

## Gambaran Kecenderungan *Nomophobia* pada Mahasiswa di Universitas Bosowa

### *Overview of Nomophobia Tendency in Students at Bosowa University*

Fauzah Nurul Latifah\*, Patmawaty Taibe, Titin Florentina Purwasetiawatik  
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar  
Email: fauzahnurullatifah@gmail.com

#### Abstract

Perkembangan teknologi menghasilkan perangkat teknologi baru yang dapat memfasilitasi manusia, perangkat teknologi yang sering kita akses dalam kehidupan sehari-hari yaitu *smartphone* atau *mobile phone*. Kemajuan teknologi yang pesat selain membawa kemudahan terdapat pula efek negatif yang membawa dampak buruk untuk manusia. *Nomophobia* merupakan salah satu efek negatif yang muncul dari kemajuan teknologi. *Nomophobia* merupakan ketakutan akan berada diluar jangkauan dari *smartphone* (Yildirim, 2014). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dari kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa di Universitas Bosowa Makassar. Variabel dalam penelitian ini adalah *nomophobia*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik *probability sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 376 orang yang merupakan mahasiswa S1 Universitas Bosowa Makassar. Analisis deskriptif dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS. Berdasarkan kesimpulan hasil analisis yang diperoleh oleh peneliti gambaran kecenderungan *nomophobia* di Universitas Bosowa Makassar berada dalam tingkat kategori tinggi.

**Kata Kunci:** *Nomophobia*, *Smartphone*, Mahasiswa.

#### Abstract

*Technological developments produce new technological devices that can facilitate humans, technological devices that we often access in everyday life is smartphone or mobile phones. The rapid advancement of technology in addition to bringing convenience there are also negative impact on humans. Nomophobia is one of the negative effects that arise from technological advances. Nomophobia is the fear of being out of reach of smartphone. This study aims to determine the description of the tendency of nomophobia in students at Bosowa University Makassar. The variable in this study is nomophobia. This research is quantitative research. The sampling technique used is probability sampling technique with a total sample of 376 people who are undergraduate students of Bosowa University Makassar. Descriptive analysis using the help of the SPSS application. Based on the conclusion of the analysis results obtained by the researcher, the description of the tendency of nomophobia at Bosowa University Makassar is in the high category level.*

**Keywords:** *Nomophobia*, *Smartphone*, *Students*.

## PENDAHULUAN

Seiring berjalannya zaman membuat berbagai perkembangan dan perubahan terjadi di dunia. Kehidupan yang lebih modern ini diikuti oleh berbagai perkembangan dan perubahan, diantaranya di bidang teknologi. Salah satu kemajuan teknologi yang sering kita temui dan tidak asing kita gunakan sehari-hari adalah *smartphone*. *Smartphone* menyediakan sarana yang dapat membuat pengguna dapat melakukan berbagai tujuan penting dalam kehidupan sehari-hari (Park, Kim, Shon, & Shim, 2013), yang menyebabkan masyarakat menjadi semakin tertarik untuk menggunakan *smartphone* (Kwon dkk, 2013). Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) 67,88% penduduk Indonesia yang berusia 5 tahun keatas sudah memiliki ponsel atau *handphone* pada 2022.

Presentasi tersebut meningkat dibandingkan 2021 yang masih 65,87% sekaligus menjadi rekor tertinggi dalam sedekade terakhir. Provinsi Sulawesi Selatan berada di peringkat kesepuluh dengan

presentase 71,10%. Dibalik pesatnya kemajuan teknologi, tidak bisa dipungkiri terdapat efek negatif di dalam prosesnya. Dari beberapa fasilitas yang ada pada *smartphone* memberikan kemudahan dan kenyamanan sehingga akan menjadi masalah apabila digunakan secara berlebihan dan tidak bertanggung jawab, salah satu efek negatif yang akan muncul adalah *nomophobia* (Asih & Fauziah, 2017). Kata *nomophobia* berasal dari Inggris dan berasal dari kata “*No Mobile Phobia*”, yaitu fobia tanpa ponsel. Ini mengacu pada gejala seperti gugup, tidak nyaman dan kecemasan yang disebabkan disebabkan oleh tidak menggunakan *smartphone* (King, dkk. 2014: 28).

