

**GAMBARAN *NOMOPHOBIA* PADA MAHASISWA DI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA
BANDUNG**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan
Program Studi Diploma III Keperawatan



**DELIA NUR UTAMI
4180170113**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS BHAKTI
KENCANA BANDUNG**

2020

LEMBAR PERSETUJUAN

**JUDUL : GAMBARAN *NOMOPHOBIA* PADA MAHASISWA DI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA BANDUNG**

NAMA : DELIA NUR UTAMI

NIM : 4180170113

Telah Disetujui Untuk Diajukan Pada Sidang Akhir

Program Studi Diploma III Keperawatan

Universitas Bhakti Kencana

Menyetujui :

Pembimbing I



Hikmat, AMK, S.Pd., MM

Pembimbing II



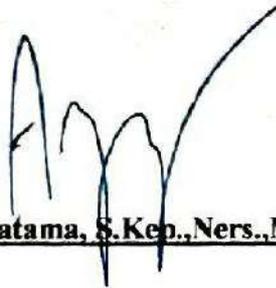
Irfan Saparudin, S.Kep., Ners

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini telah dipertahankan dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan Para Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Pada Tanggal 07 Agustus 2020

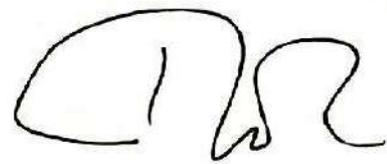
Mengesahkan
Universitas Bhakti Kencana

Penguji I



Angga Satria Pratama, S.Kep., Ners., M.Kep

Penguji II



Hj. Diana Ulfah, S.Kp

Universitas Bhakti Kencana
Dekan Fakultas Keperawatan,



UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA
FAKULTAS KEPERAWATAN

Rd. Siti Jundiah, S.Kp., M.Kep

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "Gambaran *Nomophobia* Pada Mahasiswa di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung" ini sepenuhnya karya sendiri. Tidak ada bagian didalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini saya siap menerima risiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya bila kemudian hari ditemukan pelanggaran etika keilmuan dalam karya saya ini, atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Agustus 2020
Yang Membuat Pernyataan



Delia Nur Utami

**Program Studi Diploma III Keperawatan
Universitas Bhakti Kencana Bandung
Tahun 2020**

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi karena *Nomophobia* pada mahasiswa cukup tinggi, yaitu 50-90%. Pada penelitian yang dilakukan di Inggris dari 1000 responden berusia 18-24 tahun didapatkan 77% mengidap *Nomophobia* mengalami kecemasan jika mereka tidak membawa HP atau kehabisan baterai. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimanakah Gambaran *Nomophobia* Pada Mahasiswa di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

Nomophobia merupakan kecemasan saat seseorang merasa tidak bisa mendapatkan sinyal, kehabisan baterai, lupa untuk mengambil telepon genggam, tidak menerima panggilan, teks atau email pemberitahuan untuk jangka waktu tertentu (Yildiri,2014). Mahasiswa ialah peserta didik yang menjalani proses pembelajaran dan terdaftar dalam perguruan tinggi diantaranya politeknik, akademik, institute, sekolah tinggi maupun universitas (Hartaji, 2012).

Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif, populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa di di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung sebanyak 82 orang dengan menggunakan *Stratified random sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner yang disebarakan melalui Google form.

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar dari responden mengalami *nomophobia* sedang sebanyak 46 responden (56,1%), hampir setengah dari responden mengalami *nomophobia* berat sebanyak 34 responden (41,5%). Kemudian sebagian besar responden yang mengalami dimensi tidak dapat berkomunikasi dengan nilai rata-rata 29,8, lalu kedua dimensi kehilangan kenyamanan dengan nilai rata-rata 23,6.

Kesimpulan dari pneletian tersebut yaitu, sebagian besar dari responden mengalami *nomophobia* sedang sebanyak 46 responden (56,1%), lalu sebagian besar responden yang mengalami dimensi tidak dapat berkomunikasi dengan nilai rata-rata 29,8. Diharapkan institusi dapat memberikan referensi untuk diberikan kepada mahasiswa mengenai *nomophobia*.

Kata Kunci : Mahasiswa, *Nomophobia*
Daftar Pustaka : 12 Buku (2010-2018)
8 Jurnal (2012-2016)
9 Website (2012-2020)

***Nursing Diploma III Study Program
Bhakti Kencana University Bandung
2020***

ABSTRACT

This research is based on the background the Nomophobia in students is quite high, which is 50-90%. In a study conducted in the UK of 1000 respondents age 18-24 years, it was found that 77% of people with Nomophobia experience anxiety if they do not carry handphone or run out of batteries. The purpose of this study was to determine how the Nomophobia Picture of Students in the Nursing Diploma III Study Program of Bhakti Kencana University Bandung.

