya dan dapat berdampak negatif terhadap individu tersebut yang mengalami kecanduan.

B. Kecanduan *Smartphone*

1. Definisi Kecanduan *Smartphone*

Menurut Kwon dkk (2013) menyatakan dalam penelitiannya bahwa kecanduan *smartphone* merupakan sikap seseorang yang mempunyai keterikatan atau ketergantungan pada *smartphone* sehingga dapat memunculkan permasalahan sosial seperti kesusahan dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari, menarik diri serta gangguan kontrol impuls.

Kecanduan *smartphone* merupakan kecanduan beresiko lebih rendah daripada kecanduan alkohol atau narkoba (Chiu, 2014). Perilaku yang dapat dikatakan kecanduan bila seseorang sulit untuk mengendalikan keinginannya serta berdampak negatif pada dirinya sendiri.

Terdapat 3 kriteria kecanduan *smartphone*, menurut DSM V yaitu (Simangunsong dan Sawitri, 2017):

a. Kriteria A

Pemakaian *smartphone* menimbulkan gangguan signifikan telah dirasakan sepanjang tiga bulan dengan kriteria:

- 1) Usaha yang gagal untuk berhenti menggunakan *smartphone*.
- 2) Waktu yang berlebihan dihabiskan dalam penggunaan *smartphone*.

- 3) Melanjutkan penggunaan *smartphone* secara berlebihan meskipun mengetahui masalah fisik atau psikologis terkait dampak penggunaan *smartphone* yang berlebihan.
- 4) Penggunaan *smartphone* lebih lama dari yang diperlukan.

b. Kriteria B

Kerusakan atau kehancuran fungsional: dua (ataupun lebih) dari pertanda selanjutnya, yaitu:

- 1) Penggunaan *smartphone* yang melampaui batas menimbulkan permasalahan fisik maupun intelektual yang berulang.
- 2) Pemakaian *smartphone* pada suasana yang beresiko secara fisik (misalnya, pada waktu menyebrang jalan atau sedang mengemudi sambil bermain *smartphone*).
- 3) Pemakaian *smartphone* menyebabkan gangguan atau kendala interaksi sosial, kinerja sekolah maupun hasil kegiatan.
- 4) Pemakaian *smartphone* yang melampaui batas dapat menimbulkan gangguan atau kendala subyektif.

c. Kriteria C

Standar pengecualian: Sikap kecanduan *smartphone* tidak diprediksikan dengan kompulsif, kurang lebih sama dengan kendala atau gangguan bipolar I.

Pada dasarnya, kewajaran seseorang dalam menggunakan *smartphone* dalam sehari yaitu 2-5 jam. Jika individu merasa dirinya kurang cukup dalam pemakaian *smartphone* yang ia miliki, maka

individu tersebut akan meningkatkan pemakaian *smartphone* sehingga dapat menyebabkan kecanduan. Menurut Lee, Chang dan Cheng (2014) mengemukakan dalam penelitiannya bahwa orang yang menggunakan *smartphone* selama lebih dari 6 jam dalam sehari maka akan lebih cenderung mengalami kecanduan *smartphone*.

Menurut Siste dkk (2020) menjelaskan bahwa terdapat 2.933 remaja dengan persentase 59% di Indonesia mengaku mengalami peningkatan dalam pemakaian *smartphone* pada masa pandemi Covid-19 yaitu dengan durasi 11,6 jam sehari. Hal ini disebabkan karena kegiatan pembelajaran dan pekerjaan dilakukan secara *online* sehingga penggunaannya akan lebih banyak mengakses *smartphone*. Tersedianya internet pada *smartphone* memberikan kemudahan bagi penggunaannya untuk mengakses berbagai hal diantaranya yaitu mendengarkan musik, bermain *game*, menonton video, mengakses informasi dan media sosial.

Seseorang yang telah kecanduan *smartphone* akan cenderung lebih mudah marah dan apabila *smartphone* yang ia miliki mati maka hal tersebut akan menyebabkan individu menjadi sangat khawatir, depresi sehingga kesulitan untuk tidur. Berbeda dengan seseorang yang tidak mengalami kecanduan, ia akan lebih santai dan tidak khawatir dengan *smartphone* yang ia miliki meskipun *smartphone* tersebut sedang tidak ia gunakan (Aljomaa dkk, 2016).

