

**GAMBARAN *NO MOBILE-PHONE PHOBIA (NOMOPHOBIA)*
PADA SISWA DI SEKOLAH DASAR NEGERI 1
HAURPANGGUNG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Menempuh Ujian Sarjana
Pada Program Studi S1 Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut

M FAZA FAIZAL AKBAR
NIM KHGC21115



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KARSA HUSADA GARUT
PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SIDANG PENELITIAN**

**JUDUL : GAMBARAN *NO MOBILE-PHONE PHOBIA*
(*NOMOPHOBIA*) PADA SISWA DI SEKOLAH DASAR
NEGERI 1 HAURPANGGUNG**

NAMA : M FAZA FAIZAL AKBAR

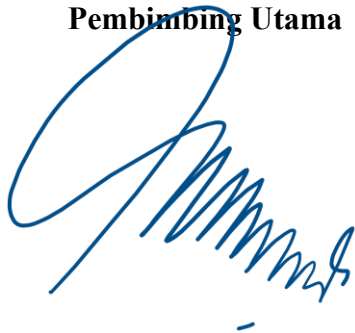
NIM : KHGC21115

Diajukan Untuk Menempuh Ujian Program Studi S1 Keperawatan
STIKes Karsa Husada Garut

Garut, September 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama



(H. Engkus Kusnadi, S.Kep., M.Kes)

Pembimbing Pendamping

(Rudy Alfiyansyah, S.Kep.,Ns.,M.Pd)

**LEMBAR PERSETUJUAN
SIDANG SKRIPSI**

Yang bertanda tangan di bawah ini, menyatakan bahwa:

Nama : M Faza Faizal Akbar
NIM : KHGC21115
Program Studi : S1 Keperawatan STIKes Karsa Husada Garut

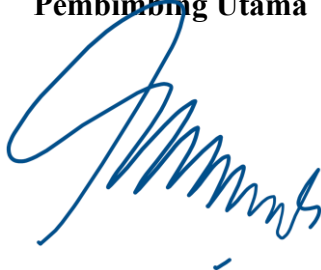
Mahasiswa yang bersangkutan telah disetujui untuk melaksanakan seminar hasil penelitian dengan judul:

**GAMBARAN *NO MOBILE-PHONE PHOBIA*(*NOMOPHOBIA*) PADA
SISWA DI SEKOLAH DASAR NEGERI 1 HAURPANGGUNG**

Demikian persetujuan ini kami buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Garut, September 2025

Pembimbing Utama



(H. Engkus Kurnadi, S.Kep.,M.Kes)

Pembimbing Pendamping

(Rudy Alfiyansyah, S.Kep.,Ns.,M.Pd)

**LEMBAR PERSETUJUAN
PERBAIKAN SEMINAR SIDANG PENELITIAN**

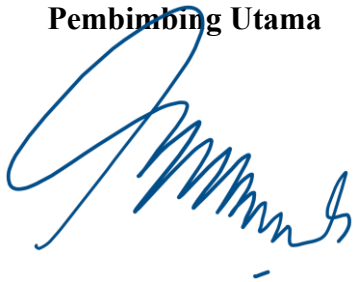
NAMA : M FAZA FAIZAL AKBAR
NIM : KHGC21115
**JUDUL : GAMBARAN *NO MOBILE-PHONE PHOBIA*
(*NOMOPHOBIA*) PADA SISWA DI SEKOLAH DASAR
NEGERI 1 HAURPANGGUNG**

Menyatakan bahwa siswa diatas telah melaksanakan perbaikan seminar seminar
sidang penelitian

Garut, September 2025
Mengetahui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



(H. Engkus Kurnadi, S.Kep.,M.Kes) **(Rudy Alfivansyah, S.Kep.,Ns.,M.Pd)**

Penelaah I

Penelaah II

(H. Zahara Farhan, M.Kep)

(Wahyudin, M.Kes)

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : GAMBARAN *NO MOBILE-PHONE PHOBIA* (*NOMOPHOBIA*) PADA SISWA DI SEKOLAH DASAR NEGERI 1 HAURPANGGUNG

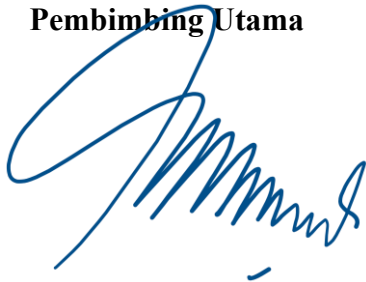
NAMA : M FAZA FAIZAL AKBAR

NIM : KHGC21115

Skripsi ini telah disidangkan dihadapan
Tim Penguji Program S1 Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut

Garut, September 2025

Pembimbing Utama



(H. Engkus Kusnadi, S.Kep., M.Kes)

Pembimbing Pendamping

(Rudy Alfiyansyah, S.Kep.,Ns.,M.Pd)

Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Keperawatan

(Sulastini, S.Kep.,Ns.,M.Kep)

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik S.Kep, baik dari STIKes Karsa Husada Garut.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasa, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di STIKes Karsa Husada Garut.

Garut, September 2025
Yang Membuat Pernyataan

M Faza Faizal Akbar
KHGC21115

ABSTRAK

GAMBARAN *NO MOBILE-PHONE PHOBIA (NOMOPHOBIA)* PADA SISWA DI SEKOLAH DASAR NEGERI 1 HAURPANGGUNG

M FAZA FAIZAL AKBAR, NIM KHG.C21115

xii + V BAB + 69 Hal

Perkembangan teknologi digital menyebabkan penggunaan *smartphone* semakin tinggi, termasuk pada anak usia sekolah dasar. Intensitas penggunaan yang berlebihan dapat menimbulkan *No Mobile-Phone Phobia (Nomophobia)*, yaitu kecemasan berlebihan saat tidak dapat mengakses *smartphone*. Penelitian ini bertujuan menggambarkan tingkat *nomophobia* pada siswa SD Negeri 1 Haurpanggung.

