

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Penelitian dilakukan dengan tujuan mengetahui bagaimana pengaruh *Big Five personality* terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa generasi Z. Berdasarkan hasil yang diperoleh, *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion* dan *agreeableness* berpengaruh negatif terhadap *smartphone addiction*, artinya mahasiswa generasi Z dengan kepribadian tersebut maka akan mengalami *smartphone addiction* yang rendah. *Neuroticism* berpengaruh positif terhadap *smartphone addiction*, artinya mahasiswa generasi Z dengan kepribadian *neuroticism* yang dominan akan mengalami *smartphone addiction* yang tinggi. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa seluruh hipotesis dalam penelitian ini terpenuhi dan menunjukkan bahwa kepribadian *Big Five* secara keseluruhan memiliki pengaruh terhadap *smartphone addiction*.

5.2 Diskusi

Penelitian ini memperoleh hasil yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif pada *openness to experience* terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa generasi Z. Hal ini dikarenakan kepribadian *openness to experience* membutuhkan konsep, metode, dan pengalaman baru, perubahan, serta minat yang beragam (McCrae & Costa, 2003, 2008b), sehingga individu dengan kepribadian ini akan memiliki *smartphone addiction* yang rendah. Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa mahasiswa generasi Z dalam penelitian ini menunjukkan *openness to experience* yang cukup tinggi, mereka memiliki keterbukaan diri, keingintahuan dan minat yang beragam, hal ini serupa dengan yang dikatakan Nasution (2019) bahwa generasi Z memiliki cara berpikir yang terbuka, menyukai hal baru yang unik dan suka mencari tantangan dan impuls baru. Oleh karena itu mengacu pada McCrae dan Costa (2003), maka dalam konteks akademik mahasiswa generasi Z senang mempelajari hal baru di perkuliahan dan mengikuti beragam kegiatan, mereka juga terbuka akan berbagai macam pilihan. McCrary (2022) juga mengatakan bahwa mahasiswa generasi Z menginginkan teknologi ikut andil ketika

belajar, sehingga meskipun mahasiswa generasi Z memiliki kepribadian *openness* mereka bisa memilih dan tahu kapan waktunya menggunakan *smartphone* dan tidak. Dengan demikian, hal inilah yang menyebabkan pengaruh *openness to experince* terhadap *smartphone addiction* pada penelitian ini kecil. Hasil penelitian ini sejalan dengan dengan Yaozong (2022), bahwa *openness to experience* memiliki pengaruh negatif terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa. Hal ini disebabkan subjek yang diteliti juga mahasiswa dengan tahun akademik yang sama, sehingga termasuk kedalam angkatan generasi Z. Penelitian Yaozong (2022) juga dilakukan di Cina dan penelitian ini di Indonesia, dapat diketahui bahwa budaya/karakteristiknya serupa karena sama-sama berada di benua Asia. Selain itu Indonesia dan Cina juga termasuk kedalam jajaran negara dengan pengguna *smartphone* tertinggi (Pusparisa, 2020).

Selanjutnya peneliti menemukan bahwa terdapat pengaruh negatif pada *extraversion* terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa generasi Z. Hal ini dikarenakan *extraversion* menggambarkan kuantitas dan intensitas hubungan sosial seseorang, kecenderungan mencari kontak dengan lingkungan, antusiasme, aktif dan percaya diri (McCrae & Allik, 2002), sehingga individu dengan kepribadian ini akan memiliki *smartphone addiction* yang rendah karena mereka mencari kontak dengan lingkungan secara langsung. Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa mahasiswa generasi Z dalam penelitian ini menunjukkan *extraversion* yang cukup tinggi, hal ini menunjukkan bahwa mereka gemar bergaul dan bersosialisasi, percaya diri, antusias serta cukup optimis. Mengingat karakteristik mahasiswa generasi Z sebagai *digital native*, besar kemungkinan mereka menggunakan *smartphone* sebagai alat untuk memenuhi kebutuhan dan menjaga hubungan mereka dengan orang lain dengan berkomunikasi melalui *smartphone*. Walaupun begitu, penelitian ini menghasilkan pengaruh negatif pada *extraversion* terhadap *smartphone addiction*. Hal ini menandakan bahwa mahasiswa generasi Z tidak hanya berinteraksi melalui *smartphone*, mereka juga senang untuk berinteraksi secara langsung dan eksplorasi dunia luar. Sebagaimana yang dikatakan oleh Dwidienawati dan Gandasari (2018), bahwa generasi Z menganggap bahwa komunikasi tatap muka juga hal yang penting. Billano (2020) juga mengatakan bahwa pada dasarnya mahasiswa generasi Z lebih memilih berinteraksi secara tatap

muka baik dalam konteks akademik maupun interpersonal, dibandingkan melalui *smartphone*. Dengan begitu mahasiswa generasi Z dalam penelitian ini tidak berlebihan ketika menggunakan *smartphone*, hal ini juga yang menyebabkan pengaruh yang dihasilkan negatif dan rendah.