Yildirim(2014) menjelaskan bahwa *nomophobia* memiliki empat aspek, dijelaskan sebagai berikut: Perasaan tidak bisa berkomunikasi, Aspek ini berhubungan dengan adanya kehilangan secara tiba-tiba terputus komunikasi dengan orang lain atau tidak dapat menggunakan layanan pada *smartphone* disaat tiba-tiba membutuhkan komunikasi. Kehilangan konektivitas, Aspek kedua ini, berhubungan dengan perasaan kehilangan konektivitas ketika tidak dapat terhubung dengan layanan pada *smartphone* dan tidak dapat terhubung pada identitas sosial khususnya di media sosial. Tidak mampu mengakses informasi, Aspek ini menggambarkan perasaan ketidaknyamanan ketika tidak dapat mengambil atau mencari informasi melalui *smartphone*.

Hal tersebut dikarenakan, *smartphone* menyediakan kemudahan dalam mengakses informasi (Fajri & Ruhaena, 2017; Hanika, 2015; Jocom, 2013). Seseorang juga merasakan dampaknya, semua informasi disebar melalui media sosial. Ketika *smartphone* tidak dapat digunakan maka aliran informasi yang diterima juga terganggu. Hal tersebut dapat membuat sebagian orang menjadi panik atau cemas. Menyerah pada kenyamanan, Aspek terakhir berhubungan dengan perasaan nyaman saat menggunakan *smartphone* dan keinginan untuk memanfaatkan kenyamanan dalam *smartphone*. Ketika semua bisa dilakukan hanya dengan menatap layar ponsel, maka hal tersebut membuat hidup terasa lebih.

Berdasarkan rentang usia mahasiswa yang berusia 18 hingga 25 tahun masuk kedalam kategori masa usia dewasa awal. Berdasarkan KBBI mahasiswa merupakan siswa yang belajar di perguruan tinggi (Depdiknas, 2012), jadi tugas mahasiswa yang paling utama adalah belajar. Tetapi kenyataannya berdasarkan dari data awal yang dikumpulkan oleh peneliti dari 22 orang responden dapat disimpulkan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan membuat mereka menjadi kurang produktif, malas, dan tugas kuliah menjadi menumpuk.

Berdasarkan dari data awal peneliti juga menemukan bahwa responden cenderung menghabiskan waktu menggunakan *smartphonena* lebih dari 4 jam, bahkan terdapat seorang responden yang menghabiskan waktu menggunakan *smartphonena* sampai 18 jam dalam sehari. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik, pada tahun 2020 proporsi individu yang menguasai atau memiliki telepon genggam (berdasarkan persen) pada kelompok usia 15 hingga 24 tahun adalah sebesar 87,75% pada tahun 2020, 90,78% pada tahun 2021, dan 91,82% pada tahun 2022. Dibandingkan dengan kelompok usia lainnya, usia 15 hingga 24 tahun terus mengalami kenaikan persentase dan juga masuk kedalam peringkat tertinggi dibandingkan dengan kelompok usia lainnya.

Berdasarkan dari penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2022) pada 222 orang mahasiswa program studi ilmu keperawatan di Universitas Hasanuddin Makassar, ditemukan sebanyak 9 orang responden (4%) mengalami *nomophobia* ringan, 99 responden (44,6%) *nomophobia* sedang dan terdapat sebanyak 114 responden (51,4%) mengalami *nomophobia* berat ,dapat disimpulkan bahwa seluruh responden penelitian memiliki *nomophobia* dengan tingkat paling banyak pada *nomophobia* berat, disusul dengan *nomophobia* sedang dan *nomophobia* ringan. Kemudian berdasarkan dari penelitian yang dilakukan oleh Maryani, Dewi dan Nurdin (2021) pada 341 orang Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Makassar, ditemukan sebanyak 15 orang (4,4%) memiliki tingkat *nomophobia* yang rendah, 159 orang (46,6%) memiliki tingkat *nomophobia* yang sedang, dan terdapat 167 orang (49%) memiliki tingkat *nomophobia* yang tinggi.