Metode penelitian menggunakan desain kuantitatif deskriptif dengan sampel 70 siswa kelas IV–VI, yang dipilih melalui teknik *proportionate stratified random sampling*. Instrumen penelitian adalah *Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)* yang mencakup empat dimensi: tidak dapat berkomunikasi, kehilangan konektivitas, tidak dapat mengakses informasi, dan kehilangan kenyamanan. Data dianalisis menggunakan distribusi frekuensi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami *nomophobia* kategori sedang sebanyak 47 siswa (67,1%), sebagian kecil kategori ringan sebanyak 11 siswa (15,7%), dan berat sebanyak 12 siswa (17,1%). Tidak ada responden yang bebas dari *nomophobia*. Dimensi paling dominan adalah tidak dapat mengakses informasi (67,1% kategori sedang), sedangkan dimensi terendah adalah tidak dapat berkomunikasi (42,9% kategori sedang).

Kesimpulan penelitian ini adalah *nomophobia* sudah muncul pada siswa sekolah dasar dengan tingkat sedang sebagai kategori terbanyak. Oleh karena itu, diperlukan peran sekolah dan orang tua dalam memberikan edukasi, pengawasan, serta pembatasan penggunaan *smartphone* agar tidak menimbulkan ketergantungan yang lebih berat. Penelitian selanjutnya disarankan mengeksplorasi faktor lain, seperti pola asuh dan pengaruh media sosial.

Kata Kunci: *Nomophobia*, *Smartphone*, Siswa Sekolah Dasar, Kecemasan, Ketergantungan Teknologi

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT bahwasanya dengan Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul: “Gambaran *NO MOBILE-PHONE PHOBIA (NOMOPHOBIA)* Pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpanggung”.

Adapun maksud dan tujuan dari pembuatan Skripsi ini adalah untuk menyelesaikan pendidikan sarjana pada program studi S1 keperawatan STIKES Karsa Husada Garut.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak, baik dari bentuk moril, maupun materil. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. H. Hadiat, MA, selaku Ketua Pembina Yayasan Dharma Husada Insani Garut.
2. Bapak H. Suryadi, SE.,M.Si, selaku Ketua Umum Pengurus Yayasan Dharma Husada Insani Garut.
3. Bapak Dr. Iwan Wahyudi, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku Ketua STIKES Karsa Husada Garut.
4. Ibu Sulastini, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Ka. Prodi S1 Keperawatan STIKes Karsa Husada Garut .
5. Bapak H. Engkus Kusnadi, S.Kep.,M.Kes sebagai Dosen Pembimbing I, yang telah memberi arahan untuk kelancaran dalam penyelesaian Skripsi ini.

6. Bapak Rudy Alfiyansyah, S.Kep.,Ns.,M.Pd sebagai Dosen Pembimbing II, yang telah memberi arahan untuk kelancaran dalam menyelesaikan Skripsi ini.
7. Bapak H. Zahara Farhan, M.Kep Sebagai Dosen Penelaah I, yang telah memberi arahan dan saran dalam skripsi ini.
8. Bapak Wahyudin, M.Kes Sebagai Dosen Penelaah II, yang telah memberi arahan dan saran dalam skripsi ini.
9. Kepada staf dan dosen Program Studi S1 Keperawatan STIKes Karsa Husada Garut yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Kepada staf Perpustakaan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Karsa Husada Garut yang menyediakan berbagai buku untuk sumber penyelesaian skripsi ini.
11. Terimakasih Kepada bapak tercinta Iwan Herdiana, S.E, dan ibu tercinta Rosana, S.Pd, yang selalu memberikan do'a, semangat dan dukungan yang sangat luar biasa untuk keberhasilan dalam menuntaskan skripsi ini.
12. Kepada kakak-kakakku tercinta, Widia Wulida Danti, Amd.Kom, Lamia Arumaisha, Fatia Khoirunnisa, M. Milhan Albar, S.T, Dea Rahmatika, S.Kep.,Ns dan satu satunya adikku Gusti Mujiba Ahsana Terimakasih atas dukungan dan semangat untuk menyelesaikan Skripsi ini.
13. Kepada Aziz Hedra, yang melalui karya musiknya "*Somebody's Pleasure*" telah menjadi penguat dalam perjalanan Skripsi ini. Melodi dan liriknya membersamai penulis pada titik terendah, di saat terpuruk dan kesepian. Pertanyaan yang terlantun dalam bait "*when will I get the love that is so pure?*" serta pernyataan "*gotta have to always make sure that I'm not just somebody's pleasure*" menjadi

cermin perjalanan batin penulis, khususnya dalam menghadapi kerentanan dan luka dalam hal cinta. Namun, di balik itu semua, penulis meyakini bahwa setiap rasa sakit adalah bagian dari pembelajaran, dan dengan penuh harapan penulis menatap masa depan, agar dapat meraih kesuksesan yang sejati serta kebahagiaan yang lebih tulus.

14. Kepada teman teman seperjuangan Kelas 4C S1 Keperawatan yang telah memberikan motivasi untuk kelancaran skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penulisan Skripsi ini banyak kekurangan, untuk itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan dalam penyusunan Skripsi ini. Semoga semua kebaikan yang telah diberikan mendapat balasan yang lebih baik dari Allah SWT, Amiin.

Garut, September 2025

M Faza Faizal Akbar

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SIDANG PENELITIAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
SIDANG SKRIPSI.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
PERBAIKAN SEMINAR SIDANG PENELITIAN.....	iv
PERNYATAAN	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Keilmuan (Teoritis).....	8
1.4.2Manfaat Praktis (Aplikatif).....	8
BAB II.....	10
KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN	10
2.1 Konsep Dasar <i>Nomophobia</i>	10
2.1.1 Definisi <i>Nomophobia</i>	10
2.1.2 Dimensi <i>Nomophobia</i>	11
2.1.3 Ciri - ciri <i>Nomophobia</i>	12
2.1.4 Dampak <i>Nomophobia</i>	13
2.1.5 Pengukuran <i>Nomophobia</i>	14
2.2 Konsep Dasar Siswa Sekolah Dasar.....	15

