



Contents lists available at [Journal IICET](#)

**JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)**

ISSN: 2502-8103 (Print) ISSN: 2477-8524(Electronic)

Journal homepage: <https://jurnal.iicet.org/index.php/jppi>



## Perbedaan Nomophobia mahasiswa; analisis Rasch

**Yuda Syahputra<sup>1</sup>, Lira Erwinda<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Indraprasta PGRI

<sup>2</sup>Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA

---

### Article Info

#### Article history:

Received Sep 15<sup>th</sup>, 2020

Revised Sep 29<sup>th</sup>, 2020

Accepted Sep 29<sup>th</sup>, 2020

---

#### Keyword:

Nomophobia

Social media

Rasch analysis

---

### ABSTRACT

Penggunaan *smartphone* pada era digital saat ini sudah menjadi kebiasaan karena seluruh aktivitas di masyarakat sudah terintegrasi dengan aplikasi pada *smartphone*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan *nomophobia* mahasiswa ditinjau dari gender, akses internet per-hari, dan jumlah media sosial (sosmed) di Universitas Negeri Padang. Penelitian ini adalah penelitian komparatif pada mahasiswa Universitas Negeri Padang, yang diperoleh melalui *cluster random sampling*. Sampel penelitian ini adalah 236 mahasiswa (43 laki-laki dan 193 perempuan). Teknik analisis yang digunakan adalah *Welch test* pada model rasch dengan bantuan WINSTEPS Version 3.73. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan *nomophobia* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan, serta mahasiswa yang menggunakan media dengan jumlah banyak sangat membutuhkan akses internet yang banyak juga (> 8 jam) atau adanya hubungan positif antara akses internet perhari dengan jumlah media yang dimiliki. Temuan menunjukkan bahwa baik individu berjenis kelamin perempuan atau laki-laki memiliki akses internet dan media sosial yang banyak , sehingga hal demikian meningkatkan kecenderungan individu memiliki perilaku *nomophobia*.



© 2020 The Authors. Published by IICET.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license  
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

---

### Corresponding Author:

Yuda Syahputra,  
Universitas Indraprasta PGRI  
Email: [yuda@konselor.org](mailto:yuda@konselor.org)

---

### Pendahuluan

Kemajuan teknologi semakin meningkat, terlihat dari peningkatan telepon seluler (biasanya sering disebut sebagai "*smartphone*"). Filipina merupakan pasar ponsel cerdas dengan pertumbuhan tercepat di Asia Tenggara, dan remaja serta dewasa muda berusia 16-24 tahun merupakan bagian terbesar dari pemilik *smartphone* di Filipina (Lucas, 2014). Alasan kenapa *smartphone* menjadi alat yang sangat dibutuhkan, karena *smartphone* memiliki macam-macam aplikasi yang diperlukan oleh manusia untuk menjalani hidup seperti berselancar di internet untuk mencari sumber informasi (Yang, Chen, Huang, Lin, & Chang, 2017), memenuhi kebutuhan belajar dan potensi untuk mengembangkan hubungan antar manusia (Kang & Jung, 2014). Akibatnya, *smartphone* menjadi kebutuhan primer setiap individu, terutama di kalangan populasi muda di berbagai Negara (Ikeda & Nakamura, 2014).

Namun, tidak hanya keunggulan menggunakan *smartphone*, ada beberapa masalah dalam menggunakan *smartphone*, seperti ketergantungan memeriksa ponsel secara langsung setelah bangun atau sebelum tidur (González-Cabrera, León-Mejía, Pérez-Sancho, & Calvete, 2017) dan kualitas tidur yang lebih rendah (Li, Lepp, & Barkley, 2015). Oleh karena itu, penggunaan *smartphone* yang berlebihan akan menimbulkan masalah psikologis yang dikenal dengan *nomophobia* (Adawi et al., 2019; Lee, Kim, McDonough, Mendoza, & Kim,

2017). Sejalan dengan penelitian (Bian & Leung, 2015) telah mengidentifikasi lima gejala kecanduan ponsel cerdas berikut: mengabaikan konsekuensi berbahaya, keasyikan dengan penggunaan ponsel cerdas, ketidakmampuan untuk mengontrol kebutuhan seseorang untuk menggunakan ponsel cerdas-nya, penurunan produktivitas, dan perasaan cemas dan kalah. *Nomophobia* dipandang sebagai jenis fobia kontemporer yang muncul di era digital (Adawi et al., 2018; Mertkan, Burcin, Sezen-Gultekin, & Gemikonakli, 2018; Olivencia-Carrión, Ferri-García, Rueda, Jiménez-Torres, & López-Torrecillas, 2018), yang berkembang setelah integrasi *smartphone* ke dalam masyarakat (Sandee, 2018).

