***NOMOPHOBIA* PADA MAHASISWA DITINJAU DARI JENIS KELAMIN**

**Chairina Nida Ussa’adah1, Metty Vera Sari2, Nikmah Sofia Afiati3**

Fakultas Psikologi12, Universitas Mercu Buana Yogyakarta

chairinanyda@gmail.com

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *nomophobia* pada mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat perbedaan *nomophobia* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Subjek penelitian ini berjumlah 120 orang. Pengumpulan data menggunakan alat ukur berupa Skala *Nomophobia* (NMP-Q). Metode analisis yang digunakan adalah *Independent Sample T-Test*. Hasil analisis diperoleh nilai t = -0.356 dengan p = 0.722 (p ≥ 0,050) (karena data homogen, yang dilihat adalah pada *Equal Variences Assumed*). Mahasiswa laki-laki memiliki nilai *mean* pada *nomophobia* sebesar 87.91, sedangkan mahasiswa perempuan memiliki nilai *mean* pada *nomophobia* sebesar 89.52. Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara *nomophobia* pada mahasiswa laki-laki dengan mahasiswa perempuan, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ditolak.

**Kata Kunci : *Nomophobia,* Jenis Kelamin**

***NOMOPHOBIA FOR STUDENTS IN TERMS OF GENDER***

**Chairina Nida Ussa’adah1, Metty Vera Sari2, Nikmah Sofia Afiati3**

*Faculty of Psychology12, University Of Mercu Buana Yogyakarta*

chairinanyda@gmail.com

***Abstract***

*This study aims to determine the difference in nomophobia in students in terms of gender. The hypothesis proposed in this study is that there are differences in nomophobia between male and female students. The subject of this study amounted to 120 people. Data collection uses a measuring device in the form of a Nomophobia Scale (NMP-Q). The analytical method used is the Independent Sample T-Test. The results of the analysis obtained a value of t = -0.356 with p = 0.722 (p ≥ 0.050) (due to homogeneous data, which is seen in Equal Variance Assumed). Male students have a mean value on nomophobia of 87.91, while female students have a mean value on nomophobia of 89.52. This shows that there is no significant difference between nomophobia in male students and female students, so the hypothesis proposed in this study was rejected.*

***Keywords****: Nomophobia, Gender.*

**PENDAHULUAN**

Sebagai makhluk sosial pada dasarnya manusia harus selalu berhubungan dengan manusia lainnya sehingga tidak bisa untuk hidup sendiri.Dengan semakin pesatnya perkembangan teknologi mempermudah manusia untuk berkomunikasi dengan orang lain bahkan dengan orang yang berada di tempat jauh. Salah satu bentuk perkembangan teknologi ini adalah telepon genggam (Bivin, Mathew, Thulasi, & Philip, 2013).

Telepon genggam telah membuat perubahan dari alat komunikasi sederhana menjadi perangkat komunikasi yang canggih yang sering disebut sebagai *smartphone. Smartphone* telah menjadi alat komunikasi dan informasi dalam kehidupan sehari-hari. Informasi dan teknologi komunikasi telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari hidup kita (Cheever, Rosen, Carrier, & Chavez, 2014).

Banyaknya fungsi dan kecanggihan *smarthpone* saat ini, menjadikan penggunanya tidak dapat lepas dari *smarthpone* yang dimilikinya. Ketergantungan pada perangkat bergerak ini berdampak pada kehidupan sosial penggunanya. Sebanyak 33% pengguna yang bekerja, mengecek *smarthpone* untuk email dan pesan pada malam hari. Penelitian lain menyebutkan, kebanyakan siswa memulai harinya dengan mengecek laman jejaring sosialnya. Rata-rata jejaring sosial diakses selama 5 jam per hari dengan menggunakan *smarthpone* (Jeffrey 2012, dalam Pradana, Muqtadiroh & Nisafani, 2016).

