

**HUBUNGAN ANTARA *SMARTPHONE ADDICTION*
DENGAN *NOMOPHOBIA* PADA MAHASISWA FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

SKRIPSI

*Disusun Sebagai Salah Satu Persyarat Mendapatkan Derajat
Sarjana Psikologi Program Studi Ilmu Psikologi*



SHANIA SALSABILA SANDY

178110244

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU**

2021

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini yakni mahasiswi Fakultas Psikologi,
Universitas Islam Riau:

Nama : Shania Salsabila Sandy

NPM : 178110244

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Smartphone Addiction* Dengan *Nomophobia*
Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau

Menyatakan tugas akhir atau skripsi yang telah dikerjakan oleh penulis ini ialah karya sendiri dan belum pernah diteliti untuk mendapatkan gelar strata satu di suatu perguruan tinggi. Sehubungan dengan pengetahuan saya tidak penelitian yang pernah diciptakan atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis ditunjukkan pada naskah ini dan disebutkan dalam referensi penelitian. Jika terdapat suatu hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, saya yang bertanda tangan dibawah ini bersedia untuk dicabut gelar keserjanaan nya.

Pekanbaru, 20 Feburari 2021

Yang menyatakan,

Shania Salsabila Sandy

178110244

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan:

**Teruntuk diri saya sendiri
Teruntuk Papa, Bapak Eddy Salim, S.Sos
Teruntuk Mama, Sri Anna Susanti, S.Kom
Teruntuk Abang, M. Oryza Sativa Sandy, S.M
Dan adik saya, M. Akbar Putra Sandy**

Atas dukungan, semangat, serta doa yang tiada henti kepada penulis.

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

MOTTO

***“Bermanfaat bagi orang lain merupakan suatu cara untuk
membahagiakan banyak orang”***



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur atas kehadiran Allah swt., telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menuntaskan skripsi untuk mendapatkan gelar yakni Sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Ilmu Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau. Judul penelitian yang menjadi tugas akhir atau skripsi ini ialah Hubungan antara *Smartphone Addiction* dengan *Nomophobia* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Proses pembuatan serta analisis data skripsi ini merupakan peristiwa yang tidak terlupakan. Meski terdapat berbagai kekurangan dalam penelitian, penulis berharap kedepannya penelitian ini dapat diteliti lebih lanjut dan menjadi penelitian yang bermanfaat bagi orang lain. Untuk itu penulis sangat bersyukur karena dapat menyelesaikan penelitian ini. Tak lupa penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Syafrinaldi, SH., MCL sebagai Rektor Universitas Islam Riau
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog sebagai Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
3. Bapak Dr. Fikri, M.Si sebagai Wakil Dekan I Bidang Akademik Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
4. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog sebagai Wakil Dekan II Bidang Keuangan dan Kepegawaian Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
5. Ibu Yulia Herawaty, S.Psi., MA sebagai Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau

6. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog sebagai Ketua Prodi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
7. Bapak Didik Widianoro, M.Psi., Psikolog sebagai Sekretaris Prodi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
8. Ibu Irma Kusuma Salim, M.Psi., Psikolog sebagai Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi
9. Bapak Ahmad Hidayat, M.Psi., Psikolog sebagai Penasihat Akademik
10. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang saya hormati : Bapak Dr. Sigit Nugroho, M.Psi., Psikolog, Ibu Syarifah Farradinna, Ph.D , dr. Raihanatu Binqolbi Ruzzain, Ibu Leni Armayati., S.Psi, M.Si, Ibu Icha Herawati, S.Psi.,M.Soc.,S.C, Bapak Tukiman Khateni, S.Ag., M.Si, Bapak Bahril Hidayat, M.Psi., Psikolog serta bapak ibu dosen lainnya yang tidak dapat disebutkan. Terimakasih atas dukungan yang sangat bermanfaat bagi penulis. serta telah memberikan ilmunya selama penulis belajar di Universitas Islam Riau.
11. Pengurus Tata Usaha dan Perpustakaan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu penulis baik dalam hal administrasi maupun persyaratan mengenai skripsi.
12. Kedua orang tua penulis serta abang dan adik yang telah memberikan dukungan tiada akhir
13. Teman teman seperjuangan kuliah Hana Fawziah, Muthya Rangganis, Abizar Al Ghifari, Fairus Hanna Shafira, Lamna Nurharisya, Sandi Prima Tarigan, Pinta Ananda Putri, Palma Triwiandra, Winnie Luchiana Dharman

14. Sahabat yang telah mendukung selama ini Ayuning Dea, Fadia Salsabilla, Tio Nurwani, Yuliza Putri, Sarah Dwi Wahyu, Meitri Megawati, Ghina Beta Demas
15. Teman teman dari Blender Family, Ibnu Mastiwan, Dwi Indah, Haniya Ulfa, M. Alfaridzi, Herlambang Tulushio
16. Teman-teman bimbingan; Zulfa, Icha, Bang Bagas, Leni, Rani, Azizah, Nurul, Zura, Novia, dan Yemima
17. Kepada kak Revi dan bang Akbar yang banyak membantu dalam proses pembuatan skripsi
18. Seluruh Rekan-rekan mahasiswa/mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
19. Kepada semua orang yang saya hormati. Terima kasih dari penulis atas bantuan serta dukungan yang tiada henti. Semoga karya yang telah penulis buat ini bermanfaat bagi banyak orang. Aamiin.

Penulis berharap kepada pihak yang telah disebutkan mendapat balasan yang setimpal dari Allah SWT karena telah membantu penulis dalam proses pembuatan tugas akhir ini. Karya ilmiah atau skripsi yang telah dibuat ini masih jauh dari kata sempurna, karena kesempurnaan hanya dimiliki oleh Allah swt. Penulis berharap karya tulis atau skripsi dapat memberikan kontribusi yang bermakna khususnya di bidang Psikologi.

**HUBUNGAN ANTARA *SMARTPHONE ADDICTION* DENGAN
NOMOPHOBIA PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

Shania Salsabila Sandy

178110244

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan *smartphone addiction* dengan *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Penelitian ini terdapat 277 sampel mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang berpartisipasi dan dipilih dengan menggunakan metode *sampling* yaitu asidental sampling. Kaidah pengumpulan data pada penelitian ini dengan menggunakan skala *smartphone addiction* yang disusun oleh Kwon (2013) dan skala *nomophobia* oleh Yildirim dan Correia (2015). Analisis data yang digunakan pada penelitian ini yakni analisis korelasi *Spearman Rank's* dan menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,706 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah yang positif antara *nomophobia* dan *smartphone addiction* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Artinya, bahwa semakin tinggi tingkat *smartphone addiction* maka semakin tinggi tingkat *nomophobia* dan begitu juga sebaliknya. Sumbangan efektif penelitian ini sebesar 0,466 yang artinya *smartphone addiction* memberikan sumbangan sebesar 46,6 % terhadap *nomophobia*.

Kata kunci: *smartphone addiction*, *nomophobia*, kecemasan

**THE CORRELATION BETWEEN SMARTPHONE ADDICTION AND
NOMOPHOBIA AMONG PSYCHOLOGY STUDENTS OF ISLAMIC
UNIVERSITY OF RIAU**

Shania Salsabila Sandy

178110244

**FACULTY OF PSYCHOLOGY
ISLAMIC UNIVERSITY OF RIAU**

Abstract

This research aims to determine whether there is relationship between smartphone addiction and nomophobia among students of the Faculty of Psychology Islamic University of Riau. This study contained 277 samples of students from Faculty of Psychology Islamic University of Riau who participated and were selected using a sampling method, namely accidental sampling. The data collection method in this research using smartphone addiction scale by Kwon (2013) and the nomophobia scale by Yildirim and Correia (2015). The data analysis used in this research is Spearman Ranks correlation and showed a correlation coefficient of 0,706 with a significance value 0.000 ($p < 0,05$). Results of this study indicate that there is a significant relationship with positive direction between nomophobia and smartphone addiction in students of Faculty of Psychology Islamic University of Riau. This means that the higher the level of smartphone addiction, the higher the level of nomophobia and vice versa. The effective contribution of this study was 0.466 which means that smartphone addiction contributed 46.6% to nomophobia.

Keywords: *smartphone addiction, nomophobia, anxiety*

العلاقة بين *SMARTPHONE ADDICTION* مع نوموفوبيا على طالبة كلية علم النفس بجامعة
الدولة الإسلامية في رياو .

سانيا سلسبيلا ساندوي

١٧٨١١٠٢٤٤

كلية علم النفس

جامعة الدولة الإسلامية رياو

المختصر

الأعراض من هذا البحث لمعرفة ما إذا كان هناك اتصال بين إدمان الهواتف الذكية مع نوموفوبيا بطالبة علم النفس بجامعة الدولة الإسلامية رياو . في هذا البحث هناك ٢٧٧ عينة من طالبة علم النفس بجامعة الدولة الإسلامية رياو الذين شاركوا واختبروا بطريقة أخذ العينات يعنى أخذ العينات العرضي . القاعدة لإجماع هذا البحث باستعمل الطريقة القدرة إدمان الهواتف الذكية الذي ألفه Kwon (٢٠١٣) والقدرة نوموفوبيا من Yildirim dan Correia (٢٠١٥) . تحليل البيانات المستخدمة في هذا البحث يعنى تحليل ارتباط Spearman Rank's ويظهر معامل ارتباط 0,706 مع قيمة الدلالة 0,000 ($P < 0,05$) . النتائج من هذا البحث يظهر وجود العلاقة المهمة مع اتجاه إيجابي بين نوموفوبيا وإدمان الهواتف الذكية في طالبة كلية علم النفس بجامعة الدولة الإسلامية في رياو . بهذا الحال ظهر أنه لو أعلى إدمان الهواتف الذكية فسوف أعلى نوموفوبيا وكذلك ضده . كانت المساهمة الفعالة لهذا البحث 0,466 ، مما يعنى أن إدمان الهواتف الذكية يُعطي التبرعات بنسبة 46,6 % على نوموفوبيا .

الكلمات الدالة : نوموفوبيا ، *Smartphone Addiction* ، القلق .