Istilah *nomophobia* berasal dari Inggris, gabungan antara "non-mobile" dan "fobia" yang diciptakan selama penelitian 2010 oleh Kantor Pos Inggris yang menugaskan YouGov, organisasi penelitian mengambil sampel 2.163 orang untuk melihat kecemasan yang diderita oleh pengguna ponsel (Kanmani, Bhavani, & Maragatham, 2017). Hasil penelitian tersebut menemukan 53% pengguna ponsel di Inggris cenderung cemas ketika mereka kehilangan ponsel, kehabisan baterai atau pulsa, dan tidak memiliki akses internet (Ahmed, Pokhrel, Roy, & Samuel, 2019). Dengan kata lain, *nomophobia* diidentifikasi sebagai bentuk ketakutan merasa terputus dari dunia maya/virtual (Al-Balhan et al., 2018). *Nomophobia* juga dapat dimaknai sebagai rasa takut meninggalkan rumah tanpa ponsel dan kehilangan kontak ponsel dan mempengaruhi berbagai bidang kehidupan seseorang, terutama dalam hal hubungan sosial, pekerjaan dan akademik karena ketergantungan pada penggunaan *smartphone*. Ada 4 dimensi *nomophobia*, yaitu: (1) ketakutan atau kegugupan karena tidak dapat berkomunikasi dengan orang lain; (2) takut tidak bisa terhubung; (3) takut tidak dapat memiliki akses langsung; dan (4) ketakutan akan penolakan kenyamanan yang diberikan oleh perangkat seluler (Ali et al., 2017; Yildirim & Correia, 2015). Selain itu, *nomophobia* menyebabkan meningkatnya depresi, kecemasan (Darvishi et al., 2019), stress, kemarahan, agresivitas, kegugupan, emosional tidak stabil (Argumosa-Villar, Boada-Grau, & Vigil-Colet, 2017), dan menderita kualitas tidur yang rendah (Li, et al., 2015; Tashjian, Mullins, & Galván, 2019). Berdasarkan penjabaran teori tersebut dapat disimpulkan bahwa *nomophobia* menimbulkan gangguan psikologis terhadap individu. Sehingga kondisi ini perlu diidentifikasi secara awal supaya dapat melakukan tindakan preventif terhadap individu dan masyarakat secara luas.

Fenomena *nomophobia* secara global bedasarkan pada Data *National Statistics Institute* Tahun 2014, di Spanyol ditemukan 97,1% remaja memiliki ponsel dan 90,4% remaja Spanyol menggunakan internet, sedangkan di Portugis 89% penduduk Portugis memiliki telepon seluler dan 77% remaja Portugis menggunakan internet melalui *smartphone*. Sebuah penelitian menyatakan bahwa 75% mahasiswa kedokteran di India menunjukkan perilaku *nomophobia* dan 83% pernah mengalami serangan panik ketika mereka tidak dapat menggunakan ponsel cerdasnya (Sharma, Sharma, & Wavare, 2015). Dalam penelitian lain, hasil menunjukkan 66% perilaku *nomophobia* terjadi pada usia 18-24 tahun (SecurEnvoy, 2012). Sementara, di Turki menunjukkan bahwa 42,6% mahasiswa yang menjadi sampel sampel memiliki *nomophobia* (Yildirim, Sumuer, Adnan, & Yildirim, 2016). Kondisi menunjukkan bahwa fenomena *nomophobia* dialami oleh banyak mahasiswa secara global di beberapa belahan dunia. Berdasarkan hal demikian tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis perbedaan *nomophobia* mahasiswa ditinjau dari gender, akses internet per-hari dan jumlah sosial media. Temuan riset ini akan menjadi bahan analisis kaitan perilaku *nomophobia* ditinjau dari segi gender, akses internet per-hari dan jumlah sosial media.

## Metode

Penelitian ini adalah penelitian komparatif pada mahasiswa Universitas Negeri Padang, yang diperoleh melalui *cluster random sampling*. Sampel dalam penelitian ini 236 mahasiswa (rincian sampel penelitian pada tabel 1) di Universitas Negeri Padang. Data dikumpulkan melalui instrumen *nomophobia* yang dikembangkan dari teori (Ali, et al., 2017; Yildirim & Correia, 2015) yang mengukur empat dimensi, yaitu: (1) ketakutan atau kegugupan karena tidak dapat berkomunikasi dengan orang lain; (2) takut tidak bisa terhubung; (3) takut tidak dapat memiliki akses langsung; dan (4) ketakutan akan penolakan kenyamanan yang diberikan oleh perangkat seluler. Kuisioner menggunakan lima *point* dengan model *Likert rating scale* diantaranya pilihan jawaban: sangat sesuai, sesuai, cukup sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Teknik analisis yang digunakan adalah *Welch test* pada model rasch (Bond & Fox, 2015; Ifdil et al., 2018; Syahputra, Prayitno, Syahniar, & Hariyani, 2019) dengan bantuan WINSTEPS Version 3.73 (Linacre, 2011). Berikut disampaikan hasil uji validasi instrumen menggunakan *rasch model* pada tabel 2.

