

**HUBUNGAN ANTARA *LONELINESS* DENGAN *NOMOPHOBIA*  
PADA REMAJA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun oleh :  
Siti Nurhidayah  
1610801020**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS EKONOMI ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA  
2020**

# **HUBUNGAN ANTARA *LONELINESS* DENGAN *NOMOPHOBIA* PADA REMAJA**

## **NASKAH PUBLIKASI**

Disusun Oleh :  
**Siti Nurhidayah**  
**1610801020**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui untuk Dipublikasikan  
pada Program Studi Psikologi  
Fakultas Ekonomi Ilmu Sosial dan Humaniora  
di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Oleh :

Pembimbing : Andhita Dyorita Khoiryasdien., S.Psi., M.Psi., Psikolog

Tanggal : 8 September 2020

Tanda Tangan :



# HUBUNGAN ANTARA *LONELINESS* DENGAN *NOMOPHOBIA* PADA REMAJA

Siti Nurhidayah, Andhita Dyorita Khoiryasdien

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *loneliness* dengan *nomophobia* pada remaja. Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara *loneliness* dengan *nomophobia* pada remaja. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu berjumlah 140 remaja yang berusia 15-19 tahun di provinsi Lampung. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala *loneliness* dan skala *nomophobia NMP-Q*. Skala *loneliness* terdiri dari 40 aitem dengan koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,928, sedangkan skala *nomophobia NMP-Q* memiliki koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,945 yang terdiri dari 20 aitem. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi *spearman rho* untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung. Pada penelitian ini dihasilkan bahwa nilai signifikan sebesar  $p = 0,395$  sehingga  $p > 0,05$ , dengan sumbangan efektif hanya sebesar  $r_{\text{squared}} 0,006$  atau 0,6 %. Maka hasil penelitian tersebut tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *loneliness* dengan *nomophobia* pada remaja, sehingga hipotesis pada penelitian ini di tolak, karena terdapat faktor lain yang mendasari *nomophobia* salah satunya yaitu *sosial media usage*.

**Kata Kunci :** *Nomophobia, Loneliness, Remaja*

# THE RELATIONSHIP BETWEEN LONELINESS AND NOMOPHOBIA IN ADOLESCENTS

Siti Nurhidayah, Andhita Dyorita Khoiryasdien

## ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between loneliness and nomophobia in adolescents. The hypothesis proposed in this study is that there is a relationship between loneliness and nomophobia in adolescents. The subjects used in this study were 140 adolescents aged 15-19 years in Lampung province. Data collection in this study used two scales, namely the loneliness scale and the NMP-Q nomophobia scale. The loneliness scale consists of 40 items with the Cronbach's Alpha reliability coefficient of 0.928, while the NMP-Q nomophobia scale has an alpha reliability coefficient of 0.945 consisting of 20 items. The data analysis technique used the Spearman rho correlation test to determine the relationship between the independent and dependent variables. In this study, it was found that the significant value was  $p = 0.395$  so that  $p > 0.05$ , with an effective contribution of only  $r_{\text{squared}} 0.006$  or 0.6%. Thus, the results of this study did not have a significant relationship between loneliness and nomophobia in adolescents, so the hypothesis in this study was rejected, because there are other factors that underlie nomophobia; one of which is social media usage.

**Keywords:** *Nomophobia, Loneliness, Adolescents*

## PENDAHULUAN

Pada hakikatnya manusia merupakan makhluk sosial, meskipun secara fisik manusia mampu untuk berdiri sendiri akan tetapi secara psikologis manusia juga membutuhkan adanya orang lain, karena sifat ketergantungan, dan saling membutuhkan telah ada pada manusia sejak lahir. Sebagai makhluk sosial maka manusia memerlukan interaksi dengan orang lain. Interaksi sosial ini biasanya dilakukan dalam ruang publik dan dapat diakses oleh siapapun. Teknologi dan komunikasi pada saat ini berkembang dengan cepat, sehingga dalam proses komunikasi juga mengalami perubahan yang signifikan. Komunikasi tersebut dapat berlangsung dimana saja baik secara langsung maupun tidak langsung, salah satunya dengan menggunakan *smartphone* (Timbowo, 2016).

