

Submission Information

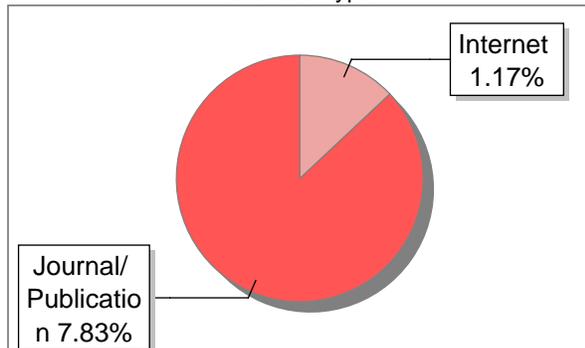
Author Name	KHOIRUDDIN BASHORI
Title	HASIL CEK_ KHOIRUDDIN BASHORI
Paper/Submission ID	2241681
Submitted by	perpustakaan.similarity@uad.ac.id
Submission Date	2024-08-19 10:44:13
Total Pages, Total Words	9, 3577
Document type	Article

Result Information

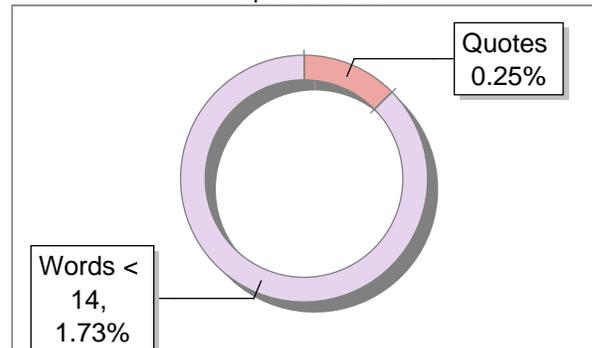
Similarity **9 %**



Sources Type



Report Content



Exclude Information

Quotes	Excluded
References/Bibliography	Excluded
Source: Excluded < 14 Words	Not Excluded
Excluded Source	0 %
Excluded Phrases	Not Excluded

Database Selection

Language	Non-English
Student Papers	Yes
Journals & publishers	Yes
Internet or Web	Yes
Institution Repository	Yes

A Unique QR Code use to View/Download/Share Pdf File





DrillBit Similarity Report

9

SIMILARITY %

9

MATCHED SOURCES

A

GRADE

A-Satisfactory (0-10%)
B-Upgrade (11-40%)
C-Poor (41-60%)
D-Unacceptable (61-100%)

LOCATION	MATCHED DOMAIN	%	SOURCE TYPE
1	repository.unissula.ac.id	5	Publication
2	eprints.umpo.ac.id	2	Publication
3	repository.uinsu.ac.id	1	Publication
4	docplayer.info	<1	Internet Data
5	e-journal.umc.ac.id	<1	Internet Data
6	e-journals.unmul.ac.id	<1	Publication
7	123dok.com	<1	Internet Data
8	adoc.pub	<1	Internet Data
9	eprints.ums.ac.id	<1	Publication



Jurnal Diversita

Available online <http://ojs.uma.ac.id/index.php/diversita>

Nomophobia di Kalangan Remaja

Nomophobia Among Adolescents

Labbaika Fadhilah^(1*), Elli Nur Hayati⁽²⁾ & Khoiruddin Bashori⁽³⁾
⁽⁶⁾Magister Psikologi Profesi, Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

Disubmit: 23 November 2020; Diproses: 21 Desember 2020; Diaccept: 26 April 2021; Dipublish: 02 Juni 2021
*Corresponding author: E-mail: baikadhilah12@gmail.com

Abstrak

⁽⁴⁾Berkembangnya teknologi yang semakin canggih seperti ⁽²⁾karang ini khususnya pengguna *smartphone*, tanpa disadari mereka hidup berdampingan dengan *nomophobia*. *Nomophobia* memiliki peran yang besar pada pengguna *smartphone* ⁽⁵⁾karena memunculkan rasa ketergantungan dan rasa kekhawatiran berlebih jika tidak mengoperasikan *smartphone*. ⁽⁶⁾Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah tinjauan literatur, metode ini digunakan untuk mengumpulkan materi yang relevan tentang topik ini untuk mengkaji lebih jauh mengenai *nomophobia* dalam upaya untuk memperluas pengetahuan serta mengetahui dampak yang diakibatkan dari *nomophobia* pada remaja. Ketergantungan *smartphone* dikalangan remaja disebabkan adanya kekhawatiran berlebih ⁽³⁾ketidakmampuan menggunakan *smartphone* untuk aktif ⁽⁷⁾media sosial karena saat ini remaja memposisikan media sosial sebagai salah satu fasilitas untuk berinteraksi dan kebutuhan yang sangat penting bagi remaja. Kurangnya pemahaman tentang penggunaan *smartphone* yang ideal pada remaja, menjadikan saat ⁽³⁾kegiatan belajar mengajar berlangsung tidak jarang para siswa mengoperasikan *smartphonenya* dan tidak fokus terhadap pelajaran yang sedang berlangsung sehingga akan mempengaruhi prestasi belajar pada siswa. Kepribadian remaja juga berkembang menjadi apatis dan memiliki rasa peduli yang rendah.

