

**PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN *SMARTPHONE* TERHADAP
MUNCULNYA *NOMOPHOBIA* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH JEMBER**

SKRIPSI

Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar

Stara 1 (S-1) Sarjana Psikologi Pada Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Jember



Disusun Oleh :

Muchammad Rahman Fiqi Satriya

NIM : 12 1081 1013

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

2016

NASKAH PUBLIKASI**PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN *SMARTPHONE* TERHADAP
MUNCULNYA *NOMOPHOBIA* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH JEMBER**

Telah Disetujui Pada Tanggal

31 Januari 2016

Dosen Pembimbing

Tanda Tangan

1. **Panca Kursistin H, S.Psi.,Ma., Psikolog**
NIP: 197303032005012001

2. **Erna Ipak Rahmawati., S.Psi., Ma**
NIP: 197805072005012001

PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN *SMARTPHONE* TERHADAP MUNCULNYA *NOMOPHOBIA* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

INTISARI

Muchammad Rahman Fiqi Satriya¹
Panca Kursistin Handayani² Erna Ipak Rahmawati³

Penggunaan teknologi komunikasi yang semakin hari semakin erat hubungannya dengan aktifitas di kalangan mahasiswa, membuat penggunaan alat elektronik seperti *smartphone* semakin tidak terlepas. Kebutuhan yang tinggi terhadap *smartphone* dapat menyebabkan kenaikan intensitas dalam pemakaiannya. Tingginya kekerapan dan lama penggunaan *smartphone* pada remaja dapat memicu beberapa dampak psikologis yang tanpa sadar terjadi pada diri mereka sendiri, seperti kecanduan karena sudah merasakan asyik dan nyaman menggunakan *smartphone*, *nomophobia* atau rasa takut dan cemas bila tidak bersama *smartphone*.

. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Intensitas Penggunaan *Smartphone* Terhadap Munculnya *Nomophobia* Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember.

Jenis penelitian ini adalah *Kuantitatif Asosiatif*. Populasi dan sampel adalah 320 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember yang menggunakan *smartphone*. Metode pengambilan data penelitian ini adalah *Skala Psikologi* dan teknik analisa data yang digunakan adalah *Regresi* dengan menggunakan *SPSS v.16*.

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa alat ukur yang dihasilkan valid dan reliabel. Hasil analisa data menunjukkan bahwa intensitas penggunaan *smartphone* berkontribusi terhadap munculnya *nomophobia*, dapat dilihat dari determinasi nilai *R square* sebesar 5,6%. Hasil uji deskriptif menemukan bahwa remaja tergolong dalam intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi dengan prosentase sebesar 65% dan *nomophobia* sebesar 56,25%

Kata Kunci :Intensitas penggunaan *smartphone*, *Nomophobia*, Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember

¹Peneliti

²Dosen Pembimbing I

³Dosen Pembimbing II

EFFECT OF INTENSITY OF USE SMARTPHONE FOR THE RISE NOMOPHOBIA OF UNIVERSITY MUHAMMADIYAH JEMBER STUDENTS

ABSTRACT

Muchammad Rahman Fiqi Satriya¹
Panca Kursistin Handayani² Erna Ipak Rahmawati³

Use of communication technology that is increasingly closely connected with the activities among the students, making use of electronic equipment such as smartphones increasingly liberated. A high demand on the smartphone can cause a rise in the intensity of the use high frequency and duration of use of smartphones in adolescence can trigger multiple psychological effects that involuntarily happened to themselves, much like an addiction because it felt fun and comfortable to use smartphones, nomophobia or fear and anxiety if not with the smartphone.

, The purpose of this study was to determine the effect intensity of the use of Smartphone Against emergence Nomophobia On Student University of Jember.

This research is a quantitative Associative. Population and sample were 320 students at the University of Muhammadiyah Jember using smartphones. Data collection method of this study is the scale of Psychology and data analysis technique used is regression using SPSS v.16.

Results of research conducted indicates that the measuring instrument produced valid and reliable. The results of data analysis showed that the intensity of use of smartphones contributed to the emergence of nomophobia, can be seen from the determination of the value of R-square of 5.6%. Descriptive test results found that adolescents belonging to the intensity of use smartphone highwith a percentage of 65% and nomophobia 56.25%

Keywords: Intensity of use ofsmartphones, Nomophobia,Student University of Muhamadiyah Jember

¹Researchers

²Supervisor I

³Supervisor II

A. PENDAHULUAN

Penggunaan teknologi komunikasi yang semakin hari semakin erat hubungannya dengan aktifitas di kalangan mahasiswa, membuat penggunaan alat elektronik seperti *smartphone* semakin tidak terlepas. Menurut Utami (2013) ada beberapa alasan mengapa mahasiswa menggunakan *smartphone*, di dalam penelitiannya tersebut mengungkapkan bahwa dari 100 orang responden mahasiswa mengaku menggunakan *smartphone* untuk mengirim pesan, bermain game, pertemanan atau komunitas, diskusi, dan mencari informasi. 15 dari 100 orang mengaku untuk kegiatan mencari pekerjaan, 25 dari 100 orang mengatakan untuk mempromosikan produk, dan 60 dari 100 orang mengaku untuk popularitas.

