

**KECENDRONGAN NOMOPHOBIA DITINJAU DARI JENIS KELAMIN
PADA REMAJA DI KOTA BUKITTINGGI**

Tri Bayu Pamungkas

Jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang

e-mail: tribayupamungkas1999@gmail.com

ABSTRAC

Nomophobia is a new type of phobia that occurs as a result of rapid technological developments. This study aims to see the tendency of nomophobia among adolescents in the city of Bukittinggi. The subjects in this research were teenagers in the city of Bukittinggi, consisting of 80 men and 103 women. Data collection uses the Q-NMP scale (questionnaire nomophobia) with a 7-point liker scale model. The data analysis technique in this study used the independent sample t-test analysis technique. The results of the Independent Sample T-test difference, obtained a value of $t = -, 450$ with $p = 0.566$ (because the data is homogeneous, which is seen in the Equal Variances Assumed) there is no significant difference between the tendency of nomophobia in men and women.

Keyword: Nomophobia, *men, women*

ABSTRAK

Nomophobia adalah phobia jenis baru yang terjadi akibat perkembangan teknologi yang semakin pesat. Penelitian ini bertujuan untuk melihat kecendrungan nomophobia pada remaja di Kota Bukittinggi. Subjek dalam penelitian ini merupakan remaja di Kota Bukittinggi yang terdiri dari 80 orang laki-laki dan 103 orang perempuan. Pengumpulan data menggunakan skala Q-NMP (kuisisioner nomophobia) dengan model skala liker 7 poin. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis *independent sampel t-test*. Hasil uji

beda Independent Sample T-test, diperoleh nilai $t = -0,450$ dengan $p = 0.566$ (karena data homogen, yang dilihat adalah pada Equal Variences Assumed) tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kecendrungan nomophobia pada laki-laki dan perempuan.

Kata Kunci: *nomophobia*, laki-laki, perempuan

PENDAHULUAN

Bagi sebagian besar orang ponsel telah menjadi bagian terpenting dalam hidupnya. GSMA Intelligence (2015) melaporkan bahwa saat ini, jumlah langganan seluler aktif melebihi total populasi dunia dengan lebih dari 7,5 miliar langganan dibandingkan dengan total populasi sekitar 7,2 miliar. Untuk kawasan Asia Tenggara sendiri Indonesia menjadi pasar terbesar dalam penjualan *smartphone* (Nisanto, 2014). Data diatas menunjukkan bahwa semakin pentingnya ponsel bagi kehidupan manusia.

Tingginya angka penggunaan ponsel diatas karena pponsel telah banyak berinovasi menjadi ponsel cerdas dengan fitur-fitur canggih didalamnya (Cheever, Rosen, Chavez. 2014). Dengan ponsel semua informasi dengan mudah dikirim dan diterima melalui pesan, panggilan telepon, email, atau aplikasi lainnya yang bisa digunakan untuk bermain game, menonton film, video, dan media sosial (Lundquist, Lefebvre, & Garramone, 2014). Selain itu *smartphone* juga sudah dilengkapi layar sentuh yang mempermudah pengoperasiannya (Alosaimi, Alyahya, Alshahwan, Al Mahyijari, & Shaik, 2016).

Dengan beragam fitur yang dihadirkan *smartphone* membuat pengguna semakin nyaman menggunakannya sehingga bisa mengakibatkan kecanduan (Reza, 2015). Ketergantungan akan media

komunikasi dalam pemenuhan kebutuhan maka akan semakin penting media tersebut dalam hidupnya (Saverin dan Tankard dalam Gifary, 2015). Apalagi ditengah situasi pandemic yang menghancurkan semua aktivitas secara online. Tak terkecuali di dunia pendidikan yang membuat siswa makin dekat dengan penggunaan *smartphone*. .

King (2014) *smartphone* mempermudah yang sulit. Namun juga menimbulkan dampak negative. Dibidang pendidikan penggunaan ponsel di sekolah mengurangi konsentrasi siswa selama pelajaran (Selwyn. 2003). Sejalan dengan itu penelitian Kibona & Mgya (2015) penggunaan *smartphone* secara berlebihan mempengaruhi kehidupan akademik dan prestasi siswa. Selain itu secara psikologis juga bisa menimbulkan ketakutan jika berada jauh dari *smartphone* atau yang lebih dikenal dengan istilah *nomophobia* (Yildirim. 2014).

