



# **SKRIPSI**

## **Judul:**

Hubungan antara Stres Akademik dan Adiksi  
Smartphone pada Mahasiswa

## **Disusun oleh:**

JOCELLYN AUDREY EUNICE  
NIM. 705200178

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
2024

 <b>UNTAR</b> Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-06/R0	HAL. 1/1
05 NOVEMBER 2010	SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Jocellyn Audrey Eunice

NIM : 705200178

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

**Hubungan antara Stres Akademik dan Adiksi *Smartphone* Pada Mahasiswa**

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.


Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Jakarta, 17 Januari 2024

Yang Memberikan Pernyataan



**Jocellyn Audrey Eunice**

 <b>UNTAR</b> Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-07/R0	HAL. 1/1
05 NOVEMBER 2010	SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Jocellyn Audrey Eunice**

N I M : **705200178**

Alamat : **Jl. Gabus No. 40, RT 04/RW 07, Sunter Jaya, Jakarta Utara 14350**

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

**Hubungan antara Stres Akademik dan Adiksi *Smartphone* pada Mahasiswa**

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 17 Januari 2024

Yang Membuat Pernyataan



**Jocellyn Audrey Eunice**

## Pengesahan

Nama : JOCELLYN AUDREY EUNICE  
NIM : 705200178  
Program Studi : PSIKOLOGI  
Judul Skripsi : Hubungan antara Stres Akademik dan Adiksi Smartphone pada Mahasiswa  
Title : The Relationship Between Academic Stress and Smartphone Addiction in College Students


Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Program Studi PSIKOLOGI Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara pada tanggal 10-Januari-2024.

### Tim Penguji:

1. FRANSISCA IRIANI ROESMALA DEWI, Dra, M.SI., Dr.
2. BIANCA MARELLA, S.Psi., M.Sc.
3. SRI TIATRI, S.Psi., M.Si., Ph.D., Psikolog

Yang bersangkutan dinyatakan: **LULUS.**

Pembimbing:  
SRI TIATRI, S.Psi., M.Si., Ph.D., Psikolog  
NIK/NIP: 10795003



Jakarta, 10-Januari-2024

Ketua Program Studi



ZAMRALITA, Dr.M.M., Psikolog

## ABSTRAK

**Jocellyn Audrey Eunice (705200178)**

**Hubungan Antara Stres Akademik dan Adiksi *Smartphone* Pada Mahasiswa;  
Sri Tiatri, S.Psi., M.Si., Ph.D., Psikolog. Program Studi S-1 Psikologi,  
Universitas Tarumanagara, (i-xii; 1-41; P1-P4; L1-L43).**

Mahasiswa umumnya memiliki kebutuhan yang beragam dalam menggunakan *smartphone*, seperti berinteraksi dengan teman serta dapat mengerjakan sesuatu secara *multitasking*. Penggunaan *smartphone* terus-menerus dapat berdampak buruk bagi kesehatan, hingga kecanduan *smartphone*. Kecenderungan mahasiswa memanfaatkan *smartphone* sebagai alat penghilang stres akibat tuntutan akademik, menciptakan stres akademik sebagai salah satu faktor terjadinya adiksi *smartphone*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara stres akademik dan adiksi *smartphone* pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan partisipan sebanyak 282 orang, yang berdomisili di daerah Jakarta. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner melalui *Google form*. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah *The Perception of Academic Stress Scale (PAS)* dan *Smartphone Addiction Scale Short Version (SAS-SV)*. Hasil menunjukkan adanya hubungan antara Stres Akademik dan Adiksi *Smartphone* pada Mahasiswa ( $r(282) = .403$ ,  $p = .000$ ).

**Kata kunci:** stres akademik, adiksi *smartphone*, mahasiswa