Hasil yang diperoleh tidak sejalan dengan penelitian Yaozong (2022), bahwa tidak ada pengaruh pada *extraversion* terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa karena penggunaan *smartphone* untuk berkomunikasi tidak akan mengarah pada *smartphone addiction*. Walau begitu, hasil yang penelitian ini peroleh sejalan dengan penelitian hubungan (Bessma, 2018; Carnengsih & Kusdiyati, 2020), bahwa kepribadian *extraversion* berkorelasi negatif terhadap *smartphone addiction*. Hal ini dikarenakan kedua penelitian tersebut dilakukan di Indonesia dan subjek yang diteliti juga mahasiswa yang termasuk kedalam angkatan generasi Z. Oleh karena itu karakteristik mahasiswa pada penelitian tersebut dengan penelitian ini dapat dikatakan serupa.

Pengaruh negatif juga ditemukan pada *agreeableness* terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa generasi Z. Hal ini dikarenakan individu dengan *agreeableness* tinggi umumnya memiliki simpati yang lebih, hangat, penuh kasih sayang, murah hati, sedangkan skor rendah cenderung berpikir kritis dan skeptis, merendahkan orang lain, egois, dan menunjukkan permusuhan secara langsung (McCrae & Costa, 2003). Hal ini menyebabkan mahasiswa generasi Z dengan *agreeableness* yang rendah cenderung menarik diri dan tidak memiliki banyak teman, sehingga mereka akan menghabiskan waktu untuk bermain *smartphone*. Roberts et al. (2015) juga mengatakan bahwa mahasiswa dengan *agreeableness* rendah cenderung anti sosial dan menyalahgunakan *smartphone*. Hal ini dikarenakan apabila mahasiswa generasi Z anti sosial maka kesepian yang dialami tinggi, dengan begitu mereka akan menggunakan *smartphone* berlebihan untuk menghilangkan rasa kesepian yang dialami. Oleh karena itu, mahasiswa generasi Z dengan kepribadian *agreeableness* tinggi pada penelitian ini memiliki kecenderungan *smartphone addiction* yang rendah, sehingga pengaruh yang dihasilkan adalah negatif. Hasil yang penelitian ini peroleh sejalan dengan Yaozong (2022) bahwa terdapat pengaruh negatif pada *agreeableness* terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa, Ia juga mengatakan bahwa *agreeableness* merupakan

salah satu dimensi kepribadian *Big Five* yang tidak rentan terhadap resiko *smartphone addiction*.

Selanjutnya juga ditemukan bahwa terdapat pengaruh negatif sedang pada *conscientiousness* terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa generasi Z. Hal ini dikarenakan *conscientiousness* menggambarkan pribadi yang disiplin, bertanggung jawab, ambisius, dan gigih (McCrae & Costa, 2003), kedisiplinan diri juga merupakan karakteristik penting dari individu dengan kepribadian *conscientiousness* (Costa & McCrae, 1992), sehingga kecil kemungkinan mahasiswa generasi Z dengan kepribadian ini mengalami *smartphone addiction*. Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa mahasiswa generasi Z dalam penelitian ini memiliki kedisiplinan dan sikap bertanggung jawab yang cukup baik. Mengingat karakteristik *conscientiousness* meliputi kedisiplinan dan kontrol diri, maka mahasiswa generasi Z dengan kepribadian ini mampu mengatur waktu dengan efisien sehingga tidak akan menggunakan *smartphone* secara berlebihan yang akan mengalihkan mereka dari tanggung jawab yang dimiliki. Mereka akan lebih memilih untuk melakukan aktivitas lebih produktif yang dapat meningkatkan kemampuan dan pengetahuan. Daripada kecanduan pada *smartphone*, mereka yang *conscientiousness* justru menggunakan *smartphone* agar lebih efisien dan performatif (Erdem & Uzun, 2022).