Penjelasan diatas bisa disimpulkan bahwa kecanduan *smartphone* ialah sikap seseorang yang mempunyai keterikatan atau ketergantungan kepada *smartphone*. Seseorang sulit untuk mengendalikan keinginannya serta berdampak negatif pada dirinya sendiri. Pemakaian *smartphone* lebih dari 6 jam maka seseorang akan cenderung mengalami kecanduan *smartphone*.

2. Faktor yang Mempengaruhi Kecanduan Smartphone

Menurut Agusta (2016) terdapat empat faktor yang mempengaruhi kecanduan *smartphone* yaitu:

a. Faktor dari dalam (internal)

Faktor dari dalam (internal) ialah faktor yang terjadi pada diri individu , yaitu diantaranya:

1) Tingkat pencarian sensasi yang tinggi

Pencarian sensasi (*sensation seeking*) yaitu sifat yang ditandai oleh beraneka ragam keinginan, pengalaman baru serta kemauan dalam mengambil resiko baik secara fisik ataupun sosial.

2) Harga diri rendah

Harga diri ialah penilaian individu terhadap hasil yang telah digapai dengan menganalisa seberapa jauh sikap individu untuk memenuhi kualitas dirinya.

3) Kontrol diri rendah

Keahlian yang dimiliki seseorang untuk menata, membimbing, mengatur serta memusatkan tindakannya guna menggapai suatu yang diimpikan.

b. Faktor Keadaan

Ketika individu dalam situasi sendiri ataupun berkelompok, ia akan tetap merasa aman dalam memakai *smartphone*. Hal ini, jika individu memiliki masalah atau merasa tidak nyaman dengan lingkungannya, maka ia akan mengalihkan perhatiannya pada *smartphone*.

c. Faktor Sosial

Faktor sosial ialah faktor yang menyebabkan kecanduan *smartphone* sebagai alat komunikasi serta berhubungan dengan orang lain. Hal ini, seseorang akan memakai *smartphonanya* untuk berkomunikasi dengan orang lain dan tidak ada keinginan untuk berbicara secara langsung dengan individu lain.

d. Faktor dari luar (eksternal)

Faktor dari luar (eksternal) merupakan faktor yang datang dari luar diri seseorang. Salah satu contohnya yaitu lingkungan atau teman sebaya, sebab hal ini mempunyai akibat atau dampak yang penting terhadap perilaku remaja dalam menggunakan *smartphone* secara berlebihan.

Dari sebagian faktor yang sudah dijelaskan, maka bisa ditarik kesimpulan terdapat empat faktor dari kecanduan *smartphone* (Agusta, 2016) diantaranya adalah faktor dari dalam atau internal (faktor yang berasal dari dalam diri individu), faktor keadaan (situasi yang kurang aman terhadap sekitar), faktor sosial (tidak ada keinginan untuk berbicara secara langsung dengan individu lain) dan faktor dari luar atau eksternal (faktor yang berasal dari luar individu).

3. Aspek/dimensi Kecanduan *Smartphone*

Terdapat enam aspek kecanduan *smartphone*, menurut penelitian dari Young (Kwon dkk, 2013) yaitu :

a. Gangguan kehidupan sehari-hari

Gangguan yang dimaksud yaitu individu tidak melaksanakan kegiatan yang sudah direncanakan, susah untuk fokus pada aktivitas sebab selalu memikirkan *smartphone* yang dimiliki. Individu akan menghabiskan waktunya untuk menggunakan *smartphone* dibandingkan melakukan kegiatan yang sifatnya positif dan bermanfaat. Hal ini dapat mengakibatkan rasa sakit di beberapa bagian tubuh akibat penggunaan *smartphone* yang berlebihan.

b. *Withdrawal*

Kondisi dimana individu tidak tenang, gelisah dan tidak tertahankan jika tidak ada *smartphone*. Ini membuat individu terus memikirkan *smartphone* meskipun tidak menggunakannya.

c. *Positive anticipation* (antisipasi positif)

Positive anticipation merupakan suatu gejala yang dialami oleh individu dalam menggunakan *smartphone* sehingga menjadikan *smartphone* sebagai tempat untuk mengurangi *stress*. *Smartphone* tidak hanya sebagai alat komunikasi tetapi juga untuk membagikan kebahagiaan, mengurangi kelelahan, mengurangi keresahan serta memberikan kenyamanan.