## Nomophobia

*Nomophobia* merupakan ketakutan akan berada diluar jangkauan dari *mobile phone* dan dianggap sebagai fobia zaman modern yang diperkenalkan ke dalam kehidupan kita sebagai produk sampingan dari interaksi antara manusia dan teknologi informasi dan komunikasi seluler, terutama *smartphone* (Yildirim, 2014). *Nomophobia* secara umum telah dirujuk sebagai ketergantungan pada *mobile phone* (Dixit et al., 2010 pada Yildirim, 2014) atau kecanduan pada *mobile phone* (Forgays, Hyman, & Scheiber, 2014 dalam Yildirim, 2014).

Pada kasus *nomophobia*, mereka yang mengalami *nomophobia* atau *nomophobic* akan mengalami ketakutan irasional berada diluar jangkauan *smartphonena* atau tidak dapat menggunakan *smartphonena*. *Nomophobia* adalah ketakutan yang dirasakan seseorang ketika tidak dapat

berkomunikasi melalui *smartphone*. *Nomophobia* juga merupakan istilah yang mengacu pada kumpulan perilaku atau gejala yang terkait dengan penggunaan *smartphone* (King, et.al, 2013).

Nomophobia dianggap sebagai gangguan pada zaman sekarang yang dapat menggambarkan ketidaknyamanan atau kecemasan yang disebabkan karena tidak tersedianya *PC*, *smartphone* atau perangkat komunikasi virtual yang lain pada individu yang telah terbiasa menggunakannya (King, et.al, 2013). *Nomophobia* didefinisikan sebagai ketakutan akan kehilangan kontak ponsel (SecureEnvoy, 2012). Terdapat dua istilah yang digunakan dalam menggambarkan orang-orang yang mengalami nomophobia yaitu *nomophobe* dan *nomophobic*.

*Nomophobe* adalah kata benda yang artinya mengacu pada seseorang yang menderita *nomophobia*, sedangkan *nomophobic* adalah kata sifat yang digunakan untuk menggambarkan karakteristik dari nomophobia atau perilaku yang berhubungan dengan *nomophobia* (Yildirim, 2014). Pavithra, Madhukumar & Murthy (2015) mengemukakan bahwa *nomophobia* adalah perasaan takut, tidak nyaman, cemas, gugup atau perasaan sedih yang dirasakan seseorang dan disebabkan karena tidak bisa berhubungan dengan ponselnya.

Berdasarkan dari definisi *nomophobia* dari *International Business Times* (2013), nomophobia atau *no-mobile-phone-phobia* adalah sebuah kecemasan yang dihadapi masyarakat ketika mereka tidak mendapatkan sinyal dari menara seluler, kehabisan baterai, lupa membawa *handphone* atau sesederhana tidak dapat menerima telepon, SMS (*Short Message Service*) atau notifikasi *email* dalam jangka waktu tertentu, singkatnya nomophobia adalah ketakutan secara psikologis dari kehilangan kontak dari *mobile phone*.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan diatas maka peneliti memutuskan untuk menggunakan teori dari Yildirim (2014) yaitu *Nomophobia* merupakan ketakutan akan berada diluar jangkauan dari *mobile phone* dan dianggap sebagai fobia zaman modern yang diperkenalkan ke dalam kehidupan kita sebagai produk sampingan dari interaksi antara manusia dan teknologi informasi dan komunikasi seluler, terutama *smartphone*, karena peneliti menganggap teori dari Yildirim lebih sesuai dengan karakteristik responden yang akan di teliti pada penelitian ini.

## **METODE PENELITIAN**

### **Responden**

Adapun jumlah yang berhasil ditemukan oleh peneliti sebanyak 376 responden mahasiswa yang merupakan mahasiswa/i aktif di Universitas Bosowa Makassar yang terdiri dari mahasiswa semester 2, 4, 6, 8, >8 dengan rentang usia 18 hingga 25 Tahun.