2.2.1 Definisi Siswa Sekolah Dasar	15
2.2.2 Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	16
2.2.3 Tugas Perkembangan Siswa Sekolah Dasar.....	18
2.3 Kerangka Pemikiran	20
BAB III	23
METODE PENELITIAN.....	23
3.1 Desain Penelitian	23
3.2 Variabel Penelitian.....	23
3.3 Definisi Operasional	23
3.4 Populasi dan Sampel.....	24
3.4.1 Populasi.....	24
3.4.2 Sampel.....	24
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	26
3.5.1 Kuesioner	26
3.5.2 Instrument	26
3.5.3 Prosedur Pengumpulan Data	27
3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrument.....	28
3.6.1 Uji Validitas.....	28
3.6.2 Uji Reliabilitas	29
3.7 Rancangan Analisis Hasil Data	30
3.7.1 Tahapan pengolahan data	30
3.7.2 Analisis Data	30
3.8 Langkah-langkah Penelitian	31
3.8.1 Tahap Pra Persiapan	31
3.8.2 Tahap Persiapan	31
3.8.3 Tahap Pelaksanaan	32
3.8.4 Tahap Akhir	32
3.9 Tempat dan Waktu Penelitian	32
3.9.1 Tempat penelitian	32
3.9.2 Waktu	32

BAB IV	33
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
4.1 Hasil Penelitian.....	33
4.1.1 Gambaran <i>No Mobile-Phone Phobia (Nomophobia)</i> Pada Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpanggung.....	34
4.1.2 Gambaran Dimensi <i>Nomophobia</i> Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpanggung (N=70)	35
4.2 Pembahasan	37
4.3 Keterbatasan Penelitian	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	45
5.1 Kesimpulan.....	45
5.2 Saran	45
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1: Kerangka Pemikiran <i>Nomophobia</i> Pada Siswa di SD Negeri 1 Haurpangung	22
--	----

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Variabel	23
Tabel 3. 2 Distribusi jumlah sampel tiap kelas	25

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dunia digital dan media sosial, yang umumnya diakses melalui perangkat seperti telepon seluler, laptop, atau *gadget* lainnya, telah menjadi kebutuhan utama bagi sebagian besar masyarakat di Indonesia. Tingginya ketergantungan terhadap perangkat digital ini menyebabkan banyak individu merasa tidak dapat menjalani aktivitas sehari-hari tanpa keberadaan *smartphone* (Gatra S. 2024). Penggunaan *smartphone* kini tidak lagi terbatas pada fungsi dasar seperti melakukan panggilan dan mengirim pesan singkat. Berkat beragam fitur pendukung yang tersedia, *smartphone* mampu memenuhi berbagai kebutuhan penggunanya secara cepat dan praktis, sehingga menjadi pilihan utama dalam aktivitas sehari-hari (Atarodi A et al., 2022). Komunikasi dalam kehidupan sehari-hari mencakup berbagai aspek, di mana individu dapat mengekspresikan pikiran serta perasaannya kepada orang lain, baik secara langsung maupun melalui media tidak langsung (Lewar et al., 2023).

Menurut hasil survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) (2024) sebanyak 79,5% atau sekitar 221,56 juta penduduk Indonesia tercatat sebagai pengguna internet. Pengguna terbanyak berasal dari Pulau Jawa, yang menyumbang 58,76% dari total penggunaan, dengan kontribusi tertinggi berada di Provinsi Jawa Barat sebesar 32,75%. Jika dilihat berdasarkan kelompok usia, rentang usia 13–15 tahun merupakan kelompok yang dominan dalam menggunakan internet, yaitu mencapai sekitar

89,75%, dimana diangka presentase itu adalah pelajar sekolah yang dikategorikan sebagai remaja. Menurut laporan *State of Mobile 2024* yang dirilis oleh Data.AI, masyarakat Indonesia tercatat sebagai pengguna dengan durasi penggunaan *smartphone* tertinggi di dunia, dengan rata-rata waktu penggunaan mencapai 6,05 jam per hari pada tahun 2023, atau lebih dari seperempat waktu harian (CNBC Indonesia, 2024). Bahkan ada 2.933 remaja yang mengalami peningkatan waktu online dari 7,27 jam menjadi 11,6 jam per hari, mengalami kenaikan sebesar 59,7% (Dwianto 2020).

Tingginya intensitas penggunaan *smartphone* dan internet membawa dampak yang bersifat dualistik, yaitu positif dan negatif. Di satu sisi, *smartphone* mempermudah proses komunikasi secara cepat dan efisien. Namun di sisi lain, penggunaan yang berlebihan dapat menyebabkan seseorang menjadi terlalu terpaku pada perangkat tersebut sehingga mengabaikan interaksi sosial di sekitarnya. Kondisi ini berpotensi menimbulkan gangguan psikologis, salah satunya adalah ketakutan berlebihan saat tidak dapat mengakses atau menggunakan *smartphone*, yang dikenal dengan istilah *Nomophobia* (Turgeman et al., 2020). Seseorang akan mengidap *nomophobia* apabila menggunakan *smartphone* secara berlebihan. *Nomophobia* atau biasa dikenal dengan singkatan “*No Mobile Phone Phobia*” merupakan penyakit dimana seseorang tidak bisa jauh dari *mobile phone*, dimana individu tersebut akan sangat bergantung, dan khawatir berlebihan jika *smartphonenya* tidak berada didekatnya (Dasiroh et al., 2021).

Menurut Popović et al., (2022) *Nomophobia* merupakan bentuk ketakutan dan kecemasan yang timbul ketika individu tidak memiliki akses terhadap ponselnya. Kondisi ini tidak hanya terbatas pada ketakutan akibat tidak membawa *smartphone*, tetapi juga mencakup kecemasan yang muncul karena berbagai situasi seperti kehilangan sinyal, baterai habis, tidak tersedianya jaringan internet, atau kehabisan kuota data. Pada kondisi sosial dan psikologis semacam ini dapat disertai dengan berbagai gejala fisik ketika individu berada jauh dari *smartphone*-nya, seperti munculnya keringat berlebih, kejang, gangguan pada sistem pencernaan, hingga panik yang berlebih (Sagar 2019). Penggunaan *smartphone* yang berlebihan pada akhirnya dapat membawa individu ke dalam kondisi kritis, dimana mereka kehilangan kemampuan untuk mengendalikan perilaku penggunaan perangkat tersebut, meskipun telah menyadari berbagai dampak negatif yang ditimbulkannya (Chun et al., 2017).