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN	i
HALAMAN PERSEMBAHAN	ii
MOTTO	iii
KATA PENGANTAR	iv
Abstrak	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II	12
TINJAUAN PUSTAKA	12
A. <i>Nomophobia</i>	12
1. Definisi <i>Nomophobia</i>	12
2. Aspek <i>Nomophobia</i>	13
3. Faktor yang Mempengaruhi <i>Nomophobia</i>	15
4. Karakteristik <i>Nomophobia</i>	17
B. <i>Smartphone Addicton</i>	18
1. Definisi <i>Smartphone Addicton</i>	18
2. Aspek <i>Smartphone Addicton</i>	19
3. Faktor yang Mempengaruhi <i>Smartphone Addicton</i>	21
4. Dampak <i>Smartphone Addiction</i>	23
C. Hubungan Antara <i>Smartphone Addicton</i> dengan <i>Nomophobia</i>	24
D. Hipotesis.....	26
BAB III	27
METODE PENELITIAN	27

A. Identifikasi Variabel	27
B. Definisi Operasional	27
C. Subjek Penelitian	28
1. Populasi Penelitian	28
2. Sampel Penelitian	28
D. Metode Pengumpulan Data	29
1. Skala <i>Nomophobia</i>	30
2. Skala <i>Smartphone Addiction</i>	31
E. Validitas dan Reliabilitas	31
1. Validitas	32
2. Reliabilitas	32
F. Metode Analisis Data	33
1. Uji Normalitas	33
2. Uji Linearitas	33
3. Uji Hipotesis	33
BAB IV	34
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	34
A. Persiapan Penelitian	34
1. Orientasi Kancas Penelitian	34
2. Pelaksanaan Uji Coba	34
3. Hasil Uji Coba	34
B. Pelaksanaan Penelitian	36
C. Hasil Analisis Data	37
D. Analisis Data	41
E. Pembahasan	44
BAB V	47
PENUTUP	47
A. Kesimpulan	47
B. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	49

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	<i>Blueprint Skala Nomophobia Sebelum Try Out</i>	32
Tabel 3.2	<i>Blueprint Skala Smartphone Addiction Scale-Short Version sebelum Try Out</i>	33
Tabel 4.1	<i>Blueprint Skala Nomophobia (NMP-Q) Setelah Try-Out</i>	37
Tabel 4.2	<i>Blueprint Skala Smartphone Addiction (SAS-SV) Setelah Try Out</i>	38
Tabel 4.3	Data Demografi	39
Tabel 4.4	Deskripsi Data Penelitian	41
Tabel 4.5	Rumus Kategorisasi	42
Tabel 4.6	Rentang Nilai dan Kategorisasi Subjek Skala <i>Nomophobia</i>	42
Tabel 4.7	Rentang Nilai dan Kategorisasi Subjek Skala <i>Smartphone Addiction</i>	43
Tabel 4.8	Uji Normalitas	44
Tabel 4.9	Uji Linearitas	45
Tabel 4.10	Analisis Korelasi <i>Spearman's Rank</i>	46

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN I	Skala <i>Try Out</i> (Uji Coba)
LAMPIRAN II	Hasil Skoring <i>Try Out</i>
LAMPIRAN III	Validitas dan Reliabilitas Skala Penelitian
LAMPIRAN IV	Skala Penelitian Setelah <i>Try Out</i> (Uji Coba)
LAMPIRAN V	Data Penelitian
LAMPIRAN VI	Deskripsi Data Penelitian
LAMPIRAN VII	Rentang dan Kategorisasi Skala
LAMPIRAN VII	Analisis Data

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Teknologi saat ini mengalami perubahan dan perkembangan yang sangat pesat. Salah satu perkembangan teknologi tersebut adalah *handphone*. Perkembangan *handphone* dapat dilihat dari fitur fitur yang memudahkan manusia dari segi komunikasi. Kini *handphone* tidak hanya memiliki fungsi untuk melakukan panggilan suara dan juga mengirim pesan, tetapi fungsi lain seperti *game online*, layar sentuh (*touchscreen*), akses internet dan sosial media, dan mengambil foto dengan resolusi kamera yang tinggi. Perkembangan dari *handphone* kini menjadi *smartphone*.

Smartphone yakni telepon genggam dengan kegunaan yang hampir serupa dengan *computer*, dan menggunakan *software* operasi mendasar bagi perkembangan aplikasi yang menyajikan fitur seperti *email*, *e-book* (buku elektronik), dan *keyboard*. Seiring berkembangnya zaman, maka *smartphone* juga berkembang. Fitur fitur dan fungsi yang canggih seperti *touchscreen*, membaca dokumen, mengambil foto, pemutar *music*, mengambil video, pengaturan navigasi, dan lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan yang sangat pesat dan teknologi yang mempermudah manusia saat ini. (Daeng dkk., 2017).

Penggunaan *smartphone* sepanjang tahun terus meningkat. China, merupakan negara dengan pengguna *smartphone* yang diperkirakan berjumlah 574 jiwa. Jumlah tersebut menjadikan China sebagai negara nomor dua setelah Amerika Serikat yang memiliki pendapatan terbesar dari dunia *online* (Rahmayani, 2015).

Berdasarkan data yang dipaparkan oleh Newzoo (2020) tercatat 3,2 miliar pengguna *smartphone*. Jumlah ini mendapati peningkatan sebesar 5,6% dari tahun sebelumnya. China menduduki peringkat satu dengan pengguna *smartphone* terbanyak sebesar 911,9 juta penduduk dari total populasi sebanyak 1,439,324,000 jiwa dengan penetrasi *smartphone* sebesar 0,634. Diperkirakan pada tahun 2022 pengguna *smartphone* akan terus meningkat hingga mencapai 3,9 miliar jiwa.

Menurut laporan yang bertajuk “*Digital 2020; A comprehensive look the state of internet, mobile device, social media, and e-commerce*” yang dirilis oleh perusahaan platform sosial media yang berasal dari *Canada* dan berkolaborasi dengan *We are Social* menunjukkan bahwa Indonesia dengan total 272,1 juta penduduk, penggunaan akses internet berjumlah 175,4 juta penduduk. Uniknya, jumlah *smartphone* yang *connect* dengan internet berjumlah kurang lebih 338,2 juta unit dimana jumlah ini hampir dua kali lipat dengan pengguna internet. Sedangkan pengguna media sosial yang ada di Indonesia mencapai 160 juta penduduk (Arisandi, 2020). Negara Indonesia menjadi negara yang berada pada peringkat ke-4 setelah China, India, dan Amerika Serikat dengan jumlah pengguna *smartphone* sebanyak 160,2 juta penduduk dari jumlah populasi sebesar 273,524,000 jiwa (Newzoo, 2020).

Hasil survey yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2020) memperlihatkan bahwa penetrasi pemakaian internet di Indonesia dari tahun 2019-2020 (Q2) tercatat mencapai 197,6 juta pengguna dengan penetrasi sebesar 77,3% dari total populasi yang ada di Indonesia. Besaran penetrasi di Indonesia mengalami kenaikan sebesar 8,9% atau sebesar 25,2 juta pengguna

dibandingkan dengan hasil survey pada tahun 2018. Berdasarkan jumlah penetrasi internet dari wilayah di Indonesia, tercatat total penetrasi sebesar 73,3% dengan wilayah Jawa sebagai wilayah dengan penetrasi sebesar 56,4%, disusul oleh wilayah Sumatera dengan penetrasi sebesar 22,1%, Bali dan Nusa Tenggara sebesar 5,2%, Kalimantan sebesar 6,3%, Sulawesi sebesar 7%, dan terakhir Maluku dan Papua sebesar 3%. Wilayah Jawa mengalami peningkatan sebesar 1,3% dari tahun 2018 dimana wilayah Jawa menggambarkan perkembangan infrastruktur.

Penggunaan *smartphone* tentu memiliki dua sisi seperti layaknya koin, ada sisi positif dan negatif. Menurut Sobry (2017) beberapa kegunaan *smartphone* yang bisa dimanfaatkan yakni mempermudah komunikasi seperti mengirim pesan, melakukan panggilan suara, dimana hal ini merupakan esensi penyampaian informasi antar individu, pencaharian informasi yang nyaman dengan menggunakan koneksi internet terbaru seperti 4G didukung *browser* yang memadai, hiburan seperti *games* dan sosial media, penyimpanan data dengan kapasitas yang besar, fasilitas GPS layaknya kompas untuk mengetahui navigasi, dan kegunaan lainnya.

Segala kemudahan yang diberikan oleh *smartphone* tentunya terdapat sisi negatif akan hal tersebut. Bagi sebagian orang, *smartphone* merupakan benda yang terpenting yang harus dibawa kemanapun bahkan saat berada di toilet maupun saat tidur. Tidak dapat dipungkiri bahwa *smartphone* merupakan benda yang sangat penting sehingga pengguna nya membawa *smartphone* kemanapun, hal tersebut merupakan suatu contoh seseorang cenderung mengalami *nomophobia* (Yildirim dan Correia, 2015). Kecemasan tidak dapat berhubungan dengan *smartphone* atau

disebut dengan *nomophobia* merupakan fobia pada zaman kini, seiring dengan perkembangan teknologi yang sudah canggih (Ramaita dkk., 2019). Menurut King dan Valenca (dalam Sudarji, 2018) *nomophobia* atau *no-mobile-phone-phobia* merupakan istilah untuk mendeskripsikan ketakutan atau kekhawatiran jika tidak dapat mengakses atau terhubung dengan perangkat komunikasi seperti *smartphone*. *Nomophobia* dapat terjadi bukan hanya dikarenakan tidak membawa *smartphone*, tetapi dapat terjadi dari berbagai situasi dan kondisi seperti pada daerah yang memiliki jangkauan internet yang tidak bagus, kondisi *smartphone* yang tidak memadai seperti *low battery* atau kehabisan baterai, tidak dapat mengakses internet dikarenakan tidak ada kuota, dan berbagai situasi lainnya (Muyana dan Widyastuti, 2017).

Beberapa karakteristik yang menggambarkan *nomophobia* ialah intensitas penggunaan gadget yang tinggi, selalu membawa pengisi daya baterai, merasakan ketakutan ketika *smartphone* tidak berada didekat individu, tidak merasa nyaman ketika baterai *smartphone* tinggal sedikit atau jaringan internet yang tidak memadai, selalu merasakan *ringxiety* atau kondisi dimana seseorang menganggap *smartphone* miliknya bergetar (Pradana dan Muqtadiroh, 2016). Fenomena *nomophobia* ini memberikan dampak negatif kepada masyarakat yakni perasaan kekhawatiran atau kecemasan. Fenomena ini merupakan suatu fobia yang terjadi di lingkungan kita sehari-hari seperti tidak pernah mematikan *smartphone*, rela untuk mengeluarkan biaya yang besar untuk *smartphone* seperti kebutuhan kuota internet, pada saat tidur *smartphone* diletakkan pada tempat tidur (Sari dkk., 2020).

Dampak dari *nomophobia* salah satunya adalah kehidupan sosial seperti kurangnya interaksi sosial, distorsi atensi, dan pengabaian terhadap oranglain. Perkembangan media komunikasi oleh perkembangan yang terjadi pada teknologi membentuk dinamika perubahan media menjadi *interactive communication* setelah adanya *smartphone*. Fenomena *nomophobia* menjadi suatu gaya terbaru bagi masyarakat karena penggunaan *smartphone* yang mengubah masyarakat tradisional (*traditional-society*) menjadi masyarakat digital (*digital-society*) (Hafni, 2019).

Nomophobia merupakan suatu permasalahan yang ditimbulkan dari *smartphone addiction*. Faktor faktor yang dapat menyebabkan terjadinya *nomophobia* dilihat dari intensitas penggunaan, usia, dan kebiasaan pengguna. Menurut Aljooma (dalam Utami, 2019) apabila durasi penggunaan *smartphone* lebih dari 4 jam maka terdapat kecenderungan ketergantungan *smartphone*. Secara general dikatakan bahwa *nomophobia* menunjukkan dampak yang mengganggu kesehatan mental individu dan juga kesehatan digital (*digital wellbeing*) akibat *phobia* yang terjadi menimbulkan suatu ketakutan terhadap hal yang berakibat secara fisik maupun emosional (Hartanto, 2019).

Berdasarkan hasil survei penelitian hari Jum'at, 15 Januari 2021 melalui Google Form didapatkan bahwa sebanyak 18 responden (25,4%) menggunakan *smartphone* dengan durasi > 4 jam, lalu 17 responden (23,9%) dengan durasi penggunaan *smartphone* > 6 jam, 25 reponden (35,2%) menggunakan *smartphone* dengan durasi lebih dari 8 jam dan sekitar 5 responden mengatakan bahwa menggunakan *smartphone* lebih dari 12 jam bahkan 24 jam menggunakan *smartphone*. Penelitian yang dilakukan oleh Afrilia (2020) diketahui terdapat 152

responden dari mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau menggunakan *smartphone* dengan durasi 3-5 jam. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh (Palupi dkk., 2018) diketahui terdapat 202 responden menggunakan *smartphone* dengan durasi lebih dari 4 jam, sedangkan 12 responden mengakses *smartphone* nya dengan durasi kurang dari 4 jam. Hasil dari penelitian tersebut yakni ditemukan korelasi yang signifikan antara ketergantungan *smartphone* dengan kecemasan.