Pada Tabel 2 menunjukkan nilai reliabilitas person adalah 0,89. Sedangkan reliabilitas skor berdasarkan nilai *Cronbach's alpha* (KR-20) adalah 0,89 yang menunjukkan bahwa interaksi antara orang dan item bagus. Selain itu nilai pola sensitivitas tanggapan person +.99 logit (INFIT MNSQ) dan nilai sensitivitas keseluruhan pola tanggapan person +1.03 logit (OUTFIT MNSQ) menunjukkan bahwa mereka berada dalam kondisi ideal dengan rentang (+0.5> MNSQ <+1.5). Selanjutnya, reliabilitas item adalah 0,99. Hal ini menandakan bahwa

kualitas barang yang digunakan dalam pengukuran itu istimewa. Selain itu nilai pola sensitivitas respon +1.00 person logit (INFIT MNSQ) dan nilai sensitivitas pola keseluruhan respon person +1.03 logit (OUTFIT MNSQ) menunjukkan bahwa mereka berada pada rentang yang ideal. Hal ini menandakan instrumen memiliki kualitas yang sangat baik untuk kondisi pengukuran yang dilakukan.

**Tabel 1.** Sampel penelitian nomophobia

Gender		Tahun Masuk Mahasiswa		Waktu		$\Sigma$ Sosmed
L = Laki-laki	n = 43	2014	31	1 = $\leq$ 3 Jam	23	1 = 1 – 2 96
P = Perempuan	n = 193	2015	60	2 = 4 – 5 Jam	95	2 = 3 – 4 108
		2016	70	3 = 6 – 8 Jam	82	3 = 5 - 8 31
		2017	75	4 = > 8 Jam	36	

**Tabel 2.** Hasil uji validasi instrumen

Estimation	Values
<i>Item Reliabilities</i>	.99
<i>Person Reliabilities</i>	.89
<i>Cronbach alpha (KR-20)</i>	.89
<i>Separation index of Person</i>	2.83
<i>Mean Item</i>	0.00
<i>Mean Person</i>	-0.12
<i>Mean INFIT MNSQ Item</i>	1.00
<i>Mean INFIT MNSQ Person</i>	.99
<i>Mean OUTFIT MNSQ Item</i>	1.03
<i>Mean OUTFIT MNSQ Person</i>	1.03
<i>Raw Variance Explained by measures</i>	52.8 %

## Hasil dan Pembahasan

Pembahasan hasil penelitian ini tentang perbedaan *nomophobia* mahasiswa laki-laki dan perempuan. Lebih lanjut hasil analisis uji beda *nomophobia* mahasiswa laki-laki dan perempuan disampaikan pada Tabel 1 berikut.

**Tabel 3.** Hasil Welch Test Nomophobia Mahasiswa ditinjau dari Jenis Kelamin

Reliability Person		Mean Measure	t	Welch	
L	P			d. f.	Prob.
.89	.89	.19	1.64	60	.106

Tabel 3 menunjukkan reliabilitas mahasiswa laki-laki dan perempuan memiliki nilai yang sama .89, artinya mahasiswa laki-laki dan perempuan memberikan kualitas jawaban yang baik pada instrumen *nomophobia*. Selanjutnya, hasil Welch menunjukkan ( $sig = .106$ ), hal ini menyatakan  $p\text{-value} > 0.05$ , yang menandakan tidak terdapat perbedaan secara signifikan *nomophobia* mahasiswa laki-laki dan perempuan. Berbeda dengan penelitian (Ozdemir, Cakir, & Hussain, 2018) menemukan bahwa mahasiswa perempuan di Turki cenderung memiliki tingkat *nomophobia* lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Perempuan lebih ketergantungan terhadap smartphone daripada laki-laki (Choliz, 2012). Hubungan interpersonal remaja putri lebih tinggi daripada remaja laki-laki (Wang, Luo, Gao, & Kong, 2012). Penggunaan akses internet per-hari mahasiswa laki-laki dan perempuan cenderung sama yang membedakannya adalah pada penggunaan internet itu sendiri, yaitu pada laki-laki lebih sering mengalami kecanduan terhadap *game online*, situs “porno”, dan perjudian *online* (Syahputra, et al., 2019). Sedangkan perempuan lebih sering mengalami kecanduan terhadap *chatting* dan berbelanja secara *online* (Young, 2010). Kondisi ini disebabkan oleh laki-laki dan perempuan rendah dalam mengontrol diri yang menyebabkan kecanduan internet (Davis, 2001). Individu dengan pencarian sensasi di dunia maya dan memiliki tingkat pengendalian diri yang rendah cenderung mengalami kecanduan internet, serta psikologis sebagai faktor risiko untuk kecanduan internet (Caplan, 2007). Ada perbedaan *nomophobia* laki-laki dan perempuan, serta peran *nomophobia* dan kecanduan *smartphone* pada profil gaya hidup remaja terbukti dalam *sub-domain* berikut: perspektif hidup positif, tanggung jawab kesehatan, aktivitas fisik, hubungan interpersonal, nutrisi, manajemen stres, dan kesehatan spiritual (Buctot, Kim, & Kim, 2020).