Nomophobia is the anxiety when someone feel they can't get a signal, run out of battery, forget to take a cell phone, don't receive calls, texts or email notifications for a certain period of time (Yildiri, 2014). Students are students who undergo the learning process and are registered at one of the universities including polytechnics, academics, institutes, high schools and universities (Hartaji, 2012).

This research method using descriptive method, the population in this study were 82 students in the Diploma III Nursing Study Program at Bhakti Kencana University Bandung using stratified random sampling. The data collection technique uses a questionnaire distributed via Google form.

Based on the results of the study, most of the respondents experienced moderate nomophobia as many as 46 respondents (56.1%), almost half of the respondents experienced severe nomophobia as many as 34 respondents (41.5%). Then most of the respondents who experienced the dimension not being able to communicate with a mean value of 29.8, second dimensions giving up convenience with a mean value of 23.6.

The conclusion from this research is that most of the respondents experienced moderate nomophobia as many as 46 respondents (56.1%), then most of the respondents who experienced the dimension could not communicate with an average value of 29.8. It is hoped that the institution can provide a reference to be given to students regarding nomophobia.

*Keywords : Students, Nomophobia
Center List : 12 Books (2010-2018)
8 Journal (2012-2016)
9 Website (2012-2020)*

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “Gambaran *Nomophobia* Pada Mahasiswa di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung”

Dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini merupakan tugas yang tidak ringan. Penulis banyak mendapatkan bimbingan dalam petunjuk serta bantuan yang bermanfaat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. H. Mulyana, S.H.,M.Pd.,M.H.Kes selaku Ketua Yayasan PPKM Bhakti Kencana Bandung
2. Dr. Apt. Entris Sutrisno, M.H.Kes., selaku Rektor Universitas Bhakti Kencana Bandung
3. Rd. Siti Jundiah, S.Kp.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung
4. Dede Nur Aziz Muslim, S.Kep.,Ners.,M.Kep sebagai Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung
5. Hikmat, AMK,S.Pd.,MM selaku pembimbing 1 sekaligus wali kelas 3C yang telah banyak memberikan masukan ilmu, motivasi dan dorongan yang telah diberikan kepada penulis.
6. Irfan Saparudin, S.Kep.,Ners selaku pembimbing 2 yang telah banyak memberikan masukan ilmu, motivasi dan dorongan yang telah diberikan kepada penulis.

7. Seluruh Dosen dan Staf karyawan Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.
8. Kedua orangtua ku ayahanda Edih Suhaedi Darjat dan ibunda Neni Mariani yang telah mengorbankan segalanya serta selalu mendukung dan mendoakan kepada penulis untuk menuju kesuksesan.
9. Untuk kakak ku tersayang Deni Juliana yang telah memberikan dorongan, support dan doa, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Teman – teman di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung yang tidak bisa penulis ucapkan satu persatu terimakasih atas do'a dan support nya dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini tepat pada waktunya.

Tidak ada yang dapat penulis berikan kepada mereka selain iringan do'a yang tulus dan ikhlas semoga amal baik mereka diterima dan mendapat balasan yang lebih baik dari Allah SWT. Tidak lupa saran dan kritik yang konstruktif sangat penulis harapkan dari berbagai pihak demi perbaikan dimasa yang akan datang. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca pada umumnya. Amin.

Bandung, Agustus 2020

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRAC</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep <i>Nomophobia</i>	8

2.1.1	Definisi <i>Nomophobia</i>	8
2.1.2	Dimensi <i>Nomophobia</i>	9
2.1.3	Faktor Yang Mempengaruhi <i>Nomophobia</i>	13
2.1.4	Dampak <i>Nomophobia</i>	15
2.2	Konsep Mahasiswa	16
2.2.1	Definisi Mahasiswa	16
2.2.2	Ciri-ciri Mahasiswa	16
2.2.3	Peran dan Fungsi Mahasiswa	17
2.2.4	Peran Istimewa Mahasiswa	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		
3.1	Rancangan Penelitian	21
3.2	Paradigma Penelitian.....	21
3.3	Variabel Penelitian	23
3.4	Definisi Konseptual Dan Definisi Operasional.....	23
3.4.1	Definisi Konseptual.....	23
3.4.2	Definisi Operasional.....	24
3.5	Populasi dan Sampel	26
3.5.1	Populasi	26
3.5.2	Sampel.....	26
3.6	Pengumpulan Data	28
3.6.1	Teknik Pengumpulan Data.....	28
3.6.2	Instrumen Penelitian.....	28
3.6.3	Uji Validitas Dan Reabilitas Instrumen	29