Nomophobia adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan ketakutan dan kecemasan jauh dari *smartphone* (SecurEnvoy dalam Ozdemir, Cakir, Hussain. 2018). Menurut King, Valença, dan Silva, (2013) *nomophobia* adalah ketakutan ketika tidak bisa dihubungi atau menggunakan *smartphone* sehingga menimbulkan perasaan tidak nyaman atau kecemasan pada diri individu ketika mereka tidak dapat menggunakan *smartphone* mereka. Aparna, Bhavani, dan Maragatham (2017) menjelaskan bahwasanya

nomophobia adalah ketakutan serta kecemasan ketika seseorang berada jauh dari *smartphonenya*. Dixit, Goyal, Zaidi, Bhagwat, Bindal, Shukla & Shrivastava, (2010) menjelaskan nomophobia adalah timbulnya rasa panic, cemas, dan menurunnya konsentrasi ketika seseorang kehabisan kuota internet, kehilangan koneksi, kehabisan baterai pada *smartphone* miliknya.

Nomofobia sendiri telah dianggap sebagai suatu fobia yang terjadi di zaman modern yang terjadi akibat interaksi manusia dengan ponsel (Yildirim dan Correia, 2015). Penelitian King, Valença, dan Nardi (2010) dianggap penelitian pertama mengenai nomophobia yang menyatakan nomophobia merupakan sebuah gangguan baru yang terjadi di abad ke-21 akibat teknologi. Yildirim dan Correia (2015) berpendapat *smartphone* meningkatkan keparahan nomofobia karena berbagai fitur canggih yang tersedia didalamnya seperti akses Internet, media sosial dan aplikasi lain yang menyebabkan peningkatan penggunaan *smartphone* sehingga ketika mereka tidak berada didekat *smartphonenya* menimbulkan perasaan cemas dan tertekan.

Menurut Bianchi & Philip (2005) salah satu factor nomophobia adalah jenis kelamin. Ketidak samaan biologis antara perempuan dengan laki-laki sejak seseorang lahir itulah jenis kelamin (Hungu dalam Suhardin, 2015). Laporan Mail Online (2008) sebanyak 53% pengguna *smartphone* di Inggris menderita

nomofobia dan (58%) terjadi pada laki-laki dan pada perempuan (48%). Empat tahun berselang tepatnya tahun 2012, penggunaan *smartphone* di Inggris meningkat dari 53% menjadi 66% dengan peningkatan nomofobia di kalangan perempuan menjadi (70%) sedangkan pengguna laki-laki (61%) (SecurEnvoy, 2012). Laporan diatas menunjukkan bahwasannya terdapat kecenderungan nomophobia yang tidak konsisten antara laki-laki dan perempuan.

Berdasarkan survey yang peneliti lakukan terhadap 35 remaja di kota Bukittinggi ditemukan bahwa terdapat perbedaan gaya pemakaian *smartphone* antara laki-laki dan perempuan. Dari hasil survey didapati 71% remaja yang selalu membawa *smartphone*. 72% dari data yang peneliti dapatkan perempuan dan sisanya laki-laki. Laki-laki merasa tidak nyaman ketika *smartphonenya* tertinggal dan lebih cenderung menggunakan *smartphonenya* untuk memeriksa informasi. Sementara itu perempuan lebih cenderung membuka media social dan akan merasa gelisah dan bosan ketika *smartphonenya* tertinggal.

Hal ini sejalan dengan penelitian Park dan Lee (2014) menemukan perbedaan gaya penggunaan *smartphone* berdasarkan jenis kelamin. Perempuan disinyalir lebih sering menggunakan kamera *smartphonenya* untuk mengakses media social, sementara laki-laki menggunakan *smartphonenya* untuk menelepon dan mengakses aplikasi yang

diperlukan. Perempuan mempunyai kebutuhan untuk terhubung secara terus menerus dengan kelompok sosialnya dengan menggunakan smartphoone (Chen, Liu, Ding, Ying, Wang, & Wen, 2017). Penelitian Choliz (2012) menemukan bahwa ketergantungan perempuan lebih rendah dari pada laki- laki terhadap *smartphone*..