Pada tabel 4 menunjukkan perbedaan secara rinci *nomophobia* berdasarkan jenis kelamin dan waktu mengakses internet perhari, dari hasil Welch terdapat 12 kategori yang memiliki perbedaan, yang menunjukkan  $p\text{-value} < 0.05$  adalah L2 dan L3, L2 dan L4, L3 dan P1, L3 dan P2, L4 dan P1, L4 dan P2, L4 dan P3, L4 dan P4, P1 dan P3, P1 dan P4, P2 dan P3, P2 dan P4. Dari hasil tersebut bahwa laki-laki maupun

perempuan yang mengakses internet 3-5 jam, berbeda dengan waktu akses internet 6-8 jam, begitu pula dengan waktu akses internet 3-5 jam berbeda dengan waktu akses internet > 8 jam. Namun, yang menjadi perhatian adalah tidak adanya perbedaan laki-laki yang menggunakan akses internet  $\leq$  3 jam dan > 8 jam. Padahal hasil perempuan menunjukkan adanya perbedaan antara penggunaan akses internet  $\leq$  3 jam dan > 8 jam. Berdasarkan temuan tersebut dapat dinyatakan bahwa laki-laki lebih dominan menggunakan akses internet  $\leq$  3 jam atau > 8 jam daripada perempuan. Meskipun Internet adalah alat yang berguna bagi kehidupan individu dan praktis dalam penggunaannya (Syahputra, et al., 2019). Namun, hal tersebut menimbulkan berbagai masalah bagi individu yang tidak bisa mengontrol penggunaan waktu, sehingga risiko penggunaan berlebih mungkin terjadi. Selain itu, penggunaan internet yang berlebihan juga menimbulkan gejala salah suai dalam bersosialisasi atau terhambatnya perkembangan psikososial (Tahiroglu, Celik, Uzel, Ozcan, & Avci, 2008). Kondisi ini disebabkan karena lemahnya kontrol diri (Davis, 2001) mahasiswa untuk mengatur waktu dalam penggunaan internet setiap hari. Untuk memperjelas hasil tersebut disampaikan hasil Welch nomophobia mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin dan jumlah sosmed pada tabel 5.

**Tabel 4.** Hasil Welch Test Nomophobia mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin dan waktu

		<i>Mean Measure</i>	<i>t</i>	Welch d. f.	Prob.
Kode					
L1	L2	-.23	-.58	2	.619
L1	L3	-.72	-1.87	2	.203
L1	L4	-1.21	-2.88	3	.064
L1	P1	.02	.06	2	.959
L1	P2	-.26	-.71	2	.553
L1	P3	-.52	-1.43	2	.290
L1	P4	-.64	-1.62	2	.246
L2	L3	-.49	-2.42	29	.022
L2	L4	-.98	-3.71	14	.002
L2	P1	.25	1.15	34	.260
L2	P2	-.03	-.18	22	.857
L2	P3	-.29	-1.76	22	.092
L2	P4	-.41	-1.87	40	.069
L3	L4	-.49	-1.94	12	.077
L3	P1	.74	3.60	32	.001
L3	P2	.46	3.07	22	.006
L3	P3	.19	1.30	22	.207
L3	P4	.08	.39	39	.697
L4	P1	1.23	4.61	14	.000
L4	P2	.95	4.20	8	.003
L4	P3	.68	3.03	8	.016
L4	P4	.57	2.15	15	.049
P1	P2	-.28	-1.64	26	.112
P1	P3	-.54	-3.18	26	.004
P1	P4	-.66	-2.98	44	.005
P2	P3	-.26	-2.73	142	.007
P2	P4	-.38	-2.22	37	.033
P3	P4	-.11	-.67	37	.508

Pada tabel 5 menunjukkan perbedaan secara rinci *nomophobia* berdasarkan jenis kelamin dan jumlah sosmed, dari hasil Welch menunjukkan adanya perbedaan antara perempuan yang memiliki sosmed 1-2 dan 3-4 sosmed. Lalu, adanya perbedaan antara perempuan yang menggunakan sosmed 3-4 dengan perempuan yang menggunakan sosmed 5-8, hal ini menyatakan *p-value*  $< 0.05$ , yang menandakan adanya perbedaan secara signifikan *nomophobia* mahasiswa perempuan yang menggunakan sosmed 1-2 dan 3-4 sosmed, 3-4 dan 5-8. Mahasiswa menghabiskan banyak waktu di *video game* dan media seperti *Facebook*, *Instagram*, dan *Twitter* (Beyens, Frison, & Eggermont, 2016). Sejalan dengan penelitian (Kuss & Griffiths, 2017) menyatakan bahwa *nomophobia* dapat menjadi bagian dari kecanduan situs jejaring sosial (sosmed). Selain itu, bila ditinjau dari lingkungan kerja, semakin banyak orang yang mendedikasikan waktunya untuk situs jejaring sosial, seperti mengabaikan tugas terkait pekerjaan yang menyebabkan hilangnya pekerjaan (Cho & Lee, 2016).