Menurut *Harvard Health Publishing* kecanduan atau *addiction* yakni pengaruh bagian di otak yang kuat dengan intensitas waktu yang lama dengan beberapa ciri khas yaitu dorongan yang kuat untuk mengakses dan terlibat suatu objek tanpa memahami dampak negatif dari hal tersebut, dan tidak memiliki kontrol dalam penggunaan objek tersebut. Hal ini didukung oleh pernyataan Alavi dkk (dalam Utami, 2019) yang mengatakan bahwa adiksi dapat terjadi pada saat seseorang merasakan dorongan pada tindakan untuk menggunakan suatu objek tertentu. Ketergantungan pada *smartphone* dapat menyebabkan gangguan pada kesehatan baik secara fisik, serta psikologis. Ketidamampuan dalam mengatur atau manajemen waktu pada penggunaan *smartphone* menimbulkan ketergantungan sehingga muncul perasaan khawatir, cemas, dan tidak nyaman ketika berjauhan dari *smartphone*. Perasaan cemas jika berjauhan dari *smartphone* atau dikenal dengan sebutan *nomophobia* (Muyana dan Widyastuti, 2017).

Hasil penelitian dari Wulandari dan Haryuni (2020) ditemukan bahwa pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri berada pada kategori *nomophobia* sedang yakni sebesar 68,4% atau sebanyak 78 responden. Interpretasi

pada ketergantungan *smartphone* ditemukan berada pada kategori sedang yakni sebesar 94,7% atau sebanyak 108 responden. Terdapat korelasi antara ketergantungan *smartphone* dengan *nomophobia* pada mahasiswa FIK, Universitas Kediri. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ramaita dkk., (2019) yang berjudul Hubungan Ketergantungan *Smartphone* dengan Kecemasan *Nomophobia* ditemukan terdapat korelasi antara ketergantungan *smartphone* dengan kecemasan *nomophobia* pada mahasiswa S-1 Keperawatan STIKES Piala Sakti, Pariaman. Hasil penelitian oleh Rossa (2016) terdapat korelasi antara kecanduan *smartphone* dengan tendensi *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Keperawatan, Universitas Syiah Kuala dengan signifikansi 0,001, dalam penelitian ini disebutkan bahwa ketergantungan *smartphone* bersifat merusak, dan tidak adanya regulasi atau kontrol dalam pemakaian *smartphone* dimana *smartphone* sebagai *coping stress* pada mahasiswa. Hal ini diperkuat oleh riset yang dilakukan Novianti (2020) dengan hasil terdapat korelasi yang signifikan antara kecanduan *smartphone* dengan *nomophobia* pada mahasiswa di Universitas Ngudi Waluyo, terdapat 95 responden atau sebesar 50,8% mengalami *smartphone addiction*, sedangkan 106 responden atau setara dengan 56,7% mengalami *nomophobia*.

Survei yang dilakukan oleh *Secure Envoy* menunjukkan bahwa terdapat 66% subjek mengaku tidak bisa hidup tanpa menggunakan *handphone*, survei ini dilakukan pada 1000 subjek di Inggris dimana dapat disimpulkan mahasiswa saat ini mengalami *nomophobia* atau ketakutan untuk tidak dapat mengakses gadget atau *smartphone*. Presentasi ini terus meningkat pada responden dengan rentang usia 18-24 tahun. Menurut Ngafifi (2014) bahwa sebesar 77% pada rentang usia 18-

24 tahun ini mengalami *no-mobile-phone-phobia*. Hal ini diperkuat oleh data yang didapatkan dari *The Royal Society For Public Health* (dalam Ramaita dkk., 2019) kalangan muda dengan rentang usia 18-25 tahun mengalami kecenderungan untuk mengalami *nomophobia*, dalam hal ini dapat disebabkan pada usia tersebut mereka belum memiliki pekerjaan atau hobi, lalu rutinitas sehingga lebih banyak menghabiskan waktu dengan *smartphone*.

Pada rentang usia ini, sebagian besar berperan sebagai mahasiswa. Hasil survei awal pada 15 Januari 2021 yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau melalui Google Form diketahui bahwa rentang usia penggunaan *smartphone* yakni 18-23 tahun dengan pengguna terbanyak pada 20 tahun. Penelitian terkait *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau belum pernah dilakukan sebelumnya, dan sebagian besar mahasiswa tidak sadar bahwa fenomena *nomophobia* ini sering terjadi di kehidupan sehari-hari. Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau terdapat 45 dari 71 responden mendeskripsikan ketidaknyamanan dan juga kekhawatiran ketika tidak dapat menggunakan atau mengakses *smartphone* miliknya. Sebelumnya telah dilakukan penelitian terkait *smartphone addiction* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau oleh Afrilia (2020) dengan hasil 122 dari 292 responden memiliki skor sedang pada kategori *smartphone addiction* dengan persentase sebesar 48,1%. Hasil ini menunjukkan terdapat tendensi atau kecenderungan *nomophobia* yang terjadi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Menurut (Lucenta, 2018) mahasiswa merupakan kaum yang paling rentan terhadap adiksi *smartphone*, hal ini dikarenakan mahasiswa berada pada fase masa transisi remaja akhir menuju dewasa awal dimana fase ini merupakan *emerging adulthood*. Karakter seperti ketidakstabilan hubungan interpersonal, kebutuhan hidup, dan pengendalian emosi serta kognitif merupakan deskripsi dari *emerging adulthood* tersebut. Sesuai dengan pernyataan Yildirim dan Correia (2015) pada penelitiannya menyatakan bahwa pengguna *smartphone* terbanyak berada pada kalangan mahasiswa, oleh karena itu mahasiswa cenderung rentan terhadap *nomophobia*.

Penggunaan *smartphone* menjadikan pelajar seperti mahasiswa melakukan tindakan plagiarisme, kecurangan pada saat ujian yaitu mencontek, dan ketergantungan pada *smartphone* yang berdampak pada rasa malas untuk belajar. Hal ini diperkuat oleh Ramaita dkk.(2019) yakni penggunaan *smartphone* yang terus meningkat di era modern ini akan menjadi permasalahan dikarenakan pengguna tidak dapat dibatasi dengan waktu, yang dapat menyebabkan ketergantungan dan kecanduan pada *smartphone* tersebut. *Smartphone* dinilai menjadi tolak ukur individu dalam kelompok, hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh organisasi riset yang berada di Inggris membuktikan bahwa 53% pengguna di Inggris mengalami kekhawatiran ketika *smartphone* milik pengguna kehabisan baterai atau kehilangan jaringan internet (Sudarji, 2018).

Berdasarkan uraian diatas, teknologi yang semakin canggih membuat kemudahan bagi manusia pada saat ini, salah satunya adalah *smartphone*. Penggunaan *smartphone* memiliki dua sisi, dan salah satu sisi negatifnya adalah

kecemasan untuk berjauhan dari *smartphone* atau yang disebut dengan *nomophobia*. Bagaimanapun permasalahan ini bukan karena kegunaan dari *smartphone* itu sendiri, tapi bagaimana individu menghabiskan waktunya untuk penggunaan. Permasalahan itu ketika individu menjadi ketergantungan dengan menggunakan *smartphone* milik mereka dan sebagian dari hidup individu hidup secara virtual. Terbatasnya literatur atau penelitian lebih lanjut mengenai *nomophobia* serta mengingat kesenjangan dalam penelitian ini khususnya pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, melalui penelitian ini peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara *smartphone addiction* dengan *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

B. Rumusan Masalah

Berlandaskan uraian latar belakang di atas, rumusan masalah pada penelitian ini ialah apakah ada korelasi antara *smartphone addiction* dengan *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui ada atau tidak hubungan antara *smartphone addiction* dengan *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan memperbanyak sekaligus menambah wawasan khususnya Ilmu Psikologi pada bidang Psikologi Klinis dan *Cyberpsychology* dengan menghasilkan sebuah riset mengenai hubungan antara *smartphone addiction* dengan *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Bidang *cyber* pada psikologi masih sangat minim literatur serta referensi sehingga diharapkan pada penelitian ini dapat memberikan sumbangan yang berguna untuk ilmu pengetahuan.

2. Secara Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi agar dapat dikembangkan oleh penelitian lain terutama mengenai hubungan antara *smartphone addiction* dan *nomophobia*.

b. Bagi Instansi Terkait

Penelitian ini dapat menjadi literatur, memberikan penjelasan terkait resiko, dan prevalensi *smartphone addiction* dan *nomophobia* pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau serta menjadi bahan evaluasi untuk mencari solusi dari permasalahan tersebut.

c. Bagi Masyarakat Umum

Penelitian ini diharapkan memberikan pengetahuan baru bagi masyarakat mengenai indikasi *nomophobia* dan kaitannya dengan *smartphone addiction*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Nomophobia*

1. Definisi *Nomophobia*

Nomophobia merupakan kepanjangan dari *no mobile phone phobia* merupakan istilah yang merujuk pada ketakutan untuk jauh dari kontak *smartphone* atau gadget, kehabisan daya baterai pada gadget, dan kehilangan gadget (Connolly, 2016). Kata "*nomophobia*" merupakan sebuah fobia zaman kini yang merupakan fobia jauh dari *mobile phone* yang saat ini telah bertransmisi menjadi *smartphone*, ditandai dengan beberapa *symptom* seperti kegelisahan, ketidaknyamanan, dan ketakutan yang disebabkan oleh tidak ada kontak dengan *smartphone* (Dongre dkk., 2017).

Hasil dari perkembangan teknologi baru dengan komunikasi virtual salah satunya adalah *nomophobia*, gangguan masyarakat digital yang mengacu pada perasaan kegugupan, tidak nyaman, kesedihan yang disebabkan tidak ada kontak dengan ponsel maupun komputer atau dengan makna lain ketakutan patologis untuk tidak berhubungan dengan teknologi (Bragazzi dan Del Puente, 2014).

Nomophobia (no-mobile-phone-phobia) istilah yang menuju pada perilaku dan gejala yang berhubungan langsung dengan penggunaan *smartphone* yang dimana dikategorikan sebagai fobia zaman modern dan berkaitan langsung dengan *agoraphobia* yang termasuk didalamnya ketakutan dan juga perasaan ketidaknyamanan (Yildirim dan Correia, 2015).

Menurut Yan (2015) *no-mobile-phone -phobia* dapat dipahami sebagai “fenomena sosial” akibat dari ketergantungan ponsel untuk melakukan komunikasi. *Nomophobia* merupakan gangguan abad ke-21 yang diakibatkan oleh perkembangan teknologi, bahkan telah memiliki entri pada *Urban Dictionary* yang secara ringkas mendeskripsikan *nomophobia*; ketakutan berjauhan dan tidak dapat berkomunikasi dengan ponsel (Kazmi, 2019). *Nomophobia* dianggap sebagai suatu gangguan masyarakat digital atau dikenal dengan *digital society*, virtual juga kontemporer, yang mengacu kepada ketidaknyamanan, kecemasan, kesedihan, dan kegugupan diakibatkan kurang dan tidak adanya kontak dengan *smartphone* (Gonçalves dkk., 2020).

Berdasarkan pengertian yang telah dijelaskan, dapat disimpulkan bahwa *nomophobia* merupakan sebuah gangguan pada masa kini akibat dari perkembangan teknologi salah satunya adalah *smartphone* yang ditandai dengan kecemasan untuk berjauhan dari *smartphone* dan ketakutan tidak dapat berkomunikasi melalui *smartphone* serta beberapa gejala lainnya seperti ketidaknyamanan dan kegelisahan karena tidak dapat menggunakan *smartphone*.