Selain memberikan dampak negatif terhadap aspek kesehatan, *nomophobia* juga berpengaruh pada kualitas hubungan dan interaksi sosial antar individu. Hal ini terjadi karena fungsi interaksi langsung antar manusia cenderung tergantikan oleh berbagai fitur komunikasi yang tersedia dalam *smartphone*, yang pada akhirnya mendorong pengguna menjadi lebih individualistik dan kurang peduli terhadap lingkungan sekitarnya (Sudarji, 2018). Selanjut dalam penelitian Sinurat et al., (2023) penggunaan *smartphone* di kalangan remaja dalam lingkungan sekolah berpotensi mempengaruhi proses pembelajaran serta kemampuan dalam pengambilan keputusan.

Tingginya tingkat *nomophobia* berhubungan dengan meningkatnya kecenderungan *buckpassing*, yaitu sikap menghindari tanggung jawab dan menyalahkan pihak lain atas keputusan yang diambil. Selain itu, individu dengan tingkat *nomophobia* yang tinggi juga menunjukkan gejala penundaan dalam pengambilan keputusan. Penundaan ini dapat dipicu oleh rendahnya kontrol terhadap waktu akibat gangguan kognitif yang ditimbulkan oleh fobia tersebut. Bertambahnya dampak negatif dan seiring bertambahnya jumlah dan kegunaan pada *smartphone*, tentu penderita *nomophobia* akan terus ditemukan. Gejala *nomophobia* akan terus menjalar pada seluruh kalangan dan lapisan masyarakat. Tidak hanya kaum milenial, tetapi seluruh kalangan baik orang tua, remaja, instansi perkantoran dan lain lain yang menggunakan *smartphone* (Aziz, 2019).

Ketergantungan terhadap *smartphone* pada individu yang mengalami *nomophobia* cenderung sulit diatasi, mengingat berbagai kemudahan dan akses luas yang ditawarkan oleh perangkat tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengatasi kondisi ini adalah melalui pemberian layanan konseling secara tepat dan terstruktur (Aziz, 2019). Meskipun tidak terdapat batasan usia dalam penggunaan *smartphone*, kelompok usia 13–15 tahun tercatat sebagai pengguna terbanyak sekaligus kelompok yang paling rentan mengalami *nomophobia*. Berdasarkan hasil meta analisis yang dipublikasikan pada Desember 2024 mengidentifikasi bahwa Indonesia memiliki prevalensi

nomophobia tertinggi di antara negara-negara yang diteliti, yaitu 71% di kalangan remaja (Rahmah et al., 2024).

Menurut penelitian Hamdi et al. (2024) siswa yang dikategorikan sebagai penderita *nomophobia* menggunakan *smartphonennya* 8 sampai 13 jam perharinya. Hal ini menggambarkan bahwa sebagian waktu yang digunakan oleh siswa adalah untuk *smartphonennya*. Berdasarkan penelitian Rahayuningrum Dwi et al. (2019) mengungkap bahwa tingkat kecemasan terhadap *nomophobia* pada siswa SMA Negeri di Kota Padang pada tahun 2018 hasil yang didapatkan dari 75 sampel sebanyak 60% mengalami kecemasan dan *nomophobia* berat. Pada penelitian Pasongli et al., (2020) *nomophobia* ditemukan pada mahasiswa kesehatan masyarakat di Universitas Sam Ratulangi dengan presentase sebanyak 92,4%, dimana dari total 210 mahasiswa yang diteliti hanya sebanyak 7,6% yang tidak menderita *nomophobia*. Berdasarkan pembahasan dan beberapa penelitian terdahulu mengenai fenomena tersebut yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu masih minimnya penelitian terhadap remaja siswa Sekolah Dasar, karena banyak dari penelitian terdahulu meneliti *nomophobia* pada Mahasiswa dan Siswa Sekolah Menengah Atas. Namun, penelitian terhadap siswa Sekolah Dasar masih jarang dieksplorasi. Maka peneliti memutuskan untuk meneliti *nomophobia* pada remaja tengah usia 10-12 tahun atau pada Siswa Sekolah Dasar.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada 31 Juli 2025 guru mengatakan bahwa siswa diperbolehkan membawa *smartphone* ke sekolah tetapi saat pembelajaran *smartphone* dikumpulkan, *smartphone* bisa digunakan saat ada pelajaran koding. Hasil dari studi pendahuluan pada 10 siswa SD Negeri 1 Haurpanggung menyatakan durasi penggunaan *smartphone* yang paling lama yaitu 9 jam per hari, keseharian responden dalam menggunakan *smartphonenya* yaitu mendengarkan musik, *Game Online*, *Whatsapp* untuk berkomunikasi dengan teman, keluarga dan guru ataupun untuk menanyakan informasi terkait tugas sekolah, *Scroll* TikTok, *Instagram*, belajar serta menggambar. Selanjutnya apabila responden jauh atau tidak membawa *smartphonenya* kemana responden berada, responden akan merasa tidak nyaman, gelisah dan cemas. *Smartphone* yang digunakan responden tentunya membutuhkan daya sehingga ketika *smartphone* kehabisan daya, responden merasa tidak nyaman, gelisah dan cemas. Maka dari hasil tersebut siswa di SD Negeri 1 Haurpanggung beresiko terkena *nomophobia*.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti bermaksud ingin meneliti terkait *nomophobia*, ini menjadi penting karena saat ini belum ada penelitian terkait *nomophobia* di SD Negeri 1 Haurpanggung. Maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul *Gambaran No Mobile-Phone Phobia (NOMOPHOBIA) Pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpanggung*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas yang telah dikemukakan, maka adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana gambaran *nomophobia* pada siswa di SD Negeri 1 Haurpanggung?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran *no mobile-phone phobia (nomophobia)* pada Siswa di SD Negeri 1 Haurpanggung.