Kata Kunci: Nomophobia; Smartphone; Remaja

Abstract

In an era of increasingly sophisticated technology, especially smartphone users, they unconsciously live side by side with nomophobia. Nomophobia has a big role in smartphone users because it creates a sense of dependence and a sense of excessive worry if you don't operate a smartphone. The literature review method is used to gather relevant material on this topic to further examine nomophobia in an effort to broaden knowledge and find out the impact of nomophobia on adolescents. Smartphone dependence among adolescents is due to excessive concerns about the inability to use smartphones to be active on social media because currently teenagers position social media as a facility for interaction and a very important need for adolescents. Lack of understanding about the ideal use of smartphones in adolescents, makes when teaching and learning activities take place it is not uncommon for students to operate their smartphones and not focus on the ongoing lesson so that it will affect student achievement. The adolescent personality also develops apathy and has a low sense of care.

Keywords : Nomophobia; Smartphone; Adolescents

How to Cite: Fadhilah, L., Hayati, E. N., & Bashori, K. ⁽¹⁾(2021). *Nomophobia di Kalangan Remaja*, *Jurnal Diversita*, 7 (1): 21-29.

PENDAHULUAN

Selaras berkembangnya zaman, teknologi digital juga semakin berkembang pesat dan cepat mendapatkan popularitas terutama bagi pengguna *smartphone*. *Smartphone* memiliki perbedaan dari ponsel standar dalam hal sistem operasi dan dilengkapi dengan fitur dan kemampuan 3G atau 4G yang lebih canggih misalnya bersosialisasi di Facebook, melihat atau memposting video di Youtube / Instagram (Bian & Leung, 2015). Peneliti selanjutnya akan menyebut ponsel dengan *smartphone*.

Mengikuti berkembangnya teknologi digital, saat ini *smartphone* digunakan lebih dari sekedar alat berkomunikasi sederhana (panggilan dan sms) saja namun lebih dari itu dengan fitur-fitur pendukung didalamnya. Fitur-fitur yang tersedia pada *smartphone* dapat memenuhi kebutuhan secara langsung atau instan bagi penggunanya tentunya menjadi pilihan utama bagi penggunanya (Yasan & Yildirim, 2018). Semua itu memiliki tujuan untuk berinteraksi membangun hubungan, ekspresi emosi, berbagi pemikiran, pengetahuan pada kehidupan yang serba cepat di era komunikasi digital (Kanmani et al., 2017).

Pesatnya perkembangan teknologi digital, gaya hidup masyarakat telah berubah dan banyak perangkat teknologi yang menjadi penting (Güzel, 2018). Hubungan individu dengan *smartphone* akan langsung memberikan dampak bagi perilaku interpersonal dan sosial (Rahayuningrum & Sary, 2019). Studi sebelumnya menunjukkan bahwa individu mengalami tingkat ketakutan atau ketidaknyamanan yang lebih tinggi ketika mereka tidak memiliki koneksi ke ponsel mereka (Arapci et al., 2017). Seperti halnya

kebanyakan orang, *smartphone* telah menjadi barang yang melekat pada dirinya karena dari bangun tidur hingga akan tertidur kembali selalu membutuhkannya (Muralidhar et al., 2017). Dari beberapa fasilitas yang ada pada *smartphone* memberikan kemudahan dan kenyamanan sehingga akan menjadi masalah apabila digunakan secara berlebihan dan tidak bertanggungjawab, salah satu masalah yang akan muncul adalah *nomophobia* (Asih & Fauziah, 2017).