2. Aspek *Nomophobia*

Menurut Yildirim dan Correia (2015) terdapat empat aspek dari *nomophobia*, aspek tersebut yakni:

1. Tidak dapat melakukan komunikasi (*not being able to communicate*)

Perasaan akan kehilangan komunikasi dengan orang dan tidak dapat menggunakan layanan atau jaringan untuk berkomunikasi. Hal ini berhubungan

dengan perasaan dimana individu tidak dapat menghubungi maupun dihubungi oleh oranglain. Tidak dapat melakukan komunikasi membuat individu merasa kehilangan dan menimbulkan cemas.

2. Kehilangan koneksi (*losing connectivity*)

Merupakan aspek kedua dari *nomophobia* yang merujuk pada sebuah perasaan kehilangan yang tidak normal atau berlebihan ketika individu kehilangan koneksi (*disconnected*) dan tidak dapat terhubung dengan internet pada *smartphone*, khususnya sosial media. Sangat penting bagi individu untuk meyakinkan bahwa individu melihat notifikasi dari *smartphone* dan individu memiliki keinginan untuk melihat notifikasi. Saat setelah melihat dan mendapatkan notifikasi, dapat diartikan bahwa individu tetap terhubung baik personal maupun grup secara *online*.

3. Tidak dapat melakukan akses informasi (*not being able to access about information*)

Merupakan spontanitas dari perasan tidak nyaman dari kehilangan akses komunikasi, tidak dapat mencari informasi, dan menerima informasi yang ada pada *smartphone*. Penggunaan *smartphone* sangat berguna bagi individu dalam mencari informasi maupun menerima informasi di kehidupan individu. Hal ini merupakan perasaan ketidaknyamanan individu pada saat individu tidak dapat tidak dapat melakukan akses informasi pada dunia maya.

4. Perasaan menyerah pada kenyamanan (*giving up on convenience*)

Sebuah perasaan dimana individu memiliki keingan untuk memanfaatkan fasilitas yang diberikan oleh *smartphone* dan perasaan “menyerah” pada kenyamanan yang telah diberikan oleh teknologi tersebut. Individu memastikan

bahwa baterai *smartphone* telah terisi, agar individu dapat menggunakan *smartphone* tanpa rasa khawatir. Perasaan nyaman ketika menggunakan teknologi ini berdampak pada interaksi sosial pada dunia nyata.

Berdasarkan penjelasan aspek *nomophobia* diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat empat aspek dari *nomophobia* yaitu tidak dapat melakukan komunikasi (*not being able to communicate*) ditandai dengan perasaan cemas ketika individu tidak dapat melakukan komunikasi atau menghubungi orang lain dan dihubungi oleh orang lain, kehilangan koneksi (*losing in connectivity*) yakni ditandai dengan perasaan kehilangan yang berlebihan ketika tidak dapat terhubung oleh internet pada *smartphone*, tidak dapat melakukan pencarian terhadap informasi (*can't able to access about information*) yaitu ditandai dengan perasaan ketidaknyamanan pada saat tidak dapat mengakses informasi maupun menerima informasi pada *smartphone*, perasaan menyerah pada kenyamanan (*giving up on convinence*) yakni ditandai dengan perasaan “menyerah” pada kenyamanan fasilitas yang telah disediakan oleh *smartphone* dan memastikan bahwa baterai *smartphone* telah terisi.

3. Faktor yang Mempengaruhi *Nomophobia*

Menurut Ramaita dkk., (2019) faktor yang mempengaruhi terjadinya *nomophobia* adalah tingkat penggunaan yakni penggunaan berlebihan akan berpengaruh pada kebiasaan individu sehingga menyebabkan kecanduan, usia, dan juga *extraversion*. Menurut Yildirim dan Correia (2015) faktor terjadinya *nomophobia* yaitu:

1. Gender

Perbedaan gender merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *nomophobia*. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, perbedaan jenis kelamin merupakan sosialisasi fungsi serta akses pada teknologi.

2. *Self-esteem*

Yakni penilaian atas diri sendiri dan berhubungan dengan identitas maupun perspektif diri. Individu dengan pandangan diri yang negatif menggunakan *smartphone* dikarenakan dapat menghubungi maupun dihubungi oleh siapa saja, sehingga cenderung untuk mencari kepastian.

3. Ekstraversi

Merupakan individu yang mendambakan interaksi sosial, kebahagiaan, serta perilaku impulsif. Individu dengan kepribadian *extraversion* cenderung rentan mengalami *nomophobia*.

4. *Neurotism*

Neurotis atau emosi tidak stabil dapat ditandai dengan kekhawatiran atau kecemasan, dan kemuraman. Kepribadian *neurotism* atau ketidakstabilan emosi memiliki kaitan dengan perilaku adiksi, pada dasarnya individu menggunakan *smartphone* sebagai sarana untuk mengatasi kecemasan serta stress yang dialami.

Berlandaskan penjelasan diatas, dapat diambil konklusi bahwa faktor yang mempengaruhi *nomophobia* yaitu; tingkat penggunaan, usia, serta *extraversion*. Lalu faktor- faktor lainnya yaitu gender atau jenis kelamin, *self-esteem* yakni penilaian dan pandangan terhadap diri, lalu dua trait kepribadian yakni *extraversion* dan *neurotism*.

4. Karakteristik *Nomophobia*

Menurut Kapucu dan Akar (2018) beberapa karakteristik dari *nomophobia* ialah:

1. Menggunakan *smartphone* dengan intensitas waktu yang lebih banyak
2. Secara terus menerus melihat layar pada *smartphone*, hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pesan atau chat serta panggilan yang masuk
3. Merasakan perasaan cemas dan khawatir apabila individu lupa atau ketinggalan untuk membawa *smartphone*.

Beberapa karakteristik yang menunjukkan *nomophobia* yakni selalu membawa *charger* atau alat pengisi daya baterai, memastikan terdapat kuota internet atau pulsa sehingga menghabiskan banyak dana yang besar dan hal ini dilakukan untuk memastikan jaringan internet dapat berfungsi dengan baik dan stabil ketika digunakan (Kazmi, 2019). Menurut Patel dan Makvana (2017) karakteristik lainnya adalah:

1. Tidak mematikan *smartphone* atau membiarkan *smartphone* hidup selama 24 jam penuh
2. Memeriksa panggilan maupun pesan yang tidak terjawab
3. Menggunakan *smartphone* disaat yang tidak tepat, dan kehilangan kesempatan atau momen untuk melakukan interaksi secara langsung di lingkungan sosial individu dan memilih untuk menggunakan dan memainkan *smartphone*.

Berdasarkan penjelasan mengenai karakteristik *nomophobia* diatas, dapat disimpulkan karakteristik *nomophobia* adalah menggunakan *smartphone* dengan intensitas waktu yang tidak wajar, selalu membawa *charger* pada saat berpergian, selalu melihat layar *smartphone* memastikan apakah ada pesan atau panggilan yang

masuk, membiarkan *smartphone* hidup sepanjang hari, merasakan cemas dan khawatir apabila berjauhan dan tidak membawa *smartphone*.

B. *Smartphone Addiciton*

1. Definisi *Smartphone Addiciton*

Addiction atau adiksi merupakan gangguan pada regulasi diri pada individu ditandai dengan ketidakmampuan untuk pengendalian emosi, perawatan diri, harga diri, serta hubungan (Flores, 2004). Menurut “*The Heart of Addiction*” terdapat dua jenis adiksi yaitu adiksi secara fisik yakni salah satu bentuk adiksi yang berkaitan dengan adiksi alcohol, kokain, dan zat zat psikotropika lainnya, lalu jenis lainnya yakni adiksi non-fisik seperti salah satunya adalah *smartphone addiction*, *game addiction*, *internet addiction*, dan lainnya (Yee, 2002).

Smartphone merupakan sebuah penemuan yang inovatif yang dilengkapi dengan kombinasi fungsi dari *handphone* dan *computer* dalam satu perangkat dengan ukuran yang mini, dilengkapi dengan fitur seperti permainan, pemutar musik, album foto, buku elektronik, camera, *translator*, aplikasi seperti *e-wallet*, fitur kesehatan, dan banyak fitur lain yang ditawarkan (Essau dan Delfabbro, 2020). Adiksi *smartphone* didefinisikan sebagai kondisi dimana menyebabkan ketidakmampuan menyesuaikan kehidupan sehari hari pada individu, serta selalu terobsesi dengan penggunaan *smartphone* dan merasakan cemas saat tidak menggunakan *smartphone* (Bozoglan, 2019).

Menurut (Yates dan Rice, 2020) *smartphone addiction* merupakan suatu permasalahan yang ditimbulkan dari tidak tepatnya regulasi penggunaan

smartphone sehingga menimbulkan ketergantungan atau kecanduan dan juga efek lainnya seperti menarik diri dari kerabat dekat maupun lingkungan sosialnya serta merasa mudah tersinggung ketika tidak dapat menggunakan *smartphone*. Ketergantungan *smartphone* dapat diartikan durasi penggunaan *smartphone* yang terlalu tinggi untuk fasilitas yang disediakan oleh *smartphone* seperti sosial media, pesan dan panggilan masuk yang dimana hal ini hampir mirip dengan pecandu narkotika dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Kuss dan Griffiths, 2011).

Berdasarkan definisi *smartphone addiction* diatas dapat disimpulkan bahwa *smartphone addiction* merupakan ketidakmampuan individu atau tidak mampu untuk meregulasi diri sendiri untuk mengendalikan diri baik secara fisik maupun emosi dalam penggunaan *smartphone* sehingga berdampak pada aktivitas sehari-hari.

2. Aspek *Smartphone Addiciton*

Menurut Kwon dkk., (2013) terdapat beberapa aspek yang menggambarkan *smartphone addiction*, yaitu:

1. Terganggunya aktivitas kehidupan sehari-hari (*daily life disturbance*)

Hal ini meliputi gangguan pada tidur atau istirahat, melewatkan pekerjaan yang telah direncanakan sebelumnya, mempunyai kesulitan untuk mengumpulkan atensi atau berkonsentrasi di kelas atau ketika bekerja, mengalami pusing dan penglihatan yang kabur, sakit pada pergelangan tangan dan leher bagian belakang. Para pengguna *smartphone* mengalami kesulitan untuk fokus pada saat bekerja dikarenakan *smartphone* selalu berada dipikiran. Intensitas penggunaan

smartphone yang cukup lama berdampak pada pergelangan tangan dan leher bagian belakang.

2. Mengalami penarikan (*withdrawal*)

Penarikan yang terjadi berupa menjadi tidak sabaran, tidak dapat mentoleransi, dan tidak dapat bertahan tanpa *smartphone*. Bahkan secara terus menerus memikirkan *smartphone* pada saat tidak menggunakannya. Tanpa *smartphone*, perubahan yang terjadi meliputi suasana hati, ketidakstabilan, dan juga kekhawatiran.

3. Berhubungan di dunia maya (*cyberspace oriented-relationship*)

Yaitu sebuah perasaan dimana individu merasa hubungan dengan teman-teman pada dunia nyata menjadi tidak lebih akrab dibandingkan dengan dunia maya, sehingga pada saat tidak dapat menggunakan *smartphone* individu mengalami perasaan kehilangan dan akibatnya individu terus menerus melihat dan memeriksa *smartphone*.

4. Penggunaan yang berlebihan (*overuse*)

Mengacu pada penggunaan *smartphone* dengan tidak adanya kontrol atau kendali, menghabiskan waktu untuk menggunakan *smartphone* sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari, memilih untuk mencari suatu hal melalui *smartphone* dibandingkan meminta bantuan pada orang lain, menyiapkan *charger* setiap saat, merasa ingin menggunakan *smartphone* lagi pada saat individu telah berhenti menggunakan *smartphone*.