### **Instrumen penelitian**

Penelitian ini menggunakan skala *NMO-Q* (*no mobilephone phobia questionnaire*) dikembangkan oleh Yildirim, C., dan Correia, A 2015. NMP-Q terdiri dari 20 item yang berupa *self-reported questionnaire* memiliki 4 dimensi dan telah di adaptasi dari penelitian

### **Teknik Analisis Data**

Peneliti menggunakan teknik analisis data deskriptif. (Sugiyono, 2001) menjelaskan analisis deskriptif sebagai statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan mendeskripsikan data untuk ditarik kesimpulannya secara lengkap. (Azwar, 2017)) menjelaskan bahwa analisis deskriptif bertujuan untuk memberikan gambaran variabel berdasarkan sampel pada penelitian yang digunakan. Analisis deskriptif dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran populasi atau fenomena yang ingin diteliti, dalam hal ini gambaran kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa di Universitas Bosowa.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Analisis Data**

Berdasarkan Hasil analisis deskriptif variabel menunjukkan bahwa mahasiswa Universitas Bosowa Makassar cenderung berada dalam tingkat *nomophobia* yang tinggi yaitu terdiri dari 173 subjek atau (46,0%). Kemudian pada penelitian ini juga ditemukan hasil bahwa kategori *nomophobia* sedang berada di posisi kedua terbesar setelah *nomophobia* tinggi, dan skor *nomophobia* sedang berada didapatkan sebanyak 83 subjek atau 22,1%.

Tabel 1. Hasil Kategorisasi *Nomophobia*

Klasifikasi	Frekuensi	%
Sangat Tinggi	6	1,6%
Tinggi	173	46%
Sedang	83	21,1%
Rendah	74	19,7%
Sangat Rendah	40	10,6%

Berdasarkan dari hasil penelitian ini juga ditemukan demografi laki-laki bahwa pada kategori sangat tinggi didapatkan sebanyak 2 subjek dengan nilai persentase 1,3%, pada ketegori tinggi didapatkan sebanyak 59 subjek dengan nilai persentase 39,6%, pada kategori sedang didapatkan sebanyak 46 subjek dengan nilai persentase 30,9%, pada kategori rendah yaitu 24 dengan nilai persentasi 16,1%, dan pada kategori sangat rendah yaitu 18 dengan nilai persentase 12,1%.

Tabel 2. Hasil Kategorisasi *Nomophobia* Jenis Kelamin Laki-Laki

Klasifikasi	Frekuensi	%
Sangat Tinggi	2	1,3%
Tinggi	59	39,6%
Sedang	46	30,9%
Rendah	24	16,1%
Sangat Rendah	18	12,1%

Kemudian pada jenis kelamin perempuan pada kategori sangat tinggi didapatkan sebanyak 1 subjek dengan nilai persentase 0,4%, pada kategori tinggi didapatkan sebanyak 62 subjek dengan nilai persentase 27,3%, pada kategori sedang didapatkan sebanyak 92 subjek dengan nilai persentase 40,5%, pada kategori rendah didapatkan sebanyak 50 subjek dengan nilai persentase 22,0%, pada kategori sangat rendah didapatkan sebanyak 22 subjek dengan nilai persentase 9,7%.

Tabel 3. Hasil Kategorisasi *Nomophobia* Jenis Kelamin Perempuan

Klasifikasi	Frekuensi	%
Sangat Tinggi	1	0,4%
Tinggi	62	27,3%
Sedang	92	40,5%
Rendah	50	22,0%
Sangat Rendah	22	9,7%

Temuan dari penelitian ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Daei (2019) yang melakukan penelitian di Iran menunjukkan hasil bahwa mahasiswa laki-laki yang mengalami gangguan *nomophobia* lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa perempuan. Tetapi hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nisaa'adah, Sari, & Afiati, 2019) yang menemukan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara *nomophobia* mahasiswa laki-laki dan perempuan.

Berdasarkan hasil penelitian berdasarkan demografi usia ditemukan bahwa pada rentang usia 18-21 tahun, pada kategori sangat tinggi didapatkan sebanyak 1 subjek dengan nilai persentase 0,5%, pada kategori tinggi didapatkan sebanyak 81 subjek dengan nilai persentase 37,0%, pada kategori sedang didapatkan sebanyak 78 subjek dengan nilai persentase 35,6%, pada kategori rendah didapatkan sebanyak 42 subjek dengan nilai persentase 19,2%, pada kategori sangat rendah didapatkan sebanyak 17 subjek dengan nilai persentase 7,8%.

