



## **TESIS**

### **Judul:**

Peran Regulasi Emosi terhadap Problematic  
Smartphone  
Use dengan Non-Social Smartphone Use sebagai  
Mediator

### **Disusun oleh:**

IRENE APRIANI

NIM. 717201011

PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
2021

## LEMBAR PENGESAHAN

Nama : Irene Apriani  
N.I.M. : 717201011  
Program Studi : Magister Psikologi

### JUDUL TESIS

Peran Regulasi Emosi Terhadap *Problematic Smartphone Use* dengan  
*Non-Social Smartphone Use* sebagai Mediator

telah diuji pada **Sidang Tesis** pada hari Selasa tanggal 13 Juli 2021 dan dinyatakan Lulus oleh  
Dewan Penguji yang terdiri atas:

1. Ketua : Dr. Naomi Soetikno, M.Pd., Psikolog
2. Anggota : Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M.Psi.T.

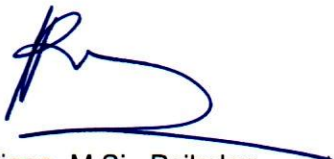
Jakarta, 14 Agustus 2021

Pembimbing



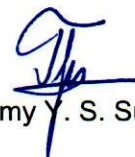
Sri Tiatri, Ph.D., Psikolog

Dekan



Dr. Rostiana, M.Si., Psikolog

Ketua Program



Dr. P. Tommy Y. S. Suyasa, Psikolog

## PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya, Irene Apriani, nomor induk: 717201011

dengan ini menyatakan dan menjamin bahwa tesis yang diserahkan kepada  
Progrsm Studi Magister Psikologi Universitas Tarumanagara,

berjudul: Peran Regulasi Emosi terhadap *Problematic Smartphone Use* dengan  
*Non-Social Smartphone Use* sebagai Mediator

merupakan karya sendiri yang dibuat dengan  
tidak melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme

Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan  
otoplagiarisme dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan  
pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan  
lain yang berlaku khususnya di lingkungan Universitas Tarumanagara.

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

Jakarta, 30 Juni 2021



Irene Apriani  
717201011

# HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PENGELOLAAN & PUBLIKASI TESIS OLEH FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS TARUMANAGARA

Sebagai sivitas akademik Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (sesuai KTP) : Irene Apriani

NIM : 717201011

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

## PERAN REGULASI EMOSI TERHADAP *PROBLEMATIC SMARTPHONE USE* DENGAN *NON-SOCIAL SMARTPHONE USE* SEBAGAI MEDIATOR *The Role of Emotion Regulation to Problematic Smartphone Use: Non-Social Smartphone Use as Mediator*

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), dan **mempublikasikan** \*) karya ilmiah (tesis) saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta (*author*) atau sebagai pemilik Hak Cipta.

Jakarta, 15 Agustus 2021

Mengetahui,



Sri Tiatri, Ph.D, Psikolog

Yang menyatakan,



Irene Apriani

\*) *Hak Publikasi **mohon diedit** (boleh dicantumkan / **tidak dicantumkan**), tergantung kondisi, apakah karya ilmiah (tesis) **sudah pernah/belum pernah dipublikasikan**. Mohon dicantumkan keterangan mengenai Tahun Terbit, Judul, Nama Media Publikasi, Nama Penerbit, atau Link (URL) Publikasi, jika karya ilmiah (tesis) sudah pernah dipublikasikan.*

Tahun Terbit : 2021  
Judul Karya : The Relationship Between Expressive Suppression and Problematic Smartphone Use  
Nama Media : Proceedings of the 1st Tarumanagara International Conference on Medicine and Health (TICMIH 2021)  
(Judul Jurnal/Prosiding)  
Alamat Link (URL) : <https://www.atlantis-press.com/proceedings/ticmih-21/125965083>

## Peran Regulasi Emosi terhadap *Problematic Smartphone Use* dengan *Non-Social Smartphone Use* sebagai Mediator

Irene Apriani  
Sri Tiatri, Ph.D., Psikolog  
Universitas Tarumanagara

### Abstrak

Ponsel cerdas digunakan untuk dapat membantu aktivitas masyarakat sehingga lebih efektif dan efisien. Namun, penggunaan ponsel cerdas yang tidak terkendali dapat menimbulkan dampak negatif yang mana perilaku ini disebut dengan *problematic smartphone use*. Berkembangnya *problematic smartphone use* salah satunya ditunjukkan dari adanya perasaan senang yang diperoleh sehingga mendorong dan meningkatkan *cue-reactivity* dan *craving*. Ponsel cerdas menyediakan beragam aplikasi yang bersifat menghibur dan penggunaan ponsel cerdas untuk tujuan ini dikenal sebagai *non-social smartphone use*. Ketika seseorang tidak dapat meregulasi emosinya dengan baik, *problematic smartphone use* dapat digunakan untuk merasa lebih baik. Penelitian ini ditujukan untuk melihat peran regulasi emosi terhadap *problematic smartphone use* dan peran dari *non-social smartphone use* sebagai mediator. Strategi regulasi emosi yang dibahas dalam penelitian ini, yaitu *expressive suppression* dan *cognitive reappraisal*. Penelitian ini melibatkan 320 mahasiswa strata-1 di salah satu universitas di Jakarta dengan menyebarkan kuesioner secara daring. Olah data yang dilakukan dengan uji *structural equation model* (SEM) menunjukkan model *adequate fit*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi *expressive suppression* memiliki peran terhadap *problematic smartphone use* ( $\beta = .20$ ,  $p = .001$ ). Pada strategi *cognitive reappraisal* memiliki peran terhadap *problematic smartphone use* ( $\beta = -.14$ ,  $p = .020$ ). Selanjutnya pada uji mediasi, ditemukan bahwa *non-social smartphone use* signifikan memediasi peran *cognitive reappraisal* terhadap *problematic smartphone use* ( $\beta = .03$ ,  $p = .031$ ). Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi dan *non-social smartphone use* berperan terhadap *problematic smartphone use*.

Kata Kunci: *problematic smartphone use*, regulasi emosi, *non-social smartphone use*