5. Kontrol pada penggunaan *smartphone* (*tolerance*)

Merupakan penambahan durasi pada saat menggunakan *smartphone* untuk memperoleh kepuasan, dan berusaha untuk mengendalikan waktu penggunaan *smartphone* tetapi gagal melakukannya.

Berdasarkan uraian dari aspek-aspek *smartphone addiction* diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat lima aspek yaitu terganggunya aktivitas kehidupan sehari-hari (*daily life disturbance*), mengalami penarikan (*withdrawal*), berhubungan di dunia maya (*cyberspace-oriented relationships*), penggunaan yang berlebihan (*overuse*), dan kontrol pada penggunaan *smartphone* (*tolerance*).

3. Faktor yang Mempengaruhi *Smartphone Addiciton*

Beberapa faktor-faktor dari trait kepribadian yang dapat mempengaruhi *smartphone addiction* menurut Roberts dkk., (2015) yang diuraikan dibawah ini yaitu:

1. Kepribadian *agreeable* (*agreeability*)

Yakni individu yang dapat memahami dan mengerti orang lain serta kesejahteraan oranglain. Individu dengan kepribadian *agreeable* memperhatikan hubungan interpersonal berdasarkan kejujuran dan kesetaraan. Individu yang rendah pada keramahan lebih anti-sosial dan kecenderungan menyalahgunakan *smartphone*.

2. Ekstraversi (*extraversion*)

Merupakan trait kepribadian yang menggambarkan individu untuk memimpin segala aktivitas di lingkungan sosial nya. Ekstravert pada umumnya merupakan individu yang mendambakan interaksi sosial, kebahagiaan, serta *impulsive*.

Kepribadian ekstrasversi berkaitan dengan perilaku adiksi, contohnya seperti selalu membawa *smartphone*.

3. Kebutuhan gairah (*need for arousal*)

Peningkatan kebahagiaan dan kesenangan pada individu memerlukan gairah, hal ini memiliki persamaan dengan kecenderungan adiktif. Penggunaan *smartphone* salah satunya ialah mengobati kebosanan, sehingga sebagian besar individu rentan terhadap ketergantungan pada *smartphone*.

4. Emosi tidak stabil (*emotional instability*)

Neurotis atau emosi tidak stabil dapat ditandai dengan kekhawatiran atau kecemasan, dan kemuraman. Kepribadian neurotis menggunakan *smartphone* dengan tujuan untuk mengatasi stress dan kecemasan.

5. Materialisme (*materialism*)

Dapat dipahami sebagai nilai individu dimana prioritasnya yakni harta dan objek material dan pentingnya hal tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Materialisme dan *impulsive* dapat mendorong terjadinya ketergantungan pada *smartphone*.

6. Kesadaran (*consciousness*)

Regulasi diri merupakan komponen penting untuk *monitoring* perilaku individu. Kedisiplinan diri merupakan ciri khas dari kepribadian *consciousness*. Jika tidak memiliki kemampuan atensi, maka *smartphone* digunakan untuk menurunkan impulsivitas bagi individu yang rendah akan *consciousness*.

Berdasarkan penjelasan mengenai faktor yang mempengaruhi *smartphone addiction*, dapat disimpulkan yaitu kepribadian *agreeable*, ekstrasversi

(*extraversion*), kebutuhan gairah (*need for arousal*), emosi tidak stabil (*emotional instability*), materialisme (*materialism*), dan kesadaran (*consciousness*).

4. Dampak *Smartphone Addiction*

Menurut Mulawarman (2020) dampak yang ditimbulkan dari *smartphone addiction* ialah sebagai berikut:

1. Kompulsivitas

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat berakibat pada psikologis, fisik, maupun lingkungan sosial individu lalu berdampak pada perilaku impulsif. Beberapa contoh yang nyata seperti seseorang tergugah untuk melihat *smartphone* sebelum tidur, lalu saat bangun tidur hal yang pertama dilakukan adalah melihat *smartphone*.

2. *Functional disorder*

Gangguan fungsional merupakan permasalahan yang ditimbulkan dari ketergantungan *smartphone* seperti pengelolaan waktu, kesehatan fisik dan mental, serta interpersonal. Dampak dari *smartphone addiction* ditinjau dari interpersonal yakni empati yang berkurang, kepedulian serta penarikan diri pada lingkungan sosial dan lebih memilih untuk berinteraksi di dunia maya bersama *smartphone*. Radiasi yang ada pada layar *smartphone* dapat mempengaruhi fungsi otak yang menimbulkan sakit kepala serta gangguan tidur.

3. Interaksi Sosial

Akibat dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan, kualitas hubungan sesama di lingkungan sosial dapat terganggu. Pada lingkungan kita sehari-hari, dapat dilihat bahwa anak-anak memilih untuk memainkan *smartphone* miliknya dibandingkan

dengan bermain dengan teman seusianya. Eksistensi *smartphone* pada zaman modern merupakan lambang baik remaja maupun dewasa awal seperti mahasiswa.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan diatas, dapat disimpulkan bahwa dampak dari *smartphone addiction* yaitu; kompulsivitas atau perilaku impulsif yang berakibat pada psikologis maupun fisik individu, gangguan fungsional yang meliputi kesehatan, pengelolaan waktu, serta interaksi sosial, dan terakhir yakni interaksi sosial.

C. Hubungan Antara *Smartphone Addiciton* dengan *Nomophobia*

Eksistensi *smartphone* dikalangan mahasiswa secara tidak langsung menjadi “tolak ukur” dan ditunjukkan sebagai keaktifan dalam pertemanan maupun kelompok (Muyana dan Widyastuti, 2017). Berbagai fitur yang ditawarkan oleh *smartphone* memberikan kemudahan bagi individu khususnya mahasiswa. Kemudahan yang ditawarkan oleh *smartphone* membuat individu menjadi bergantung sehingga hal tersebut menjadi penting, pada saat hal tersebut menghilang maka akan menimbulkan kekhawatiran dan kecemasan.

Smartphone menjadi suatu permasalahan akan ketergantungan dan menimbulkan suatu perasaan yang dikenal dengan kecemasan (Saripah, Nur Aida & Pratiwi, 2020). Menurut Wulandari dan Haryuni (2020) kecemasan ditandai dengan kekhawatiran dan kegelisahan serta perasaan takut dan tidak menyenangkan. Bentuk kekhawatiran ketika individu kehilangan atau jauh dari *smartphone* yang merupakan benda krusial pada zaman modern menyebabkan munculnya *nomophobia*. Tran (2016) menjelaskan bahwa *nomophobia* ditimbulkan dari adanya ketergantungan *smartphone*, alasan mengapa keduanya memiliki

keterkaitan yakni *smartphone* saat ini menjadi suatu pusat bagi khalayak dalam komunikasi agar dapat dihubungi maupun dihubungi oleh orang lain sehingga memberikan opsi bagi penggunaannya untuk menggunakan *smartphone* secara kompulsif hingga terjadinya *smartphone addiction* yang memiliki ciri utama seperti menjadi sumber kenyamanan dan juga bentuk kepemilikan. Bentuk kecemasan dan ketakutan dari *nomophobia* ini juga diperburuk oleh adanya suatu adiksi, yakni *smartphone addiction*. Adiksi *smartphone* didefinisikan sebagai kondisi dimana menyebabkan ketidakmampuan menyesuaikan kehidupan sehari-hari pada individu, serta selalu terobsesi dengan penggunaan *smartphone* dan merasakan cemas saat tidak menggunakan *smartphone* (Bozoglan, 2019).

Permasalahan yang terjadi pada *smartphone addiction* ialah seperti kegelisahan, stress, serta kecemasan atau yang telah diketahui yakni *nomophobia* (Ramaita dkk., 2019). Salah satu aspek dari *nomophobia* yakni *losing connectivity* atau kehilangan koneksi internet yang ditandai dengan perasaan kehilangan yang tidak wajar dikaernakan individu tidak dapat terkoneksi dengan internet sehingga mengkhawatirkan komunikasi pada sosial media (Yildirim & Correia, 2015). Hal ini berhubungan dengan salah satu dimensi yang ada pada *smartphone addiction* salah satunya ialah *cyberspace oriented-relationship* dimana pengguna *smartphone* memprioritaskan atau merasakan hubungan dengan teman-teman yang ada di sosial media menjadi lebih akrab dibandingkan dengan dunia nyata (Kwon, Lee, dkk., 2013).

Beberapa penjelasan di atas dapat disimpulkan individu yang tidak bijak dalam menggunakan *smartphone* dapat menyebabkan ketergantungan sehingga hal

tersebut dapat mengganggu baik secara fisik maupun psikologis, salah satu dampaknya ialah *nomophobia* yang merupakan gejala fobia masa kini yang ditandai dengan kecemasan berjauhan dari *smartphone*. Timbulnya perasaan cemas dan kekhawatiran ketika berjauhan dari *smartphone* dapat menimbulkan permasalahan gangguan psikologis lainnya.

D. Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini ialah ada hubungan antara *smartphone addiction* dengan *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Semakin tinggi tingkat *nomophobia* maka semakin tinggi tingkat *smartphone addiction*, sebaliknya apabila tingkat *nomophobia* rendah maka tingkat *smartphone addiction* rendah.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Variabel merupakan sebuah konsep dan penjelasan tergantung pada penelitian yang dilakukan (Bungin, 2005). Definisi variabel yakni sebuah atribut dari individu yang bervariasi dan telah peneliti tetapkan untuk diteliti lalu ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2015). Oleh karena itu, identifikasi variabel dari penelitian ini yaitu:

1. Variabel Terikat (Y) : *Nomophobia*
2. Variabel Bebas (X) : *Smartphone Addiction*

B. Definisi Operasional

1. *Nomophobia*

Nomophobia merupakan perasaan cemas atau khawatir ketika individu tidak dapat melakukan komunikasi melalui *smartphone* atau tidak dapat terkoneksi dengan internet. Fobia ini merupakan fobia yang terjadi pada masa kini dan merupakan fobia situasional yakni situasi yang menimbulkan ketakutan secara irrasional dan memunculkan respon baik secara *physical* maupun *emotional*. *Nomophobia* dapat diukur dengan menggunakan skala NMP-Q yang disusun oleh Yildirim dan Correia (2015). Semakin tinggi nilai yang diperoleh maka semakin tinggi tingkat *nomophobia*, sebaliknya semakin rendah nilai yang diperoleh maka semakin rendah tingkat *nomophobia*.