Nomophobia (no mobile phone phobia) adalah perasaan cemas atau ketidaknyamanan yang disebabkan oleh keberadaan di luar jangkauan *smartphone*, hal tersebut dianggap sebagai fobia pada zaman yang semakin canggih seperti sekarang ini sebagai buah hasil dari interaksi antara individu dengan teknologi baru khususnya *smartphone* (Yildirim & Correia, 2015a). Kondisi sosial dan psikologis seperti ini dapat disertai dengan gejala fisik apabila berada jauh dengan *smartphone* seperti keringat berlebih, kejang, masalah pencernaan dan serangan panik sehingga *nomophobia* dimasukkan kedalam DSM-V dengan mempertimbangkan sejauh mana stres, kecemasan dan ketegangan yang terkait (Sezer & Atilgan, 2019). Pengguna *smartphone* pada akhirnya mencapai "titik kritis" dimana individu tidak dapat mengontrol penggunaan *smartphone* dari konsekuensi negatif dari penggunaan berlebih (Divya et al., 2019).

Penelitian terkait *nomophobia* sangat penting untuk menyadarkan bahwa efektivitas dari kecanggihan penggunaan *smartphone* juga memiliki dampak negatif namun *nomophobia* belum banyak diteliti dibandingkan dengan penelitian terkait

Hal tersebut sejalan dengan pendapat dari Anshari et al., (2019) bahwa penelitian *nomophobia* saat ini masih kurang. Sedangkan pada zaman ini, untuk mengakses internet dapat lebih mudah menggunakan *smartphone* karena dianggap lebih praktis dan memiliki banyak fasilitas aplikasi berbasis internet yang lebih mudah dibandingkan dengan komputer, laptop, tablet atau alat elektronik lainnya. Penelitian yang dilakukan di Korea Selatan menemukan bahwa tingkat kecanduan *smartphone* atau disebut *nomophobia* ini lebih tinggi daripada kecanduan internet (Kim, 2013). Berdasarkan penjelasan diatas bahwa permasalahan *nomophobia* terutama pada remaja merupakan topik pembahasan yang menarik sebagai fobia dizaman modern ini sebagai bentuk akibat dari era teknologi digital.

PEMBAHASAN

Meningkatnya pembahasan tentang *nomophobia* tidak lepas dari banyaknya pengguna *smartphone* dari berbagai kalangan seperti para orang tua, kalangan remaja, mahasiswa, instansi perkantoran, dll (A. Aziz, 2019). Tingginya penggunaan *smartphone* pada zaman era modern ini, tentunya hal ini menjadi masalah karena penggunaannya tidak dibatasi dalam batas waktu yang akan berdampak kepada ketergantungan (Ramaita et al., 2019). Terlebih lagi remaja merupakan elemen yang selalu bersinggungan dengan dunia informasi dan internet (Dasiroh et al., 2017). Ditambahkan oleh Argumosa-Villar et al., (2017) bahwa remaja mampu memahami teknologi baru secara cepat, dan *smartphone* menjadi simbol dalam

menjadikan remaja lebih rentan mengalami *nomophobia*.

Penggunaan *smartphone* yang tinggi pada usia remaja akan memberikan dampak pada aktivitas dan pola perilaku keseharian remaja yang menjadi berubah, seperti akan kehilangan perhatian dengan kehidupan nyata karena cenderung fokus terhadap kehidupan maya, sering berkomunikasi melalui akun media sosial dibandingkan dengan komunikasi secara langsung (Agusta, 2016). Banyak anak muda kehilangan perhatian dari dunia nyata karena perhatiannya terlalu banyak diserap oleh dunia virtual dan akhirnya remaja menjadi budak teknologi (Dongre et al., 2017).

Yildirim & Correia, (2015b) menemukan bahwa 77% orang dengan usia 18-24 tahun merupakan orang yang paling rentan terhadap *nomophobia*, selanjutnya diikuti oleh para pengguna berusia 25-34 tahun dengan 68% dan pengguna *smartphone* dalam kelompok usia 55 tahun keatas ditemukan sebagai pengguna *nomophobia* ketiga. Pada kehidupan sehari-hari remaja, eksistensi ditunjukkan dengan keaktifan menggunakan *smartphone* tanpa memperhatikan bahaya yang mengintai pada diri remaja (Muyana & Widyastuti, 2018). Soliha (2015) menemukan bahwa ketergantungan *smartphone* dikalangan remaja disebabkan adanya ketergantungan dengan media sosial karena memposisikannya sebagai salah satu alat untuk berinteraksi. Kecemasan berpisah dengan *smartphone* saat ini sering terjadi pada siswa/remaja karena tidak ingin berpisah dengan *smartphone*, selalu ingin mengakses internet, dan terhubung dengan

media sosial (Rahayuningrum & Sary, 2019).