3.7	Prosedur Penelitian.....	30
3.8	Pengumpulan Data Dan Analisa Data.....	31
3.8.1	Pengolahan Data.....	31
3.8.2	Analisa Data	33
3.9	Etika Penelitian	34
3.10	Tempat dan Waktu Penelitian	36
3.10.1	Tempat Penelitian	36
3.10.2	Waktu Penelitian	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
4.1	Hasil Penelitian	37
4.2	Pembahasan.....	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		
5.1	Kesimpulan	43
5.2	Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	25
Tabel 4.1 Data <i>Nomophobia</i> pada Mahasiswa di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung	37
Tabel 4.2 Nilai Rata-rata Tiap Dimensi <i>Nomophobia</i> pada Mahasiswa di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung	38

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konsep Gambaran <i>Nomophobia</i> Pada Mahasiswa di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung	22
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 2 : Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 3 : Kisi-Kisi Instrument Dan Instrument Penelitian
- Lampiran 4 : Lembar Validasi Instrument
- Lampiran 5 : Rekapitulasi Hasil Penelitian
- Lampiran 6 : Jadwal Penelitian
- Lampiran 7 : Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah
- Lampiran 8 : Daftar Riwayat Hidup

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Bagi sebagian manusia telepon genggam menjadi bagian yang sangat penting dalam kehidupan mereka seperti teman dekat. *Smartphone* seperti menjadi kebutuhan prioritas mereka. Apapun yang dilakukan pasti melalui *smartphone*, mulai dari sekedar sms, melakukan telepon, merekam atau menonton video, *selfie*, browsing dan update status di jejaring sosial dengan menggunakan *smartphone*. Hal tersebut lambat laun akhirnya “mengikat” mereka semakin bergantung dan tidak bisa jauh dari *smartphone*.

Smartphone merupakan ponsel pintar yang sekarang ini dimiliki dan digunakan hampir seluruh orang di dunia termasuk negeri kita. Di negeri kita ini istilah *smartphone* sudah tidak aneh lagi. Bahkan jumlah pemasaran *smartphone* tiap tahunnya mengalami peningkatan. Karena harganya yang semakin terjangkau, *smartphone* menjadi barang yang mudah dimiliki setiap kalangan. Sebagai negara dengan pemasaran *smartphone* terbesar di Asia Tenggara, Indonesia memiliki total penjualan *smartphone* mencapai 14,8 juta unit di tahun 2013, sedangkan di tahun 2014 penjualan mencapai 55 juta unit dan diperkirakan akan terus mengalami peningkatan sekitar 10-15% pada tahun 2015 (Nistanto, 2014).

Kecanggihan smartphone memang dapat diacungi jempol dalam era saat ini, namun tidak dapat menutupi kemungkinan bahwa smartphone dapat menyebabkan seseorang mengidap *nomophobia* (Rakhmawati, 2017)

Berdasarkan riset yang didapatkan terdapat sekitar 58% pria dan 42% wanita mengalami kecemasan jika mereka tidak membawa smartphone atau kehabisan baterai. Disimpulkanlah jika mereka telah mengidap *nomophobia*. Berdasarkan riset SecurEnvoy dijelaskan jika pengidap *nomophobia* meningkat secara signifikan ditahun 2008, dari 1000 orang bahwa 2/3 responden merasa takut jika kehilangan atau tidak bermain dengan smartphonya, serta ditemukan pula pengidap *nomophobia* terbanyak pada rentang usia 18-24 tahun (77%), disusul responden usia 24-34 tahun (68%) (Pinchot dalam Telecommunication Industry, 2013).

Pew Research Center Mobile Technology LI (Lee, 2014) mengemukakan 90% dari populasi orang dewasa Amerika memiliki beberapa jenis ponsel dan 58% populasi orang dewasa Amerika memiliki smartphone. Diantara orang dewasa yang memiliki smartphone, 83% berusia 18-29 tahun, 74% berusia 30-49 tahun, 49% berusia 50-64 tahun dan 19% berusia 65 tahun atau lebih. Dengan demikian smartphone begitu populer dikalangan orang dewasa muda. Bahkan, mahasiswa dianggap sebagai awal pengadopsi smartphone. Popularitas msrtphone dikalangan mahasiswa disebabkan ke berbagai fitur dan fungsi yang mereka berikan. Smartphone memungkinkan mereka untuk mengerjakan berbagai tugas, termasuk menelepon dan sms, memeriksa dan

mengirim email, penjadwalan janji, mengakses internet, belanja online, sosial media, mencari informasi, game dan hiburan (Park & Lee, 2014).

Nomophobia atau sering disebut *no-mobile-phone-phobia* merupakan perasaan ketergantungan pada smartphone dan mengakibatkan ketakutan berlebihan jika tidak berada disekitar atau memegang smartphone (King, Valenca, Cardoso & Nardi, 2014).