2. *Smartphone Addiction*

Smartphone addiction merupakan ketidakmampuan individu untuk mengendalikan diri secara fisik maupun emosional dalam penggunaan *smartphone* sehingga mempengaruhi aktivitas sehari-hari. *Smartphone addiction* dapat diukur dengan skala SAS-SV yang disusun oleh Kwon dkk., (2013) dan telah di adaptasi ke versi Indonesia oleh Arthy dkk., (2019) menggunakan *forward and backward translation*. Semakin tinggi nilai yang diperoleh maka semakin tinggi tingkat *smartphone addiction*. Sebaliknya, apabila nilai yang diperoleh rendah, maka semakin rendah tingkat *smartphone addiction*.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi ialah objek ataupun subjek di dalam suatu wilayah yang umum yang mempunyai jumlah dan ciri khas tertentu dan telah ditentukan oleh peneliti untuk dikaji dan dipelajari dan pada akhirnya ditarik sebuah konklusi (Sugiyono, 2015). Populasi merupakan wilayah yang bersifat umum dan terdiri dari subjek maupun objek dan memiliki jumlah dan ciri khas tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dapat dipelajari dan ditarik kesimpulan (Siyoto dan Sodik, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang berjumlah 904 orang (BAAK UIR, 2020)

2. Sampel Penelitian

Sampel merupakan bagian dari kuantitas dan ciri khas yang dimiliki oleh populasi yang harus bersifat representatif atau mewakili populasi agar mendapatkan kesimpulan yang benar (Sugiyono, 2015). Sampel merupakan sebagian kecil dari

populasi dan dapat mewakili dari jumlah populasi yang sangat besar sehingga dapat meringankan dana serta menghemat waktu dalam melakukan penelitian (Siyoto dan Sodik, 2015).

a. Jumlah Sampel

Penetapan jumlah sampel dengan populasi 904 orang berdasarkan tabel penentuan nya didapatkan sampel berjumlah 277 orang. Jumlah ini didapatkan dari rumus Slovin dengan ketetapan taraf kesalahan sebesar 5% hingga ketepatan dari sampel sebesar 95%, rumus tersebut yakni:

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

Keterangan:

n = total sampel

N = ukuran populasi

e = Toleransi error

b. Teknik Pengambilan Sampel

Pada penelitian ini, penetapan responden menggunakan teknik sampling insidental (*accidental sampling*) yakni penggunaan teknik ini didasari dengan penentuan sampel yang secara kebetulan sesuai dengan karakteristik sampel yang sesuai sehingga dapat dijadikan sampel pada penelitian dan menjadi sumber data (Sugiyono, 2015).

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara mengumpulkan data dengan berbagai macam instrument seperti metode pengumpulan angket, observasi,

wawancara, dokumentasi dan merupakan penentuan apakah suatu penelitian dapat berhasil atau tidak (Bungin, 2005). Pengumpulan data penelitian ini menggunakan skala. Skala merupakan seperangkat pertanyaan guna mengungkapkan atribut respon pada pernyataan tersebut (Azwar, 2017).

1. Skala *Nomophobia*

Penggunaan skala *nomophobia* pada penelitian ini berisikan beberapa pernyataan mendukung (*favorable*). Skala ini dikembangkan oleh Yildirim dan Correia (2015) yang berjudul *No Mobile-Phone Phobia Questionnaire (NMP-Q)*. Aitem pada skala ini berjumlah 20 aitem. Skala yang digunakan ialah hasil adaptasi Rakimahwati dan Ardi (2018) dengan beberapa aspek seperti; terganggunya aktivitas kehidupan sehari-hari (*daily life disturbance*), kehilangan koneksi (*losing connectivity*), tidak dapat melakukan akses informasi (*can't able to access about information*), dan perasaan menyerah pada kenyamanan (*giving up on convinence*).

Tabel 3.1

Blueprint Skala Nomophobia Sebelum Try Out

Aspek	Aitem	Total
Terganggunya aktivitas kehidupan sehari-hari (<i>daily life disturbance</i>)	10,11,12,13,14,15	6
Kehilangan koneksi (<i>losing connectivity</i>)	16,17,18,19,20	5
Tidak dapat melakukan akses informasi (<i>not being able to access about information</i>)	1,2,3,4	4
Perasaan menyerah pada kenyamanan (<i>giving up on convinence</i>)	5,6,7,8,9	5
Jumlah		20

2. Skala *Smartphone Addiction*

Skala yang digunakan pada penelitian ini ialah skala *Smartphone Addiction Scale-Short Version* (SAS-SV) yang disusun oleh Kwon, Kim, dkk., (2013) dimana skala ini berisikan 10 pernyataan singkat. Skala ini diadaptasi oleh Arthy dkk., (2019) dengan beberapa aspek seperti; terganggunya aktivitas sehari-hari (*daily life disturbance*), mengalami penarikan (*withdrawal*), berhubungan di dunia maya (*cyberspace oriented relationship*), penggunaan yang berlebihan (*overuse*), dan kontrol pada penggunaan *smartphone* (*tolerance*).

Tabel 3.2

Blueprint Skala Smartphone Addiction Scale-Short Version sebelum Try Out

Aspek <i>Smartphone Addiction</i>	Nomor Aitem	Total
Terganggunya aktivitas sehari-hari (<i>daily life disturbance</i>)	1,2,3	3
Mengalami penarikan (<i>withdrawal</i>)	4,5,6,7	4
berhubungan di dunia maya (<i>cyberspace oriented relationship</i>)	8	1
Penggunaan yang berlebihan (<i>overuse</i>)	9	1
Kontrol pada penggunaan <i>smartphone</i> (<i>tolerance</i>)	10	1
Total		10

E. Validitas dan Reliabilitas

Pengukuran terhadap aspek psikologis memiliki kesulitan dan memiliki *error* yang banyak dibandingkan dengan pengukuran aspek secara fisik. Validitas secara konsep dipandang sebagai ciri khas yang dimiliki oleh alat tes. Reliabilitas atau

dengan istilah lain seperti ketepatan atau konsistensi memiliki konsep bagaimana suatu hasil dari proses pengukuran yang dilakukan dapat dipercayai (Azwar, 2012).

1. Validitas

Validitas memiliki keterkaitan dengan suatu tujuan pengukuran. Tes dapat dikatakan valid apabila tujuan pengukuran dari tes tersebut mengukur secara akurat dengan apa yang hendak diukurnya (Azwar, 2012). Validitas merupakan kelayakan dan kebermanfaatan dari simpulan tertentu yang dibuat berdasarkan hasil skor tes. Validitas merupakan terjemahan dari kata *validity* yakni sejauh mana ketepatan suatu skala dalam menjalankan kegunaan dari pengukurannya (Azwar, 2012). Validitas yaitu pertimbangan yang sangat penting dalam penilaian kualitas dari alat ukur.

2. Reliabilitas

Reliabilitas yakni terjemahan dari *reliability* yakni pengukuran yang menghasilkan data yang memiliki reliabilitas yang tinggi (pengukuran yang reliabel) dan sejauh mana suatu proses pengukuran dapat dipercaya. (Azwar, 2012). Reliabilitas berasal dari kata *rely* yang berarti percaya lalu reliabel yaitu bisa dipercaya yang mana kepercayaan ini terkait dengan kecermatan dan konsistensi dari instrumen seperti instrument hasil belajar dapat dipercayai jika memberikan pengukuran hasil belajar yang relatif konsisten (Siyoto dan Sodik, 2015).

F. Metode Analisis Data

1. Uji Normalitas

Penggunaan statistik parametrik mengasumsikan bahwa data yang diperoleh dari variabel akan dianalisa dan membentuk penyebaran normal (Sugiyono, 2015). Kaidah yang digunakan ialah apabila p dari nilai Z (*Kolmogorov-Smirnov*) $> 0,05$ maka distribusi normal, sebaliknya jika $p < 0,05$ maka distribusi tidak normal.

2. Uji Linearitas

Pengujian linearitas digunakan mengetahui apakah diantara dua variabel dalam penelitian ini mempunyai hubungan secara linear atau tidak (Sugiyono, 2015). Aturan yang digunakan dalam melihat linearitas adalah dengan mengetahui nilai p dari nilai F (*Linearity*) $< 0,05$ maka hubungan antara dua variabel linear.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis asosiatif yakni sebuah pernyataan yang menunjukkan pendugaan terhadap hubungan dari dua variabel penelitian. Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Spearman Rank's* yang dipergunakan untuk membuktikan dugaan hubungan dua variabel (Sugiyono, 2015). Analisis pada penelitian ini dibantu oleh program *SPSS 20. for Windows*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Persiapan Penelitian

1. Orientasi Kanchah Penelitian

Tahap awal penelitian ini adalah mempersiapkan kebutuhan riset seperti menentukan subjek penelitian, mempersiapkan dan meminta izin untuk penggunaan skala penelitian. Langkah selanjutnya dimulai dengan pengesahan dari dosen pembimbing untuk melakukan uji coba guna melihat hasil dari uji validitas dan uji reliabilitas dari alat ukur yang digunakan.

2. Pelaksanaan Uji Coba

Uji coba (*try-out*) penelitian dilakukan secara online dengan bantuan Google Form pada hari Senin, 25 Januari 2021 hingga. Subjek uji coba untuk penelitian ini yakni mahasiswa Fakultas Teknik dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Islam Riau dengan total subjek sebanyak 65 subjek. Kuesioner online ini diberikan melalui link yang telah disebarakan.

3. Hasil Uji Coba

Data yang diperoleh pada saat pelaksanaan uji coba terhadap mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Islam Riau lalu data di analisis daya beda dan reliabilitas skala. Daya diskriminasi aitem merupakan suatu cara untuk melihat seberapa jauh aitem dapat membedakan baik antar individu maupun kelompok yang tidak memiliki maupun memiliki suatu atribut yang dapat

diukur (Azwar, 2017). Analisis dilakukan dengan bantuan program *SPSS 20 For Windows*.

a. Skala *Nomophobia*

Aitem yang memiliki daya beda yang tinggi dan memuaskan ialah aitem yang dapat mencapai koefisien korelasi sebesar $\geq 0,30$ (Azwar, 2017). Analisis yang digunakan yakni menggunakan rumus *cronbach's alpha* dengan bantuan *SPSS 20 Windows*. Reliabilitas dari skala *nomophobia* ini yakni 0,767. Peneliti tidak menggugurkan aitem skala dikarenakan keseluruhan aitem skala *nomophobia* ini memiliki daya beda $\geq 0,30$.

Tabel 4.1

Blueprint Skala Nomophobia (NMP-Q) Setelah Try-Out

Aspek	Aitem	Total
Terganggunya aktivitas kehidupan sehari-hari (<i>daily life disturbance</i>)	10,11,12,13,14,15	6
Kehilangan koneksi (<i>losing connectivity</i>)	16,17,18,19,20	5
Tidak dapat melakukan akses informasi (<i>not being able to access about information</i>)	1,2,3,4	4
Perasaan menyerah pada kenyamanan (<i>giving up on convinence</i>)	5,6,7,8,9	5
Jumlah		20

b. Skala *Smartphone Addiction*

Aitem yang memiliki daya beda yang tinggi dan memuaskan ialah aitem yang dapat mencapai koefisien korelasi sebesar $\geq 0,30$ (Azwar, 2017). Analisis yang

digunakan yakni menggunakan rumus *cronbach's alpha* dengan bantuan *SPSS 20 Windows*. Reliabilitas skala *smartphone addiction* sebelum dilakukan analisis diskriminasi aitem yaitu sebesar 0,761. Setelah dilakukan analisis daya beda aitem, terdapat 1 aitem yang dibuang yakni aitem 9. Setelah itu dilakukan analisis daya beda aitem, reliabilitas naik menjadi 0,762 sehingga jumlah aitem yang dipergunakan ialah sebanyak 9 aitem dengan distribusi:

Tabel 4.2

Blueprint Skala Smartphone Addiction (SAS-SV) Setelah Try Out

Aspek Smartphone Addiction	Nomor Aitem	Total
Terganggunya aktivitas sehari-hari (<i>daily life disturbance</i>)	1,2,3	3
Mengalami penarikan (<i>withdrawal</i>)	4,5,6,7	4
berhubungan di dunia maya (<i>cyberspace oriented relationship</i>)	8	1
Penggunaan yang berlebihan (<i>overuse</i>)	<u>9</u>	1
Kontrol pada penggunaan <i>smartphone (tolerance)</i>	10	1
Total		10

Ket: aitem yang digaris bawah ialah aitem yang gugur

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 2 Februari 2021 hingga 12 Februari 2021 dengan jumlah sampel 277 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Pembagian skala dilakukan secara *online* melalui Google Form. Pada deskripsi pembukaan Google Form peneliti memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan dan maksud dari penelitian serta petunjuk pengisian skala.