d. Penggunaan berlebihan (*overus*)

Pada indikasi ini merujuk pada pemakaian *smartphone* yang melewati batas dan tidak terkendali sehingga menimbulkan penggunaanya mencari informasi untuk mendapatkan pertolongan dari *smarphone*.

e. *Tolerance*

Suatu keadaan yang terjadi pada individu tidak bisa mengatur dirinya dalam pemakaian *smartphone*.

f. Hubungan berorientasi di dunia maya

Keadaan seseorang yang mempunyai ikatan pertemanan yang sangat akrab dan erat di dunia maya daripada di dunia nyata. Ini akan timbul perasaan kehilangan yang tidak teratasi ketika individu tidak memakai *smartphone*.

Beberapa aspek yang telah dijelaskan, dapat disimpulkan bahwa terdapat enam aspek dari kecanduan *smartphone* menurut penelitian dari Young (Kwon dkk, 2013) diantaranya adalah gangguan kehidupan

sehari-hari (individu susah untuk fokus dalam melakukan kegiatan atau pekerjaan meskipun pekerjaan tersebut telah direncanakan), *withdrawal* (individu tidak tenang, gelisah dan tidak tertahankan jika tidak ada *smartphone*). Individu menjadikan *smartphone* untuk mengurangi *stress* (*positive anticipation*), penggunaan berlebihan atau *overus* (pemakaian *smartphone* yang melewati batas menimbulkan penggunanya mencari informasi untuk mendapatkan pertolongan dari *smartphone*). Keadaan yang terjadi pada individu tidak bisa mengatur dirinya dalam pemakaian *smartphone* (*tolerance*) serta hubungan berorientasi di dunia maya (individu akan lebih memilih menjalin hubungan di dunia maya daripada di dunia nyata).

C. Kecerdasan Emosional

1. Definisi Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional merupakan keahlian dalam merasakan, menguasai, memahami serta secara sadar mempraktikkan sensibilitas terhadap emosi sehingga sebagai sumber tenaga, data atau informasi, koneksi dan akibat atau pengaruh terhadap sesama manusia (Nur dan Ekasari, 2008). Seseorang yang cerdas dalam membiasakan diri dengan keadaan hati yang ia rasakan terhadap orang lain dan mampu merasakan empati, maka seseorang tersebut mempunyai tingkatan emosi yang bagus atau baik serta dengan gampang untuk membiasakan diri terhadap lingkungannya (Yuliantini, 2017).

Menurut Goleman (2000) mengemukakan pengertian kecerdasan emosional ialah kemampuan yang ada dalam diri seseorang untuk secara cerdas mengatur kehidupan emosinya (*to manage our emotional life with intelligence*); melindungi keserasian amarah serta pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*); lewat pemahaman diri, pengaturan diri, dorongan diri, empati serta keahlian sosial.

Berdasarkan penjelasan diatas bisa disimpulkan pengertian dari kecerdasan emosional yaitu seseorang yang cerdas dalam membiasakan diri dengan keadaan hati yang ia rasakan terhadap orang lain dan mampu merasakan empati, maka seseorang tersebut mempunyai tingkatan emosi yang bagus atau baik serta dengan gampang untuk membiasakan diri terhadap lingkungannya.

2. Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman (2000) terdapat beberapa faktor kecerdasan emosional, yaitu:

a. Faktor dari dalam (internal)

Faktor dari dalam (internal) yaitu suatu faktor yang timbul dari dalam diri seseorang yang dipengaruhi oleh kondisi otak emosi seseorang.

b. Faktor dari luar (eksternal)

Faktor dari luar (eksternal) ialah suatu faktor yang datangnya dari luar individu serta memiliki pengaruh untuk mengubah sikap

pada individu tersebut. Pengaruh luar tersebut dapat berupa individu maupun kelompok.

Menurut Harlock (Fitriyani, 2015) terdapat beberapa kondisi yang dapat mempengaruhi emosi seseorang, yaitu diantaranya:

1) Kondisi kesehatan

Situasi keadaan yang baik akan mendorong emosi yang menyenangkan dan menjadi dominan, sebaliknya jika kesehatan kurang baik maka bisa menekankan emosi yang tidak menyenangkan.