Mayangsari (2012) mengatakan *nomophobia* merupakan jenis fobia yang ditandai dengan ketakutan berlebihan jika seseorang kehilangan smartphonenya. Orang yang mengalami *nomophobia* akan selalu merasa khawatir dan was-was dalam menyimpan smartphonenya, sehingga selalu membawa kemanapun ia pergi, bahkan bisa memeriksa smartphonenya hingga 34x/hari dan sering membawanya ke toilet. Ketakutan itu termasuk kehabisan baterai, ketinggalan telepon atau pesan dan melewatkan informasi penting dari jejaring sosial mereka.

Pengguna ponsel pintar diseluruh dunia pada tahun 2020 diperkirakan mencapai 6,1 miliar jiwa. Di Indonesia, pengguna aktif ponsel mencapai 281,9 juta jiwa (DailySocial.id, 2015). Ironisnya, telepon seluler merupakan adiksi non-obat terbesar di abad ke-21 (Shambere dkk, 2012 dalam Anurogo, 2019)

Dampak dari *nomophobia* tentu saja cukup banyak bagi kehidupan sosial manusia begitupun kesehatan. Dari pemakaian *smartphone* yang cukup intensif dapat menyebabkan sebagian orang lebih fokus pada ponselnya dan mengabaikan orang disekitarnya ketika berkumpul. Hal ini berdampak pada

gejala stress, kurang fokus, sering panic dan juga marah tanpa sebab yang jelas dan anti sosial (Khalisa, 2015).

Dampak *nomophobia* menurut Bragazzi yaitu mengalami kegelisahan, kesepian, kecemasan, panik, kesedihan, berkeringat dan gemetar ketika dipisahkan atau tidak berada di dekat *smartphone* (Wibowo, 2019)

Berdasarkan penelitian-penelitian yang telah diuraikan di atas bahwa pengguna *smarthpone* terbanyak adalah mahasiswa. Penelitian yang telah dipaparkan menjelaskan bahwa, terdapat sebanyak 77% pengidap *Nomophobia* adalah mahasiswa. Maka peneliti ingin melakukan penelitian terhadap mahasiswa di Program Studi Diploma III Universitas Bhakti Kencana Bandung. Hal ini dikarenakan mahasiswa adalah pengguna *smartphone* terbanyak dan cukup besar dalam beberapa penelitian. Mahasiswa yang rentang usianya antara 18-24 tahun memiliki kecemasan yang cukup tinggi jika kehilangan atau berjauhan dengan *smartphone*-nya. Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui bagaimana fenomena *Nomophobia* di kalangan mahasiswa dapat mempengaruhi perilaku dan pola komunikasi yang terjadi dalam lingkungannya sehari-hari.

Mahasiswa merupakan sekelompok orang yang tampak lebih rentan terhadap ketergantungan pada internet dan *smartphone* disbanding dengan kelompok masyarakat lainnya. Lantaran mahasiswa berada di fase *emerging adulthood* adalah masa perpindahan dari remaja akhir menuju ke dewasa muda yang mengalami dinamika psikologis (Kandell, 1998). Pada fase ini, mahasiswa mengalami proses pembentukan identitas diri, berusaha hidup

mandiri dari dominasi ataupun pengaruh orang tua. Mencari makna hidup dan hubungan interpersonal yang intim secara emosional.

Perilaku penggunaan *smartphone* yang tidak mengenal waktu ini peneliti dapati pada saat peneliti melakukan observasi di Program Studi Diploma III Universitas Bhakti Kencana Bandung. Peneliti mendapatkan hasil observasi bahwa banyak mahasiswa yang dengan asyiknya berkirim pesan *Whatsapp*, membuka media sosial seperti *Instagram*, *Youtube* dan bermain *game online* menggunakan *smartphone*-nya tanpa memperhatikan orang-orang disekitarnya.

Peneliti juga melakukan wawancara tidak langsung dengan menggunakan media telephone melalui aplikasi *Whatsapp* terhadap 15 orang mahasiswa, dari 4 mahasiswa yang diwawancarai salah satu diantaranya mengatakan bila tidak mempunyai kuota, maka *handphone* tersebut di simpan dan lainnya mengatakan lebih terpikirkan bila *handphone*-nya hilang, dari 11 mahasiswa yang berhasil diwawancarai salah satu diantaranya mengatakan selalu membawa charger atau *power bank* kemanapun agar *handphone*-nya selalu aktif, lalu ada yang mengatakan bila kuota internetnya habis mahasiswa tersebut ingin cepat-cepat membeli paket kuota internet tersebut. Adapun yang mengatakan sering melihat *handphone*-nya untuk memastikan bila terdapat notifikasi, dan yang lainnya mengatakan memiliki lebih dari satu *handphone*.