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan merupakan masalah sosial yang

saat berada jauh dengan ponsel atau *smartphone* yang dianggap sebagai salah satu efek negatif yang dibawa oleh teknologi di zaman modern (Gezgin et al.,

serius di kalangan masyarakat saat ini, hal ini seiring dengan tingginya tingkat kepemilikan *smartphone* karena banyak orang saat ini menganggap bahwa *smartphone* adalah sesuatu yang wajib dibawa kemanapun. Selain itu aktivitas penggunaan *smartphone* merupakan kebiasaan yang dianggap lumrah bagi banyak orang, namun tanpa disadari penggunaan secara berlebihan akan menyebabkan berbagai dampak bagi pengguna *smartphone* (Widyastuti & Mulyana, 2018).

Pada awalnya memiliki dan menggunakan *smartphone* bertujuan untuk keselamatan tetapi pada akhirnya mulai menimbulkan konsekuensi negatif dan pengguna semakin merasa tergantung pada penggunaan *smartphone* (Divya et al., 2019). Saat ini *smartphone* tidak lagi digunakan sebagai alat komunikasi belaka tetapi lebih dari itu sehingga efek negatif ketergantungan terus meningkat seperti halnya pada kesehatan, fisik dan psikologis manusia (Rahayuningrum & Sary, 2019).

Nomophobia adalah singkatan dari bahasa Inggris "*no mobilephone phobia*" yang diartikan menjadi ketakutan berada jauh dengan ponsel (Rosales-Huamani et al., 2019). *Nomophobia* adalah gangguan masyarakat modern, digital dan virtual yang mengacu pada perasaan ketidaknyamanan, kecemasan terkait dengan ketidakmampuan untuk mengakses ponsel (Sezer & Atilgan, 2019). Peneliti lain menjelaskan bahwa *nomophobia* adalah ketakutan dan kegelisahan yang dialami seseorang pada

2018). Perilaku *nomophobia* menunjukkan bagaimana ketika seseorang tidak dapat hidup tanpa *smartphon*nya bahkan selama satu menit akan merasa cemas (Gupta, 2019).

Individu yang mengalami *nomophobia* memiliki ciri-ciri antara lain tidak pernah mematikan ponsel, terobsesi untuk mengecek pesan dan panggilan tak terjawab, membawa ponsel kemana-mana, menggunakan ponsel di waktu yang tidak tepat, dan melewatkan interaksi langsung (Kanmani et al., 2017). *Nomophobia* memiliki sifat multi-dimensi mulai dari gejala sosial, fisiologis, dan fisik yang apabila dirangkum akan menjadi sangat tergantung pada *smartphone* (Bragazzi & Del Puente, 2014);(King et al., 2013). Pada beberapa kasus, individu merasakan efek secara fisik seperti panik, nafas yang pendek, gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, nyeri dibagian leher dan punggung ketika posel mati atau tidak dapat digunakan (Kanmani et al., 2017).

Nomophobia dianggap sebagai gangguan masyarakat digital yang secara umum akibat adanya ketakutan patologis untuk tetap terhubung dengan teknologi (Bragazzi & Del Puente, 2014). Kemudian dijelaskan kembali oleh Bragazzi & Del Puente, (2014) terkait ciri-ciri dari *nomophobia* dalam DSM-V, antara lain : (1) menghabiskan banyak waktu dalam penggunaan *smartphone*, memiliki lebih dari satu perangkat, selalu membawa pengisi daya tanpa kabel /powerbank, (2) menjadi cemas ketika tidak dapat mengakses *smartphone*, tidak

mendapatkan sinyal, mencoba menghindari tempat yang tidak diperbolehkan menggunakan *smartphone*, (3) selalu melihat atau mengecek terus menerus layar posnel apakah ada pesan atau panggilan, (4) *smartphone* selalu dinyalakan selama 24 jam menaruh

faktor yang beresiko menyebabkan *nomophobia* adalah (1) faktor internal yang meliputi kontrol diri, sifat *sensation seeking*, (2) faktor situasional seperti perasaan nyaman saat menggunakan *smartphone*, (3) faktor eksternal seperti pembelian *smartphone* dan (4) faktor sosial

menyatakan selama 21 jam, menaruh *smartphone* di tempat tidur saat tidur, (5) lebih menyukai berkomunikasi dengan menggunakan teknologi dibandingkan dengan interaksi langsung, (6) pengeluaran yang berlebih karena penggunaan *smartphone*.