Sekelompok peneliti psikiatri di Brazil telah menetapkan gangguan baru yang disebut *nomophobia*. Istilah *nomophobia* muncul pertama kali setelah penelitian yang dilakukan oleh Uk Post Office pada tahun 2008 yang meneliti kecemasan pada pengguna ponsel (SecurEnvoy, 2012)*.* Yildirim (2014) yang berpendapat bahwa *nomophobia* merupakan rasa takut berada diluar kontak ponsel dan dianggap sebagai fobia modern sebagai efek samping dari interaksi antara manusia, teknologi informasi dan komunikasi khususnya *smartphone* (Yildirim, 2014).

Yildirim (2014) *Nomophobia* memilki empat aspek yaitu, perasaan tidak bisa berkomunikasi, kehilangan konektivitas, tidak mampu mengakses informasi, dan menyerah pada kenyamanan dan faktor yang dapat mempengaruhi seseorang mengalami *nomophobia* menurut Yildirim (2014) yaitu, jenis kelamin, harga diri, usia, *ekstraversi* dan *neurotisme*.

Penelitian ini akan mengkaji faktor jenis kelamin sebagai variabel bebas. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Turner dkk (dalam Al-Barashdi, Bouazza, dan Jabur, 2015) menemukan jenis kelamin memiliki perbedaan hubungan dengan beberapa aspek perilaku penggunaan *smartphone*. SecurEnvoy telah menemukan bahwa sekitar 66 persen dari 1.000 pengguna ponsel memiliki *Nomophobia.* Tetapi tingkat *Nomophobia* tersebut berbeda-beda pada masing-masing orang. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa wanita sedikit lebih waspada dalam menyimpan ponselnya yaitu sebesar 70% dibanding pria yang hanya 61% (Woonjun dalam Yildirim, 2014).

Selain itu, kajian pada tahun 2008 di Inggris yang melibatkan lebih dari 2.100 responden, menunjukkan bahwa 53% dari pengguna ponsel menderita *nomophobia*. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa pria lebih rentan terhadap *nomophobia* daripada wanita, dengan 58% dari laki-laki dan 48% dari perempuan menunjukkan perasaan cemas ketika tidak dapat menggunakan telepon genggam mereka (Mail Online, 2008). Berbeda dengan penelitian di tahun 2008, riset pada tahun 2012 menemukan bahwa wanita lebih rentan terhadap *nomophobia*, dengan 70% dari wanita dibandingkan dengan 61% dari pria yang telah mengungkapkan perasaan cemas ketika kehilangan ponsel mereka atau ketika mereka tidak dapat menggunakan telepon mereka (Yildirim, 2014).

Berbeda lagi dengan Morahan-Martin (dalam Oktog, 2012) menemukan bahwa tingkat menghabiskan waktu dengan *smartphone* pada laki-laki lebih banyak daripada perempuan, sama halnya yang dilakukan oleh Uneri and Tanidir (dalam Oktog, 2012) menjekaskan juga bahwa laki-laki memiliki tingkat lebih tinggi menghabiskan waktu dengan *smartphone* daripada perempuan. Akan tetapi penelitian yang dilakukan oleh Choliz (2012) menunjukan hasil bahwa wanita lebih memiliki ketergantungan terhadap *smartphone* daripada laki-laki.

Berdasarkan uraian tersebut diatas, jenis kelamin diasumsikan menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *nomophobia* dan menurut beberapa hasil penelitian yang dilakukan diatas menunjukan adanya perbedaan yang tidak konsisten, oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti “Apakah terdapat perbedaan *nomophobia* pada mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin ? ”.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat perbedaan *nomophobia* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Dengan asumsi bahwa mahasiswa laki-laki cenderung memiliki tingkat *nomophobia* lebih tinggi daripada mahasiswa perempuan.

**METODE**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 120 orang, laki-laki (55) dan perempuan (65) dengan kriteria mahasiswa usia 18-24 tahun.

Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui Skala *Nomophobia.* Skala yang digunakan merupakan skala adaptasi dariYildirim (2014).Skala *Nomophobia*diciptakan berdasarkan empat dimensi *nomophobia* yang dikemukakan oleh Yildirim (2014) yang terdiri dari 20 aitem. Skala ini diisi dengan menggunaka skala likert melalui 7 alternatif jawaban dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju. Tidak ada pembedaan aitem pada skala ini, yang ditunjukkan dengan penyesuaian skala 1-7 pada setiap aitem yang dipakai untuk mendukung hasil skor tinggi atau rendah.

Teknik analisis data yang digunakan adalah uji-t ( *Independent T-test* ). Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan program analisis data *SPSS for Windows 17*.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Uji prasyarat yaitu uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas menggunakan *One-Sample Kolmogrov Smirnov* *Test*. Dari hasil uji *One-Sample Kolmogrov Smirnov* untuk variabel *nomophobia* diperoleh KS-Z sebesar 0,077 dengan taraf signifikansi sebesar 0,074 (p > 0,050). Dengan demikian sebaran data untuk variabel *nomophobia* mengikuti sebaran data normal. Sedangkan untuk uji homogenitas variabel *nomophobia* pada mahasiswa laki-laki dan perempuan berdasarkan *Levene’s Test for Equality of Varinces* diperoleh nilai F = 0,300 dengan p = 0,585 yang berarti bahwa data penelitian berasal dari populasi yang sama atau memenuhi prasyarat homogenitas.

Berdasarkan hasil kategorisasi *nomophobia* pada mahasiswa laki-laki menunjukkan bahwa subjek yang memiliki tingkat *nomophobia* tinggi sebanyak 23 orang (42%), yang memiliki tingkat *nomophobia* sedang sebanyak 25 orang (45%), sedangkan subjek yang memiliki tingkat *nomophobia* ringan sebanyak 7 orang (13%). Pada mahasiswa perempuan, kategorisasi *nomophobia* menunjukkan bahwa subjek yang memiliki tingkat *nomophobia* tinggi sebanyak 25 orang (38%), subjek yang memiliki tingkat *nomophobia* sedang sebanyak 31 orang (48%), dan subjek yang memiliki tingkat nomophobia ringan sebanyak 9 orang (14%).

Hasil uji beda *Independent Sample T-test*, diperoleh nilai t = -0,356 dengan p = 0,722 (karena data homogen, yang dilihat adalah pada *Equal Variences Assumed)*. Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara *nomophobia* pada mahasiswa laki-laki dengan mahasiswa perempuan. Mahasiswa laki-laki memiliki nilai *mean* pada *nomophobia* sebesar 87,91, sedangkan mahasiswa perempuan memiliki nilai *mean* pada *nomophobia* sebesar 89,52 . Hal ini berarti bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ditolak, yaitu tidak adanya perbedaan *nomophobia* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan.

Ditolaknya hipotesis dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andaryani (2013) tentang kecanduan internet pada laki-laki dan perempuan, penelitian tersebut menemukan bahwa tidak terdapat perbedaan kecanduan internet pada laki-laki dan perempuan. Hal tersebut dikarenakan kemudahan fasilitas internet yang bisa ditemukan di sekolah, tempat kerja, kampus bahkan di tempat umum membuat banyak individu memanfaatkannya. Mulai gratis sampai dengan berbayar, laki-laki dan perempuan dapat menggunakan fasilitas tersebut. Saat ini internet juga tidak hanya dapat digunakan pada komputer tetapi dapat digunakan di *handphone*, laptop, warnet atau alat komunikasi lain sehingga kecanduan internet dapat dengan mudah menyerang siapa saja. Menurut King, dkk (2014) *Nomophobia* diartikan tidak hanya seseorang yang cemas karena tidak membawa ponsel, namun ketakutan dan kecemasan tersebut dapat terjadi karena berbagai kondisi, salah satunya tidak ada jaringan internet.