Stillman dan Stillman (2017) menyebutkan bahwa salah satu karakteristik umum yang dimiliki generasi Z adalah motivasi yang kuat dalam mencapai tujuan dan lebih kompetitif dibandingkan generasi sebelumnya. Dengan karakteristik seperti demikian, maka mahasiswa generasi Z dengan kepribadian *conscientiousness* dalam penelitian ini tidak mudah terdistraksi oleh *smartphone*, mereka mampu fokus pada tujuan yang dituju. Dalam menggunakan *smartphone* mahasiswa generasi Z dengan kepribadian *conscientiousness* juga akan lebih bijak dalam menggunakan dan untuk hal-hal positif, Fitriasari et al. (2021) juga menyebutkan bahwa mahasiswa generasi Z dengan kepribadian *conscientiousness* akan menggunakan *smartphone* untuk mengakses informasi mengenai tugas kuliah. Hasil yang diperoleh pada penelitian ini sejalan dengan Yaozong (2022), bahwa mahasiswa dengan kepribadian *conscientiousness* memiliki resiko kecil terhadap *smartphone addiction*. Hasil yang menunjukkan arah pengaruh yang sama yaitu

negatif, menandakan bahwa mahasiswa generasi Z dengan kepribadian *conscientiousness* memang tidak rentan akan resiko *smartphone addiction*, karena semakin tinggi skor kepribadian tersebut maka menyebabkan *smartphone addiction* semakin rendah.

Neuroticism sebagai dimensi *Big Five* terakhir memiliki pengaruh positif terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa generasi Z. Hal ini dikarenakan *neuroticism* meliputi emosi tidak menyenangkan (McCrae & Costa, 2003), juga kecenderungan akan kesedihan, stres, keputusasaan, harga diri yang rendah, serta sikap pesimistis (McCrae & Costa, 2008b), sehingga individu dengan kepribadian ini akan memiliki *smartphone addiction* yang tinggi. Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa mahasiswa generasi Z dalam penelitian ini menunjukkan *neuroticism* pada nilai rata-rata, tidak terlalu tinggi maupun terlalu rendah, sehingga mereka cukup mampu mengolah dan mengatasi perasaan serta emosi negatif yang dialami. Oleh karena itu, meskipun mahasiswa generasi Z memiliki kepribadian *neuroticism* sehingga sebagian diantaranya menggunakan *smartphone* berlebih untuk mendistraksi mereka dari perasaan dan emosi negatif yang dirasakan, mereka masih mampu mengontrol penggunaan *smartphone*. Mahasiswa generasi Z dengan *neuroticism* yang tinggi meyakini bahwa *smartphone* menjadi sumber kebahagiaan dan menggunakannya sebagai pelarian atau *coping* dari stres dan kejenuhan serta hal-hal tidak menyenangkan lainnya. Ketika mereka merasa stres, *smartphone* menjadi perangkat yang paling mudah untuk digunakan untuk melepas stres yang dialami. Oleh karena itu, berdasarkan mahasiswa generasi Z dalam penelitian ini pengaruh yang dihasilkan positif di mana kepribadian *neuroticism* yang dominan akan menambah resiko *smartphone addiction* yang tinggi. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini sejalan dengan Yaozong (2022) bahwa *emotional stability* memiliki pengaruh negatif terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa. Dengan begitu dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh positif pada *neuroticism* terhadap *smartphone addiction*, karena menurut Warren Norman (sebagaimana dikutip dalam McCrae & Costa, 2003) *emotional stability* merupakan kebalikan dari *neuroticism*. Pengaruh dengan arah positif artinya semakin dominan kepribadian *neuroticism* yang dimiliki mahasiswa generasi Z maka menyebabkan *smartphone addiction* semakin tinggi.

Berdasarkan gambaran variabel dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa *conscientiousness* dan *neuroticism* adalah kepribadian yang paling dominan dibandingkan tiga lainnya. Hal ini menjelaskan mengapa *conscientiousness* dan *neuroticism* menunjukkan besaran pengaruh yang sedang, dibandingkan tiga lainnya yang tergolong rendah. Pengaruh yang sedang pada dua kepribadian tersebut menunjukkan bahwa pada dasarnya mahasiswa generasi Z dalam penelitian ini memiliki tingkat kedisiplinan, ketelitian, ambisi, dan efisiensi yang baik. Walaupun begitu, melihat *neuroticism* yang juga sedang menunjukkan bahwa, secara bersamaan mereka juga merasa cemas, kahawatir. Hal ini dikarenakan mahasiswa generasi Z berusaha mempertahankan kedisiplinan, ketelitian, dan ambisi yang mereka miliki sehingga timbul rasa cemas dan waspada sepanjang waktu. Perasaan cemas dan khawatir berlebih yang dirasakan mahasiswa generasi Z membuat mereka menggunakan *smartphone* berlebihan, hal ini dikarenakan mereka menggunakan *smartphone* sebagai tempat pelarian dari stres dan cemas (Volungis et al., 2019).