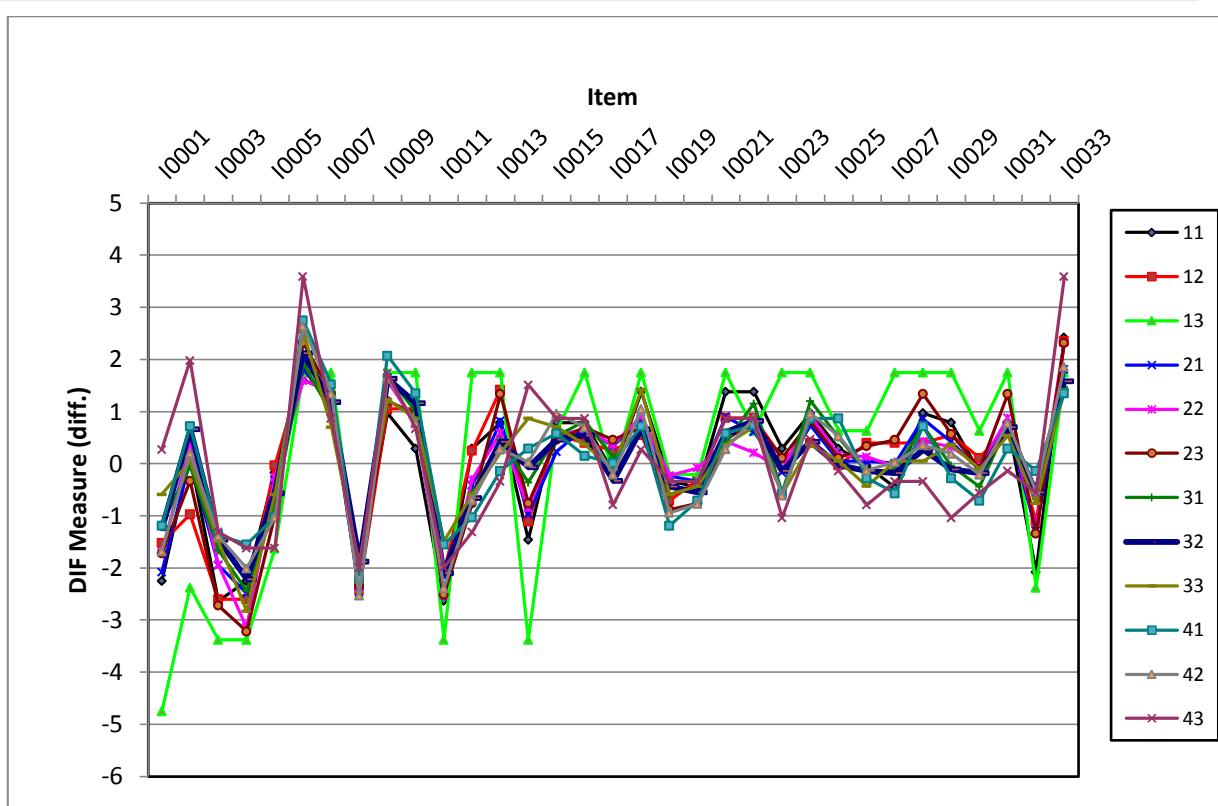
Kinerja akademik akan rendah apabila mahasiswa menggunakan *smartphone* di kelas saat kuliah berlangsung atau saat jam kosong (Mendoza, Pody, Lee, Kim, & McDonough, 2018). Sebuah studi yang dilakukan dengan mahasiswa keperawatan melaporkan bahwa mayoritas menggunakan ponsel mereka di kelas, menunjukkan korelasi positif antara penggunaan ponsel dengan perilaku *nomophobia* (Kaur & Sharma, 2015). Demikian pula, selama praktik penggunaan *smartphone* telah terbukti mengganggu siswa keperawatan