Telefon pintar atau lebih dikenal dengan *smartphone* merupakan kombinasi PDA (*Personal Digital Assistant*) dan ponsel, namun lebih berfokus pada bagian ponselnya, pada umumnya suatu ponsel dikatakan sebagai *smartphone* bila dapat berjalan pada *software operating system* yang lengkap dan memiliki *interface* dan *platform* standar bagi pengembang aplikasi (Chuzaimah dkk, 2010). Banyaknya aplikasi yang dapat digunakan di dalam *smartphone* membuat pengguna remaja sulit untuk berpaling dari *smartphone*-nya. Beberapa aplikasi yang sering di temukan dalam *smartphone* ialah aplikasi penyedia media sosial dan segala bentuk aplikasi *game*.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 10 Juni 2016 pada tiga remaja mengungkapkan bahwa, tiga remaja mengaku tidak bisa lepas dari *smartphone* miliknya karena remaja merasa nyaman menggunakan *smartphone* dengan fasilitas yang ada didalamnya. Ke tiga remaja beralasan bahwa remaja mampu melakukan apapun yang berhubungan dengan media komunikasi, mediasosial maupun dengan dunia internet. Remaja merasa bisa melakukan apapun dengan hanya mengetik sesuatu yang ingin diketahuinya di *browser* internet, sehingga ketika remaja lupa membawa *smartphone*-nya remaja merasa gelisah, mencari-cari *smartphone* di tas dengan tergesa-gesa, pulang ke kosannya saat mata kuliah masih berlangsung dengan alasan ijin, perasaan tidak tenang ketika di kelas, dan selalu terbayang-bayang karena selalu teringat dengan *game* dan *update* pemberitahuan di *smartphone*-nya.

Remaja mengungkapkan perasaannya bila terlupa membawa *smartphone* ataupun sedang tidak membawanya. Remaja mengatakan bahwa yang mereka rasakan ialah ketidaktenangan, gelisah, tidak nyaman, selalu teringat-ingat *smartphone*-nya, cemas, bingung, takut. Remaja mengatakan takut, cemas, dan teringat-ingat bila terlambat *update game* dan media sosial miliknya, ketiga remaja beralasan ketika terlambat *update game* remaja merasa levelnya tertinggal dengan temannya dan merasa akan lebih sering kalah saat bermain *game*. Ketiga remaja juga mengatakan takut dan khawatir akan terlewatnya pesan dengan teman-temannya di media sosial. Khawatir dan takut itu muncul karena mereka

suka untuk mengetahui keadaan terbaru teman-temannya, ingin untuk berkomentar pada foto profil dan status. Remaja juga mengatakan ingin untuk dikomentari atau like di medsosnya.

Remaja mengatakan bahwa mereka sering melihat dan *scrolling page* di *smartphone* walaupun tanpa adanya pemberitahuan pesan. Ketika peneliti bertanya lebih jauh, remaja mengatakan mereka sering melakukan itu tanpa mereka sadari. Remaja mengatakan terlalu seringnya mereka berinteraksi dengan *smartphone* membuat remaja secara tidak sadar melihat dan *scrolling* tanpa sadar.

Berdasarkan ungkapan tiga remaja yang diwawancarai, maka peneliti kemudian menanyakan lebih lanjut apa yang dilakukan dan dirasakan jika kehabisan daya baterai *smartphone*, remaja mengatakan bahwa remaja merasakan cemas dan takut bila tidak bisa menggunakan *smartphone* dan remaja tergesa-gesa untuk meminjam *powerbank*, *charge*, dan stopkontak untuk *charge*.