Berdasarkan lima dimensi yang dimiliki oleh *Big Five personality*, diketahui bahwa kepribadian *conscientiousness* adalah yang paling tinggi dan *agreeableness* adalah yang paling rendah (Tabel 4.4). *Conscientiousness* meliputi kedisiplinan, tanggung jawab, ambisius, sedangkan *agreeableness* meliputi sikap simpatik, ramah, dan tidak egois (McCrae & Costa, 2003). Mahasiswa generasi Z dengan kepribadian ini memiliki kedisiplinan dan gigih dalam mencapai tujuan, di perkuliahan mahasiswa generasi Z akan dengan mudah mendapat nilai memuaskan sesuai dengan keinginannya karena sikap ambisius dan teroganisir yang dimiliki. Hal ini dikarenakan mereka telah mempersiapkan dan merencanakannya dari jauh-jauh hari. Dengan perilaku seperti demikian, mahasiswa generasi Z dengan kepribadian ini memiliki kemungkinan yang kecil untuk mengalami *smartphone addiction* karena memiliki kontrol diri dan kedisiplinan yang baik. Sementara itu, mahasiswa generasi Z dengan *agreeableness* yang rendah memiliki sikap yang egois, tidak suka beramah tamah dengan orang lain, dan memiliki sikap yang cenderung apatis. Hal ini dapat menyebabkan mereka menjadi cenderung anti sosial dan tidak memiliki banyak teman. Dengan begitu, mereka lebih memilih untuk bermain *smartphone* dibandingkan bersosialisasi dengan orang lain, penggunaan

tersebut yang akan mengarah pada *smartphone addiction*. Melihat hasil yang diperoleh membuktikan bahwa asumsi awal peneliti bahwa *smartphone addiction* pada mahasiswa generasi Z tinggi dan terlepas dari kepribadian yang dimiliki *smartphone addiction* mereka tetap tinggi tidaklah tepat. Hasil yang diperoleh justru menyatakan sebaliknya, terlepas dari karakteristik mereka sebagai digital native, pada penelitian ini para mahasiswa generasi Z mampu menggunakan *smartphone* dengan bijak sehingga tidak menggunakannya secara berlebihan.

Analisis tambahan dilakukan untuk melihat pengaruh dari faktor lain selain *Big Five personality* diantaranya adalah jenis kelamin, pendidikan terakhir, *self-esteem*, dan *self-control*. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari uji regresi tiap-tiap faktor diketahui bahwa hanya satu faktor yang berpengaruh secara signifikan yaitu *self-control*. *Self-control* memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap *smartphone addiction*. Pengaruh negatif menandakan bahwa mahasiswa generasi Z yang tidak memiliki kontrol diri baik memiliki *smartphone addiction* yang lebih tinggi. Hasil penelitian ini sejalan dengan (Adiyatma et al., 2020; Anzani et al., 2019) bahwa *self-control* memberikan kontribusi efektif dan memiliki pengaruh negatif terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa generasi Z memiliki *self-control* yang rendah sehingga mereka mengalami *smartphone addiction*. Mahasiswa generasi Z dalam penelitian ini cenderung menggunakan *smartphone* sebagai pelarian dari emosi dan perasaan negatif yang dirasakan melihat mahasiswa generasi Z mayoritas memiliki kepribadian *neuroticism*, dengan begitu mereka sulit untuk mengontrol penggunaannya agar tidak berlebihan. Sebagaimana yang dikatakan Rumapea et al. (2023), bahwa mahasiswa dengan *self-control* tinggi dapat menggunakan *smartphone* dengan bijak dan sesuai kebutuhan. Cha dan Seo (2018) juga menemukan bahwa durasi penggunaan sehari-hari *smartphone* adalah salah satu indikator *smartphone addiction* yang signifikan. Penelitian Rumapea et al. (2023) menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* diatas 6 jam dalam sehari dapat mengalami *smartphone addiction*. Pengujian regresi faktor pada dimensi *extraversion* menunjukkan adanya perubahan, di mana *extraversion* yang memiliki pengaruh signifikan ketika diuji bersamaan dengan prediktor *smartphone addiction* lainnya mengalami penurunan.

Pendidikan terakhir sebagai prediktor selanjutnya menunjukkan pengaruh yang tidak signifikan terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa generasi Z. Hal ini menandakan bahwa tidak ada perbedaan pada *smartphone addiction* mahasiswa generasi Z yang memiliki pendidikan terakhir SMA/Sederajat maupun D4 dan S1. Hasil yang diperoleh tidak sejalan dengan (Kwon et al., 2013), yang mengatakan bahwa pendidikan terakhir tinggi seperti S2 dan S3 memiliki *smartphone addiction* yang rendah. Tidak sejalannya penelitian ini dengan Kwon et al. (2013) dikarenakan subjek penelitian ini adalah mahasiswa generasi Z, yang mana pendidikan terakhir yang dapat dikategorikan tinggi hanya sampai tingkat S2, berbeda dengan (Kwon et al., 2013) dengan subjek dengan pendidikan terakhir hingga S3.