(Cho & Lee, 2016). Intervensi yang dilakukan di Negara Portugis adalah professor/dosen keperawatan memberikan pemahaman tentang dampak negatif penggunaan *smartphone* terhadap kinerja akademis, bersama dengan bagaimana hal itu dapat membahayakan keselamatan pasien dan kualitas perawatan dalam pengaturan klinis menjadi tidak baik (Gutiérrez-Puertas et al., 2019). Selain itu, kebijakan fakultas juga memberikan peran dalam pencegahan perilaku *nomophobia*, yaitu peraturan tentang mengatur penggunaan *smartphone* dalam lingkungan akademik dan klinis harus ditetapkan untuk memastikan penggunaan ponsel yang tepat di kelas dan selama praktik (Gutiérrez-Puertas, et al., 2019). Berdasarkan studi di Portugis, Indonesia perlu mengambil contoh dari Negara tersebut untuk merancang sebuah kebijakan yang mengatur penggunaan *smartphone* di kelas dan di tempat praktik. Adanya aturan penggunaan *smartphone* di setiap perguruan tinggi akan mereduksi perilaku *nomophobia* dan aturan tersebut didukung oleh semua pihak terkait (misalnya: dosen, dekan, dan sebagainya).

**Tabel 5.** Hasil Welch Test Nomophobia Mahasiswa ditinjau dari Jenis Kelamin dan Jumlah Sosmed

<i>Kode</i>		<i>Mean Measure</i>	<i>t</i>	<i>Welch d. f.</i>	<i>Prob.</i>
L1	L2	.02	.11	35	.912
L1	L3	-.34	-.74	5	.493
L1	P1	.21	1.28	24	.211
L1	P2	.18	1.09	24	.287
L1	P3	-.14	-.67	39	.504
L2	L3	-.36	-.79	5	.465
L2	P1	.19	1.14	27	.264
L2	P2	.16	.95	27	.352
L2	P3	-.16	-.79	42	.434
L3	P1	.55	1.26	4	.275
L3	P2	.52	1.19	4	.300
L3	P3	.20	.44	4	.685
P1	P2	-.03	-.33	163	.741
P1	P3	-.35	-2.25	37	.030
P2	P3	-.32	-2.05	37	.048

Pada Gambar 1 memperlihatkan kemampuan mahasiswa memberikan respon terhadap instrumen *nomophobia*, terlihat mahasiswa yang menggunakan akses internet > 8 jam dengan jumlah media lebih dari 5 cenderung melakukan perilaku *nomophobia*. Terlihat jelas dari garis ungu (kode 4.3, artinya kode 4 akses internet > 8 jam dan kode 3 jumlah media > 5) dengan marker 'X' yang tertinggi diantara yang lain, artinya mahasiswa yang menggunakan media dengan jumlah banyak sangat membutuhkan akses internet yang banyak juga (> 8 jam) atau dapat dinyatakan adanya hubungan positif antara akses internet perhari dengan jumlah media yang dimiliki. Sebuah penelitian di Portugis menemukan bahwa mahasiswa Portugis (54,7%) merasa lebih cemas dibandingkan siswa Spanyol (35,4%) jika baterai mereka habis, dan penduduk Portugis menunjukkan kebutuhan yang lebih besar akan komunikasi instan dengan keluarga dan teman-teman mereka (Gutiérrez-Puertas, et al., 2019). Individu yang kecanduan internet akan bermain sosial media (*instagram*, *facebook*, *whatsapp*, *path*, dan *youtube*) dan *game online* (*pubg*, *mobile legends*, *coc*, dan *getrich*) tanpa batas waktu (Durkee et al., 2012). Lebih lanjut, penelitian di India menemukan bahwa individu yang *nomophobia* akan memunculkan karakteristik seperti tidak pernah mematikan telepon, memeriksa pesan masuk terus menerus dan memeriksa panggilan yang tidak terjawab, membawa telepon ke mana-mana, menggunakan telepon pada waktu yang tidak tepat dan kehilangan kesempatan untuk interaksi tatap muka sambil lebih memilih melalui kontak telepon (Kanmani, et al., 2017). Apabila tidak di intervensi berefek pada fisik seperti sesak napas, serangan panik, detang jantung meningkat, gemetar, berkeringat, nyeri di persendian (tangan, leher dan punggung) saat ponsel mati atau tidak dapat digunakan (Kanmani, et al., 2017). Untuk itu perlunya layanan bimbingan konseling untuk mencegah individu berperilaku *nomophobia*, pengembangan model konseling merupakan salah satu intervensi untuk pencegahan *nomophobia* dengan fokus penggunaan *smartphone* dengan bijak atau cerdas.