2) Cara mendidik anak

Ketika orang tua mendidik anak secara otoriter dan menggunakan hukuman sebagai acuan agar anak menjadi patuh maka anak akan menjadi tertekan dan menjadi emosi yang tidak menyenangkan. Sebaliknya, jika orang tua mendidik anak secara demokratis dan bebas maka akan menciptakan suasana santai dan mendukung emosi yang menyenangkan.

3) Hubungan dengan teman sebaya

Bila anak mendapat perlakuan yang baik oleh lingkungannya, maka emosi yang menyenangkan akan menjadi pengaruh yang kuat pada anak. Tetapi, jika anak tidak diterima baik oleh lingkungannya maka emosi anak akan menjadi

pengaruh sangat kuat sehingga anak akan menjadi emosi yang negatif.

4) Bimbingan

Tujuan dari bimbingan ini yaitu untuk menekankan penanaman bahwa kemarahan dan kebencian perlu dicegah dari waktu ke waktu menjadi emosi yang dominan ketika mengalami frustrasi.

Berdasarkan pada uraian diatas, hingga bisa disimpulkan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional (Goleman, 2000) yaitu diantaranya faktor dari dalam atau internal (faktor yang timbul dari dalam diri individu) dan faktor dari luar atau eksternal (faktor yang datangnya dari luar individu dan dapat berpengaruh pada individu tersebut.

3. Aspek/dimensi Kecerdasan Emosional

Terdapat beberapa aspek kecerdasan emosional menurut Goleman (2000) yaitu:

- a. Mengenali emosi diri, yaitu suatu keahlian yang dimiliki oleh seseorang untuk mengidentifikasi perasaan ketika perasaan itu terjadi.
- b. Mengelola emosi, yaitu keahlian individu untuk mengatur perasaannya agar dengan mudah bisa tersampaikan secara tepat, sehingga dapat tercapai kesetaraan diri pada individu.

- c. Memotivasi diri sendiri, yaitu suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam mengendalikan dorongan hati, menahan diri terhadap kepuasan serta perasaan motivasi yang positif, seperti antusiasme, keinginan, optimis serta kepercayaan.
- d. Mengenali emosi orang lain, ini disebut juga dengan empati yang mana artinya adalah suatu keadaan yang terjadi pada seseorang sehingga individu ikut merasakan atau mengidentifikasi dirinya dalam keadaan yang sama.
- e. Membina hubungan, yaitu suatu keterampilan yang membantu popularitas, kepemimpinan dan kesuksesan antar pribadi.

Berdasarkan definisi kecerdasan emosional menurut penelitian dari Goleman (2000), maka dapat disimpulkan aspek-aspek kecerdasan emosional yaitu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengenali perasaan pada diri sendiri, dapat mengelola emosi, kemampuan untuk mengendalikan dorongan hati, memiliki rasa empati terhadap orang lain dan membina hubungan dengan baik guna untuk keberhasilan antar individu.

D. Remaja

Masa remaja merupakan masa peralihan atau perkembangan dari anak-anak ke masa dewasa. Menurut Nisfiannoor dan Kartika (2017) menyatakan bahwa ketegangan emosi yang timbul pada masa remaja ini diakibatkan dari peralihan fisik dan kimia dalam tubuh. Pada periode ini individu

menghadapi suatu peralihan perkembangannya baik raga atau fisik maupun mental. Remaja harus menyesuaikan diri dengan lingkungannya, baik itu dengan lawan jenis maupun orang dewasa. Hal ini individu akan berkembang, termasuk dengan sikap sosialnya terhadap hubungan dengan teman sebaya (Diananda, 2019).

Menurut Diananda (2019) remaja dapat dikelompokkan menjadi beberapa tahapan yaitu:

1. Pra Remaja (11 sampai 14 tahun)

Masa pra remaja dikatakan fase negatif, yang artinya yaitu kecenderungan bertingkah laku negatif. Pada fase ini, remaja sulit untuk hubungan komunikasi dengan baik dengan orang tua. Perkembangan fungsi fisik yang terjadi pada remaja mengalami perubahan akibat pergantian hormonal yang menimbulkan pergantian *mood* atau keadaan hati yang tidak terduga.