Ketiga remaja mengatakan bila di dalam kelas sering duduk di dekat stopkontak untuk berjaga-jaga bila daya baterai *smartphone* minimum, dan segera dapat melakukan *charge*, remaja merasa nyaman bila berada di dekat *smartphone*. Remaja mengatakan bisa lebih nyaman karena dengan dekat dengan *smartphone* dapat leluasa melihat internet, media sosial dan bermain *game*. Walaupun mata kuliah sedang berlangsung, ketiga remaja tetap memantau *smartphone* untuk mengetahui ada pemberitahuan atau tidak, dan bila dirasa aman saat mata kuliah

berlangsung. Yildirim (2014) menemukan beberapa dimensi yang menggambarkan *nomophobia* pada para pengguna *smartphone*, dalam dimensi-dimensi tersebut digambarkan bahwa pengguna *smartphone* menunjukkan perasaan kecewa bila lupa atau sedang tidak bersama *smartphone*. Membuat pengguna merasa murung dan tidak bersemangat bila tidak menggunakannya. Pengguna merasa cemas dan ingin membalas cepat pesan yang ada. Pengguna merasa takut dan tidak nyaman bila kehilangan koneksi internet yang akan mengganggu penggunaan *smartphone*, pengguna selalu ingin melihat layar *smartphone* mereka

Nomophobia atau kecemasan bila jauh dari *smartphone*, menjadi fenomena baru yang muncul di era komunikasi modern saat ini. Menurut SecureEnvoy (dalam Yildirim, 2014) mendefinisikan *nomophobia* sebagai rasa takut bila berjauhan dengan *smartphone*. Menurut *Mail online* (dalam Yildirim), lebih dari 2.100 orang diantanya 53% pengguna *smartphone* mengidap *nomophobia*. Hasil studi menunjukkan pria lebih rentan terkena *nomophobia* dibandingkan wanita, 58% pria dan 48% wanita.

King dkk. (2014) menyebutkan *nomophobia* merupakan ketakutan bila tidak bisa menggunakan *mobile phone (smartphone)* atau internet. King dkk. (2014) menjelaskan di dalam penelitiannya bahwa teknologi komunikasi mengubah interaksi manusia dengan dunia, anggapan pengguna *smartphone* mengenai kenyataan dan interaksi dengan jarak dan waktu. *Smartphone* memfasilitasi proses komunikasi dan menyediakan tingkat mobilitas pengguna dalam memeriksa media sosial kapanpun dan

dimanapun. Salah satu dampaknya ialah membuat remaja untuk terus menggunakan *smartphone* dengan intensitas tinggi. Salah satu penyebab terjadinya fenomena *nomophobia* adalah intensitas penggunaan *smartphone*. Bivin (2013) menemukan beberapa pola dari pengguna *smartphone* yang memiliki kecenderungan *nomophobia*, salah satunya ialah intensitas mengecek *smartphone* lebih dari 35 kali dalam sehari. Sependapat dengan pola penggunaan *smartphone* milik Bivin, Bragazzi (2014) menemukan beberapa ciri dari *nomophobia* salah satunya ialah intensitas dalam melihat layar *smartphone*, dan selalu bersama *smartphone* selama 24 jam dalam sehari.

Intensitas menurut kamus besar bahasa Indonesia merupakan keadaan tingkatan atau ukuran intensnya (sering atau tidaknya penggunaan). Intensitas merupakan kegiatan rutin yang dilakukan seseorang berdasarkan keinginan-keinginan yang kuat. Menurut hasil data dari kompas.com (dalam Gifary dan Kurnia, 2013) *Internet Trends Kleiner Perkins Caufield dan Byes's* melaporkan bahwa pengguna rata – rata mengecek ponselnya 150 kali dalam sehari, jika diakumulasikan, dalam satu minggu rata-rata orang bisa menggunakan *smarthponenya* lebih dari 1.050 kali. Hasil wa wawancara menunjukkan, bahwa ada dua faktor dominan yang melatarbelakangi intensitas penggunaan *smartphone*, yaitu media sosial dan *game*.

Menurut Gunarsa (dalam Sabilliani, 2013) intensitas dapat diukur dari penggunaannya, siapa yang saling dibicarakan, pikiran, perasaan,

orang lain atau dirinya sendiri. Sementara Ardianto (dalam Gifary, 2013) berpendapat intensitas penggunaan *smartphone* dapat diukur dari frekuensi, durasi, isi.

Hasil wawancara kepada tiga remaja juga menunjukkan adanya perbedaan frekuensi dan durasi dalam menggunakan media sosial dan *game* pada pengguna *smartphone*. Remaja mengatakan bahwa bisa saja menggunakan *smartphone* seharian hingga malam, rata-rata dari remaja mengatakan bisa menggunakan *smartphone* lima hingga delapan jam dalam sehari. Ketika ditanya mengenai frekuensi mengecek media sosial dan menggunakan *game*, remaja mengatakan bisa mengecek hingga lebih dari 30 bahkan 100 kali dalam sehari. Perbedaan frekuensi dan durasi penggunaan *smartphone* tersebut membuat peneliti tertarik untuk meneliti tentang seberapa besar pengaruh intensitas terhadap munculnya *nomophobia* atau dapat diartikan ketergantungan yang menyebabkan seseorang merasa cemas dan gelisah bila tidak dapat menggunakan dan melihat media sosial di *smartphone* miliknya.