Internet dan *smartphone* seakan menjadi suatu kebutuhan pokok bagi masyarakat modern khususnya remaja. *Smartphone* sudah menjadi suatu perwujudan dari gaya hidup pada masyarakat di era globalisasi. Hal tersebut berdasarkan hasil survei yang menyatakan bahwa segmen anak muda masih menjadi basis kuat terhadap perangkat pintar atau *smartphone*. Sebanyak 39% hasil terbesar dalam survei penggunaannya adalah remaja yang berusia sekitar 16-21 tahun (Rahma, 2015).

Fenomena dalam penggunaan *smartphone* seakan memiliki dunianya sendiri. Remaja nampak sering terlihat sibuk dengan *smartphonenya* sehingga

mengabaikan orang-orang disekitarnya. Hal tersebut sesuai dengan yang disampaikan (Muchlis & Nurainiah, 2018) bahwa remaja lebih memilih untuk berkomunikasi dengan teman-teman yang berada dalam satu komunitas pengguna *smartphone* dari pada berkomunikasi secara langsung dengan teman yang ada disebelahnya. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan tersebut merupakan salah satu tanda dari *smartphone addiction* (Kibona & M gaya, 2015).

*Smartphone Addiction Disorder* (SPAD) merupakan penggunaan *smartphone* yang kompulsif, dimana pengguna *handphone* menggunakan *smartphone*-nya secara berlebihan sehingga menyebabkan gangguan fungsi sosial, fisik dan kognitif yang signifikan. Individu yang kehilangan atau terpisah dengan *smartphone*-nya baik secara fisik atau ketika kehabisan daya baterai yang menimbulkan beberapa aspek atau gejala diantaranya adalah ketakutan atau kecemasan yang dikenal dengan istilah *nomophobia*, perasaan kesepian, panik, depresi, dll. Gejala-gejala tersebut akan berhenti ketika seseorang kembali menggenggam *smartphone* (Tran, 2016). Berdasarkan uraian yang tertera diatas bahwa *Smartphone Addiction Disorder* (SPAD) memiliki aspek yang signifikan salah satunya yaitu *nomophobia*.

*Nomophobia* juga merupakan suatu bentuk ketakutan dan kecemasan modern pada remaja akibat dari perkembangan teknologi. *Nomophobia* yaitu ketakutan dan kecemasan yang terjadi karena tidak ada kontak akses terhadap ponselnya (King et al., 2014). *Nomophobia* juga dapat diartikan

tidak hanya merasa cemas karena jauh dari ponselnya, melainkan ketakutan dan kecemasan tersebut terjadi karena beberapa kondisi misalnya tidak ada jangkauan jaringan atau tidak ada sinyal, baterai handphone habis (*low*), tidak ada jaringan internet, kehabisan kuota atau pulsa, dll (Muyana & Widyastuti, 2017).

Remaja yang kecanduan *smartphone* dan internet salah satunya karena merasa kesepian dan lebih suka komunikasi melalui *smartphone* dibandingkan dengan komunikasi secara langsung. Orang yang merasa kesepian akan terlibat dalam berbagai aktivitas melalui *smartphone* nya, sehingga cenderung tidak bisa berjauhan dari *smartphone*-nya. *Smartphone* memberikan kenyamanan dengan berbagai fitur dan kecanggihan yang tersedia sehingga dapat mengurangi kesepian seseorang. Hal ini sesuai dengan pernyataan Bian & Leung (2015) bahwa kesepian juga di temukan secara signifikan terkait dengan kecanduan *smartphone* dan internet.