Namun, apabila melihat dari penjabaran hasil skor per kelompok subjek baik laki-laki maupun perempuan, maka terdapat perbedaan *nomophobia* antara keduanya. Nilai *mean* mahasiswa perempuan (89,52) tetap lebih tinggi dari nilai *mean* mahasiswa laki-laki (87,91) walaupun hanya selisih sedikit. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (SecurEnvoy, 2012) menemukan bahwa perempuan lebih rentan terhadap *nomophobia* dengan 70% dari perempuan dibandingkan dengan 61% dari laki-laki yang telah mengungkap perasaan cemas ketika kehilangan ponsel mereka atau ketika mereka tidak dapat menggunakan ponsel mereka. Hasil penelitian dari (Choliz, 2012) juga menunjukkan bahwa wanita lebih memiliki ketergantungan terhadap *smartphone* daripada laki-laki.

Setelah pengambilan data pada penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada 8 mahasiswa untuk mengetahui penyebab mengapa tidak ada perbedaan yang signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan terhadap *nomophobia*. Dari hasil wawancara didapatkan bahwa intensitas mereka yaitu mahasiswa laki-laki (4) dan perempuan (4) dalam menggunakan *smartphone* sama*.* Akan tetapi aksesnya yang berbeda, perempuan lebih banyak mengakses sosial media sedangkan laki-laki lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain *game*. Hal tersebut sesuai dengan penelitian Duggan dan Brenner (dalam Bolle, 2014) Laki-laki cenderung menggunakan *smartphone* untuk orientasi kesenangan mereka, perempuan lebih menggunakan *smartphone* untuk kesenangan sosial. Perempuan menggunakan *smartphon*e lebih dari laki-laki untuk bergosip atau menjaga hubungan sosial dan memiliki hubungan yang kuat dengan *smartphone* mereka. Sosial media juga menarik bagi sebagian besar perempuan. Laki-laki lebih menggunakan *smartphone* mereka untuk aplikasi permainan dan secara umum juga untuk berjudi.

Selain itu subjek juga mengatakan bahwa kemudahan yang dimiliki oleh *smartphone* membuat mereka merasa nyaman dan menjadi bergantung pada *smartphone*. Menurut Thomas, Misty dan Gary (2007) *Smartphone* merupakan telepon yang dilengkapi dengan koneksi internet dan menyediakan fungsi *Personal Digital Assistant* (PDA) seperti kalender, buku agenda, kalkulator, catatan, dan berbagai aplikasi canggih untuk membantu kegiatan sehari-hari. Kecanggihan dan kemudahan yang disediakan *smartphone* saat ini menyebabkan banyak orang terperangkap untuk selalu beraktivitas menggunakan *smartphone* (Mashable, 2013).

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, terdapat beberapa hal yang dapat disimpulkan yaitu bahwa tidak adanya perbedaan *nomophobia* antara mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil uji beda *Independent Sample T-test*, diperoleh nilai t= -0,356 dengan p = 0,722 . Namun, apabila melihat dari penjabaran hasil skor per kelompok subjek baik laki-laki maupun perempuan, maka terdapat perbedaan antara kedua kelompok subjek. Nilai *mean* mahasiswa perempuan (89,52) tetap lebih tinggi dari nilai *mean* mahasiswa laki-laki (87,91), maka kedua kelompok subjek yaitu mahasiswa laki-laki dan perempuan sama-sama masuk dalam kategori *nomophobia* yang sedang. Namun bukan berarti *nomophobia* dengan kategori sedang itu tidak berbahaya,karena pada hasil kategorisasi hanya selisih sedikit dengan kategori tinggi, sehingga sudah cukup harus diwaspadai.