METODE PENELITIAN

Penelitian ini memiliki desain penelitian kuantitatif yang mana penelitian ini berupa angka-angka dan analisis statistic, penelitian ini berjenis komparatif, yang mana penelitian ini membandingkan keadaan beberapa variable (Sugiyono, 2013). Penelitian ini dianalisis komparatif untuk membandingkan keadaan sampel yang berbeda yakni jenis kelamin.

Penelitian ini memaparkan perbandingan tingkat *nomophobia* antara remaja laki-laki dengan perempuan di kota Bukittinggi. 183 remaja yang terdiri dari 80 laki-laki dan 103 perempuan merupakan sampel dalam penelitian ini yang dikumpulkan dengan teknik kuota sampling. Dalam penelitian ini dipakai skala *nomophobia* yang merupakan terjemahan dari skala Yildirim (2014) yang memiliki 4 aspek dan 20 item pertanyaan. Dalam menjawab dipakai skala linkeart dengan pilihan jawabannya terdiri dari 7 alternatif yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, agak tidak setuju, netral, agak setuju, setuju, dan sangat setuju. Dari uji reliabilitas didapatkan skor Cronbach Alpha pada

skala ini adalah 0,943 yang berarti reliabilitas skala berada pada kategori tinggi. Selanjutnya data tersebut dianalisis dengan uji statistic Independent T-test untuk melihat perbedaan tingkat *nomophobia* antara remaja perempuan dan laki-laki.

HASIL

Sebelum menguji perbedaan dilakukan uji prasyarat, yaitu uji normalitas, uji linearitas, dan uji homogenitas. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji statisti One-Sample Kolmogrov Smirnov Test. Dan diperoleh skor sebesar 0.265 yang taraf signifikansi sebesar $> 0,05$. Dari data tersebut dapat di artikan bahwasannya data menyebar secara normal. Untuk homogenitas pada remaja laki-laki dan perempuan diperoleh skor $0.566 > 0.05$ yang berarti data memenuhi prasyarat homogenitas. Pada uji linearitas diperoleh skor $0.073 > 0.05$ yang berarti data memenuhi syarat linearitas.

Tabel Uji Independent Sample T-test

Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Error Mean
Laki-laki	80	91.3250	2.16757
Perempuan	103	86.4854	1.65826

Uji Independent Sample T-test, didapatkan nilai $t = -,450$ dengan $p = 0.566$. Berdasarkan uji Independent Sample T-test diatas dapat disimpulkan bahwasannya tidak terdapat perbedaan signifikan *nomophobia* anatara remaja perempuan dan laki-laki di karenakan nilai t lebih kecil dari p . Berdasarkan uji bedan Independent Sample T-test

didapati skor rata-rata kecenderungan nomophobia pada remaja laki-laki di Kota Bukittinggi sebesar (91.3250), sedangkan kecenderungan nomophobia pada remaja perempuan di Kota Bukittinggi (86.4854).

Berdasarkan pengkategorian tingkat *nomophobia*, kategori tinggi ($100 \leq X$), sedang ($60 \leq X \leq 100$), dan rendah ($X < 60$). Kedua skor mean berada pada kategori sedang dengan rentang $60 \leq X \leq 100$ yang artinya hipotesis penelitian ini ditolak, yang mana tidak ada perbedaan *nomophobia* yang signifikan.

PEMBAHASAN

Tidak diterumanya hipotesis dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian Fitriyani, Albertin, dan Kusuma (2019) bahwasannya tidak ada perbedaan *nomophobia* yang signifikan pada remaja perempuan dan laki-laki, hanya saja skor perempuan lebih tinggi sedikit dari laki-laki. Sama dengan penelitian yang dilakukan Nissa'adah, Sari, dan Afiati (2019) tidak ada perbedaan signifikan *nomophobia* mahasiswa perempuan dan mahasiswa laki-laki, tetapi skor laki-laki sedikit lebih tinggi dibandingkan perempuan. Tidak terdapatnya perbedaan kecenderungan *nomophobia* berdasarkan jenis kelamin karena sudah menggunakan smartphone selama bertahun-tahun (Gezgin. 2017).