Kesepian yaitu dimana remaja cenderung akan merasa cemas dan tidak tenang karena dirinya merasa kesepian dan kurang memiliki relasi yang baik dengan teman maupun lingkungan sekitar sehingga menggunakan *smartphone* nya untuk mengalihkan rasa kesepiannya. Kesepian secara umum memiliki keterkaitan dengan perasaan negatif tentang hubungan interpersonal. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Yurni (2015) bahwa orang yang kesepian dianggap kurang kompeten secara interpersonal dibandingkan dengan orang yang tidak kesepian. Kesepian terkait dengan persepsi masing-masing individu

tentang seberapa banyak interaksi sosial yang dimilikinya dan seberapa baik kualitasnya. Kesepian cenderung akan terjadi ketika suatu jaringan hubungan sosial seseorang menyempit atau kurang memuaskan dari apa yang diharapkan *Loneliness* bisa saja terjadi pada setiap individu dengan berbeda usia, hal tersebut tidak terkecuali pada remaja (Hidayati, 2015).

Adapun terdapat aspek dari *nomophobia* menurut (Yildirim, 2014) yaitu Tidak dapat berkomunikasi (*not being able to communicate*), Kehilangan konektivitas (*Losing connectedness*), Tidak dapat mengakses informasi (*not being able to access information*), Menyerah pada kenyamanan (*giving up convenience*). Serta faktor-faktor yang mempengaruhi *nomophobia* menurut (Yıldız Durak, 2018) yaitu *Sosial Media Usage dan Loneliness*. *Sosial media usage* merupakan ketertarikan dengan media sosial dianggap penting dalam ruang lingkup penggunaan *smartphone* secara intensif. Dapat juga dikatakan bahwa individu merasa khawatir jika kehilangan akses terhadap *smartphone* nya karena merasa takut ketinggalan berbagai perkembangan yang terjadi di media sosialnya. Penggunaan media sosial secara berlebihan memiliki efek pada manifestasi perilaku *nomophobia*. *Loneliness* yaitu individu yang tidak bisa membuat koneksi *one-to-one* selalu hadir dalam lingkungan online menggunakan *smartphone* nya, dalam hal ini berarti berpaling dari komunikasi secara nyata, karena alasan ini rasa kesepian tersebut maka dapat terjadi.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional yang memiliki tujuan untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan yang ada diantara dua variabel penelitian (Azwar,2017). Berdasarkan jenis penelitian kuantitatif korelasional tersebut peneliti dapat memperoleh informasi dan data mengenai hubungan timbal balik antara kedua variabel penelitian tersebut yaitu hubungan antara *loneliness* dengan *nomophobia* pada remaja

Populasi pada penelitian ini menggunakan kriteria remaja laki-laki dan perempuan yang berusia sekitar 15-19 tahun yang berada di wilayah Lampung. Dimana dalam usia tersebut merupakan tahap perkembangan remaja pertengahan (Hurlock, 2010). Pengambilan sampel tersebut menggunakan random sampling yaitu teknik pengambilan sampel dimana semua individu dalam populasi memiliki peluang yang sama untuk menjadi sampel penelitian, dimana dalam populasi tersebut telah memenuhi kriteria untuk dijadikan sampel penelitian.

Pada pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan skala psikologi sebagai alat untuk pengumpulan data tersebut . Uji analisis data pada penelitian ini menggunakan metode *Spearman Rho* yang merupakan suatu metode perhitungan statistika non parametric.

## HASIL PENELITIAN

### Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Prosentase %
Laki-Laki	36	25,7
Perempuan	104	74,3
$\Sigma$	140	100

Berdasarkan tabel diatas maka dapat diketahui bahwa frekuensi sebagian besar pada jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 104 responden (74,3 %), dan frekuensi dalam sebagian kecil jenis kelamin laki-laki sebanyak 36 responden (25,7 %).

Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Prosentase %
15 Tahun	11	7,9
16 Tahun	23	16,4
17 Tahun	45	32,1
18 Tahun	21	15
19 Tahun	40	28,6
$\Sigma$	140	100 %

Frekuensi data berdasarkan usia yang memiliki jumlah sebagian besar pada usia 17 tahun yaitu 45 responden dengan persentase 32,1 %, dan dengan frekuensi dalam sebagian kecil pada usia 15 tahun dengan

jumlah responden 11 dan jumlah persentase sebesar 7,9 %.

### Distribusi Data Skala *Loneliness*

No.	<i>Loneliness</i>	F	%
1.	Tinggi	4	3
2.	Sedang	81	57,8
3.	Rendah	55	39,2
		140	100

Berdasarkan tabel 4.6 diatas maka dapat dijelaskan bahwa tingkat *loneliness* pada remaja cenderung sedang dengan rentang skor responden berjumlah 81 atau (57,8%). Frekuensi dalam kategori yang rendah memiliki jumlah responden sebanyak 55 atau (39,2 %), dan sebagian kecil dengan kategori *loneliness* tingkat tinggi memiliki jumlah responden sebanyak 4 atau (3%).

### Distribusi Data Skala *Nomophobia*

No.	<i>Nomophobia</i>	F	%
1.	Tinggi	122	87,1
2.	Sedang	15	10,8
3.	Rendah	3	2,1
		140	100

Berdasarkan tabel 4.9 diatas maka dapat dijelaskan bahwa tingkat *nomophobia* pada remaja cenderung tinggi dengan rentang frekuensi responden sebanyak 122 atau (87,1%), dengan kriteria sedang sebanyak 15 responden atau (10,8 %) dan

dalam kategori yang rendah terdapat 3 responden atau (2,1%). Maka dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat *nomophobia* pada remaja cenderung tinggi.

### Hubungan antara *loneliness* dengan *nomophobia* pada remaja

Correlations			Loneliness	Nomophobia
			ss	a
Spearman's rho	Loneliness	Correlation Coefficient	1.000	.072
		Sig. (2-tailed)	.	.395
		N	140	140
Nomophobia	Loneliness	Correlation Coefficient	.072	1.000
		Sig. (2-tailed)	.395	.
		N	140	140

Berdasarkan tabel 4.12 diatas hasil uji menggunakan *Spearman Rho* dengan menggunakan *SPSS 26 for windows* maka menunjukkan nilai signifikan  $P = 0,395 > 0,05$  yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel *loneliness* dengan *nomophobia*. Dimana nilai P dikatakan signifikan apabila  $p < 0,05$ . Nilai yang dihasilkan  $r_{squared} = 0,006$  maka besar sumbangan efektifnya hanya sebesar 0,6 %. Maka dengan demikian  $H_a$  ditolak dan  $H_o$  diterima, dengan kata lain menerima hipotesis nol ( $H_o$ ) dan menolak hipotesis ( $H_a$ ) untuk pengujian kedua variabel.

### PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.6 diatas bahwa remaja memiliki kecenderungan *loneliness* pada kategori sedang dengan rentang skor responden berjumlah 81 atau (57,8%). Frekuensi dalam kategori yang rendah



memiliki jumlah responden sebanyak 55 atau (39,2 %), dan sebagian kecil dengan kategori *loneliness* tingkat tinggi memiliki jumlah responden sebanyak 4 atau (3%). Maka pada hal tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja atau subjek dalam penelitian ini mempunyai tingkat *loneliness* sedang dengan prosentase 57,8 %. Menurut Sonderby dan Wagoner (2013) kesepian pada tingkat sedang berarti individu merasakan kesepian saat tidak berada di dekat orang-orang yang di percaya. Artinya remaja pada penelitian ini cenderung memiliki rasa kesepian dalam taraf yang sedang karena salah satunya memiliki orang-orang yang dapat dipercaya di sekelilingnya.