Saran yang dapat diberikan oleh peneliti berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang didapatkan antara lain :

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan bisa dilaksanakan pada selain mahasiswa tanpa membatasi, karena pada kenyataannya aitem yang digunakan pada penelitian ini bersifat umum. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk memperhatikan faktor-faktor lain selain Jenis kelamin yang dapat mempengaruhi *nomophobia,* seperti Harga diri, Usia, Tipe kepribadian dan *neurotisme.* Selain itu, sebaiknya pada penelitian selanjutnya, peneliti menggunakan sample yang lebih besar, sehingga mendapatkan hasil yang lebih valid.

1. Bagi Pengguna *Smartphone*

Pengguna *smartphone* harus dapat bersikap bijak dalam menghadapi kemajuan teknologi, terutama dalam penggunaan *smartphone,* yaitu dengan cara mengurangi intensitas penggunaan *smartphone,* mengurangi mengakses hal-hal yang kurang bermanfaat danjuga mengurangi bergantung pada kecanggihan atau kenyamanan yang dimiliki oleh *smartphone. S*ebagai pengguna diharapkan dapat mengontrol diri agar lebih bijak dalam memanfaatkan kemudahan yang dimiliki oleh *smartphone*. Gunakanlah *smartphone* pada tempat yang tepat, waktu yang tepat, dan intensitas yang tepat.

**DAFTAR PUSTAKA**

Abdullah, I. (2003). *Sangkan Peran Gender*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.

Ahmadi, A., & Sholeh, M. (1991). *Psikologi Perkembangan.* Jakarta: Rineka Cipta.

Andaryani, D. (2013). Perbedaan tingkat self control pada remaja laki-laki dan remaja perempuan yang kecanduan internet*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, 02* (03). Surabaya, Universitas Airlangga.

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2016). *Survei Internet APJII 2016.* Diambil dari : https://www.apjii.or.id/

Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Baron, R., A. & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga

Bhatia, M. S. (2008). *Cell phone dependence – a new diagnostic entity*. *Delhi Psychiatry Journal*, 11(2), 123-124.

Bianchi, A., & Phillips, J.G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Jurnal Cyber Psychology & Behavior. 8* (1), 39-51.

Bivin, J.B., Mathew, P.,Thulasi, P.C & Philip, J. (2013). Nomophobia : Do We Really Need To Worry About?. *Reviews of Progress, 1* (1), 1-5.

Bolle, C. (2014). “Who is a smartphone addict?” The impact of personal factors and type of usage on smartphone addiction in a dutch population. *Thesis of the degree Master in Communication Sciences*. University of Twente Enschede.1-41.

Bouazza, A., Al-Barashdi, H.S., Al Zubaidi, A.Q. (2015). Development and validation of a Smartphone Addiction Questionnaire (SPAQ). *Jurnal Sultan Qaboos University, 2*, 56-58

Chaplin, L.P. (1993). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Arcan.

Cheever, N. A., Rosen, L. D., Carrier, L. M., Chavez, A. (2014). Out of sight is not out of mind: The impact of restricting wireless mobile device use on anxiety levels among low, moderate and high users. *Computers in Human Behavior, 37,* 290–297.

Chiu, C. M., Lin, H. Y., Sun, S. Y., & Hsu, M. H. (2014). Understanding costumers loyalty intentions toward online shopping: An integration of technology acceptance model and fairness theory. *Behaviour & Information Technology, 28* (4) 347-360

Choliz. (2012). Mobile-phone addiction in adolescene: The Test of Mobile Phone Dependence (TMD). *Jurnal Prog Health Sci. 2*(1), 33-44.

Cisco. (2012). *Gen Y: new dawn for work, play, identity.* Diambil dari : s/solutions/enterprise/connected-w orld-technology-report/2012-CW TR-Chapter1-Global-Results.pdf

Chittaranjan, G., Blom, J. & Gatica, P. D. (2011). Who’s Who with Big-Five: Analyzing and Classifying Personality Traits with Smartphones. In: ISWC, IEEE, 29-36. Diambil dari : http://infoscience.epfl.ch/ record/192371/files/Chittaranjan\_I SWC11\_2011.pdf

Dasiroh, U., Miswatun, S., Ilahi, Y. F., Nurjannah. (2016). Fenomena Nomophobia Di Kalangan Mahasiswa*. Jurnal Ilmiah Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Islam Riau, 6* (1)

Dayakisni, T., & Hudaniah. (2009). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.