1.3.2 Tujuan Khusus

Untuk mengetahui *nomophobia* pada Siswa di SD Negeri 1 Haurpanggung dibatasi dengan mengacu pada dimensi *nomophobia* sebagai berikut :

1. Mengetahui gambaran dimensi tidak bisa berkomunikasi (*not be able to communicate*)
2. Mengetahui gambaran dimensi kehilangan koneksi (*losing connectedness*)
3. Mengetahui gambaran dimensi tidak dapat mengakses informasi (*not being able to access information*)
4. Mengetahui gambaran dimensi kehilangan kenyamanan (*giving up convenience*)

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Keilmuan (Teoritis)

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi ilmiah terhadap kajian tentang *nomophobia* pada usia remaja awal, khususnya dalam lingkup pendidikan dasar. Hal ini dapat memperkaya keilmuan psikologi pendidikan dan teknologi dalam dunia pendidikan.

1.4.2 Manfaat Praktis (Aplikatif)

a) Bagi Guru

Sebagai acuan dalam merancang bahan ajar atau pendekatan pembelajaran yang mendorong literasi digital yang sehat dan bertanggung jawab.

b) Bagi Sekolah

Menjadi pertimbangan dalam merumuskan kebijakan penggunaan smartphone di lingkungan sekolah dan menyisipkan materi terkait dampak penggunaan gawai dalam kegiatan pembelajaran.

c) Bagi Siswa

Membantu menumbuhkan kesadaran diri terhadap dampak negatif dari penggunaan smartphone yang berlebihan, serta mendorong mereka untuk mengembangkan sikap bijak dalam penggunaan teknologi.

d) Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan peneliti tentang kajian tulis ilmiah, serta menambah pengalaman penelitian.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN

2.1 Konsep Dasar *Nomophobia*

2.1.1 Definisi *Nomophobia*

Nomophobia atau biasa dikenal dengan singkatan “*No Mobile Phone Phobia*” merupakan *phobia* baru dimana seseorang tidak bisa jauh dari *mobile phone* atau saat ini lebih dikenal dengan *smartphone*, dimana seseorang akan sangat bergantung, dan khawatir berlebihan jika *smartphone*-nya tidak berada didekatnya (Dasiroh et al., 2021).

Menurut penelitian Yildirim dan Correia (2015) *Nomophobia* adalah ketakutan pada zaman modern karena tidak dapat berkomunikasi melalui ponsel atau internet. Istilah *nomophobia* ini mengacu pada kumpulan perilaku atau gejala yang terkait dengan penggunaan ponsel. *Nomophobia* mengacu pada ketidaknyamanan, kecemasan, kegugupan atau kesedihan dikarenakan oleh tidak terhubungnya *smartphone*.

Bhattacharya et al. (2019) mendefinisikan *nomophobia* sebagai ketakutan yang muncul ketika seseorang tidak dapat menggunakan atau mengakses ponsel, yang dikaitkan dengan gejala psikologis seperti stres, kecemasan, dan kepanikan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *nomophobia* merupakan ketakutan, kecemasan, kekhawatiran dan kegelisahan yang dialami oleh seseorang ketika tidak dapat mengakses *smartphone*. Selain itu, tidak memiliki

jaringan, pulsa, kuota internet akan menimbulkan perasaan-perasaan tersebut karena *nomophobia* juga membuat individu merasa ketakutan ketika tidak mendapatkan informasi terbaru dari *smartphone* yang dimiliki. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan mengakibatkan kecanduan atau ketergantungan sehingga menimbulkan *nomophobia*.

2.1.2 Dimensi *Nomophobia*

Menurut Yildirim & Correia (2015), *nomophobia* memiliki empat dimensi yaitu :

1. Tidak bisa berkomunikasi (*not able to communicate*)

Dimensi pertama dari *nomophobia* adalah tidak bisa berkomunikasi. dimensi ini mengacu pada perasaan kehilangan yang dirasakan seseorang ketika tidak dapat berinteraksi dengan orang lain atau secara tiba-tiba tidak dapat menggunakan fitur yang terdapat dari *smartphone-nya* ketika ingin berkomunikasi dengan orang lain.

2. Kehilangan koneksi (*losing connectedness*)

Dimensi kedua adalah kehilangan koneksi. Aspek ini mengacu pada perasaan kehilangan terhadap koneksi yang tersedia pada *smartphone* dan terputus dari identitas online seseorang terutama pada media sosialnya.

3. Tidak dapat mengakses informasi (*not being able to access information*)

Aspek ketiga adalah tidak dapat mengakses informasi. Aspek ini mengacu pada perasaan ketidaknyamanan yang dirasakan seseorang

ketika kehilangan atau tidak dapat mengakses informasi melalui *smartphone*.

4. Kehilangan kenyamanan (*giving up convenience*)

Aspek keempat adalah kehilangan kenyamanan. Aspek ini mengacu pada perasaan nyaman yang dirasakan ketika menggunakan *smartphone* yang dimana kenyamanan tersebut memberikan dan mencerminkan keinginan seseorang untuk memanfaatkan kenyamanan dalam menggunakan *smartphone*-nya. Sehingga individu yang cenderung mengalami *nomophobia* akan merasa tak nyaman ketika tidak dapat menggunakan *smartphone*.

2.1.3 Ciri - ciri *Nomophobia*

Pada penelitian yang dilakukan oleh Bragazz et al., (2014) bahwa ada beberapa karakteristik *nomophobia* yang dapat diketahui yaitu :

1. Menggunakan *smartphone* secara tidak teratur dan menghabiskan waktu yang cukup lama untuk mengakses *smartphone*, memiliki satu atau lebih *smartphone*, selalu membawa *charger*.
2. Merasa cemas dan gugup ketika individu tidak memegang sesuatu di tangan khususnya *smartphone* atau merasa cukup jaringan. Lemahnya energy baterai atau kurangnya data yang tersedia untuk mengakses internet dan mencoba menghindari sebanyak mungkin tempat dengan situasi yang dimana penggunaanya di larang (seperti angkutan umum, restoran, bioskop dan bandara).