Menurut hasil wawancara terhadap beberapa mahasiswa yang aktif menggunakan *smartphone*. Intensitas penggunaan *smartphone* menyebabkan individu selalu ingin mengecek informasi-informasi yang ada di *smartphone*, seperti *update* di media sosial maupun *game*. Keinginan untuk mengetahui informasi tersebut membuat remaja merasa cemas dan merasa ingin cepat-cepat memegang *smartphone*-nya bila tidak

sedang memegang *smartphone*. Remaja ingin dimanapun berada tetap dapat menggunakan *smartphone*.

Tingginya intensitas penggunaan perangkat tersebut dalam kehidupan sehari-hari tentu mempengaruhi pola perilaku, seperti terbiasa untuk mengecek *smartphone*. Pola tersebut dapat mengakibatkan dampak ketergantungan terhadap perangkat tersebut. Hasil wawancara membuktikan bahwa pemilik *smartphones* sulit untuk lepas dari penggunaan *smartphone*. Karena merasa dapat melakukan banyak kegiatan di dalam *smartphone* seperti menggunakan media sosial, mencari informasi atau berita yang diinginkan. Dampaknya bagi pengguna ialah, terbiasa untuk menggunakan *smarphone* dan menjadi kebiasaan yang sulit untuk ditinggalkan.

Ketergantungan tersebut juga mempengaruhi konsumsi akan jaringan internet, terlihat dari pengakuan beberapa remaja yang mengatakan memikirkan bagaimana *smartphone*-nya tetap terhubung ke internet melalui kuota internet. Remaja mengatakan bahwa ia rela tidak makan demi membeli kuota internet yang habis.

Penelitian sebelumnya mengenai fenomena *nomophobia* pernah diteliti, namun dalam penelitian-penelitian tersebut lebih menekankan pada gambaran fenomena. Peneliti menemukan faktor lain yang dapat memicu munculnya *nomophobia* yaitu intensitas penggunaan. Peneliti berharap dari penelitian ini para pengguna *smartphone* lebih mengenal dampak penggunaan *smarphone*. Sehingga pengguna *smartphone* dapat

menggunakan *smartphone* dengan bijak. Manfaat untuk para peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi bahan acuan dalam langkah kuratif dan preventif pada pengguna yang sudah terindikasi *nomophobia*.

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap munculnya gejala *nomophobia*.

B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan peneliti adalah penelitian kuantitatif asosiatif, Alasan peneliti menggunakan penelitian kuantitatif asosiatif karena penelitian ini bertujuan untuk membuktikan bagaimana variabel X mempengaruhi variabel Y. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember yang berjumlah 7393 mahasiswa yang memiliki *smartphone*. Alasan peneliti melakukan penelitian kepada mahasiswa karena peneliti mendapatkan fenomena dari kalangan mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Jember dan hampir seluruh mahasiswa tersebut menggunakan *smartphone*. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember yang berjumlah 7393 mahasiswa. Berdasarkan tabel *nomogram Isaac* dan *Michael* didapatkan bahwa penentuan sampel dari populasi sebanyak 7393 dengan taraf kesalahan 5% adalah sebanyak 320 sampel penelitian. Alasan peneliti menggunakan tabel *nomogram Isaac* dan *Michael* karena peneliti melihat tabel tersebut detail dalam menjelaskan jumlah populasi dan sampel yang dapat diambil dalam taraf signifikan 1%, 5%, 10%.

Peneliti menggunakan teknik sampling insidental, yaitu teknik pengambilan data secara kebetulan namun dengan melihat karakteristik sampling yang sesuai. Cara peneliti dalam menyebarkan angket melalui pertanyaan apakah mempunyai *smartphone* kepada mahasiswa secara kebetulan di lingkungan Universitas Muhamadiyah Jember.

C. HASIL PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif asosiatif dengan analisis data menggunakan uji regresi sederhana adalah analisis dengan jumlah satu variabel yang mempengaruhi

Valid atau tidaknya suatu instrument dapat dilihat dengan membandingkan nilai signifikansinya. Penelitian ini menggunakan taraf signifikansi 5%, sehingga apabila nilai signifikasinya lebih besar dari 0,05 maka hasil data tersebut tidak valid dan berlaku sebaliknya jika nilai hasil data lebih kecil maka dikatakan valid. Semua aitem intensitas penggunaan *smartphone* dan *nomophobia* dinyatakan valid sehingga aitem-aitem tersebut layak mewakili setiap indikator.