2. Remaja Awal (13 sampai 17 tahun)

Perubahan pada tahap ini berlangsung sangat pesat, remaja yang mencari identitas diri pada masa ini hingga ketidakstabilan dan ketidakseimbangan emosional. Pencapaian kemandirian, pemikiran yang masuk akal dan idealis yang terjalin pada masa perkembangan remaja awal sehingga pada masa ini remaja menyerupai orang dewasa muda sebab ia sering merasa berkuasa dalam mengambil keputusannya sendiri.

3. Remaja Lanjut (17 sampai 21 tahun)

Pada tahap ini, remaja berusaha untuk memantapkan identitas dirinya sehingga ia hendak jadi pusat perhatian dan mementingkan dirinya sendiri. Peralihan atau perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja terjadi sangat cepat, misalnya perubahan fisik pada perempuan yaitu pembesaran payudara dan perkembangan punggung bawah, sedangkan pada pria yaitu tumbuhnya kumis, janggut dan perubahan suara. Pada fase ini juga disebut dengan fase pubertas (*puberty*) yaitu fase dimana terjadi suatu kedewasaan raga tubuh antara lain bagian badan, berat dan besar badan serta kematangan fungsi intim atau seksual yang terjalin dengan cepat.

Menurut Jahja (2011) mengemukakan bahwa pada masa remaja terdapat beberapa aspek perkembangan, yaitu:

1. Perkembangan Fisik

Papalia dan Olds (Jahja, 2001) mengemukakan bahwa perubahan fisik yang terjadi pada remaja merupakan peralihan tubuh, kapasitas motorik, otak dan keahlian motorik. Peralihan tersebut diindikasikan dengan perubahan berat serta besar tubuh, perkembangan tulang serta otot atau kedewasaan alat intim atau organ seksual dan fungsi reproduksi.

2. Perkembangan Pola Pikir (Kognitif)

Usia remaja secara aktif akan membuat metode berfikir mereka, sehingga ia akan terdorong untuk memahami dunia karena perilaku

penyesuaian dalam diri dan informasi yang ia dapatkan tidak diterima begitu saja (Piaget dalam Santrock, 2001). Perkembangan kognitif merupakan peralihan yang terjadi pada kemampuan atau keahlian mental pada individu antara lain bahasa, memori serta berfikir. Menurut Santrock (Jahja, 2011) menyatakan bahwa pada usia remaja sudah mulai mampu untuk membuat suatu perencanaan dan mempunyai pola pikir sebagai peneliti untuk menggapai tujuan di masa depan.