3. Melihat layar *smartphone* untuk memastikan apakah ada notifikasi pesan atau panggilan yang di terima (kebiasaan ini disebut oleh david laramie sebagai “*ringxiety*” untuk dering dan kecemasan).
4. Mengaktifkan *smartphone* 24 jam sehari dan tidur dengan kondisi *smartphone* menyala.
5. Berinteraksi secara langsung dengan individu lain akan menyebabkan kecemasan dan stress; lebih memilih untuk berkomunikasi menggunakan *smartphone*.
6. *Ringxiety* sering kali dipandang sebagai fenomena menarik sekaligus bentuk presentasi klinis yang khas, ditandai dengan pengalaman auditori seperti “nada dering hantu” atau “suara ponsel palsu”, di mana seseorang keliru menganggap suara lain sebagai dering ponsel dan secara refleks mencari perangkatnya meskipun sebenarnya tidak ada panggilan masuk.

2.1.4 Dampak *Nomophobia*

Penderita *nomophobia* dapat mengalami berbagai dampak negatif, salah satunya adalah gangguan pada pola tidur. Individu dengan kondisi ini cenderung terlalu larut menggunakan *smartphone* untuk aktivitas seperti bermain *game online*, *chatting*, menjelajah internet, dan lainnya. Ketika penggunaan *smartphone* tidak dikendalikan secara disiplin, mereka sering kali kehilangan kesadaran waktu, yang pada akhirnya mengganggu jadwal tidur. Seseorang mungkin baru menyadari telah melewatkan waktu tidur ketika mendengar azan subuh atau melihat cahaya matahari pagi. Dalam kasus yang lebih serius, *nomophobia* juga dapat memicu gejala fisik seperti serangan panik, sesak napas,

tangan gemetar, berkeringat berlebihan, jantung berdebar cepat, serta nyeri di area tangan, leher, dan punggung (Kanmani et al., 2017).

Selain menyebabkan efek samping bagi kesehatan, dampak bagi *nomophobia* juga akan berdampak bagi hubungan dan interaksi dari satu individu ke individu lain karena hubungan individu seseorang sudah digantikan oleh fitur-fitur yang terdapat didalam *smartphone* yang mana akan menyebabkan penggunaanya menjadi individualis dan apatis terhadap lingkungan sekitar. selain itu, dampak dari kecanduan atau *nomophobia* ditinjau dari sisi psikologis para penderita *nomophobia* merasa tidak nyaman atau gelisah ketika tidak menggunakan atau tidak membawa telepon genggam atau gadget sedangkan dari sisi relasi sosial penderita *nomophobia* tidak banyak banyak melakukan kontak fisik secara langsung terhadap orang lain (Aziz, 2019).

2.1.5 Pengukuran *Nomophobia*

Nomophobia lazim diukur dengan *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q). *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q) terdiri dari 20 item pertanyaan dan terdapat 4 dimensi *nomophobia* yang ditemukan dalam penilaian tersebut, yaitu *not being able to communication* (tidak bisa berkomunikasi, *losing connectedness* (kehilangan konektivitas/keterhubungan), *no being able to access information* (tidak dapat mengakses informasi), dan *giving up convenience* (kehilangan kenyamanan). Tingkat *nomophobia* didapatkan dari skor total yang dihitung dengan menjumlahkan tanggapan untuk setiap item, dimana hasil skor *nomophobia* mulai dari 20 hingga 140, dengan skor yang lebih

tinggi sesuai dengan tingkat keparahan *nomophobia* yang lebih besar. Skor NMP-Q ditafsirkan sebagai berikut: skor NMP-Q 20 menunjukkan tidak adanya *nomophobia*; skor NMP-Q lebih besar dari 20 dan kurang dari 60 sesuai dengan tingkat *nomophobia* ringan; skor NMP-Q lebih besar atau sama dengan kurang dari 100 sesuai dengan tingkat *nomophobia* sedang; dan skor NMP-Q lebih besar atau sama dengan 100 sesuai dengan *nomophobia* yang berat.

2.2 Konsep Dasar Siswa Sekolah Dasar

2.2.1 Definisi Siswa Sekolah Dasar

Siswa sekolah dasar merupakan kelompok peserta didik yang menempuh pendidikan pada jenjang dasar formal, umumnya berada pada rentang usia 6–12 tahun. Pada tahap ini, anak sedang mengalami perkembangan pesat dalam berbagai aspek, meliputi kognitif, sosial, emosional, dan motorik, sehingga periode ini menjadi landasan penting bagi pembentukan keterampilan akademik dan karakter (Radul, 2022).

Menurut Pendergast (2020), siswa sekolah dasar adalah peserta didik yang terdaftar pada lembaga pendidikan tingkat dasar dengan tujuan utama menguasai literasi, numerasi, dan keterampilan sosial dasar. Proses pembelajaran pada tahap ini dirancang secara sistematis dan terstruktur, sehingga mampu menyiapkan siswa untuk jenjang pendidikan selanjutnya. Penguasaan keterampilan dasar tersebut sangat penting karena menjadi prasyarat keberhasilan akademik di tingkat yang lebih tinggi.

Faxriddin Qizi (2022) mendefinisikan siswa sekolah dasar sebagai individu yang berada pada tahap perkembangan awal pendidikan formal, dengan

kurikulum yang dirancang untuk menumbuhkan kompetensi inti serta memfasilitasi adaptasi sosial dan emosional di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam tentang karakteristik siswa sekolah dasar menjadi hal yang sangat penting bagi guru, agar strategi pembelajaran yang diterapkan dapat mendukung perkembangan optimal siswa baik secara akademis maupun sosial.

Dengan demikian, dapat disimpulkan siswa sekolah dasar adalah peserta didik berusia 6–12 tahun yang berada pada tahap perkembangan pesat dalam aspek kognitif, sosial, emosional, dan motorik, sehingga memerlukan pembelajaran terstruktur untuk membentuk keterampilan akademik dasar, nilai, sikap positif, serta kemampuan beradaptasi sosial yang akan menjadi fondasi keberhasilan di jenjang pendidikan berikutnya.

2.2.2 Karakteristik Siswa Sekolah Dasar

Menurut Susilowati dan Suwarjo (2020) menjelaskan bahwa perkembangan siswa sekolah dasar mencakup empat domain utama:

1. Fisik

Pada masa sekolah dasar, anak-anak mengalami pertumbuhan tinggi dan berat badan yang relatif stabil dibandingkan dengan fase pertumbuhan pesat pada masa balita. Laju pertumbuhan ini membantu tubuh beradaptasi secara optimal terhadap aktivitas fisik dan tuntutan belajar. Keterampilan motorik halus, seperti menulis, menggambar, menggunting, dan merangkai, berkembang pesat berkat latihan terstruktur di sekolah maupun di rumah. Sementara itu, keterampilan motorik kasar seperti berlari, melompat,

melempar, dan menangkap bola juga mengalami kemajuan pesat melalui kegiatan olahraga dan permainan. Kedua jenis keterampilan motorik ini tidak hanya memengaruhi kemampuan fisik anak, tetapi juga mendukung perkembangan kognitif, sosial, dan emosional.