Peneliti selanjutnya melakukan uji reliabilitas yang bertujuan untuk melihat keajegan dari sebuah alat ukur. Uji reliabilitas alat ukur bertujuan untuk melihat apakah alat ukur tersebut konsisten dan ajeg dalam mengukur remaja.

Tabel 1
Uji Reliabilitas

| Variabel | Uji Coba | Uji Sebenarnya |
|---|----------|----------------|
| Intensitas Penggunaan <i>Smartphone</i> | .685 | .679 |
| <i>Nomophobia</i> | .677 | .612 |

Hasil pengujian reliabilitas terhadap skala dapat dikatakan reliabel apabila memiliki hasil koefisien *Alpha Cronbach* lebih besar > taraf signifikansi 0.6 maka skala dikatakan reliabel. Namun apabila sebaliknya maka skala dikatakan tidak reliabel. Hasil uji reliabilitas uji coba pada skala intensitas penggunaan *smartphone* diperoleh nilai koefisien *Cronbach Alpha* sebesar 0,685 dari 12 aitem yang telah dinyatakan reliabel dan dapat digunakan untuk pengambilan pada sampel asli, karena nilai koefisien 0,685 > dari 0,60. Data uji coba skala *nomophobia* sebesar 0.677 > dari 0,60 yang berarti reliabel dan dapat digunakan pada sampel sesungguhnya. Hasil dari perhitungan pada pengambilan data sesungguhnya menunjukkan skala intensitas penggunaan *smartphone* memiliki nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0.679 dan skala *nomophobia* sebesar 0,612, masing-masing nilai tersebut > 0,60 dan dapat dikatakan kedua skala tersebut reliabel.

Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui data pada skala intensitas penggunaan *smartphone* dan *nomophobia* terdistribusi dengan normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan menggunakan SPSS v.16. skala dikatakan tersebar dan terdistribusi normal jika nilai *Asymp. Sig(2 tailed)* > 0,05.

Tabel 2
Uji Normalitas

| | <i>Asymp. Sig. (2-Tailed)</i> | |
|---|-------------------------------|--------------|
| Intensitas Penggunaan Smartphone | .005 | Tidak Normal |
| Nomophobia | .002 | Tidak Normal |

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa skala intensitas penggunaan *smartphone* memiliki nilai *Asymp.sig (2-Tailed)* sebesar $0,005 < 0,05$ sehingga dapat dikatakan terdistribusi tidak normal sehingga dianalisa menggunakan non-parametrik dan sebaran data dukungan sosial tersebut hanya bisa digunakan untuk mengukur populasi yang sama. Peneliti menganalisa menggunakan Non Parametrik Friedman yaitu untuk analisa normalitas variabel X dan Y (Santoso, 2010). Data dapat dikatakan terdistribusi normal jika memiliki *Asymp.sig (2-tailed) <0,05*.

Tabel 3
Hasil Uji Nonparametrik
Data Tidak Normal

| | <i>Nomophobia</i> | Intensitas |
|--------------------|----------------------|----------------------|
| Chi-Square | 213.719 ^a | 103.675 ^b |
| df | 14 | 11 |
| Asymp. Sig. | .000 | .000 |

Hasil uji Friedman menunjukkan bahwa skala intensitas dan *nomophobia* memiliki nilai Assymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,000, dapat dikatakan data tersebut terdistribusi normal karena nilai Assymp. Sig (2-tailed) $0,000 < 0,05$ sehingga dapat dilanjutkan ke uji linieritas dan uji regresi.

Setelah dilakukan uji normalitas, selanjutnya peneliti melakukan uji linieritas. Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat apakah berkaitan atau tidak. Uji linieritas diharapkan dapat mengungkap taraf signifikansi penyimpangan dari linieritas hubungan variabel tersebut, jika tidak ditemukan signifikansi dalam penyimpangan tersebut, maka hubungan antar variabel tidak linier.

Apabila nilai *linierity* sig < 0,05 maka penelitian linier dan apabila > 0,05 maka penelitian dianggap tidak linier.

Tabel 4
Uji Linieritas

| | | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|---|----------------|--------------------------|----------------|-------|-------------|--------|------|
| nomophobia * intensitas penggunaan | Between Groups | (Combined) | 245.605 | 11 | 22.328 | 3.338 | .000 |
| | | Linearity | 128.539 | 1 | 128.539 | 19.218 | .000 |
| | | Deviation from Linearity | 117.066 | 10 | 11.707 | 1.750 | .069 |
| | Within Groups | 2059.992 | 308 | 6.688 | | | |
| | Total | 2305.597 | 319 | | | | |

Hasil uji linieritas menunjukkan nilai signifikan, pada *linierity* memiliki nilai sebesar 0,000 dan dapat dikatakan penelitian berdistribusi linier karena *linierity* signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat dinyatakan linier.