C. Hasil Analisis Data

1. Data Demografi

Hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan jumlah respon dari subjek seperti yang dijelaskan pada tabel 4.3 dibawah ini:

Tabel 4.3

Identitas Diri	Frekuensi	Persentase	Jumlah
Jenis Kelamin			
1. Laki Laki	78	26%	100%
2. Perempuan	199	74%	
Usia			
18 tahun	27	10%	100%
19 tahun	38	14%	
20 tahun	85	30%	
21 tahun	88	32%	
22 tahun	29	10%	
23 tahun	7	2,5%	
24 tahun	3	1,5%	
Semester			
II	52	19%	100%
IV	42	15%	
VII	86	31%	
VIII	96	35%	
Durasi Penggunaan Smartphone			
>2jam	28	10%	100%
>4 jam	41	15%	
>6 jam	67	24%	
>8 jam	91	33%	
>12 jam	50	18%	

Berdasarkan tabel data demografi diatas, responden dengan jenis kelamin laki laki sebanyak 77 responden dan 199 responden berjenis kelamin perempuan.

Dilihat dari usia, rentang usia responden yakni dari 18 sampai dengan 24 tahun dengan responden terbanyak pada usia 21 tahun yakni sebanyak 88 responden atau setara dengan 32%. Data demografi menunjukkan responden dari semester VIII memiliki responden terbanyak yakni sebesar 96 responden atau sebesar 35%. Durasi penggunaan *smartphone* dibagi menjadi beberapa durasi mulai dari > 2 jam hingga > 12 jam dan ditemukan sebanyak 91 responden menggunakan *smartphone* nya dengan durasi > 8 jam atau sebesar 33%.

2. Deskripsi Data

Deskripsi data penelitian ini ialah mengenai hubungan antara *smartphone addiction* dengan *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Hasil data penelitian yang telah didapatkan terkait dengan *smartphone addiction* dengan *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau setelah memasukkan data ke dalam *excel*, peneliti melakukan proses olah data menggunakan *SPSS 20 For Windows*, didapatkan gambaran data penelitian yang tertera dibawah ini:

Tabel 4.4
Deskripsi Data Penelitian

Variabel Penelitian	Skor yang diperoleh (skor empirik)				Skor yang dimungkinkan (skor hipotetik)			
	Xmax	Xmin	Mean	SD	Xmax	Xmin	Mean	SD
<i>Nomophobia Smartphone Addiction</i>	80	29	54,96	8,19	80	20	50	10
	10	33	22,34	4,30	36	9	22,5	4,5

Berdasarkan tabel diatas, skor empirik yang telah diperoleh hasilnya dengan menggunakan bantuan *SPSS 20 For Windows* diperoleh rata rata (*mean*) untuk *nomophobia* yakni sebesar 54,96 dengan standar deviasi (SD) sebesar 8,19. Pada variabel *smartphone addiction* yakni diperoleh rata-rata (*mean*) sebesar 22,34 dan standar deviasi (SD) sebesar 4,30. Hasil skor hipotetik pada variabel *nomophobia* menunjukkan rata-rata (*mean*) sebesar 50 dengan standar deviasi (SD) sebesar 10. Lalu pada variabel *smartphone addiction* diperoleh rata-rata (*mean*) dengan nilai 22,5 dan standar deviasi (SD) senilai 4,5.

Selanjutnya skor *nomophobia* dengan skor *smartphone addiction* dibuat kategorisasi. Tujuan dari kategorisasi ini ialah untuk melihat pengelompokkan secara terpisah lalu secara berjenjang dengan menggunakan dimensi yang diukur. Pengelompokkan ini berdasarkan pada hasil skor hipotetik pada tabel 4.4. Rumus kategorisasi dapat dilihat pada tabel 4.5 dibawah ini:

Tabel 4.5

Rumus Kategorisasi

Kategori	Rumus
Sangat Tinggi	$X \geq M + 1,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$
Sangat Rendah	$X < M - 1,5 SD$

Ket:

M = Mean Empirik

SD = Standar Deviasi

Kategorisasi variabel *nomophobia* pada penelitian terbagi menjadi 5 bagian yakni sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Kategori skor dari *nomophobia* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.6
Rentang Nilai dan Kategorisasi Subjek Skala *Nomophobia*

Kategori	Rentang Nilai	f	%
Sangat Tinggi	$X \geq 65$	36	13 %
Tinggi	$55 \leq X < 65$	111	40,1 %
Sedang	$45 \leq X < 55$	96	34,7%
Rendah	$35 \leq X < 45$	33	11,9 %
Sangat Rendah	$X < 35$	1	4 %

Berdasarkan kategorisasi subjek skala *nomophobia* yang tertera pada tabel 4.6 diatas, diketahui bahwa responden penelitian memiliki skor pada kategori tinggi yakni sebanyak 111 responden dari 277 responden atau sebesar 40,1% lalu pada kategori sedang sebanyak 96 responden dari 277 responden atau sebesar 34,7%.

Tabel 4.7
Rentang Nilai dan Kategorisasi Subjek Skala *Smartphone Addiction*

Kategori	Rentang Nilai	f	%
Sangat Tinggi	$X \geq 29$	24	8,7%
Tinggi	$25 \leq X < 29$	57	23,8%
Sedang	$20 \leq X < 25$	120	43,3%
Rendah	$16 \leq X < 20$	66	23,8%
Sangat Rendah	$X < 16$	10	3,6%

Hasil dari rentang nilai dan kategorisasi pada subjek skala *smartphone addiction* pada tabel 4.7 diatas ditemukan bahwa responden memiliki skor pada kategori sedang yakni sebanyak 120 responden dari 277 responden dengan presentasi sebesar 43,3%.

Berlandaskan hasil yang telah diperoleh dari kategorisasi diatas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dilihat dari keseluruhan memiliki skor pada kategori sedang pada variabel *nomophobia* dan juga variabel *smartphone addiction*.

D. Analisis Data

1. Uji Asumsi

Pada tahap ini, uji asumsi digunakan untuk mengetahui pola atau data berdistribusi normal atau tidak serta memiliki kelinieritasan dari data yang telah didapatkan.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk melihat apakah data yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan pada variabel penelitian yakni *nomophobia* serta *smartphone addiction*. Analisa dilakukan dengan bantuan *SPSS 20 For Windows*. Apabila data berdistribusi normal maka uji statistik yang digunakan ialah parametrik, sebaliknya apabila data berdistribusi tidak normal maka uji statistik yang digunakan ialah non-parametrik. Apabila $p > 0,05$ maka data berdistribusi normal, sebaliknya jika $p < 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas tertera pada tabel 4.8 dibawah ini:

Tabel 4.8

Uji Normalitas

Variabel	Signifikansi	Keterangan
<i>Nomophobia</i>	0,004	Tidak Normal
<i>Smartphone Addiction</i>	0,000	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas diatas, diketahui bahwa nilai signifikansi variabel *nomophobia* sebesar 0,004 ($p < 0,05$) serta variabel *smartphone addiction* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) hal ini dapat diindikasikan data dari kedua variabel tidak berdistribusi normal. Apabila data tidak berdistribusi normal, maka uji statistik yang digunakan ialah uji non-parametrik.

b. Uji Linieritas

Aturan yang digunakan dalam melihat linearitas adalah dengan mengetahui nilai signifikansi (p) dari nilai F (*Linearity*) < 0.05 maka terdapat hubungan yang linear antar variabel independent dan variabel dependen . Hasil uji linearitas tertera pada tabel 4.9 dibawah ini:

Tabel 4.9
Uji Linearitas

Variabel	<i>Deviation from Linearity</i>	F (<i>Linearity</i>)	Keterangan
<i>Nomophobia Smartphone Addiction</i>	0,248	0,000	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas yang tertera pada tabel 4.9 diatas didapatkan *deviation from linearity* sebesar 0,248 dan nilai F (*Linearity*) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dapat disimpulkan bahwa variabel terikat (Y) yakni *nomophobia* dan variabel bebas (X) yakni *smartphone addiction* mempunyai hubungan yang linear.

c. Uji Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara *smartphone addiction* dengan *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Semakin tinggi tingkat *nomophobia* maka semakin tinggi tingkat *smartphone addiction*. Berdasarkan uji normalitas yang telah didapatkan hasilnya pada tabel 4.8 di atas diketahui bahwa data pada penelitian ini tidak berdistribusi normal. Tahap selanjutnya yakni menggunakan uji *non-parametrik* yakni menggunakan Korelasi *Spearman's Rank*. Hasil analisis korelasi tersebut tertera pada tabel ini:

Tabel 4.10
Analisis Korelasi *Spearman's Rank*

		<i>Nomophobia</i>	<i>Smartphone Addiction</i>
<i>Spearman's rho</i>	Koefisien Korelasi	1.000	.706**
	<i>Nomophobia</i> Sig. (2-tailed)	.	.000
	N	277	277
	Koefisien Korelasi	.706**	1.000
	<i>Smartphone Addiction</i> Sig. (2-tailed)	.000	.
	N	277	277

Berdasarkan hasil analisis korelasi *Spearman's Rank* di atas, didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,706 dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Terdapat korelasi positif yang signifikan antara *smartphone addiction* dengan *nomophobia* pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau. Semakin tinggi tingkat *smartphone addiction* maka semakin tinggi pula tingkat *nomophobia*. Demikian

hasil uji analisis data ini menyatakan bahwa hipotesis yang telah ditetapkan pada penelitian ini diterima.

Hasil uji determinan nilai koefisien atau *r-squared* pada penelitian ini sebesar 0,466 yang artinya *smartphone addiction* memberikan sumbangan efektif sebesar 46,6 % terhadap *nomophobia*, sedangkan sisanya yakni sebesar 53,4 % dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diketahui dan diteliti pada penelitian ini.

E. Pembahasan

Hasil analisis yang telah digunakan pada penelitian ini yakni teknik korelasi *Spearman Rank's* didapatkan nilai signifikansi yakni 0,000 dimana $p < 0,05$ yang menunjukkan ada korelasi yang signifikan antara *smartphone addiction* dengan *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Pada penelitian ini didapatkan nilai korelasi 0,706 yang artinya menunjukkan korelasi positif, semakin tinggi tingkat *smartphone addiction* maka semakin tinggi tingkat *nomophobia*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ramaita dkk (2019) terdapat korelasi antara *smartphone addiction* dengan kecemasan (*nomophobia*) di STikes Piala Sakti Pariaman dengan nilai $p = 0,02$ ($p < 0,05$). Selanjutnya pada penelitian Palupi dkk (2018) terdapat hubungan yang signifikan antara ketergantungan *smartphone* dengan tingkat kecemasan sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Kenyamanan serta akses yang memudahkan pengguna nya menjadikan *smartphone* salah satu barang yang penting bagi kehidupan manusia saat ini, dan tentunya juga dapat menjadikan permasalahan baru apabila tidak dapat menggunakannya dengan bijak salah satu yang ditimbulkan yakni *nomophobia* (Asih dan Fauziah, 2017). Ketersediaan

teknologi saat ini nyatanya diharapkan memberikan manfaat serta pengembangan bagi kehidupan manusia, akan tetapi realita yang dialami memberikan dampak yang buruk, begitu pula dengan penggunaan *smartphone* (Hardianti, 2019).