Sedangkan untuk variabel *nomophobia* dapat dilihat pada tabel 4.9 diatas bahwa mayoritas remaja memiliki tingkat *nomophobia* cenderung tinggi dengan rentang frekuensi responden sebanyak 122 atau (87,1%), dengan kriteria sedang sebanyak 15 responden atau (10,8 %) dan dalam kategori yang rendah terdapat 3 responden atau (2,1%). Maka dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat *nomophobia* pada remaja yang menjadi subjek dalam penelitian ini mempunyai tingkat *nomophobia* yang tinggi. Menurut Yildirim (2014) *Nomophobia* merupakan ketakutan irasional untuk keluar dari kontak atau berjauhan dari *smartphone* nya, dan ketika tidak bisa mengoperasikan *smartphone* nya maka seseorang akan merasa cemas dan tertekan. Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini remaja cenderung memiliki tingkat *nomophobia* yang tinggi hal ini terjadi salah satunya karena faktor *sosial media usage*

yaitu ketertarikan dengan media sosial dianggap penting dalam ruang lingkup penggunaan *smartphone* secara intensif. Dapat juga dikatakan bahwa individu merasa khawatir jika kehilangan akses terhadap *smartphone* nya karena merasa takut ketinggalan berbagai perkembangan yang terjadi di media sosialnya (Yildiz Durak, H. 2018).

Berdasarkan tabel 4.12 hasil uji *Spearman rho* dengan menggunakan *SPSS* versi 26 *for windows*, maka didapatkan hasil dimana nilai signifikansinya (Sig. (2-tailed) yaitu sebesar 0,395 yang berarti  $p > 0,05$  dengan skor *Correlation Coefficient* sebesar 0,072. Hal ini menunjukkan bahwa nilai  $p > 0,05$  maka dapat dikatakan bahwa hasil penelitian ini tidak signifikan, sehingga tidak ada hubungan antara variabel *loneliness* dengan *nomophobia*. Hal tersebut terjadi karena terdapat kemungkinan lain salah satunya alat ukur yang digunakan pada penelitian ini tidak menjawab permasalahan yang ada, dimana pada latar belakang penelitian ini dijelaskan bahwa kesepian memiliki pengaruh terhadap *nomophobia*, tetapi realitanya terjadi kesenjangan bahwa tidak terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara pada 10 subjek dimana terdapat 5 subjek laki-laki dan 5 subjek perempuan, diperoleh tambahan data bahwa remaja tersebut mayoritas merasakan tingkat kesepian dalam taraf yang sedang dan hanya merasa kesepian sesekali saja (kadang-kadang) dan tidak sering. Didapatkan hasil bahwa mereka merasa kesepian saat sedang bosan, atau saat tidak ada kegiatan sama sekali atau ketika sedang tidak ada siapapun yang dapat diajak berkomunikasi. Berdasarkan wawancara tersebut didapatkan juga bahwa dari semua subjek wawancara tersebut memiliki

*smartphone* dan penggunaan dalam taraf yang tinggi. Alasan mereka menggunakan *smartphone* salah satunya intens dalam bermedia sosial, bermain game dan saat pandemik seperti ini mereka intens dalam penggunaan *smartphone* salah satunya untuk mengerjakan tugas dan belajar online. Berdasarkan hal tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada korelasi antara *loneliness* dengan *nomophobia*. Pada hasil penelitian tersebut dapat dikatakan tidak signifikan karena sumbangan efektifnya diperoleh hanya sebesar  $r_{\text{square}} 0,006$  atau 0,6 %. Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa remaja cenderung menggunakan *smartphone* secara berlebihan bukan karena memiliki rasa kesepian, namun cenderung berpengaruh pada *sosial media usage*. Berdasarkan aitem yang digunakan dalam penelitian maka mendasar pada hal *sosial media usage*, dimana terdapat skor tertinggi pada aitem tersebut ketika individu merasa tidak nyaman tanpa akses yang stabil untuk mencari informasi dari *smartphone* nya. Dimana dalam penelitian yang dihasilkan remaja cenderung memiliki skor yang tinggi dalam penggunaan *smartphone* salah satunya untuk bersosial media.