Yildirim & Correia, (2015b), menyebutkan bahwa terdapat empat aspek dari *nomophobia*, yaitu: (a) tidak dapat berkomunikasi, (b) kehilangan keterhubungan, (c) tidak dapat mengakses informasi, (d) kehilangan kenyamanan. Pemicu ketergantungan ini disebabkan oleh kemajuan teknologi serta sarana pendukung lainnya yang belakangan semakin menjanjikan kemudahan bagi penggunaannya (Hafni, 2018).

Pada sejatinya perilaku *nomophobia* akan muncul berdampingan dengan kebutuhan mengakses internet, seperti hasil survei oleh asosiasi penyelenggara jasa internet tahun 2018 bahwa 93,9% individu mengakses internet setiap harinya menggunakan perangkat *smartphone*. Hal tersebut telah dibuktikan bahwa semakin besar tingkat kecanduan internet maka semakin tinggi perilaku *nomophobia* yang akan cenderung ditunjukkan (Gezgin et al., 2018). Meningkatnya pengguna dan kepemilikan *smartphone* maka akan berkontribusi meningkatnya jumlah perangkat yang terkoneksi dengan internet (Ali et al., 2017).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Augusta, (2016), faktor-

penyebab *smartphone* dan (1) faktor sosial seperti kebutuhan berinteraksi. Empat faktor dari penggunaan *smartphone* / *mobile phone* juga memiliki hubungan signifikan dengan *nomophobia*, faktor-faktor tersebut antara lain ketakutan tidak mampu berkomunikasi, takut kehilangan koneksi, takut sendirian dan takut kehilangan kenyamanan (Ali et al., 2017). Hasil penelitian oleh Ozdemir et al., (2018) terkait *nomophobia* menunjukkan bahwa ketika tingkat *nomophobia* siswa meningkat maka kesepian dan harga diri siswa cenderung meningkat sedangkan harga diri siswa cenderung menurun. Selain itu, *nomophobia* telah terbukti menyebabkan stress karena adanya tuntutan atau ancaman sosial apabila kekurangan kontrol diri (Olivencia-Carrión et al., 2018).

Perilaku *nomophobia* dapat memperkuat kecenderungan kecemasan sosial dan ketergantungan pada penggunaan komunikasi virtual dan digital sebagai metode untuk mengurangi stres yang dihasilkan dari kecemasan sosial dan fobia sosial (Lukito, 2017). Selain itu, *nomophobia* juga sebagai akibat dari rasa takut akan kesepian sehingga menjadikan seseorang menggunakan *smartphone* secara berlebihan untuk berkomunikasi dan mendapatkan informasi (Rahayuningrum & Sary, 2019).

Pada individu yang terindikasi *nomophobia*, biasanya proses berpikirnya cenderung terganggu karena disebabkan

Labbaika Fadhilah, Elli Nur Hayati & Khoiruddin Bashori, *Nomophobia* di Kalangan Remaja

oleh obsesi dari khayalan, fantasi dan tingkat difensif yang terlalu tinggi, yang mana hal tersebut diperoleh dari konektivitas yang terlalu intens (Tjasmadi, 2019). Menurut Wilantika, (2015) bahwa penggunaan *smartphone* yang tidak terkontrol pada remaja akan menyebabkan komunikasi kurang baik, individualitas / menyendiri, akan sulit untuk

al., 2017). Kehadiran *smartphone* menjadikan perubahan perilaku remaja, dimana ketika mereka sedang berkumpul bersama, tidak jarang mereka akan lebih fokus dan senang bermain dengan *smartphonenya* dibandingkan dengan orang lain yang ada didekatnya (Rahmandani et al., 2018). Remaja juga akan memiliki kecenderungan kurang

derkonsentrasi terhadap materi yang sedang disampaikan jika membawa *smartphone* ke sekolah, kemudahan mengakses situs-situs pornografi yang tentunya akan membahayakan untuk perkembangan pada remaja. *Nomophobia* akan menderita fenomena yang di sebut *vibration phatom syndrome* karena sulit untuk berkonsentrasi tanpa memeriksa *smartphone* (Anshari et al., 2019).