Tabel 5
Hasil Uji Hipotesa

| Model | Sum of Squares | Df | Mean Square | F | Sig. |
|---------------------|----------------|-----|-------------|--------|-------------------|
| 1 Regression | 128.539 | 1 | 128.539 | 18.775 | .000 ^a |
| Residual | 2177.058 | 318 | 6.846 | | |
| Total | 2305.597 | 319 | | | |

Uji Hipotesis pada tabel menunjukkan nilai F sebesar 18,775 dengan bentuk korelasi positif, dengan tingkat signifikansi 0,000 yang membuktikan bahwa semakin tinggi intensitas menggunakan *smartphone* remaja maka semakin memunculkan *nomophobia*. Hasil probabilitas signifikansi $0,000 < 0,05$ maka H0 ditolak dan H1 diterima, artinya ada pengaruh antara intensitas penggunaan *smartphone* terhadap munculnya

nomophobia Probabilitas signifikansi $0,000 < 0,05$ maka model regresi dapat digunakan untuk memprediksi intensitas penggunaan *smartphone* terhadap munculnya *nomophobia* pada mahasiswa universitas muhammadiyah jember.

Tabel 6
Hasil Analisis Koefisien Korelasi
Model summary

| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std Error of the Estimate |
|-------|------|----------|-------------------|---------------------------|
| 1 | .236 | .056 | .053 | 2.617 |

Hasil uji hipotesa menghasilkan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0.236 dan nilai R square sebesar 0,056, menunjukkan nilai sumbangan efektif dari variabel intensitas penggunaan *smartphone* terhadap munculnya *nomophobia* sebesar 5,6% sedangkan 94,4% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, sehingga variabel intensitas penggunaan *smartphone* dapat memunculkan perilaku *nomophobia*.

Peneliti dalam penelitian ini juga memberikan uji deskriptif variabel intensitas penggunaan *smartphone* dan *nomophobia*. Tujuan dari uji deskriptif ini adalah untuk mengetahui skor tinggi dan rendah pada masing-masing variabel.

Tabel 7
Uji Deskriptif
Skor Tinggi Rendah Intensitas Penggunaan Smartphone

| Interval | Kriteria | F | Prosentase |
|---------------|----------|-----|------------|
| $X \leq 7.65$ | Rendah | 112 | 35% |
| $X > 7.65$ | Tinggi | 208 | 65% |

Tabel 9
Skor Tinggi Rendah Nomophobia

| Interval | Kriteria | F | Prosentase |
|---------------|----------|-----|------------|
| $X \leq 6.89$ | Rendah | 140 | 43.75% |
| $X \geq 6.89$ | Tinggi | 180 | 56.25% |

Hasil dari perhitungan uji deskriptif dapat dilihat bahwa remaja tergolong dalam intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi atau intensitas penggunaan *smartphone* remaja berada pada kategori tinggi, yang dimaksud dengan intensitas penggunaan *smartphone* tinggi adalah frekuensi dan durasi penggunaan *smartphone* tergolong tinggi. Dikatakan intensitas penggunaan *smartphone* tinggi apabila frekuensi mengecek *smartphone* >35 kali dalam sehari dan durasi penggunaan rata-rata lebih dari 2,5 jam dalam sehari. Hasil dari perhitungan uji deskriptif pada variabel *nomophobia* menunjukkan adanya skor tinggi sebesar 56.25% pada remaja dan sisanya 43% berada pada kategori rendah. *Nomophobia* dikatakan tinggi apabila remaja tidak dapat berkomunikasi melalui *smartphone* yang menyebabkan perasaan kecewa yang besara dan cemas berlebihan. Ketakutan yang besar bila koneksi internet hilang disertai dengan keinginan untuk melihat pemeberitahuan di *smartphone*. Remaja tidak bisa mengakses informasi dan remaja mempunyai keinginan yang besar untuk menggunakan *smartphone* setiap saat.

D. PEMBAHASAN

Berdasarkan analisa penelitian ditemukan hasil $F = 18,775$ dalam bentuk korelasi positif dengan taraf signifikasi $0,000 < 0,5$ yang berarti ada pengaruh antara intensitas penggunaan *smartphone* terhadap munculnya *nomophobia*, dan menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan *smartphone* maka semakin tinggi munculnya *nomophobia*.