Fakih, M. (2005). *Analisis Gender & Transformasi Sosial. Pustaka Pelajar*.Yogyakarta

Gottfredson M.R., & Hirschi, T. (1990). *A general theory of crime*. Stanford, CA: Stanford University Press

Gunarsa, S. D, & Gunarsa, Y. S. D. (2001*). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja.* Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Handayani, Trisakti, & Sugiarti. (2002). *Konsep dan Penelitian Gender*. Malang: UMM press

Hasan, N. W. (2015). Penggunaan smartphone di Indonesia lebih banyak berusia kurang dari 30 tahun. Diunduh dari [http://arrenalte.com/berita/industri /pengguna-smartphone-indonesia/](http://arrenalte.com/berita/industri/pengguna-smartphone-indonesia/)

Herdiansyah, H. (2016). *Gender dalam Perspektif Psikologi*. Jakarta: Salemba

Humanik, H. (2007). *Demografi Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Grasindo

Hong, F. Y., Chiu, S. I., Huang, D. H. (2012). A model of the relationship between psychological characteristics, mobile phone addiction and use of mobile phones by Taiwanese university female students. *Computers in Human Behavior, 28*, 2152–2159.

Kandell, J. J., (1998). Internet Addiction On Campus: The Vulnerability Of College Students, *Cyberpsychology & Behavior, 1*, (1), 11-17.

Khairani, R., & Putri, D. E. (2009). Perbedaan kematangan emosi pada pria dan wanita yang menikah muda. *Proceeding PESAT, 3,* 1858-2559.

King, A, L., Valenca, A. M., Silva, A. C., Baczynski, T., Carvalho, M. R., & Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or 10 social phobia ?. *Computers in Human Behavior, 29,* 140-144.

King, A, L., Valenca, 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 and epidemiology in mental health, 10*, 28-35.

Limantara, E., (2016). *Studi Kuantitatif Tentang Melek Media Pada Remaja Akhir.* Surabaya. Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Lucia, A., Martins, A., et.al. (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, 10*, 28-35.

Mab’utsah, N. (2018). Intip Perbedaan Gender Laki-Laki dan Perempuan. Diambil dari : <https://www.kompasiana.com/nur> ulmab/5bad50b2aeebe102a35482 12/yuk-intip-perbedaan-gender-la ki-laki-dan-perempuan

Mahendra, A.R., Fajariah, I., Ikawidjaja, M., Sudrajad, M., & Putri. N. E. (2013). *Gangguan Kesehatan akibat Nomophobia pada Mahasiswa Universitas Airlangga Surabaya.* Surabaya: Airlangga University.

Masykur & Fathani, A. H. (2007). *Mathematical Intelligence.* Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Mayangsari, A. P. (2015). *Hubungan Antara Self-Esteem dengan Ketergantungan Telepon Genggam (Nomophobia) pada Remaja*. Surabaya: Universitas Airlangga.

Nistanto, R.K. (2014). *Indonesia pasar smartphone terbesar di asia tenggara.* Jakarta. Indonesia.

*Nomophobia is the fear of being out of mobile phone contact – and it’s the plague of our 24/7 age*. Mail Online, 31 Maret 2008. Diunduh dari :[http://www.dailymail.co.uk/n ews/article-550610/Nomophobia-f ear-mobile-phonecontact--plague- 24-7-age.html](http://www.dailymail.co.uk/news/article-550610/Nomophobia-fear-mobile-phonecontact--plague-24-7-age.html)

Noviadhista, U. F. 2015. *Apakah Kebebasan Internet di Indonesia adalah yang Terburuk di dunia?.* Diambil dari : <http://www.techno.id/tech-news/a> pakahkebebasan-61-internet-di-in donesia-adalah-yang-terburuk-di- dunia151116o.html

Oktug, Z. (2012*).* Gender differences in internet addiction and tendencyto express emotions. *The Online Journal of Counselling and Education, 1*(4), 39- 53.