Maka berdasarkan kesimpulan yang dihasilkan dari penelitian ini tidak adanya hubungan antara kedua variabel *loneliness* dan *nomophobia* karena berpengaruh pada faktor lain salah satunya yaitu *sosial media usage* seperti yang telah dijelaskan diatas. Pada era kekinian saat ini, media dan sumber pemahaman tentang pengetahuan selalu berkembang. Pada saat ini pengembangan sumber media statis salah satunya berupa buku yang diaplikasikan dalam bentuk yang dinamis dan virtual agar dapat memberikan kemudahan dalam proses pemahaman. Teknologi telah menjadi fasilitator yang hebat bahkan fungsi

masyarakat telah diubah dengan adanya teknologi (Sampurno et al., 2020). Munculnya teknologi karena perubahan yang terjadi dalam kehidupan manusia (Dhiraj Murthy, 2012). Secara khusus dengan kontribusi pada teknologi dan komunikasi maka sektor pendidikan telah mendapatkan banyak manfaat. Maka dengan demikian *smartphone* memiliki banyak manfaat dan kegunaan pada era kekinian saat ini terutama pada masa pandemi COVID-19, sehingga remaja dalam penelitian ini cenderung menggunakan *smartphone* bukan karena merasa dirinya kesepian atau *loneliness* tapi karena adanya suatu kebutuhan. Maka dari kebutuhan tersebut yang mengakibatkan remaja terlalu sering mengecek dan menggunakan *smartphone* serta menggantungkan kebutuhannya pada *smartphone* sehingga dapat mengarah pada gangguan *nomophobia*.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa:

Responden pada penelitian ini cenderung mengalami tingkat *loneliness* dalam kategori yang sedang. Sebagian besar responden mengalami *nomophobia* dalam tingkat yang tinggi. Berdasarkan hasil penelitian yang menggunakan uji *Spaerman Rho* diperoleh maka hubungan kedua variabel tersebut “tidak signifikan” karena kriteria angka signifikan sebesar  $0,000 < 0,05$  dan nilai signifikan yang diperoleh sebesar 0,395. sumbangan efektifnya diperoleh hanya sebesar  $r_{\text{square}} 0,006$  atau 0,6 %. Maka  $H_a$  ditolak dan  $H_o$  diterima. Pada penelitian tersebut data yang

dihasilkan tidak signifikan sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan antara *loneliness* dengan *nomophobia*.

## Saran

Adapun beberapa saran peneliti untuk hasil penelitian ini yaitu:

Bagi Remaja yaitu berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa tidak ada hubungan yang significant antara *loneliness* dengan *nomophobia*, maka remaja dalam kategori *loneliness* pada taraf yang sedang agar tetap menjalin komunikasi yang baik agar tidak merasakan kesepian. Begitupun pada penderita yang mengarah pada *nomophobia* dalam kategori yang tinggi agar dapat menggunakan *smartphonenya* dengan bijak yang sesuai dengan kebutuhan.

Bagi Peneliti Selanjutnya yaitu pada peneliti selanjutnya dengan menggunakan penelitian dan metode yang sama yaitu kuantitatif. Mengacu pada hipotesis yang tidak terbukti maka untuk peneliti selanjutnya dapat merubah salah satu variabel berdasarkan faktor yang mempengaruhi *nomophobia* dan skala yang digunakan dalam penelitian ini harap untuk diperhatikan agar mendapatkan data sesuai dan dapat menjawab segala permasalahan yang ada.