Salah satu dampak yang tidak baik yang ditimbulkan dari penggunaan *smartphone* yakni pengguna yang tidak dapat dibatasi oleh waktu sehingga cenderung menimbulkan ketergantungan pada *smartphone* (Ramaita dkk., 2019). Fenomena *nomophobia* yang terjadi saat ini diperburuk dengan ketidakmampuan individu dalam mengatur intensitas penggunaan pada *smartphone* dan cenderung terjadinya ketergantungan pada *smartphone* (Muyana & Widyastuti, 2017). Penelitian lainnya memaparkan bahwa ketergantungan *smartphone* dapat menyebabkan gangguan kesehatan jiwa, pada eksperimen yang telah dilakukan pada dua kelompok yakni 50 responden kelompok perlakuan dan 70 responden kelompok kontrol, salah satu dari kelompok ini yakni kelompok perlakuan menunjukkan gejala gelisah, ketakutan, dan ketidaknyamanan dikarenakan tidak dapat memiliki akses ke *smartphone*. (Nurwahyuni, 2018)

Penelitian ini tentunya memiliki kelebihan dan kelemahan dari berbagai sisi, sehingga perlunya perbaikan serta kritik dan saran yang membangun agar penelitian ini memberikan manfaat kepada orang lain. Kelemahan dari penelitian ini adalah penyebaran kuesioner yang tidak menyeluruh karena keterbatasan tempat serta kondisi pandemi yang terjadi. Uji normalitas yang telah dilakukan menunjukkan bahwa data pada penelitian ini tidak berdistribusi normal sehingga statistik yang digunakan ialah statistik nonparametrik. Sampel pada penelitian ini memiliki ruang lingkup yang kecil yakni hanya mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam

Riau. Selain itu terbatasnya referensi serta literatur pada *nomophobia* serta *smartphone addiction* dikarenakan topik ini termasuk kedalam *cyberpsychology* yang dimana di Indonesia masih minim topik mengenai hal tersebut. Meskipun dengan segala kekurangan serta keterbatasan penelitian ini, penting untuk mengkaji mengenai *nomophobia* serta *smartphone addiction* untuk memahami fenomena ini dari berbagai perspektif.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berlandaskan hasil penelitian yang telah dilakukan, disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara *smartphone addiction* dengan *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Arah yang ditunjukkan pada penelitian ini yakni *smartphone addiction* memiliki arah yang positif terhadap *nomophobia* yang artinya semakin tinggi tingkat *smartphone addiction* maka semakin tinggi pula tingkat *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

B. Saran

Terdapat beberapa saran berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, saran yang diberikan ialah:

1. Kepada Mahasiswa

Mahasiswa hendaknya dapat mengatur penggunaan *smartphone* serta bijak dalam menggunakan *smartphone* agar tidak mengganggu aktivitas sehari-hari dan juga mengalami *nomophobia*. Serta tidak menjadikan *smartphone* sebagai kebutuhan utama yang sangat penting agar mengurangi kecemasan jika berjauhan dari *smartphone*.

2. Kepada Peneliti Selanjutnya

Jika peneliti selanjutnya ingin melakukan penelitian dengan topik yang sama, maka jika distribusi data tidak normal hendaknya mencoba melakukan membuang

outliers serta melakukan transformasi data. Selain itu pemilihan responden juga diperhatikan, jika ingin meneliti topik yang sama maka pilihlah responden remaja. Selain itu diharapkan menggunakan variabel bebas yang lain seperti kepribadian ekstraversi, *sensation seeking*, FoMo (*fear of missing out*). Apabila ingin menggunakan *smartphone addiction* sebagai variabel bebas, maka bisa menggunakan variabel terikat lain seperti *social anxiety disorder*, kualitas tidur, dan *cyberslacking*.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR PUSTAKA

- Afrilia, R. (2020). *Hubungan Antara Smartphone Addiction dengan Belajar Berdasar Regulasi Diri Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau*. Universitas Islam Riau.
- Arisandi, J. (2020). *Digital 2020: Pengguna Internet Indonesia dalam Angka*. <https://Cyberthreat.Id/>. <https://cyberthreat.id/read/5387/Digital-2020-Pengguna-Internet-Indonesia-dalam-Angka>
- Arthy, C. C., Effendy, E., Amin, M. M., Loebis, B., Camellia, V., & Husada, M. S. (2019). Indonesian version of addiction rating scale of smartphone usage adapted from smartphone addiction scale-short version (SAS-SV) in junior high school. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(19), 3235–3239.
- Asih, A. T., & Fauziah, N. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecemasan Jauh Dari Smartphone (Nomophobia) Pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Diponegoro Semarang. *Empati*, 6(2), 15–20.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Azwar, S. (2017). *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Bozoglan, B. (2019). *Multifaceted Approach to Digital Addiction and Its Treatment*. IGI Global.
- Bragazzi, N. L., & Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 155–160.
- Bungin, B. (2005). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Kencana: Jakarta.
- Connolly, I. (2016). An Introduction to Cyberpsychology. In *An Introduction to Cyberpsychology*. Routledge: New York.
- Daeng, I., Mewengkang, N., & Kalesaran, E. (2017). Penggunaan Smartphone Dalam Menunjang Aktivitas Perkuliahan Oleh Mahasiswa Fispol Unsrat Manado. *E-Journal "Acta Diurna"*, VI(1), 1–15.
- Dongre, A. S., Inamdar, I. F., & Gattani, P. L. (2017). Nomophobia: A Study to Evaluate Mobile Phone Dependence and Impact of Cell Phone on Health. *National Journal of Community Medicine | Volume*, 8(11), 688–693.
- Essau, C. A., & Delfabbro, P. H. (2020). *Adolescent Addiction: Epidemiology, Assessment, and Treatment*. Elsevier Inc.
- Flores, P. J. (2004). *Addiction as an Attachment Disorder*. Rowman & Littlefield Publishers.

- Gonçalves, S., Dias, P., & Correia, A.-P. (2020). Nomophobia and lifestyle: Smartphone use and its relationship to psychopathologies. *Computers in Human Behavior Reports*, 2(June), 100025. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2020.100025>
- Hafni, N. D. (2019). Nomophobia, Penyakit Masyarakat Modern. *Jurnal Al Hikmah*, 6(2), 41–50.
- Hardianti, F. (2019). Nomophobia Dalam Perspektif Media, Budaya Dan Teknologi. *Edutech*, 18(2), 182–196. <https://doi.org/10.17509/e.v18i2.17134>
- Hartanto, D. T. (2019). *Mengenal Nomophobia: Takut Jika Jauh dari Ponsel*. BINUS University.
- Kapucu, H., & Akar, C. (2018). *Changing Organizations From Psychological & Technological Perspective*. IJOPEC Publication Limited.
- Kazmi, S. S. H. (2019). *Traumashastra (Bio-Psychosocial Perspectives of Trauma)*. Indian Mental Health and Research Centre.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction-A review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528–3552.
- Kwon, M., Kim, D., Cho, H., & Yang, S. (2013). *The Smartphone Addiction Scale : Development and Validation of a Short Version for Adolescents*. 8(12), 1–7.
- Kwon, M., Lee, J., Won, W., Park, J., Min, J., & Hahn, C. (2013). *Development and Validation of a Smartphone Addiction Scale (SAS)*. February 2015. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0056936>
- Lucenta, S. (2018). *Bagaimana Nomophobia Pada Mahasiswa?* Dictio.Id. <https://www.dictio.id/t/bagaimana-nomophobia-pada-mahasiswa/124263>
- Mulawarman. (2020). *Problematika Penggunaan Internet*. Kencana.
- Muyana, S., & Widyastuti, D. A. (2017). Nomophobia (No-Mobile Phone Phobia) Penyakit Remaja Masa Kini. *Prosiding Seminar Nasional Peran Bimbingan Dan Konseling Dalam Penguatan Pendidikan Karakter*, 280–287.
- Newzoo. (2020). *Top Countries by Smartphone Users*. <https://newzoo.com/insights/rankings/top-countries-by-smartphone-penetration-and-users/>
- Ngafifi, M. (2014). Kemajuan Teknologi dan Pola Hidup Manusia dalam Perspektif Sosial Budaya. *Jurnal Pembangunan Pendidikan*, 2(1).
- Novianti, R. (2020). *Hubungan Kecanduan Smartphone dengan Nomophobia pada Mahasiswa SI Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo*. Universitas Ngudi Waluyo.

- Nurwahyuni, E. (2018). The Impact of No Mobile Phone Phobia (Nomophobia) on Mental Health: A Systematic Review. *Icon-Nursing.Ub.Ac.Id*. <https://icon-nursing.ub.ac.id/4th/wp-content/uploads/2020/09/Eka-Nurwahyuni-ICON4.pdf>
- Palupi, D. A., Sarjana, W., & Hadiati, T. (2018). Hubungan Ketergantungan Smartphone Terhadap Kecemasan Pada Mahasiswa Fakultas Diponegoro. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 7(1), 140–145.
- Patel, A. P., & Makvana, S. M. (2017). *The International Journal of Indian Psychology*. IJIP.
- Pradana, P. ., & Muqtadiroh, F. . (2016). Perancangan Aplikasi Liva untuk Mengurangi Nomophobia dengan Pendekatan Gamifikasi. *Jurnal Teknik ITS*, 1(5).
- Rahmayani, I. (2015). *Indonesia Raksasa Teknologi Digital Asia*. Kominfo.Go.Id. https://kominfo.go.id/content/detail/6095/indonesia-raksasa-teknologi-digital-asia/0/sorotan_media
- Ramaita, R., Armaita, A., & Vandelis, P. (2019). Hubungan Ketergantungan Smartphone Dengan Kecemasan (Nomophobia). *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 89.
- Rangka, I. B., & Prasetyaningtyas, W. E. (2018). Measuring psychometric properties of the Indonesian version of the NoMoPhobia Questionnaire (NMPQ): Insight from Rasch measurement tool. *Journal of Physics: Conference Series*, 1114(1).
- Roberts, J. A., Pullig, C., & Manolis, C. (2015). I need my smartphone: A hierarchical model of personality and cell-phone addiction. *Personality and Individual Differences*, 79(June), 13–19. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.01.049>
- Rossa, E. (2016). *Hubungan Smartphone Addiction dengan Kecenderungan Nomophobia pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala*. Universitas Syiah Kuala.
- Sari, I. P., Ifdil, I., & Yendi, F. M. (2020). Konsep Nomophobia pada Remaja Generasi Z. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 5(1), 21.
- Saripah, Nur Aida & Pratiwi, L. (2020). Hubungan Kesepian dan Nomophobia pada Mahasiswa Generasi Z. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris*, 6(1), 35–46.
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing: Yogyakarta.
- Sobry, M. G. (2017). *Peran Smartphone Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak*. 2(2), 24–29.

- Sudarji, S. (2018). Hubungan Antara Nomophobia Dengan Kepercayaan Diri. *Psibernetika*, 10(1), 51–61.
- Sugiyono. (2015). *Statistika Penelitian*. Alfabeta: Bandung.
- Tran, D. (2016). Classifying nomophobia as smart-phone addiction disorder. *UC Merced Undergraduate Research Journal*, 9(1).
- Utami, A. N. (2019). Dampak Negatif Adiksi Penggunaan Smartphone Terhadap Aspek-Aspek Akademik Personal Remaja. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 33(1), 1–14.
- Wulandari, R. P., & Haryuni, S. (2020). Hubungan Antara Ketergantungan Smartphone dengan Nomophobia dan Interaksi Sosial Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kadiri. *Jurnal Kesehatan Mahasiswa UNIK*, 2(2).
- Yan, Z. (2015). *Encyclopedia of Mobile Phone Behavior*. IGI Global.
- Yates, S. J., & Rice, R. E. (2020). *The Oxford Handbook of Digital Technology and Society*. Oxford University Press.
- Yee, N. (2002). *Understanding MMORPG Addiction*.
- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49(August), 130–137.