Menurut Aziz & Nurainiah, (2018) bahwa interaksi yang dianggap ideal adalah interaksi yang dilakukan secara tatap muka langsung karena lebih memungkinkan adanya suatu proses yang bersifat dinamis, timbal balik secara langsung, dan mempercepat proses saling mempengaruhi antara pihak-pihak yang berinteraksi didalamnya. Kehadiran *smartphone* menjadikan penggunaannya jarang untuk berinteraksi dengan orang-orang disekitarnya yang menjadikan seperti anti-sosial (Muflih et al., 2017). Pada remaja, interaksi sosial bertujuan untuk mencari solusi dari permasalahan yang dialami dan sebagai respon terhadap diri remaja itu sendiri (Ahmadi, 2009). Dampak *nomophobia* yang terjadi pada remaja juga akan menyebabkan orangtua kehilangan anaknya karena remaja akan merasa gelisah apabila berpisah dengan *smartphone* namun akan merasa biasa saja saat ditinggal pergi orangtuanya (Muflih et

al., 2018). Kegiatan reaguiritas terganggu, lebih apatis, pola pikir yang irrasional, mencari mudahnya saja dan kurang memiliki simpati atau tingkat kepedulian rendah (Rahmandani et al., 2018).

Kurangnya pemahaman tentang penggunaan *smartphone* yang ideal pada remaja, menjadikan saat kegiatan belajar mengajar berlangsung tidak jarang para siswa mengoperasikan *smartphonenya* dan tidak fokus terhadap pelajaran yang sedang berlangsung, yang mana sampai saat ini menjadi kendala dan keluhan bagi para guru terhadap penggunaan *smartphone* (Rahmandani et al., 2018). Apabila seorang guru harus menggunakan *smartphone* untuk praktik pembelajaran maka harus memberikan batasan waktu dan mengontrol penggunaannya sehingga mampu meminimalkan potensi resiko negatif dalam penggunaan ponsel terhadap pembelajaran (Gezgin & Çakir, 2016). Sekolah yang memperbolehkan siswanya membawa *smartphone* tentu akan mempengaruhi rendahnya prestasi belajar siswa di sekolah dibandingkan dengan siswa yang tidak membawa *smartphone* ke sekolah (Asmurti et al., 2017). Alasan remaja cukup intens menggunakan *smartphone* karena memiliki pandangan diri yang buruk, kecenderungan mencari kepastian sehingga *smartphone* menjadi solusi tercepat dari masalah tersebut dan

tidak heran jika penggunaan *smartphone* pada remaja itu berlebihan (Mayangsari & Ariana, 2015).

SIMPULAN

Berdasarkan kajian yang telah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa kemajuan teknologi saat ini khususnya pada *smartphone*, selain membawa manfaat bagi kehidupan namun memberikan dampak yang kurang baik pada remaja seperti halnya *nomophobia*.

<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/1021>

Ahmadi, H. A. (2009). *Psikologi Sosial*. Rineka Cipta.

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. *African Scientific Publishers*, 23(8), 7610-7613. <https://doi.org/10.1166/asl.2017.9534>

Anshari, M., Alas, Y., & Sulaiman, E. (2019). Smartphone Addictions and Nomophobia Among Youth. *Vulnerable Children and Youth Studies*, 14(3), 242-247. <https://doi.org/10.1080/17450128.2019.1614709>

Remaja mampu memahami teknologi baru secara cepat, namun remaja cenderung kurang memiliki kontrol yang baik atas perilakunya sehingga menjadikan remaja lebih rentan mengalami *nomophobia*. Hal tersebut memiliki dampak yang kurang baik untuk masa perkembangan remaja seperti kurangnya komunikasi secara langsung, lebih apatis dengan kondisi disekitar, individualitas atau merasa tidak membutuhkan orang lain secara nyata.