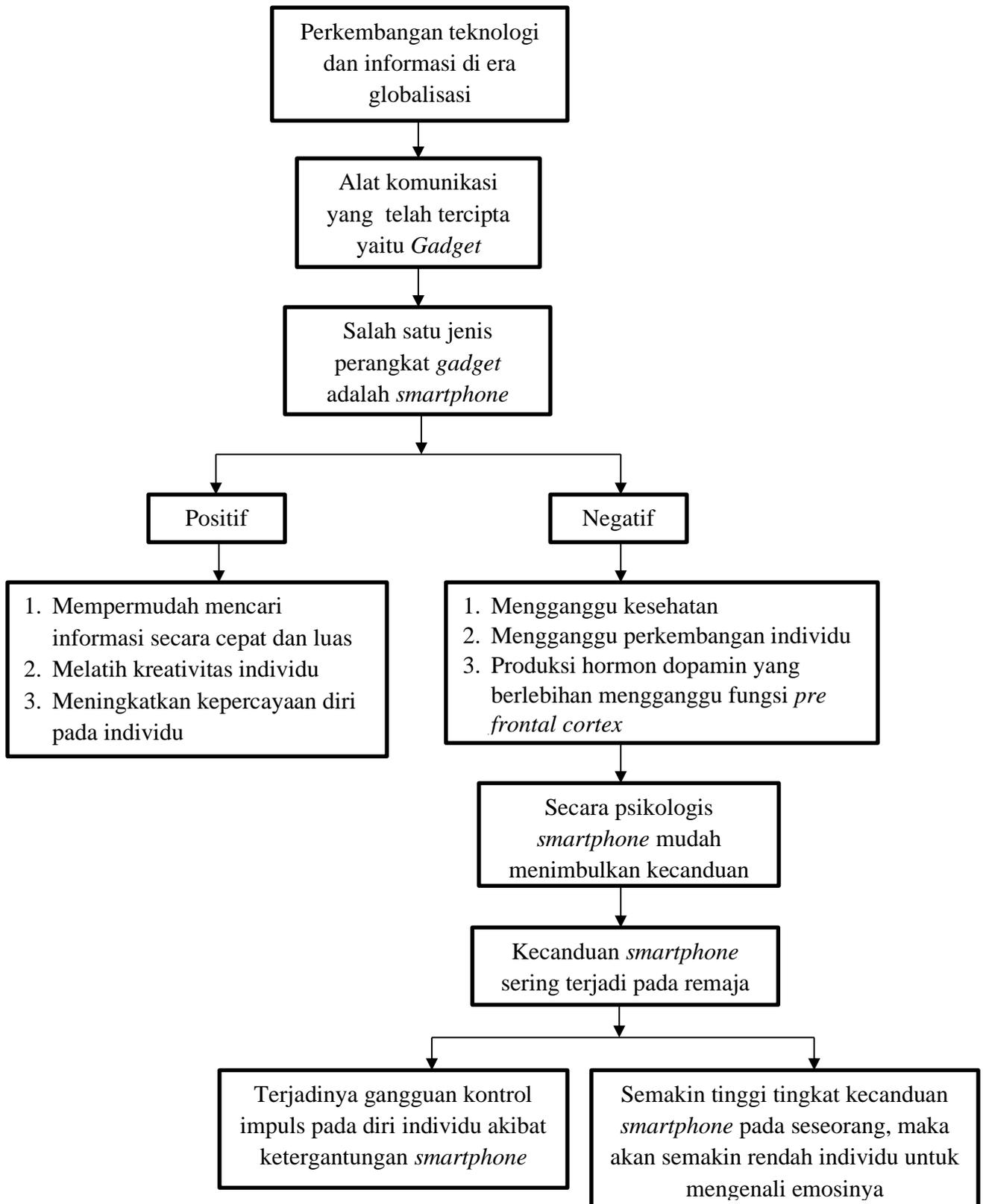
3. Perkembangan Sosial dan Kepribadian

Perkembangan sosial yaitu perubahan yang terjalin pada individu dalam berhubungan dengan orang lain, sedangkan perkembangan kepribadian merupakan perubahan yang terjalin pada seseorang untuk berinteraksi dengan dunia dan menyatakan emosi dengan ciri khas tersendiri. Pada masa remaja, dampak lingkungan terhadap perilaku sangat berpengaruh. Perkembangan kognitif yang telah dicapai oleh remaja, cukup untuk memastikan perilakunya namun tekanan dari teman sebaya sangat mempengaruhi perilaku remaja (Conger, 1991).

Penjelasan tentang remaja dapat ditarik kesimpulan, bahwa remaja merupakan masa peralihan atau masa perkembangan dari anak-anak ke masa dewasa. Menurut Diananda (2019) remaja dapat dikelompokkan menjadi beberapa tahapan yaitu Pra remaja (11 – 14 tahun) merupakan masa pra remaja yang dikatakan fase negatif yang artinya kecenderungan bertingkah laku negatif. Remaja awal (13 – 17 tahun), fase ini remaja yang mencari identitas diri dan sering merasa berkuasa

dalam mengambil keputusannya sendiri. Remaja lanjut (17 – 21 tahun) yaitu fase dimana remaja akan terus berusaha untuk memantapkan identitas dirinya sehingga ia ingin menjadi pusat perhatian dan pada fase ini disebut dengan fase pubertas (*puberty*). Lebih lanjut Diananda (2019) menjelaskan bahwa lingkungan juga berpengaruh terhadap perilaku remaja dan telah mencapai tahap perkembangan kognitif yang cukup sehingga akan mampu menentukan perilakunya meskipun perilaku remaja sangat dipengaruhi oleh tekanan dari teman sebaya.