2. Kognitif

Pada tahap ini, anak mulai mampu berpikir secara logis dan konkret, ditandai dengan kemampuan memahami informasi berdasarkan fakta nyata dan pengalaman langsung. Mereka juga mulai mengembangkan strategi belajar yang lebih terarah, seperti mengatur waktu belajar, membuat catatan, dan menggunakan teknik mengingat sederhana, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif. Selain itu, pemahaman terhadap konsep sebab-akibat semakin matang, memungkinkan anak melihat hubungan antara tindakan dan konsekuensinya, baik dalam situasi akademik maupun sosial. Kemampuan ini menjadi fondasi penting bagi perkembangan keterampilan pemecahan masalah, pengambilan keputusan, serta pembentukan sikap tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari.

3. Sosial emosional

Pada masa sekolah dasar, anak mengalami peningkatan kemampuan berinteraksi dengan teman sebaya, yang terlihat dari keterlibatan aktif mereka dalam berbagai kegiatan kelompok, baik di dalam maupun di luar kelas. Interaksi ini tidak hanya membantu mereka mengembangkan keterampilan komunikasi dan kerja sama, tetapi juga membentuk kemampuan memahami dan menghargai perbedaan pendapat serta aturan sosial yang berlaku. Melalui

pengalaman bersama teman sebaya, anak mulai membentuk identitas sosial, yaitu pemahaman tentang peran dan posisi mereka dalam kelompok, nilai-nilai yang dianut, serta citra diri yang ingin ditampilkan. Proses ini menjadi bagian penting dalam perkembangan sosial-emosional yang akan memengaruhi hubungan interpersonal mereka di masa depan.

4. Moral

Pada usia sekolah dasar, anak mulai memahami aturan sosial dan nilai moral yang berlaku di lingkungan sekitarnya, baik yang diperoleh dari keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Pemahaman ini mencakup kesadaran akan pentingnya mematuhi peraturan, menghormati hak orang lain, dan bertindak sesuai dengan norma yang ada. Mereka mulai mampu membedakan perilaku yang dianggap benar atau salah serta memahami konsekuensi dari setiap tindakan. Proses internalisasi nilai moral ini tidak hanya membentuk sikap dan perilaku sehari-hari, tetapi juga menjadi fondasi bagi pembentukan karakter yang berintegritas dan bertanggung jawab di masa depan.

2.2.3 Tugas Perkembangan Siswa Sekolah Dasar

Konovalova & Maslova (2022) menyatakan bahwa perjalanan hidup seseorang ditandai dengan adanya tugas-tugas yang dipenuhi. Tugas-tugas perkembangan ini bersumber pada tiga hal yaitu kematangan fisik, rangsangan atau tuntutan dari masyarakat dan norma pribadi mengenai aspirasinya. Konovalova & Maslova (2022) menyebut tugas-tugas perkembangan ini sebagai *social expectations* yang artinya setiap kelompok budaya mengharapkan anggotanya menguasai keterampilan tertentu yang penting dan memperoleh pola

perilaku yang disetujui oleh berbagai usia sepanjang rentang kehidupan. Sumber munculnya tugas-tugas perkembangan diantaranya adalah:

1. Adanya kematangan fisik tertentu pada fase perkembangan tertentu.
2. Tuntutan masyarakat secara kultural: membaca, menulis, berhitung, dan organisasi.
3. Tuntutan dari dorongan dan cita-cita individu sendiri (psikologis) yang sedang berkembang itu sendiri: memilih teman dan pekerjaan.
4. Tuntutan norma agama.

Tugas-tugas anak usia sekolah dasar adalah menggunakan kemampuan fisiknya, belajar sosial, mengembangkan kemampuan-kemampuan dasar dalam membaca, menulis, menghitung, memperoleh kehebatan pribadi, bergaul, mengembangkan konsep-konsep yang dipadukan untuk hidup sehari-hari, mempersiapkan diri sebagai jenis kelamin tertentu, mengembangkan sikap terhadap kelompok sosial dan lembaga (Jashi, 2022).

Menurut Konovalova & Maslova (2022) tugas-tugas perkembangan usia sekolah dasar adalah:

1. Mempelajari keterampilan fisik yang diperlukan untuk permainan-permainan yang umum.
2. Membangun sikap yang sehat mengenai diri sendiri sebagai makhluk yang sedang tumbuh.
3. Belajar menyesuaikan diri dengan teman-teman seusianya.
4. Mulai mengembangkan peran sosial pria atau wanita yang tepat.

5. Mengembangkan keterampilan dasar untuk membaca, menulis, dan berhitung.
6. Mengembangkan pengertian yang diperlukan untuk kehidupan sehari-hari.
7. Mengembangkan hati nurani, pengertian moral, tata, dan tingkatan nilai.
8. Mengembangkan sikap terhadap kelompok sosial dan lembaga-lembaga lainnya.
9. Mencapai kebebasan pribadi.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa selama masa kehidupan seseorang terdapat tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Pada anak usia sekolah dasar tugas perkembangan yang harus dipenuhi adalah menggunakan kemampuan fisiknya, belajar sosial, mengembangkan kemampuan dasar dalam membaca, menulis, menghitung, memperoleh kebebasan pribadi, bergaul, mengembangkan konsep-konsep yang dipadukan untuk hidup sehari-hari, mempersiapkan diri sebagai jenis kelamin tertentu, mengembangkan sikap terhadap kelompok sosial dan lembaga.