Nomophobia juga akan merugikan remaja pada masa sekolahnya seperti kurangnya fokus terhadap materi, menurunnya prestasi akademik dan cenderung membuat individu kurang aktif dikelas. Apabila dalam pembelajaran disekolah harus menggunakan *smartphone* sebagai fasilitas penunjang pembelajaran, maka guru harus mampu mengawasi dan mengontrol penggunaan *smartphone* dalam kegiatan belajar-mengajar di kelas dan memastikan bahwa siswa menggunakan *smartphone* hanya untuk kepentingan pembelajaran saja.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, D. (2016). Faktor-Faktor Resiko Kecanduan Menggunakan Smartphone Pada Siswa di SMK Negeri 1 Kalasan Yogyakarta. *E-Journal Bimbingan dan Konseling*, 5(3), 86–96.
- Argumosa-Villar, L., Boada-Grau, J., & Vigil-Colet, A. (2017). Exploratory Investigation of Theoretical Predictors of Nomophobia using the Mobile Phone Involvement Questionnaire (MPIQ). *Journal of Adolescence*, 56, 127–135. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.02.003>
- Arpaci, I., Baloolu, M., Kozan, H. I. Ö., & Kesici, S. (2017). Individual Differences in the Relationship Between Attachment and Nomophobia Among College Students: The mediating Role of Mindfulness. *Journal of Medical Internet Research*, 19(12), 1–12. <https://doi.org/10.2196/jmir.8847>
- 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*, 6(2), 15–20.
- Asmurti, Unde, A. A., & Rahamma, T. (2017). Dampak Penggunaan Smartphone di Lingkungan Sekolah Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Komunikasi KAREBA*, 6(2), 225–234.
- Aziz, A. (2019). No Mobile Phone Phobia dikalangan Mahasiswa Pascasarjana. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 6(1), 1–10. <https://doi.org/10.24042/kons.v6i1.3864>
- Aziz, M., & Nurainiah. (2018). Pengaruh Penggunaan Handphone Terhadap Interaksi Sosial Remaja di Desa Dayah Meunara Kecamatan Kutamakmur Kabupaten Aceh Utara. *Jurnal Al-Ijtima'iyah*, 4(2), 19–39.
- Bian, M., & Leung, L. (2015). Linking Loneliness, Shyness, Smartphone Addiction Symptoms, and Patterns of Smartphone Use to Social Media. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(2), 2349–3429. <http://www.ijip.in>
- Capital. *Social Science Computer Review*, 33(1), 61–79. <https://doi.org/10.1177/0894439314528779>
- 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., Miswatun, S., Ilahi, Y. F., & Nurjannah. (2017). Fenomena Nomophobia di Kalangan Mahasiswa (Studi Deskriptif Kualitatif Mahasiswa Universitas Riau). *Medium: Jurnal Ilmiah Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Riau*, 6(1), 1–10. [https://doi.org/https://doi.org/10.25299/medium.2017.vol6\(1\).1080](https://doi.org/https://doi.org/10.25299/medium.2017.vol6(1).1080)
- Davie, N., & Hilber, T. (2017). Nomophobia: is Smartphone Addiction a Genuine Risk for Mobile Learning? *ERIC: Institute of Education Science*, 100–104.
- Kim, H. (2013). Exercise Rehabilitation for Smartphone Addiction. *Journal of Exercise Rehabilitation*, 9(6), 500–505. <https://doi.org/10.12965/jer.130080>
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R., & Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: Dependency on Virtual Environments or Social Phobia? *Computers in Human Behavior*, 29(1), 140–144. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.025>
- Lukito, A. (2017). Nomophobia. *Ibnu Sina*, 25(2), 58–61.
- Mayangsari, A., & Ariana, A. (2015). Hubungan antara Self-Esteem dengan Kecenderungan Nomophobia pada Remaja. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 04(3), 157–163.
- Muflih, M., Hamzah, H., & Puniawan, W. A. (2017).