Selanjutnya pada jenis kelamin menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh signifikan terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa generasi Z, hasil yang diperoleh tidak sesuai dengan Kwon et al., (2013) yang memperoleh hasil bahwa jenis kelamin berpengaruh pada *smartphone addiction*. Tidak sejalannya Kwon et al., (2013) dengan penelitian ini disebabkan oleh subjek dan rentang usia yang dituju. Penelitian ini memiliki subjek mahasiswa generasi Z dengan rentang usia 18-25 tahun, sedangkan Kwon et al. (2013) memiliki subjek remaja hingga dewasa dengan rentang usia 18-53 tahun. Walaupun begitu, hasil yang diperoleh sejalan dengan Bessma (2018), bahwa tidak ada perbedaan *smartphone addiction* yang signifikan ketika ditinjau melalui jenis kelamin. Begitu juga dengan Erdem dan Uzun (2022) yang menemukan bahwa jenis kelamin tidak memiliki pengaruh dan tidak mampu menjadi prediktor yang signifikan terhadap *smartphone addiction*. Berdasarkan penelitian terdahulu yang menunjukkan hasil yang berbeda-beda di mana jenis kelamin laki-laki mengalami *smartphone addiction* lebih tinggi dan perempuan tidak begitupun sebaliknya, serta hasil yang penelitian ini peroleh di mana menunjukkan hasil yang tidak signifikan dapat disimpulkan bahwa *smartphone addiction* yang dialami laki-laki maupun perempuan dalam penelitian ini menunjukkan tidak adanya perbedaan. Hal menandakan bahwa mahasiswa generasi Z laki-laki maupun perempuan menunjukkan tingkat adiksi yang sama, keterikatan dan ketertarikan yang dimiliki terhadap *smartphone* juga serupa. Selanjutnya juga dinyatakan bahwa jenis kelamin memang bukan variabel yang

signifikan terhadap *smartphone addiction* (Panda & Jain, 2018; Pearson & Hussain, 2016).

Self-esteem sebagai faktor terakhir yang diuji menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa generasi Z. Hasil ini berlawanan dengan beberapa penelitian sebelumnya, namun juga menemukan (Hadiyanto, 2023; Pugh, 2017) bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan *smartphone addiction*. Oleh karena itu diketahui bahwa mahasiswa generasi Z yang mampu menghargai diri sendiri maupun yang tidak mampu menunjukkan tidak adanya perbedaan dalam *smartphone addiction* yang dialami. Hal ini diduga adanya *social desirability* karena *self-esteem* dalam penelitian ini menggunakan *open-ended question*, sehingga subjek cenderung memilih jawaban yang menunjukkan bahwa mereka memiliki *self-esteem* yang baik.

5.3 Saran

5.3.1 Saran Metodologis

- a. Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa terdapat faktor lain selain kepribadian yang dapat mempengaruhi *smartphone addiction*. Berdasarkan Fitriana et al. (2021), frekuensi penggunaan *smartphone* dtiga kali dalam sehari dapat menimbulkan *smartphone addiction*. Dengan begitu frekuensi penggunaan dan *smartphone statisfaction* dapat ditinjau lebih lanjut dalam penelitian selanjutnya, karena *smartphone statisfaction* terbukti memiliki hubungan terhadap *smartphone addiction* (Yavich & Davidovitch, 2021).
- b. Faktor lain juga dapat ditambahkan pada penelitian selanjutnya yaitu *self-control*. Hal ini dikarenakan *self-control* dalam penelitian ini hanya menggunakan pertanyaan tunggal sehingga keakuratannya rendah. Oleh karena itu, pada penelitian selanjutnya disarankan menggunakan skala *self-control* untuk mendapatkan hasil yang akurat.

5.3.2 Saran Praktis

- a. Mahasiswa generasi Z dihimbau untuk mencari kegiatan dan beraktivitas lebih produktif sehingga tidak menjadikan *smartphone* sebagai alat *coping*, yang lambat laun dapat menimbulkan *smartphone addiction*.
- b. Bagi universitas dan lembaga pendidikan lainnya disarankan untuk menghimbau dan memberikan edukasi pada mahasiswanya untuk menggunakan *smartphone* lebih bijaksana.