**Gambar 1.** Perbedaan *Nomophobia* Mahasiswa Ditinjau dari Akses Internet Per-hari dan Jumlah Sosmed (Kemampuan Menjawab Instrumen)

## Simpulan

Hasil menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan *nomophobia* mahasiswa laki-laki dan perempuan, laki-laki maupun perempuan yang mengakses internet 3-5 jam, berbeda dengan waktu akses internet 6-8 jam, begitu pula dengan waktu akses internet 3-5 jam berbeda dengan waktu akses internet > 8 jam. Selain itu, mahasiswa yang menggunakan media dengan jumlah banyak sangat membutuhkan akses internet yang banyak juga (> 8 jam) atau dapat dinyatakan adanya hubungan positif antara akses internet perhari dengan jumlah media yang dimiliki cenderung sama dalam menggunakan internet setiap hari. Pada kondisi ini perlunya program pelayanan bimbingan dan konseling tentang pemahaman penggunaan *smartphone* dengan bijak atau cerdas melalui layanan bimbingan dan konseling, serta kegiatan pendukung. Namun, kontradiksi dengan masa saat ini, yaitu masa pandemi yang mengharuskan seluruh aktivitas tatap muka diganti dengan jarak jauh yang cenderung menggunakan *smartphone* untuk melakukan aktivitas, jadi secara tidak langsung kemungkinan seluruh individu di dunia sudah mulai terpapar *nomophobia*. Diharapkan para peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang *nomophobia* saat masa pandemi.

## Referensi

- Adawi, M., Bragazzi, N. L., Argumosa-Villar, L., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., Yildirim, C., . . . Watad, A. (2018). Translation and validation of the nomophobia questionnaire in the Italian language: Exploratory factor analysis. *JMIR Mhealth Uhealth*, 6, 1-9.
- Adawi, M., Zerbetto, R., Re, T. S., Bisharat, B., Mahamid, M., Amital, H., . . . Bragazzi, N. L. (2019). Psychometric properties of the brief symptom inventory in nomophobic subjects: Insights from preliminary confirmatory factor, exploratory factor, and clustering analyses in a sample of healthy Italian volunteers. *Psychol. Res. Behav. Manag*, 12, 145-154.
- Ahmed, S., Pokhrel, N., Roy, S., & Samuel, A. J. (2019). Impact of nomophobia: A nondrug addiction among students of physiotherapy course using an online cross-sectional survey. *Indian J. Psychiatry*, 61, 77-80.
- Al-Balhan, E. M., Khabbache, H., Watfa, A., Re, T. S., Zerbetto, R., & Bragazzi, N. L. (2018). Psychometric evaluation of the Arabic version of the nomophobia questionnaire: Confirmatory and exploratory factor

- analysis—Implications from a pilot study in Kuwait among university students. *Psychol. Res. Behav. Manag.*, 11, 471-482.
- Ali, A., Muda, M., Ridzuan, A. R., Nuji, M. N. N., Izzamuddin, M. H. M., & Latiff, D. I. A. (2017). The relationship between phone usage factors and nomophobia. *Advanced Science Letters*, 23(8), 7610-7613.
- Argumosa-Villar, L., Boada-Grau, J., & Vigil-Colet, A. (2017). Exploratory investigation of theoretical predictors of nomophobia using the Mobile Phone Involvement Questionnaire (MPIQ). *J. Adolesc.*, 56, 127-135.
- Beyens, I., Frison, E., & Eggermont, S. (2016). I don't want to miss a thing": adolescents' fear of missing out and its relationship to adolescents' social needs, Facebook use, and Facebook related stress. *Comput. Hum. Behav.*, 64, 1-8.
- Bian, M., & Leung, L. (2015). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Social Science Computer Review*, 33(1), 61-79.
- Bond, T. G., & Fox, C. M. (2015). *Applying the Rasch Model, Fundamental Measurement in the Human Science* (3rd Editio ed.). New York: Routledge.
- Buctot, D. B., Kim, N., & Kim, S. H. (2020). The role of nomophobia and smartphone addiction in the lifestyle profiles of junior and senior high school students in the Philippines. *Social Sciences & Humanities Open*, 2(1), 100035-100035.
- Caplan, S. E. (2007). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use. *CyberPsychology and Behavior*, 10, 234-242.
- Cho, S., & Lee, E. (2016). Distraction by smartphone use during clinical practice and opinions about smartphone restriction policies: A cross-sectional descriptive study of nursing students. *Nurse education today*, 40, 128-133.
- Choliz. (2012). Mobile-phone addiction in adolescene: The Test of Mobile Phone Dependence (TMD). *Jurnal Prog Health Sci*, 2(1), 33-44.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-195.
- Durkee, T., Kaess, M., Carli, V., Parzer, P., Wasserman, C., & Floderus, B. (2012). Prevalence of pathological Internet use among adolescents in Europe: demographic and social factors. *Addiction Research and Theory*, 107(12), 2210-2222.
- González-Cabrera, J., León-Mejía, A., Pérez-Sancho, C., & Calvete, E. (2017). Adaptation of the Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) to Spanish in a sample of adolescents. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 45(4), 137-144.
- Gutiérrez-Puertas, L., Márquez-Hernández, V. V., São-Romão-Preto, L., Granados-Gámez, G., Gutiérrez-Puertas, V., & Aguilera-Manrique, G. (2019). Comparative study of nomophobia among Spanish and Portuguese nursing students. *Nurse education in practice*, 34, 79-84.
- Ifdil, I., Fadli, R. P., Syahputra, Y., Erwinda, L., Zola, N., & Afdal, A. (2018). Rasch stacking analysis: differences in student resilience in terms of gender. *Konselor*, 7(3), 95-100.
- Ikeda, K., & Nakamura, K. (2014). Association between mobile phone use and depressed mood in Japanese adolescents: A cross-sectional study. *Environmental Health and Preventive Medicine*, 19(3), 187-193.
- Kang, S., & Jung, J. (2014). Mobile communication for human needs: A comparison of smartphone use between the US and Korea. *Computers in Human Behavior*, 35, 376-387.
- Kanmani, A., Bhavani, U., & Maragatham, R. S. (2017). Nomophobia—An insight into its psychological aspects in India. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(2), 5-15.
- Kaur, A., & Sharma, P. (2015). A descriptive study to assess the risk of developing nomophobia among students of selected nursing colleges Ludhiana, Punjab. *Int. J. Psyc. Nurs.*, 1(2), 1-6.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International journal of environmental research and public health*, 14(3), 311-322.
- Lee, S., Kim, M. W., McDonough, I. M., Mendoza, J. S., & Kim, M. S. (2017). The Effects of Cell Phone Use and Emotion-regulation Style on College Students' Learning. *Appl. Cogn. Psychol.*, 31, 360-366.
- Li, J., Lepp, A., & Barkley, J. E. (2015). Locus of control and cell phone use: Implications for sleep quality, academic performance, and subjective well-being. *Computers in Human Behavior*, 52, 450-457.
- Linacre, J. M. (2011). *A User's Guide to WINSTEPS Ministeps Rasch-Model Computer Programs*.
- Lucas, D. L. (2014). [Using smartphones among Filipinos' top daily activities].
- Mendoza, J. S., Pody, B. C., Lee, S., Kim, M., & McDonough, I. M. (2018). The effect of cellphones on attention and learning: the influences of time, distraction, and nomophobia. *Comput. Hum. Behav.*, 86, 52-60.
- Mertkan, D., Burcin, N., Sezen-Gultekin, G., & Gemikonakli, O. (2018). Relationship between nomophobia and fear of missing out among Turkish university students. . *Cypriot J. Educ. Sci*, 13, 549-561.