Park N. & Lee, H. (2014). *Nature of Youth Smarthpone Addiction in Korea*. Konkurk University. Seoul Korea : National University.

Pininta. (2016). *4 Tanda Ponsel Mulai Mengganggu Kinerja Syaraf.* *Kompas.com.* Diambil dari : https://lifestyle.kompas.com/read/2016/06/20/183500023/4.Tanda.Ponsel.Mulai.Mengganggu.Kinerja.Syaraf?page=all

Poerwadarminta, W. J. S. (2005). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Edisi Ketiga. Jakarta: Balai Pustaka.

Pradana., P.W., Muqtadirah, F. A., Nisfani, A. S. (2016). Perancangan Aplikasi Liva Untuk Mengurangi Nomophobia Dengan Pendekatan Gamifikasi*. Jurnal Teknik ITS*, 5 (1).

Reza, J. I. (2015). *Makin banyak remaja di asia yang kecanduan smartphone*.*liputan 6.com.* Diambil dari : <https://www.liputan6.com/tekno/read/2329307/makin-banyak-remaja-di-asia-yang-kecanduan-smartphone>

Sanford, J. A., & George, L. (1988). *What Men Are Like*. Macarthur Blvd., Mahwah. New York : Paulist Press.

Santrock, J. W. (2003). *Adolescence*. Jakarta. Erlangga.

Securenvoye. (2012). 66% of the population suffer from nomophobia the fear of without their phone. Diunduh dari <http://www.securenvoye.com/blog/2012/02/16/66-of-the-population-suffer-from-nomophobia-the-fear-of-being-without-their-phone/>.

Sipal, R.F., & Bayhan, P. (2010). Preferred computer activities during school age:Indicators ofinternet addiction. *Social and Behavior Science, 9,* 1085-1089

Siswoyo, D., dkk. (2008). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY.

Soetjiningsih. (2012). *Perkembangan Anak dan Permasalahannya dalam Buku Ajar I Ilmu Perkembangan Anak Dan Remaja*. Jakarta : Sagungseto .

Sudarji, S. (2017). Hubungan Antara Nomophobia Dengan Kepercayaan Diri*.* *Jurnal Psikologi Psibernetika, 10* (1).

Susanto, A. (2016). *Teori Belajar dan Pembelajaran.* Jakarta: Prenada Media Group.

Syarif, N. (2015). Pengaruh perilaku pengguna smartphone terhadap komunikasi interpersonal siswa SMK TI Airlangga Samarinda. *Jurnal Ilmu Komunikasi. 3*(2), 213-227.

Telecommunications Industry Ombudsman. (2003). TIO annual report 2003. Melbourne, Victoria: Author.

Thomas J,C., Misty E, V., & Gary B. S. (2007). *Discovering Computers Fundament als, 3thed (Terjemahan).* Jakarta: Salemba Infotek

Wahyudi, A. (2015). *Indonesia raksasa teknologi digital asia.* *Tempo.com*

Widiana, H. S., Retnowati, S., Hidayat, R. (2004). Kontrol diri dan kecendrungan kecanduan internet. *Indonesian Psychologycal Journal, 1* (1), 6-16.

Widyatama, R. (2006). *Bias Gender Dalam Iklan Televisi.* Yogyakarta: Media Pressindo.

Yildrim, C. (2014*).* Exploring the Dimensions of Nomophobia: eveloping and validating a questionnaire using mixed methodsresearch*. Graduate Theses and Dissertations*.

Young, K. S. (1998). *The Relationship Between depression and Internet Addiction. Cyber psychology Behavior*. Toronto: Mary Ann Liebert, Inc.

Yusuf, S. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : Remaja Rosdakarya.