E. Kerangka Berfikir



Gambar 1. Kerangka Berfikir

Perkembangan teknologi dan informasi pada masa ini, membuat peningkatan dalam penggunaan *smartphone* dikalangan masyarakat. *Gadget* merupakan alat yang memiliki fungsi serta tujuan yang dirancang secara praktis sehingga dapat digunakan dengan mudah oleh penggunanya (Widayani dan Astuti, 2020). *Gadget* memiliki beberapa jenis perangkat salah satunya adalah *smartphone*. *Smartphone* merupakan telepon genggam yang dilengkapi dengan koneksi internet dan fitur-fitur canggih yang ada di dalamnya sehingga memudahkan penggunanya dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Waty dan Fourianalistyawati, 2018).

Penggunaan *smartphone* bukan hanya sebagai alat komunikasi, namun juga dianggap dapat mempermudah penggunanya dalam menyelesaikan pekerjaan di kehidupan sehari-hari. Namun, terdapat dampak positif dan negatif dari *smartphone*, yaitu dampak positifnya adalah mempermudah mencari informasi secara cepat dan luas, melatih kreativitas individu dan meningkatkan kepercayaan diri pada individu. Dampak negatifnya yaitu mengganggu kesehatan dan mengganggu perkembangan individu (Sinaga, 2019).

Pengaruh dari kecanduan *smartphone* terjadi pada kemajuan otak anak sebab penciptaan hormon dopamine yang terlalu berlebihan sehingga akan mempengaruhi perkembangan otak anak, seperti terganggunya fungsi PFC (*Pre Frontal Cortex*) yang artinya adalah mengendalikan amarah, pengawasan diri, tanggung jawab, mengambil keputusan serta pesan moral yang lainnya (Prabowo, Fakhruddin dan Rohman 2020). Secara psikologis

pemakaian *smartphone* yang melebihi batas dan tidak dapat dikendalikan akan menimbulkan kecanduan *smartphone* (Andriani, Sriati dan Yamin 2019).

Gangguan sosial yang disebabkan oleh *smartphone* diantaranya yaitu gangguan hubungan sosial terhadap lingkungan sekitar dan kurangnya terhadap aktivitas fisik sehingga lebih memilih untuk berinteraksi menggunakan *smartphone*, akibatnya individu menjadi kecanduan *smartphone* (Tarigan, 2018). Individu yang telah mengalami kecanduan *smartphone* dapat menggunakan *smartphonenya* dalam durasi waktu yang lebih lama dan berkepanjangan. Jika hal ini terjalin dalam durasi waktu yang lebih lama, maka keahlian individu dalam mengidentifikasi emosi diri maupun orang lain akan hilang.

Kecanduan *smartphone* banyak terjadi dikalangan masyarakat, salah satunya adalah remaja. Remaja disebut sebagai masa peralihan dari anak-anak ke masa dewasa sehingga pada masa ini merupakan masa rasa keingintahuan sangat besar dan akan mengalami banyak perubahan seperti emosional, struktur tubuh dan tingkah laku (Firdaus dan Marsudi, 2021). Remaja yang telah kecanduan *smartphone* akan cenderung mengabaikan kegiatan yang sifatnya positif dan tidak mementingkan kebutuhan primer (dasar).

Berdasarkan penelitian terdahulu oleh Muflih dan Puniawan, (2017) mengungkapkan bahwa remaja di SMA Negeri 1 Kalasan Sleman Yogyakarta menggunakan *smartphonenya* lebih dari 3 jam dalam sehari.

Subjek menggunakan *smartphonenya* untuk mencari informasi dan belajar. Namun, ia mengatakan lebih sering membuka sosial media, bermain *game* dan membuka situs hiburan lainnya. Remaja yang menggunakan *smartphone* melewati batas akan membuat remaja tersebut menjadi kecanduan, sehingga ia akan khawatir jika *smartphone* yang ia miliki hilang. Hal ini remaja akan lebih memilih bermain *smartphone* untuk mengisi waktu luangnya daripada menghabiskan waktu dengan orang terdekat atau keluarga.

F. Hipotesis

Berdasarkan pada penjelasan yang telah dipaparkan, maka hipotesis penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

- H₀ : Tidak ada pengaruh kecanduan *smartphone* terhadap kecerdasan emosional pada remaja.
- H₁ : Ada pengaruh kecanduan *smartphone* terhadap kecerdasan emosional pada remaja.