Oleh sebab itu, fenomena tersebut sangat menarik peneliti untuk melakukan sebuah penelitian, untuk membuktikan adakah *Nomophobia* pada

Mahasiswa Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung. Hal tersebut menjadi penting untuk diketahui, terlebih saat ini belum ada penelitian terkait hal tersebut di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mengajukan penelitian yang berjudul *Gambaran Nomophobia Pada Mahasiswa di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung*.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah Bagaimanakah *Gambaran Nomophobia Pada Mahasiswa di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung?*

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui *Gambaran Nomophobia Pada Mahasiswa di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung*.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi *Nomophobia* pada mahasiswa di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung
2. Untuk mengidentifikasi dimensi *Nomophobia* pada mahasiswa di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan mengenai Gambaran *Nomophobia* Pada Mahasiswa di Program Studi D III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna tentang *nomophobia* pada mahasiswa.

2. Bagi Institusi

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan rujukan acuan untuk diberikan kepada mahasiswa khususnya mengenai *nomophobia*, dampak penggunaan *smartphone* yang berlebihan sehari-hari dan membuatkan etika saat menggunakan *smartphone*.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Melalui penelitian ini diharapkan dapat dijadikan data atau studi pendahuluan untuk peneliti selanjutnya, jika peneliti selanjutnya tertarik untuk melakukan penelitian dengan menggunakan variabel yang sama yaitu *nomophobia*, maka penelitian ini dapat memberikan kontribusi sebagai bahan referensi terhadap penelitian yang akan dilakukan selanjutnya, peneliti juga bisa melakukan penelitian dengan menggunakan variabel intensitas penggunaan *smartphone*, kesepian, dan kecenderungan *nomophobia*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep *Nomophobia*

2.1.1 Pengertian *Nomophobia*

Nomophobia merupakan kecemasan saat seseorang merasa tidak bisa mendapatkan sinyal, kehabisan baterai, lupa untuk mengambil telepon genggam, tidak menerima panggilan, teks atau email pemberitahuan untuk jangka waktu tertentu. (Yildirim, 2014).

Smartphone Addiction Disorder (SPAD) merupakan pemakaian *smartphone* yang kompulsif dimana seseorang memakainya secara berlebihan dan bisa menyebabkan gangguan fungsi sosial, fisik, dan kognitif yang signifikan. Kehilangan atau terpisah dari ponsel (baik secara fisik atau kehabisan daya baterai) mengakibatkan setidaknya 5 gejala yang dahulunya dikenal sebagai *Nomophobia* seperti ketakutan atau kecemasan, depresi, gemetar, berkeringat, tekanan darah meningkat, perasaan kesepian dan serangan panik. Gejala tersebut akan hilang jika kembali mendapatkan ponselnya (Tran, 2016).

International Business Times (dalam Yildirim, 2014) dalam mendefinisikan *Nomophobia* menempatkan penekanan pada perasaan kecemasan yang disebabkan oleh tidak bisa dalam melakukan akses telepon genggam.

Nomophobia adalah gangguan dari abad ke-21 cenderung menunjukkan ketidaknyamanan atau kecemasan saat berada jauh dari ponsel atau komputer. Ini adalah perasaan takut seseorang yang berlebihan apabila tidak bisa terhubung dengan internet dan atau berjauhan dari *smartphone* miliknya (King, Valenca, Nardi, 2010).

Kecanduan *smartphone* atau *Nomophobia* adalah suatu fenomena baru dan di China dikenal dengan “*Keichu*” dan lebih banyak mempengaruhi mahasiswa (Monaco, dalam Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2016). Bahkan 18 negara telah ditemukan bahwa 70% mengatakan ponsel lebih penting di keseharian mereka. Lalu sebanyak 60% merasa wajib untuk terus memeriksa *smartphone* untuk update kegiatan terbaru, dan mereka merasa cemas saat berjauhan dan tidak bisa memeriksa *smartphone*. Kemudian 90% mengatakan jika mereka memeriksa *smartphone* dulu sebelum menggosok gigi, berpakaian, dan sarapan pagi (Cisco, 2012).

2.1.2 Dimensi *Nomophobia*

Dimensi *Nomophobia* dirangkum melalui *self-report* dalam kuesioner terdiri dari empat aspek (Yidirim, 2014) yaitu;

- a. *Not being able to communicate* (tidak bisa berkomunikasi).