Hasil analisa data menunjukkan bahwa intensitas penggunaan *smartphone* berkontribusi terhadap munculnya *nomophobia*, dapat dilihat dari determinasi nilai *R square* sebesar 5,6% dan sisanya 94,4% dipengaruhi oleh faktor lain. Terdapat beberapa penyebab nilai dari *R square* (5,6%) kecil maupun besar selain dari intensitas penggunaan, seperti adanya keinginan yang kuat untuk selalu terlibat dalam perilaku penggunaan *smartphone*, lemahnya kontrol diri terhadap penggunaan, dan terjadinya perilaku terus menerus walaupun telah ada fakta yang jelas bahwa perilaku tersebut mengarah pada permasalahan. Hingga akhirnya menimbulkan dampak munculnya perilaku konsumtif, menggunakan *smartphone* dengan fasilitas yang diberikan membuat seorang harus mengeluarkan biaya lebih dengan membeli paket data untuk memanfaatkan fasilitas yang ingin digunakan.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya yang senada dengan hasil penelitian bahwa 34% subjek merasakan cemas dan 54% merasakan takut bila tidak menggunakan *smartphone*. Hasil penelitian King dkk (2014) yang lain menunjukkan bahwa ketika tidak menggunakan *smartphone* 85,7% subjek penelitian merasa senang dan 65% subjek merasakan ketergantungan dengan *smartphone* yang ditunjukkan dengan perasaan tidak nyaman sebesar 39% bila tidak bersama *smartphone*.

Ada beberapa pola yang menjadi ciri *nomophobia*, menurut Bivin (2013) menemukan pola dari pemakai *smartphone* yang mengindikasikan seseorang menjadi *nomophobia* seperti memiliki lebih dari satu

smartphone, menggunakan *smartphone* lebih dari tiga tahun, menggunakan *smartphone* dengan fasilitas internet, frekuensi mengecek *smartphone* lebih dari 35 kali/hari dan selalu mengkhawatirkan *charger smartphone*. Terdapat pola yang membuktikan adanya intensitas yang berupa frekuensi dalam mengecek *smartphone* sebanyak 35 kali/hari yang menandakan adanya indikasi intensitas berupa frekuensi.

E. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terbukti bahwa hipotesa dalam penelitian ini H1 diterima dan H0 ditolak, artinya ada pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap munculnya *nomophobia*. Hasil analisa data menunjukkan bahwa variabel X berkontribusi terhadap variabel Y sebesar 5,6% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Hasil uji deskriptif ditemukan bahwa remaja tergolong dalam intensitas penggunaan *smartphone* dan *nomophobia* yang tinggi dengan prosentase intensitas penggunaan *smartphone* sebesar 65% dan *nomophobia* sebesar 56%. Hasil uji hipotesa menunjukkan nilai F : 18,775 yang berkorelasi positif dengan tingkat signifikansi 0,000. Sehingga dapat dikatakan H₁ diterima dan H₀ ditolak, semakin tinggi intensitas penggunaan *smartphone* maka semakin tinggi munculnya *nomophobia*

F. SARAN

1. Bagi remaja mahasiswa yang menggunakan *smartphone*

Hasil penelitian membuktikan bahwa ada pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap munculnya *nomophobia* yang

cenderung tinggi dengan sumbangan efektif sebesar 5,6%. Saran peneliti bagi remaja pengguna *smartphone* yaitu diharapkan remaja mampu mengurangi intensitas penggunaan *smartphone* dan hanya menggunakannya pada kegiatan-kegiatan yang produktif.