## DAFTAR PUSTAKA

Abdul latip. (2020). Peran literasi teknologi informasi dan komunikasi pada pembelajaran jarak jauh di masa pandemi covid-19. *EduTeach : Jurnal Edukasi Dan Teknologi Pembelajaran*. <https://doi.org/10.37859/eduteach.v1i2.1956>

Acquah, E. O., Topalli, P. Z., Wilson, M. L., Junttila, N., & Niemi, P. M. (2016). Adolescent loneliness and social anxiety as predictors of bullying victimisation. *International Journal of Adolescence and Youth*. <https://doi.org/10.1080/02673843.2015.1083449>

Adawi, M., Bragazzi, N. L., Argumosa-Villar, L., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., Yildirim, C., Del Puente, G., & Watad, A. (2018). Translation and validation of the nomophobia questionnaire in the Italian Language: Exploratory factor analysis. *JMIR MHealth and UHealth*. <https://doi.org/10.2196/mhealth.9186>

Agusti, R. D. C. W., & Leonardi, T. (2015). Hubungan Antara Kesepian dengan Problematic Internet Use pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*.

Arifin, Z. (2016). PERILAKU REMAJA PENGGUNA GADGET; Analisis Teori Sosiologi Pendidikan. *Jurnal Pemikiran Keislaman*. <https://doi.org/10.33367/tribakti.v26i2.219>

Bian, M., & Leung, L. (2015). Linking Loneliness, Shyness, Smartphone Addiction Symptoms, and Patterns of Smartphone Use to Social Capital. *Social Science Computer Review*. <https://doi.org/10.1177/0894439314528779>

Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). *Thang MPPUS. Mobile Phone Problem Use*

- Scale.pdf*. 39–51.
- 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.  
<https://doi.org/10.2147/PRBM.S41386>
- Dasiroh, u., nurjannah, miswatun, s., & ilah, y. F. (2015). Fenomena nomophobia di kalangan mahasiswa (studi deskriptif kualitatif mahasiswa univeritas riau). *Program studi ilmu komunikasi universitas riau*.
- Dixit, S., Shukla, H., Bhagwat, A., Bindal, A., Goyal, A., Zaidi, A., & Shrivastava, A. (2010). A study to evaluate mobile phone dependence among students of a medical college and associated hospital of central India. *Indian Journal of Community Medicine*.  
<https://doi.org/10.4103/0970-0218.66878>
- Halim, C. F., & Dariyo, A. (2016). Hubungan Psychological Well-Being dengan Loneliness pada Mahasiswa yang Merantau (Relationship between Psychological Well-Being and Loneliness among Overseas Student). *Jurnal Psikogenesis*, 4(2), 170–181.
- Hardianti, F., Komunikasi -Konsentrasi, J. I., & masyarakat, h. (2016). Komunikasi interpersonal penderita nomophobia dalam menjalin hubungan persahabatan (studi pada Mahasiswa Ilmu Komunikasi di Universitas Riau). *Jom Fisip*.
- Hidayati, D. S. (2015). Self Compassion dan Loneliness. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*.  
<https://doi.org/10.1377/hlthaff.2013.0625>
- Ikasi, A., & Hasanah, O. (2010). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kesepian (Lonelinnes) Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 1, 1–7.
- Kibona, L., & M gaya, G. (2015). Smartphones' Effects on Academic Performance of Higher Learning Students. *Journal of Multidisciplinary Engineering Science and Technology*.
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C., Sancassiani, F., Machado, S., & Nardi, A. E. (2014). “Nomophobia”: Impact 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*.  
<https://doi.org/10.2174/1745017901410010028>
- Mathew, P., Thulasi, P. C., & Philip, J. (2013). Nomophobia- Do we really need to worry about? A cross sectional study on Nomophobia severity among male Under Graduate students of Health sciences. *Reviews of Progress*.
- Muchlis, A., & Nurainiah. (2018). Pengaruh Penggunaan Handphone Terhadap Interaksi Sosial Remaja Di Desa Dayah Meunara Kecamatan Kutamakmur Kabupaten Aceh Utara. *Al-Ijtima'iyyah*, 4(1), 19–39.