Tabel 4. Hasil Kategorisasi *Nomophobia* berdasarkan Rentang Usia 18-21

Klasifikasi	Frekuensi	%
Sangat Tinggi	1	0,5%
Tinggi	81	37,0%
Sedang	78	35,6%
Rendah	42	19,2%
Sangat Rendah	17	7,8%

Kemudian pada rentang usia 22-25 tahun, pada kategori sangat tinggi didapatkan sebanyak 2 subjek dengan nilai persentase 1,3%, pada kategori tinggi didapatkan sebanyak 40 subjek dengan nilai

persentase 25,5%, pada kategori sedang didapatkan sebanyak 60 subjek dengan nilai persentase 38,2%, pada kategori rendah didapatkan sebanyak 32 subjek dengan nilai persentase 20,4%, dan pada kategori sangat rendah didapatkan sebanyak 23 subjek dengan nilai persentase 14,6%. Berdasarkan penelitian (Pasongli, Ratag, & Kalesaran A, 2020) usia yang paling banyak terkena dampak *nomophobia* adalah usia  $\geq 18$  tahun, usia tersebut umumnya merupakan usia pelajar yang merupakan pengguna teknologi aktif untuk menunjang aktivitasnya.

*Tabel 5. Hasil Kategorisasi Nomophobia berdasarkan Rentang Usia 22-25*

<b>Klasifikasi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
Sangat Tinggi	2	1,3%
Tinggi	40	25,5%
Sedang	60	38,2%
Rendah	32	20,4%
Sangat Rendah	23	14,6%

Mahasiswa memiliki tingkat *nomophobia* yang lebih tinggi dikarenakan waktu luang, tanggung jawab yang rendah, serta kaingin tahaun untuk menyelami teknologi yang luas untuk tujuan pendidikan atau penelitian. Selanjutnya pada mereka yang lebih tua memiliki tingkat *nomophobia* yang lebih rendah yang disebabkan oleh tingginya tekanan pekerjaan, beratnya komitmen keluarga, dan berkurangnya minat untuk memperbarui teknologi (Kanmani, Bhavani, & Maragatham, 2017)

Kemudian hasil temuan peneltian ini berdasarkan demografi fakultas terdapat 2 fakultas yang memililki kecenderungan *nomophobia* yang tinggi. Fakultas teknik, pada kategori sangat tinggi didapatkan sebanyak 0 subjek dengan nilai persentase 0,0%, pada ketegori tinggi didapatkan sebanyak 84 subjek dengan nilai persentase 43,8%, pada kategori sedang didapatkan sebanyak 65 subjek dengan nilai persentase 33,9%, pada kategori rendah didapatkan sebanyak 26 subjek dengan nilai persentase 13,5%, dan pada kategori sangat rendah didapatkan sebanyak 17 subjek dengan nilai persentase 8,9%.

Kemudian pada fakultas ilmu sosial & politik, pada kategori sangat tinggi didapatkan sebanyak 0 subjek dengan nilai persentase 0,0%, pada kategori tinggi didapatkan sebanyak 5 subjek dengan nilai persentase 41,7%, pada kategori sedang didapatkan sebanyak 4 subjek dengan nilai persentase 33,3%, pada kategori rendah didapatkan sebanyak 3 subjek dengan nilai persentase 25,5%, dan pada kategori sangat rendah didapatkan sebanyak 0 subjek dengan nilai persentase 0,0%.

*Tabel 6. Hasil Kategorisasi Nomophobia berdasarkan Fakultas*

<b>Fakultas</b>	<b>Kategorisasi Nomophobia</b>				
	<b>Sangat Tinggi</b>	<b>Tinggi</b>	<b>Sedang</b>	<b>Rendah</b>	<b>Sangat Rendah</b>
Teknik	0	84	65	26	17
FKIP	1	4	9	7	2
Pertanian	0	4	7	1	1
Ekonomi	0	7	12	1	2
ISIPOL	0	5	4	3	0
Sastra	0	1	7	2	2
Psikologi	0	10	25	21	11
Kedokteran	1	3	4	9	3
Hukum	1	3	5	4	2