2. Bagi peneliti selanjutnya

- a) Berdasarkan hasil penelitiannya, bagi peneliti selanjutnya jika tertarik untuk meneliti seputar pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap munculnya *nomophobia* dapat melakukan penelitian dengan menggunakan teknik random, karena kelemahan dalam penelitian ini menggunakan pengambilan data insidental sampling yang hasil penelitiannya berlaku pada data sampling yang peneliti lakukan saja.
- b) Alasan atau penyebab penggunaan *smartphone* juga perlu di kaji dan dipertajam agar fenomena lebih tergambar, karena variabel intensitas penggunaan hanya menyumbang pengaruh sebesar 5,6% dan 94,4% di sebabkan oleh faktor lain. Diharapkan pada peneliti selanjutnya mampu mengungkap faktor-faktor lain yang menyebabkan *nomophobia*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, H. (2012). *Hubungan intensitas menonton tayangan acara memasak di televisi terhadap pengetahuan terhadap pengetahuan bidang boga pada siswa Kelas XII Jasa Boga SMK Negeri 6 Yogyakarta*. Skripsi.(tidak diterbitkan). Yogyakarta : Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta.
- Anwar, M. (2013). Peningkatan intensitas belajar mandiri dengan layanan informasi di kelas. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Bimbingan dan Konseling Volume 1, no 2. hal, 57-69*.
- Bivin, J.B., Mathew, P.Thulasi, P.C., Philip, J. (2013). Nomophobia- do we really need to worry about? : A cross sectional study on nomophobia saverity among male under graduate students of health sciences. *Reviews of Progres,volume 1. Hal 1-5*
- Bragazzi, N.L., Puente, G.D.(2014) *A proposal for including nomophobia in the new DSM-V* : Psychology Research and Behavior Management 16 may 2014.
- Chairunnisa. (2010). *Hubungan intensitas mengakses facebook dengan motivasi belajar Siswa MAN 13 Jakarta*. Skripsi. Jakarta : Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Chuzaimah, Mabruroh, Dihan, F.N. (2010). *Smartphone : antara kebutuhan dan e-lifestyle*. Paper Presented at the Seminar Nasional Informatika. Yogyakarta. 22 mei 2010.
- Gifary, S. Kurnia, N.I. (2013). Intensitas penggunaan smartphone terhadap perilaku komunikasi. *Jurnal Sositoteknologi, volume 14, hal. 170-178*.
- Kholidiyah, U. (2013). *Hubungan antara intensitas bermain game online dengan kecerdasan emosi*. Naskah Publikasi. Surakarta : Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- King, A.L.S., Valenca, A.M.,Silva, A.C., Sancesiani, F., Machado, S., Nardi, A.E. (2014). "Nomophobia": Impack of cell phone use interfering with symptoms and emotions of individuals with panic disorder compared with a control group . *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health, 2014, volume 10, hal. 28-35* .
- Mayasari, Hesti. (2012). Analisis perilaku pembelian ponsel cerdas (smartphone): antara kebutuhan dan gaya hidup konsumen di kota padang . *Jurnal Manajemen Dan Kewirausahaan, volume 3, no 1, hal. 93-120*.
- Nevid, J.S., Rathus, S.A., Greene,B. (2005). *Psikologi abnormal*. Ciracas, Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Parmuarip, L., Muslim, W., Mulyani, Y. *Alasan menggunakan smartphone di kalangan mahasiswa politeknik bandung*. Tidak diterbitkan.
- Pratama, F.M. (2012) . *Program bimbingan pribadi-sosial untuk meningkatkan kontrol diri remaja yang mengalami kecanduan internet*. Universitas Pendidikan Indonesia

- Rakhmat, J. (2012). *Psikologi komunikasi*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Rochmawati, W. (2012). *Perilaku pemanfaatan internet (internet utilization of behavior)(Studi deskriptif tentang pemanfaatan internet untuk kepentingan hiburan dan akademik di kalangan anak-anak di Kota Surabaya)*. http://web.unair.ac.id/admin/file/f_19997_jr30.pdf Didownload 13 Juni 2016.
- Sabilliani, R. Lubis, I. (2013). *Pengaruh intensitas penggunaan blackberry messenger terhadap efektifitas komunikasi remaja dengan orang tua (survey pada pelajar SMA Di Kota Bandung)*. Bandung : Universitas Telkom.
- Saraswati, F. Sulistyaningtyas, I.D. (2009). *Pengaruh intensitas penggunaan teknologi komunikasi terhadap tingkatan keintiman komunikasi interpersonal* . Skripsi. Yogyakarta : Prodi Ilmu komunikasi Universitas Atma Jaya.
- Sari, N,F. (2016). *Pengaruh penggunaan smartpone terhadap ketergantungan mahasiswa pada smartpone pada mahasiswa jurusan Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung*. Bandar Lampung : Universitas Lampung
- Saniah, S. (2016). *Pengaruh persepsi endorse selebritis terhadap daya tarik iklan OSD(Oki Setiana Dewi) online di instagram pada mahasiswi UIN Maliki Malang*. Malang : Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Soliha, S.F. (2015) . *Tingkat ketergantungan pengguna media sosial dan kecemasan sosial*. *Jurnal Interaksi, Volume 4, no 1. hal. 1-10*
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung : Penerbit Alfabeta
- Suryabrata, S.(1993). *Psikologi pendidikan*. Jakarta utara : PT Raja Grafindo Persada
- Utami, B. (2013). *Motivasi mahasiswa dalam menggunakan media sosial*. Skripsi. (tidak diterbitkan). Jakarta : Universitas Gunadarma.
- Yildirim, C. (2014). *Exploring the dimension of nomophobia : developing and validating a questionnaire using mixed methods research*. Tesis. (tidak diterbitkan). Iowa : Iowa State University.

IDENTITAS PENELITIAN

Nama : Muchammad Rahman Fiqi Satriya
NIM : 1210811013
Alamat : Jln. Lintas selatan Kunir, Lumajang
No. Telp : 085745616977
PIN BBM : 55af2e3f
Email : rahmanfiqisatriya@gmail.com