Pada penelitian ini terdapat perbedaan *nomophobia* antara laki-laki dan perempuan. Nilai mean remaja

laki-laki (91.3250) tetap lebih tinggi dari nilai mean remaja perempuan (86.4854). Meskipun selisihnya 5 namun keduanya tetap berada pada taraf kecenderungan *nomophobia* sedang. Sehingga tidak terdapat perbedaan kecenderungan *nomophobia* yang signifikan antara remaja laki-laki dengan remaja perempuan. Mail Online (2008) menginformasikan 53% pengguna *smartphone* di Inggris dilaporkan menderita *nomofobia*, penderita laki-laki lebih tinggi dibanding perempuan. Sebanyak (58%) laki-laki menderita *nomophobia* dan 48% pada perempuan. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan Uneri dan Tanidir (2011) laki-laki lebih lama menghabiskan waktu dalam menggunakan *smartphone* dari pada perempuan.

Simpulan

Sesuai pemaparan hasil penelitian dan pembahasan diatas, ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat perbedaan *nomophobia* yang signifikan antara remaja laki-laki dan remaja perempuan di Kota Bukittinggi. Namun apabila dilihat dari skor antar kelompok subjek terdapat perbedaan. Remaja perempuan memiliki skor yang lebih rendah dibandingkan remaja laki-laki. Walaupun demikian, skor kedua kelompok subjek berada pada kategori *nomophobia* yang sedang. Meskipun sedang skor keduanya sudah mendekati kategori tinggi. Sehingga tingkat kecenderungan *nomophobia* pada remaja perempuan dan laki-laki di Kota Bukittinggi sudah patut untuk diwaspadai.

Daftar Pustaka

- Alosaimi, F. D., Alyahya, H., Alshahwan, H., Al Mahyijari, N., & Shaik, S. A. (2016). Smartphone addiction among university students in Riyadh, Saudi Arabia. *Saudi Medical Journal*, 37(6), 675–683. <https://doi.org/10.15537/smj.2016.6.14430>.
- Aparna, K. S., Bhavani, U., & Maragatham, R. (2017). *Nomophobia* an insigh into its psychological aspects in india. *The International Journal Of Indian Psychology*, (4) . DOI: 10.25215/0402.041
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone us *CyberPsychology & Behavior*, 8(1), 39-51. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>
- Cheever, N. A., Rosen., L. D., & 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. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.05.002>
- Detiknet. (2014). Indonesia masuk lima besar pengguna *smartphone* di dunia. Retrived 2 november 2020 .[https://inet.detik.com/consumer/d-24-85920/indonesia-](https://inet.detik.com/consumer/d-24-85920/indonesia-masuk-5-besar-negara-pengguna-smartphone)
- masuk-5- besar- negara- pengguna-*smartphone*.
- Dixit, S., Shukla, H., Bhagwat, A., Bindal, A., Goyal, A., Zaidi, A. K., & 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*. 35 (2), 339-442. Doi:10.4103/0970-0218.66878
- Fitriyani, N., Albertin, N., & Kusuma, R. M. (2019). Perbandingan tingkat nomophobia maharemaja ditinjau berdasarkan jenis kelamin. *Jurnal Konseling Indonesia*, 5 (1). 6-11. DOI: <https://doi.org/10.21067/jki.v5i1.3569>
- Chen, B., Liu, F., Ding, S., Ying, X., Wang, L., & Wen, Y. (2017). Gender differences in factors associated with smartphone addiction: A cross- sectional study among medical college students. *BMC psychiatry*, 17(1), 341 – 350. doi:10.1186/s12888-017-1503-z.
- Choliz. (2012). Mobile-phone addiction in adolescence: The Test of Mobile Phone Dependence (TMD). *Jurnal Prog Health Sci*. 2(1), 33 – 44.
- Gezgin, D. M. (2017). Exploring The Influence Of The Patterns Of Mobile Internet Use On