Kemudian berdasarkan dari temuan demografi berdasarkan semester ditemukan bahwa mahasiswa semester 2 dan mahasiswa semester 4 cenderung memiliki tingkat *nomophobia* yang tinggi dibandingkan dengan mahasiswa semester lain. Hal ini dibuktikan berdasarkan hasil temuan peneliti bahwa pada semester 2, pada kategori sangat tinggi didapatkan sebanyak 0 subjek dengan nilai persentase 0,0%, pada ketegori tinggi didapatkan sebanyak 49 subjek dengan nilai persentase 48,5%, pada kategori sedang didapatkan sebanyak 35 subjek dengan nilai persentase 34,7%, pada kategori rendah didapatkan sebanyak 11 subjek dengan nilai persentase 10,9%, dan pada kategori sangat rendah didapatkan sebanyak 6 subjek dengan nilai persentase 5,9%.

Kemudian pada hasil analisis pada mahasiswa semester 4, pada kategori sangat tinggi yaitu 1 dengan nilai persentase 2,0%, pada ketegori tinggi didapatkan sebanyak 15 subjek dengan nilai persentase 30,6%, pada kategori sedang didapatkan sebanyak 13 subjek dengan nilai persentase 26,5%, pada

kategori rendah didapatkan sebanyak 12 subjek dengan nilai persentase 24,5%, dan pada kategori sangat rendah didapatkan sebanyak 8 subjek dengan nilai persentase 16,3%.

Tabel 7. Hasil Kategorisasi *Nomophobia* berdasarkan Semester

Fakultas	Kategorisasi <i>Nomophobia</i>				
	Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah
Semester 2	0	49	35	11	6
Semester 4	1	15	13	12	8
Semester 6	1	38	49	17	7
Semester 8	2	14	35	29	14
Semester >8	0	5	6	5	5

Berdasarkan dari hasil penelitian ini pada demografi intensitas penggunaan *smartphone*. Pada pengguna *smartphone* kurang dari 4 jam, pada kategori sangat tinggi didapatkan sebanyak 1 subjek dengan nilai persentase 0,9%, pada kategori tinggi didapatkan sebanyak 45 subjek dengan nilai persentase 39,8%. Pada kategori sedang didapatkan sebanyak 43 subjek dengan nilai persentase 38,1%, pada kategori rendah didapatkan sebanyak 14 subjek dengan nilai persentase 12,4%, dan pada kategori sangat rendah didapatkan sebanyak 10 subjek dengan nilai persentase 8,8%. Kemudian pada hasil analisis pada mahasiswa pengguna *smartphone* lebih dari 4 jam, pada kategori sangat tinggi didapatkan sebanyak 2 subjek dengan nilai persentase 0,8%, pada kategori tinggi didapatkan sebanyak 76 subjek dengan nilai persentase 28,9%.

Pada kategori sedang didapatkan sebanyak 95 subjek dengan nilai persentase 36,1%, pada kategori rendah didapatkan sebanyak 60 subjek dengan nilai persentase 22,8%, dan pada kategori sangat rendah didapatkan sebanyak 30 subjek dengan nilai persentase 11,4%. Hal ini berbeda dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Hestia, Siswanto, dan Risva (2021) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan *smartphone* dengan adanya *nomophobia*.

Tabel 8. Hasil Kategorisasi *Nomophobia* berdasarkan Intensitas Penggunaan Smartphone

Fakultas	Kategorisasi <i>Nomophobia</i>				
	Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah
<4 Jam	1	45	43	14	10
>4 jam	2	76	95	60	30

Individu dengan *nomophobia* berat masuk kedalam keempat dimensi yang dicetuskan oleh Yildirim (2014), yaitu yang pertama perasaan tidak bisa berkomunikasi. dimensi ini mengacu pada rasa kehilangan yang dirasakan individu pada saat tidak dapat berhubungan dengan orang lain atau secara tiba-tiba tidak dapat menggunakan layanan *smartphonenya*.