Dimensi *Nomophobia* pertama adalah tidak bisa berkomunikasi. Ini merujuk pada perasaan kehilangan jaringan komunikasi yang mudah dan instan yang biasanya bisa digunakan untuk menghubungi orang-orang terdekat. Serta

ketidakmampuan menggunakan layanan yang memungkinkan bisa melakukan komunikasi baik itu untuk menghubungi atau dihubungi. Dari dimensi tersebut terdapat indikator, diantaranya:

- 1) Tidak dapat membalas pesan melalui dunia maya
- 2) Menunggu lama balasan pesan dari orang lain melalui media sosial

b. *Losing connectedness* (kehilangan sinyal atau jaringan Wi-Fi)

Dimensi kedua adalah kehilangan koneksi atau keterhubungan dengan internet. Item yang dikelompokkan dalam dimensi ini adalah terkait dengan perasaan kehilangan konektivitas atau sinyal internet di *smartphone* ataupun kehilangan jaringan Wi-Fi, semisal untuk update status di media sosial. Dari dimensi tersebut terdapat indikator, diantaranya :

- 1) Kekuatan sinyal ponsel lemah
- 2) Kehabisan pulsa atau paket internet
- 3) Ponsel mati karena kehabisan daya baterai

c. *Not being able to access information* (tidak dapat mengakses informasi)

Dimensi ketiga adalah tidak dapat mengakses informasi jika tidak ada *smartphone*. Item dalam dimensi ini mencerminkan ketidaknyamanan kehilangan akses informasi secara online melalui *smartphone*, tidak dapat menerima dan melihat

informasi di *smartphone* dalam beberapa waktu. Dari dimensi tersebut terdapat indikator, diantaranya :

- 1) Tidak dapat mengikuti perkembangan dunia maya
- 2) Mengalami kendala pada ponsel

d. *Giving up convenience* (ketakutan dan merasa kurang nyaman)

Dimensi keempat berkaitan dengan perasaan takut dan merasa kurang nyaman jika jauh dari *smartphone*. Hal ini mencerminkan suatu keinginan untuk dapat memanfaatkan kenyamanan dalam memiliki *smartphone*. Dari dimensi tersebut terdapat indikator, diantaranya :

- 1) Menggantungkan segala hal pada ponsel
- 2) Intensitas penggunaan ponsel tinggi
- 3) Membawa ponsel kemanapun berada

Dimensi *Nomophobia* memiliki delapan ciri khas atau tanda. Tanda-tanda yang muncul hampir sama dengan kecanduan internet, oleh karena itu kecanduan *smartphone* merupakan pengembangan dari kecanduan internet yang terlebih dahulu muncul. Menurut Young dalam (Putra, 2016) delapan tanda tersebut yaitu :

1. Selalu memikirkan untuk segera melakukan *online*. Tidak sabar jika selama beberapa menit saja meninggalkan *smartphone* untuk update status dan berbagi kegiatan dengan teman *online*.
2. Berkeinginan menggunakan internet dengan waktu lama untuk mendapatkan kepuasan. Merasa senang jika berlama-lama

dengan *smartphone*-nya untuk melakukan online dengan menggunakan internet.

3. Kurangnya kontrol diri dalam mengontrol, mengurangi, maupun menghentikan penggunaan internet. Perasaan ingin terus menggunakan *smartphone* sepanjang waktu tanpa dapat membatasi penggunaannya.
4. Sering merasa murung dan gelisah. Pengguna *smartphone* sering merasa murung dan gelisah apabila kehilangan atau bahkan berada jauh dari *smartphone* kesayangannya.
5. *Online* lebih lama dari waktu yang telah diharapkan. Kegiatan *online* memang sangat mengasyikkan, sehingga membuat pengguna *smartphone* pun sering kehilangan kendali dengan *smartphone*-nya.
6. Berani mengambil resiko kehilangan hubungan untuk berinternet. Pengguna *smartphone* yang kehabisan paket data atau kehilangan *smartphone*-nya memiliki kemampuan untuk sejenak merasakan kehilangan koneksi dalam berinteraksi dengan rekannya melalui internet.
7. Rela berbohong untuk menutupi tingkat penggunaan dengan internet. Rela berbohong dan menyatakan bahwa ia adalah pengguna pasif demi menutupi tingkat penggunaan internet aktif dengan nilai yang tinggi pada dirinya.

8. Menggunakan internet sebagai media untuk melarikan diri dari masalah dan gangguan *mood* (seperti tidak berdaya, perasaan bersalah, dan depresi). Biasanya akan sering update atau berbagi hal-hal yang menggambarkan keadaan dirinya yang tak berdaya, merasa bersalah, dan bahkan mengalami depresi.