- University Students
Nomophobia Levels. *European Journal Of Education Studies*, 3 (6), 29-53. DOI: 10.5281/zenodo.572344
- Gifary, S. D., (2015). Intensitas penggunaan *smartphone* terhadap perilaku komunikasi. *jurnal sosioteknologi* 14 (2).
- GSMA Intelligence. (2015). Global data. Available. Retrived 2 November 2020. <https://gsmaintelligence.com/>
- Kibona, L., & Mgya, G. (2015). Smartphones' effects on academic performance of higher learnin students *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 2(4), 777–784. ISSN: 3159-0040
- King, A. L. S. (2014). Nomophobic: impact of cell phone use interfering with symptoms and emotions of individuals with panic disorder compared with a control group. *Journal of Clinical Practice & Epidemiologi Mental Health*, 10. 28-35 doi: 10.2174/1745017901410010028
- King, A. L. S., Valença, A. M., & Silva, A. C. O. (2013) Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia? *Computers in Human Behavior* 29(1): 140–144. DOI:10.1016/J.CHB.2012.07.025
- Lundquist, A. R., Lefebvre, E. J., & Garramone, S. J. (2014). Smartphones: Fulfilling the need for immediacy in everyday life, but at what cost. *International Journal of Humanities and Social Science*, 4(2), 80–89.
- Mail Online. (2008). Nomophobia is the fear of being out of mobile phone contact - and it's the plague of our 24/7 age. Retrieved 2 november 2020 <http://www.dailymail.co.uk/news/article550610/Nomophobia-fear-mobile-phonecontact--plague-24-7-age.html>
- Nissa'adah, C., Sari, M. V., & Afiati, N. (2019). Studi Komparasi Nomophobia Berdasarkan jenis Kelamin pada remaja. *Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Yogyakarta*, 24(2), 141-148. DOI:10.20885/psikologi.vol24.iss2.art4
- Nistanto, R. K. (2014). Indonesia pasar *smartphone* terbesar di asia tenggara, Jakarta, Indonesia.
- Ozdemir. B., Cakir. O., & Hussain, I. (2018). Prevalence of nomophobia among niversity students: a comparative study of pakistani and turkish undergraduate students: EURASIA *Journal of Mathematics, Science and Technology Education* 14 (4). 1519-1532. DOI:10.29333/ejmste/84839
- Park, N., & Lee, H. (2014). Gender difference insocial networking

- on *smartphones*: A case study of Korean college student *smartphone* users. *International Telecommunications Policy Review*, 21(2), 1 – 18.
- Reza. (2015). Makin Banyak Remaja di Asia yang Kecanduan Smartphone. *Liputan 6.com*. Retrived 23 November 2020, from <https://www.liputan6.com/tekno/read/2329307/makin-banyak-remaja-di-asia-yang-ke-canduan-smartphone>
- SecurEnvoy. (2012). 66% of the population suffer from Nomophobia the fear of being without their phone. retrived 2 november 2020. <https://www.securenvoy.com/en-gb/blog/66population-suffer-nomophobia-fear-being-without-their-phone>.
- Selwyn, N. (2003). Schooling the mobile generation: The future for schools in the mobile-networked society. *British Journal of Sociology of Education*, 24, 131–144. DOI:10.1080/01425690301905
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian: kuantitatif, kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhardin. (2016). Pengaruh perbedaan jenis kelamin dan pengetahuan tentang konsep dasar ekologi terhadap kepedulian lingkungan. *Universitas Ibnu Khaldun*. 14 (1) 117-132. DOI: <http://dx.doi.org/10.32729/edu>
- [kasi.v 14i1.15](#)
- Unidir, O. S., & Tanidir, C. (2011). Evaluation of internet addiction in a group of high school students: A cross-sectional study. *Dusunen Adam*, 24(4), 265 – 272. DOI:10.5350/DAJPN2011240402
- Yildirim, C. (2014). Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research. Iowa State University.
- Yildirim, C., & Correia, A-P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior* 49: 130–