Dimensi kedua yaitu kehilangan konektivitas, dimensi ini mengacu pada perasaan terputusnya koneksi yang tersedia di *smartphone* dan terputusnya identitas individu secara online, khususnya di dunia media sosial. Dimensi ketiga yaitu tidak dapat mengakses informasi, dimensi ini mengacu pada perasaan ketidaknyamanan yang dirasakan seseorang ketika kehilangan atau tidak dapat mengakses informasi melalui *smartphonenya*. dimensi keempat adalah tentang hilangnya rasa nyaman, dimensi ini mengacu pada pengalaman kenyamanan yang dialami ketika menggunakan *smartphone*, dimana kenyamanan ini mencerminkan keinginan seseorang untuk menikmati kemudahan ketika menggunakan *smartphonenya*, sehingga individu yang mengalami *nomophobia* akan merasa tidak nyaman jika tidak bisa menggunakan *smartphonenya*.

Berdasarkan dari penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2022) pada 222 orang mahasiswa program studi ilmu keperawatan di Universitas Hasanuddin Makassar, ditemukan sebanyak 9 orang responden (4%) mengalami *nomophobia* ringan, 99 responden (44,6%) *nomophobia* sedang dan terdapat sebanyak 114 responden (51,4%) mengalami *nomophobia* berat, dapat disimpulkan bahwa seluruh responden penelitian memiliki *nomophobia* dengan tingkat paling banyak pada *nomophobia* berat, disusul dengan *nomophobia* sedang dan *nomophobia* ringan. Kemudian berdasarkan dari penelitian yang dilakukan oleh Maryani, Dewi dan Nurdin (2021) pada 341 orang Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Makassar, ditemukan sebanyak 15 orang (4,4%) memiliki tingkat *nomophobia* yang rendah, 159 orang (46,6%) memiliki tingkat *nomophobia* yang sedang, dan terdapat 167 orang (49%) memiliki tingkat *nomophobia* yang tinggi.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran umum dan adapun kategorisasi *nomophobia* yang dilakukan pada mahasiswa Universitas Bosowa menunjukkan bahwa mayoritas berada pada *nomophobia* tingkat tinggi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- 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. *Jurnal EMPATI*, 15-20.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fajri, F. V., & Ruhaena, L. (2017). Hubungan antara penggunaan Telpon Genggam Smartphone dengan Nomophobia pada Mahasiswa. Surakarta: Universitas Muhammadiyah .
- International Business, T. (2013, June 3). *International Business Times*. Retrieved from *International Business Times*: <http://www.ibtimes.co.in/nomophobia-9-out-of-10-mobile-phone-users-fear-losing-contact-says-survey-473914>
- Kanmani , A., Bhavani, U., & Maragatham, R. (2017). Nomophobia an Insight into its Psychological aspects in India. *International Journal of Indian Psychology*.
- King, A. L., Valencia, A. M., Silva A, C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R., & Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia? . *Computer in Human Behavior*, 140-144.
- Lestari, P. (2022). *Gambaran No Mobile Phone Phobia (Nomophobia) pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan di Universitas Hasanuddin* . Makassar: Universitas Hasanuddin.
- Maryani , N. D., Dewi P, M. E., & Nurdin H, N. M. (2021). Hubungan antara Harga Diri dan Nomophobia pada Mahasiswa . *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*.
- Nisaa'adah , C., Sari, V. M., & Afiati, N. (2019). Studi Komparasi Nomophobia Berdasarkan Jenis Kelamin pada Mahasiswa. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* , 141-148.
- Park, N. K., Y, C. S., H, Y., & Shim, H. (2013). Factors influencing smartphone use and dependency in south korea. *computers in human behavior*, 1763-1770.
- Pasongli , A., Ratag, B. T., & Kalesaran A, F. C. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Nomophobia pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 88-94.
- Pavithra, M. B., Madhukumar, S. M., & Mahadeva M, T. S. (2015). A Study on Nomophobia - Mobile Phone Dependence, Among Students of a Medical Collage in Bangalore. *Nati J Community Med*, 340-344.
- Sugiyono. (2001). *Metode Penelitian*. Bandung: CV Alfa Veta.
- [www.securevoy.com](http://www.securevoy.com). (2012, February). Retrieved from [www.securevoy.com](http://www.securevoy.com): <https://www.securevoy.com/blog/2012/02/16/66-of-the-population-suffer-from-nomophobia-the-fear-of-being-without-their-phone/>
- Yildirim, C. (2014). *Exploring the dimentions of nomophobia: Developing and Validating a questionnair using mixed method research*. Ames Iowa: IOWA State University.