- Divya, R., Ashok, V., & Rajajeyakumar, M. (2019). Nomophobia: The Invisible Addiction. *Psychology and Behavior Science*, 10(4), 1-2. <https://doi.org/10.19080/PBSIJ.2019.10.555799>
- Dongre, A. S., Inamdar, I. F., & Gattani, P. L. (2017). Nomophobia: A Study to Evaluate Mobile Phone Dependence and Impact of Cell Phone on Health. *National Journal of Community Medicine | Volume*, 8(11), 688-693.
- Gezgin, D. M., & Çakır, Ö. (2016). Analysis of Nomophobic Behaviors of Adolescents Regarding Various Factors. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2504. <https://doi.org/10.14687/jhs.v13i2.3797>
- Gezgin, D. M., Hamutoglu, N. B., Sezen-Gultekin, G., & Ayas, T. (2018). The Relationship between Nomophobia and Loneliness among Turkish Adolescents. *International Journal of Research in Education and Science (IJRES)*, 4(2), 358-374. <https://doi.org/10.21890/ijres.409265>
- Gupta, R. (2019). Nomophobia: A Smartphone Addiction. *The International Journal of Indian Psychology*, 7(1), 969-979. <https://doi.org/10.25215/0701.110>
- Güzel, Ş. (2018). Fear of the Age: Nomophobia (No-Mobile-Phone). *Journal of Academic Perspective on Social Studies*, 1, 20-24. <https://doi.org/10.35344/japss.519609>
- Hafni, N. D. (2018). Nomophobia, Penyakit Masyarakat Modern. *Jurnal al-Hikmah*, 6(2), 41-50.
- Kanmani, A., U, B., & S, M. R. (2017). Nomophobia – An Insight into Its psychological aspects in Penggunaan Smartphone dan Interaksi Sosial Pada Remaja di Sma Negeri I Kalasan Sleman Yogyakarta. *Idea Nursing Journal*, 8(1), 12-18.
- Muralidhar, M., B, S. P., V, S. T., Gopi, A., & Fernandes, S. D. A. (2017). Nomophobia and Determinants Among the Students of a Medical College in Kerala. *International Journal of Medical Science and Public Health*, 6(6), 1046-1059. <https://doi.org/10.5455/ijmsph.2017.0203115022017>
- Muyana, S., & Widyastuti, D. A. (2018). The Influence of Permissive Parenting Towards Nomophobia in Elementary School Students. *Proceeding of International Conference on Child-Friendly Education (ICCE)*, 538-542.
- Olivencia-Carrión, M. A., Ferri-García, R., Rueda, M. del M., Jiménez-Torres, M. G., & López-Torrecillas, F. (2018). Temperament and Characteristics Related to Nomophobia. *Psychiatry Research*, 266, 5-10. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.04.056>
- 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. <https://doi.org/10.29333/ejmste/84839>
- Rahayuningrum, D. C., & Sary, A. N. (2019). Studi Tingkat Kecemasan Remaja Terhadap No-Mobile Phone (Nomophobia). *Jurnal*

- Keperawatan BSI*, 7(1), 49-55. <http://jurnal.ensiklopediaku.org>
- Rahmandani, F., Tinus, A., & Ibrahim, M. M. (2018). Analisis Dampak Penggunaan Gadget (Smartphone) Terhadap Kepribadian Dan Karakter (Kekar) Peserta Didik Di Sma Negeri 9 Malang. *Jurnal Civic Hukum*, 3(1), 18. <https://doi.org/10.22219/jch.v3i1.7726>
- Ramaita, Armaita, & Vandelis, P. (2019). Hubungan Ketergantungan Smartphone dengan Kecemasan (Nomophobia). *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 89-93. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.35730/jk.v10i2.xxx>
- Rosales-Huamani, J. A., Guzman-Lopez, R. R., Aroni-Vilca, E. E., Matos-Avalos, C. R., & Castillo-Sequera, J. L. (2019). Determining Symptomatic Factors of Nomophobia in Peruvian Students from The National University of Engineering. *Applied Sciences*, 9(9), 1-17. <https://doi.org/10.3390/app9091814>
- Sezer, M., & Atilgan, S. B. Ç. (2019). The Dark Side of Smartphone Usage (Nomophobia): Do
- 724-734. https://doi.org/10.1007/978-3-319-20609-7_68
- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015b). Exploring the Dimensions of Nomophobia: Development and Validation of a Self-Reported Questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130-137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>

- Smartphone Usage (Nomophobia). *Do We Need To Worry About it? Tip Egitimi Dünyası*, 17(54), 30-43. <https://doi.org/10.25282/ted.513988>
- Soliha, S. F. (2015). Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial dan Kecemasan Sosial. *INTERAKSI: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(1), 1-10. <https://doi.org/10.14710/interaksi.4.1.1-10>
- Tjasmadi, M. P. (2019). Pendekatan Agama Membaharui Kondisi Psikologis Siswa Terindikasi Nomophobia. *Proceedings of the ICECRS*, 2(1), 159. <https://doi.org/10.21070/picecrs.v2i1.2406>
- Widyastuti, D. A., & Muyana, S. (2018). Potret Nomophobia (No Mobile Phone Phobia) di Kalangan Remaja. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 62-71. <https://doi.org/10.26638/jfk.513.2099>
- Wilantika, C. F. (2015). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Kesehatan Dan Perilaku Remaja. *Jurnal Obstetika Scientia*, 3(2).
- Yasan, N., & Yildirim, S. (2018). Nomophobia among Undergraduate Students: The Case of a Turkish State University. *International Journal on New Trends in Education and Their Implications*, 9(4), 11-20.
- Yildirim, C., & Correia, A.-P. (2015a). Understanding Nomophobia: A Modern Age Phobia Among College Students. *Springer International Publishing Switzerland*, 9192,