file:///C:/Users/LABKOM/Downloads/4204-8712-1-SM (1).pdf

- 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*.
- Ngafifi, M. (2014). KEMAJUAN TEKNOLOGI DAN POLA HIDUP MANUSIA DALAM PERSPEKTIF SOSIAL BUDAYA. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi Dan Aplikasi*.  
<https://doi.org/10.21831/jppfa.v2i1.2616>
- Pavithra MB, Suwarna Madhukumar, M. M. (2015). a Study on Nomophobia - Mobile Phone Dependence , Among Students of a Medical. *National Journal of Community Medicine*.
- Pratama, A. P., & Rahayu, E. (2014). KESEPIAN ANAK TUNGGAL PADA DEWASA MUDA. In *PSIKODIMENSIA*.
- Rahma, A. (2015). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Aktifitas Kehidupan Siswa (Studi Kasus MAN 1 Rengat Barat). *Jom Fisip*.
- Rudiana Marlia, P., Novita Azizah, M., & Ibnu, M. (2017). Islamic Counseling Untuk Nomophobia Di. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling*.
- Russell, D. (1996). UCLA Loneliness Scale Version 3 (Instructions). *Journal of Personality Assessment*, 66(42), 3–4.  
<https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601>
- Sampurno, M. B. T., Kusumandyoko, T. C., & Islam, M. A. (2020). Budaya Media Sosial, Edukasi Masyarakat, dan Pandemi COVID-19. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*.  
<https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i5.15210>
- Sari, I. P., Ifdil, I., & Yendi, F. M. (2020). Konsep Nomophobia pada Remaja Generasi Z. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*.  
<https://doi.org/10.29210/3003414000>
- Sihombing, Y. & Hutahaean, L., (2019). Uji Komparasi Model Korelasi Dalam Menganalisis Efektifitas Pendampingan Petani. *Informatika Pertanian*, Vol. 28 No.1, Juni 2019:1-10
- Stern, P. C. (1986). Toward a Social Psychology of Solidarity. *American Psychologist*, 41(2), 229–231.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.2.229>
- Sudarji, S. (2018). Hubungan Antara Nomophobia Dengan Kepercayaan Diri. *Psibernetika*, 10(1), 51–61.  
<https://doi.org/10.30813/psibernetika.v10i1.1041>
- Timbowo, D. (2016). Manfaat Penggunaan Smartphone Sebagai Media Komunikasi (Studi pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas

- Sam Ratulangi). *E-Journal "Acta Diurna,"* V(2), 1–13.
- Tran, D. (2016). Classifying Nomophobia as Smart-Phone Addiction Disorder. *UC Merced Undergraduate Research Journal.*
- UJI KOMPARASI MODEL KORELASI DALAM MENGANALISIS EFEKTIVITAS PENDAMPINGAN PETANI. (2019). *Informatika Pertanian.*  
<https://doi.org/10.21082/ip.v28n1.2019.p1-10>
- Utami, R. J. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Loneliness Pada Para Lanjut Usia di Wisma Cinta Kasih Padang. *Jurnal Ilmiah Ilmu Terapan Universitas Jambi/JIITUJ/.*  
<https://doi.org/10.22437/jiituj.v2i2.5986>
- Wardhani, F. P. (2018). Student gadget addiction behavior in the perspective of respectful framework. *Konselor,* 7(3), 116–123.  
<https://doi.org/10.24036/0201872100184-0-00>
- Yafei, Z., & Qi, L. (2015). SNS as Intimacy Zone : Social Intimacy , Loneliness , and Self-disclosure on SNS. *Global Media Journal.*
- Yildirim, C. (2014). *Exploring the dimensions of nomophobia : Developing and validating a questionnaire using mixed methods research.*
- Yıldız Durak, H. (2018). What Would You Do Without Your Smartphone? Adolescents' Social Media Usage, Locus of Control, and Loneliness as a Predictor of Nomophobia. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions,* 5(3).  
<https://doi.org/10.15805/addicta.2018.5.2.0025>
- Yurni, Y. (2015). Perasaan Kesepian dan Self-esteem pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi.*
- Zaini, M., & Soenarto, S. (2019). Persepsi Orangtua Terhadap Hadirnya Era Teknologi Digital di Kalangan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini.*  
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i1.127>