2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi *Nomophobia*

Yuwanto (2010) dalam penelitiannya tentang *mobile phone addict* menyatakan faktor penyebab kecanduan ponsel yaitu :

- a. Faktor internal

Terdiri dari faktor yang mengilustrasikan karakteristik seseorang. Diantaranya, tingkat *sensation seeking* yang tinggi, seseorang yang mempunyai tingkat *sensation seeking* yang tinggi mengarah lebih mudah mengalami kebosanan dalam aktivitas yang sifatnya rutin. Lalu, *self-esteem* yang rendah, seseorang dengan *self-esteem* rendah menilai negatif dirinya dan cenderung merasa tidak aman ketika berinteraksi secara langsung dengan orang lain. Menggunakan ponsel bisa membuat rasa nyaman saat berinteraksi dengan orang lain. Kemudian, kepribadian *ekstraversi/ekstrovert* yang tinggi. Selanjutnya, kontrol diri yang rendah, kebiasaan menggunakan ponsel yang tinggi, dan kesenangan pribadi yang tinggi bisa menjadi ciri kerentanan seseorang mengalami kecanduan ponsel.

b. Faktor situasional

Faktor ini terdiri dari faktor penyebab yang mengacu pada penggunaan ponsel sebagai sarana membuat seseorang merasa nyaman secara psikologis saat menghadapi situasi yang tidak nyaman, seperti pada saat stres, mengalami kesedihan, merasa kesepian, mengalami kecemasan, mengalami kejenuhan belajar, dan *leisure boredom* (tidak adanya kegiatan saat waktu luang) dapat menjadi penyebab kecanduan ponsel.

c. Faktor sosial

Terdiri dari faktor penyebab kecanduan ponsel sebagai sarana interaksi serta menjaga kontak dengan seseorang. Faktor ini terdiri dari *mandatory behavior* dan *connected presence* yang tinggi. *Mandatory behavior* mengacu pada sikap yang harus dilakukan agar memuaskan kebutuhan berinteraksi yang didorong dari orang lain. *Connected presence* didasarkan pada sikap berinteraksi dengan seseorang yang berasal dari dalam setiap individu.

d. Faktor eksternal

Disebut faktor eksternal dikarenakan faktor ini berasal dari luar diri seseorang. Faktor ini terkait dengan tingginya paparan media tentang telepon genggam dan berbagai fiturnya.

Mark, Murray, Evans, & Willig (dalam Trisilia 2012), mengemukakan kecanduan disebabkan karena:

1. Terdapat keinginan yang kuat agar selalu terlibat dalam perilaku tertentu, terutama ketika kesempatan agar perilaku tertentu tidak dapat dilakukan.
2. Adanya kegagalan dalam melakukan kontrol terhadap perilaku, individu merasakan ketidaknyamanan dan stress ketika perilaku ditunda atau dihentikan.
3. Terjadinya perilaku terus menerus walaupun telah ada fakta yang jelas bahwa perilaku mengarah kepada permasalahan.

2.1.4 Dampak *Nomophobia*

Dampak dari *Nomophobia* tentu saja cukup banyak bagi kehidupan sosial manusia dan juga kesehatan. Dengan penggunaan *smarthpone* yang cukup tinggi menyebabkan sebagian orang lebih fokus pada ponselnya dan mengabaikan orang lain disekitarnya ketika berkumpul bersama. Hal ini berdampak pada gejala stress, kurang fokus, sering panik dan juga marah tanpa sebab yang jelas, dan anti sosial (Khalisa, 2015).

Dampak *Nomophobia* menurut Bragazzi yaitu mengalami kegelisahan, kesepian, kecemasan, panik, kesedihan, berkeringat dan gemetar ketika dipisahkan atau tidak berada di dekat *smartphone* (Wibowo, 2019).

2.2 Konsep Mahasiswa

2.2.1 Definisi Mahasiswa

Mahasiswa ialah peserta didik yang menjalani proses pembelajaran dan terdaftar di salah satu perguruan tinggi diantaranya politeknik, akademik, institute, sekolah tinggi maupun universitas (Hartaji, 2012)

Mahasiswa ialah peserta didik pada jenjang Perguruan Tinggi. Pengertian mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa merupakan siswa yang belajar pada Perguruan Tinggi (Depdiknas, 2012).

Menurut Sarwono,1978 mahasiswa merupakan setiap individu yang secara legal terdaftar untuk mengikuti pelajaran disebuah perguruan tinggi dengan rentang usia sekitar 18 – 30 tahun. Mahasiswa ialah sekelompok sumber daya manusia dalam masyarakat yang memperoleh statusnya, karena adanya ikatan dengan suatu perguruan tinggi. (Kurniawan, 2020)

2.2.2 Ciri – ciri Mahasiswa

Menurut Kartono (Dalam Ulfah,2010):

- a. Memiliki kemampuan dan juga kesempatan untuk belajar di perguruan tinggi, sehingga dapat digolongkan dalam golongan intelegensia.
- b. Dengan dimilikinya kesempatan, mahasiswa diharapkan mampu bertindak sebagai pemimpin yang mampu serta terampil, baik

sebagai pemimpin masyarakat maupun dalam dunia kerja nantinya.