- Olivencia-Carrión, M. A., Ferri-García, R., Rueda, M. D. M., Jiménez-Torres, M. G., & López-Torrecillas, F. (2018). Temperament and characteristics related to nomophobia. *Psychiatry Res*, 266, 5-10.
- Ozdemir, B., Cakir, O., & Hussain, I. (2018). Prevalence of nomophobia among university students: A comparative study of Pakistani and Turkish undergraduate students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 14(4), 1519-1532.
- Sandeep, T. K. (2018). A study on the effects of ICT enabled gadgets and screen addiction among mechanical engineering students. *Int. J. Mech. Eng. Technol*, 9, 1223-1227.
- SecurEnvoy. (2012). 66% of the Population Suffer from Nomophobia the Fear of Being without.
- Sharma, N., Sharma, P., & Wavare, R. R. (2015). Rising concern of nomophobia amongst Indian medical students. *Int. J. Res. Med. Sci*, 3, 705-707.
- Syahputra, Y., Prayitno, P., Syahniar, S., & Hariyani, H. (2019). Rasch stacking analysis of student internet addiction based on gender. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 7(1), 35-41.
- Tahiroglu, A. Y., Celik, G. G., Uzel, M., Ozcan, N., & Avci, A. (2008). Internet use among Turkish adolescents. *CyberPsychology & Behavior*, 11(5), 537-543.
- Tashjian, S. M., Mullins, J. L., & Galván, A. (2019). Bedtime autonomy and cellphone use influence sleep duration in adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 64(1), 124-130.
- Wang, L., Luo, J., Gao, W., & Kong, J. (2012). The effect of internet use on adolescents' lifestyles: A national survey. *Computers in Human Behavior*, 28(6), 2007-2013.
- Yang, S. Y., Chen, M. D., Huang, Y. C., Lin, C. Y., & Chang, J. H. (2017). Association between smartphone use and musculoskeletal discomfort in adolescent students. *Journal of Community Health*, 42(3), 423-430.
- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Comput. Hum. Behav*, 49, 130-137.
- Yildirim, C., Sumuer, E., Adnan, M., & Yildirim, S. (2016). A growing fear Prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Inf. Dev*, 32(5), 1322-1331.
- Young, K. S. (2010). *Internet addiction: a handbook and guide to evaluation and treatment*. Canada: John Wiley & Sons, Inc.