- c. Diharapkan dapat menjadi daya penggerak yang dinamis bagi proses modernisasi dalam kehidupan masyarakat.
- d. Mahasiswa diharapkan mampu memasuki dunia kerja sebagai tenaga yang berkualitas serta profesional.

2.2.3 Peran Dan Fungsi Mahasiswa

Sebagai mahasiswa berbagai macam nama pun disandang, ada beberapa macam nama yang melekat pada diri mahasiswa, misalnya:

- a. Direct Of Change, mahasiswa dapat melakukan perubahan langsung disebabkan jumlah yang banyak.
 - b. Agent Of Change, mahasiswa sebagai sumber daya manusia untuk melakukan perubahan.
 - c. Iron Stock, sumber daya manusia dari mahasiswa itu tidak akan pernah habis.
 - d. Moral Force, mahasiswa sebagai sekumpulan orang yang memiliki moral baik.
 - e. Social Control, mahasiswa sebagai pengontrol kehidupan sosial.
- (Kurniawan, 2020)

Namun secara garis besar, terdapat 3 peran dan fungsi bagi mahasiswa, yaitu :

- a. Peranan Moral, dunia kampus merupakan dunia di mana setiap mahasiswa dengan bebas memilih kehidupan yang mereka mau. Disinilah dituntut tanggung jawab moral terhadap setiap

individu agar dapat menjalankan kehidupan yang bertanggung jawab dan sesuai dengan moral yang hidup dalam masyarakat.

- b. Peranan Sosial, bukan hanya tanggung jawab individu, mahasiswa pun mempunyai peranan sosial, yaitu bahwa keberadaan dan segala perbuatannya bukan hanya bermanfaat untuk dirinya sendiri tapi juga harus membawa manfaat bagi lingkungan sekitarnya.
- c. Peranan Intelektual. Mahasiswa sebagai insan intelek haruslah mampu mewujudkan status tersebut dalam ranah kehidupan nyata. (Kurniawan, 2020)

2.2.4 Peran Istimewa Mahasiswa

Menurut Rahardian (2011) Mahasiswa mempunyai peran istimewa yang telah dikelompokkan dalam tiga fungsi, yakni :

- a. Social Control

Mahasiswa dengan memiliki kemampuan intelektual, kepekaan terhadap sosial serta sikap kritisnya, kelak diharapkan mahasiswa mampu menjadi pengontrol sebuah kehidupan sosial dalam masyarakat dengan cara memberikan saran, kritik dan juga solusi untuk permasalahan sosial masyarakat maupun permasalahan bangsa.

Peran mahasiswa sebagai social control terjadi saat ada hal yang tidak beres maupun ganjil dalam masyarakat. Mahasiswa sudah seharusnya menumbuhkan jiwa kepedulian sosialnya, sebab mahasiswa adalah bagian dari masyarakat. Kepedulian

tersebut tidak hanya diwujudkan dalam bentuk demo ataupun turun kejalan saja, tetapi dengan ide-ide cemerlangnya, diskusi, atau memberikan bantuan moril dan juga materil kepada masyarakat serta bangsa. (Kurniawan, 2020)

b. Agent Of Change

Pelajar tingkat tinggi juga sebagai agen perubahan. yaitu bertindak bukan seperti pahlawan yang tiba disebuah negeri lalu dengan gagahnya mengusir para penjahat dan dengan gagahnya pahlawan itu pergi dari daerah tersebut diiringi tepuk tangan oleh penduduk setempat.

Dalam artian tersebut mahasiswa bukan hanya menjadi penggagas perubahan, tetapi sebagai objek atau pelaku dalam perubahan tersebut. Sikap kritis dalam rentang positif yang harus dimiliki, dapat membuat perubahan besar serta membuat para pemimpin yang tidak berkompeten menjadi gerah serta cemas. (Kurniawan, 2020)

c. Iron Stock

Mahasiswa juga berperan sebagai generasi penerus bangsa yang sangat diharapkan mempunyai kemampuan, ketrampilan, serta akhlak mulia untuk dapat menjadi calon pemimpin yang siap pakai. Mahasiswa merupakan sebuah asset, cadangan, dan juga harapan bangsa untuk masa depan. Mahasiswa bukan hanya sebagai kaum akademisi intelektual yang hanya duduk serta

mendengarkan dosen dalam ruangan perkuliahan saja. Mahasiswa harus memperkaya dirinya dengan pengetahuan yang lebih baik juga dari segi keprofesian maupun kemasyarakatan.

Mahasiswa sebagai iron stock yakni merupakan seorang calon pemimpin bangsa masa depan yang kelak akan menggantikan generasi yang telah ada, jadi tidak cukup jika hanya dengan memupuk ilmu yang spesifik saja. Perlu pula adanya soft skill seperti leadership, kemampuan memposisikan diri, serta sensitivitas yang tinggi. (Kurniawan, 2020)