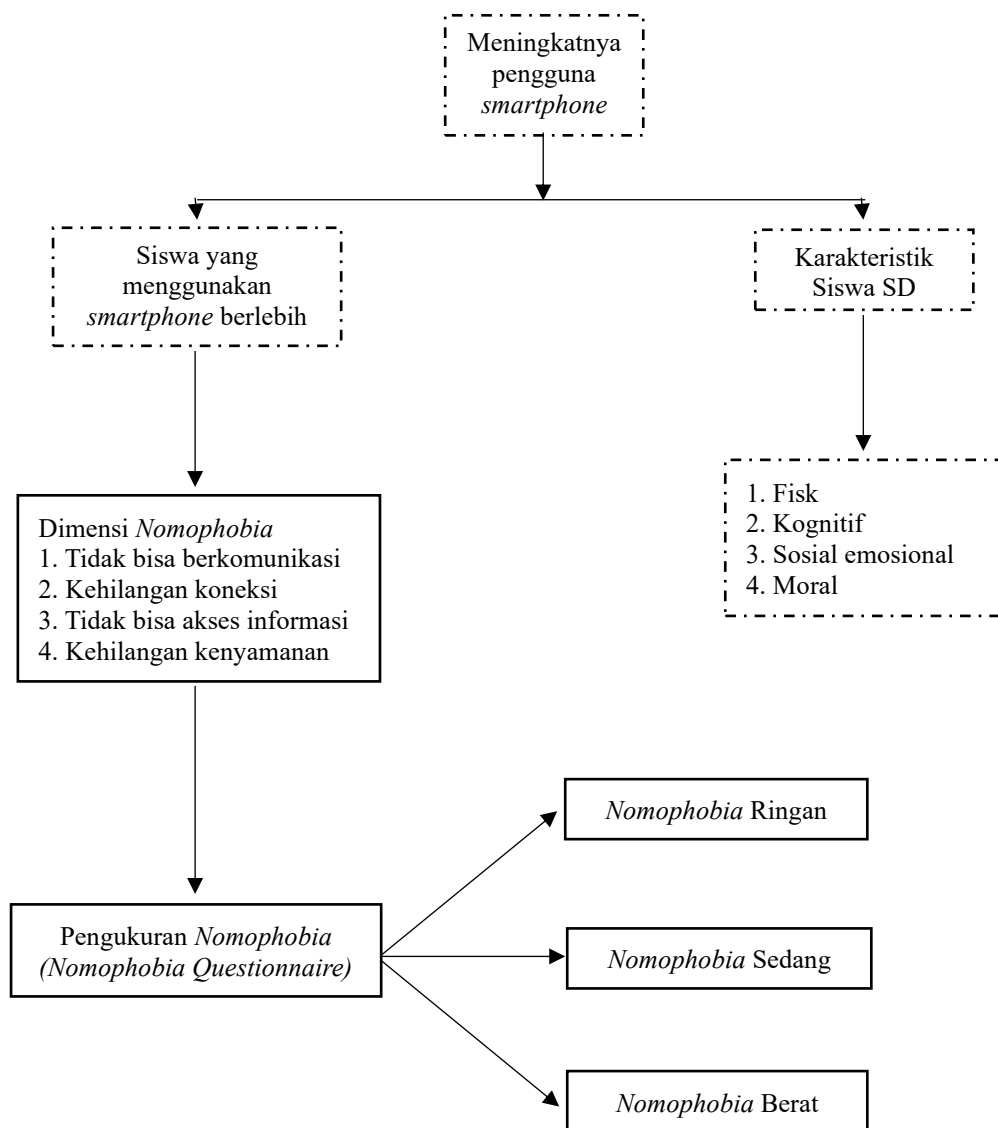
2.3 Kerangka Pemikiran

Dalam era digital saat ini, *smartphone* telah menjadi bagian tak terpisahkan dalam kehidupan remaja. Ketergantungan yang tinggi terhadap *smartphone* di kalangan usia 13 hingga 15 tahun memicu munculnya fenomena psikologis baru yang dikenal dengan istilah *Nomophobia (No Mobile Phone Phobia)*, yaitu rasa takut, cemas, dan tidak nyaman ketika individu tidak dapat mengakses atau menggunakan *smartphone*-nya (Turgeman et al. 2020). Menurut Yildirim & Correia (2015) *nomophobia* memiliki empat dimensi utama: tidak bisa

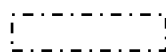
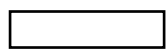
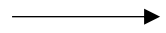
berkomunikasi (*not being able to communication*), kehilangan konektivitas (*losing connectedness*), tidak dapat mengakses informasi (*not being able to access information*), dan kehilangan kenyamanan (*giving up convenience*). Sementara itu, karakteristik siswa itu mencakup pada fisik, kognitif, sosial emosional dan moral (Susilowati & Suwarjo 2020).

Penelitian ini berlandaskan pada fenomena masalah bahwa penggunaan *smartphone* oleh siswacukup tinggi, terutama untuk aktivitas sosial, hiburan, dan belajar. Dalam konteks ini, ketika akses ke *smartphone* terputus, remaja cenderung mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan, ketakutan, hingga reaksi fisik seperti gelisah. Dengan begitu, peneliti akan melakukan penelitian terhadap siswa SD Negeri 1 Haurpanggung menggunakan *NMP-Q (Nomophobia Quessinnnaire)* untuk mengetahui atau menggambarkan tingkat *nomophobia* di sekolah tersebut.

Gambar 2.1 : Kerangka Pemikiran *Nomophobia* Pada Siswa di SD Negeri 1 Haurpangung



Keterangan :

-  = tidak diteliti
 = diteliti
 = alur penelitian

(Teori Yildirim & Correia, 2015; Susilowati & Suwarjo, 2020)

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode kuantitatif merupakan suatu pendekatan penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu. (Sugiyono, 2025). Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif yaitu menggambarkan atau memaparkan fenomena tersebut (Notoatmodjo, 2018).

3.2 Variabel Penelitian

Adapun variabel pada penelitian ini, yaitu Gambaran *nomophobia* pada siswa Sekolah Dasar usia 10-13 tahun.

3.3 Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel

No.	Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Cara Ukur	Hasil ukur	Skala
1.	<i>Nomophobia</i>	Definisi operasional pada penelitian ini mengacu pada empat dimensi yang meliputi : 1. tidak bisa berkomunikasi 2. kehilangan koneksi 3. tidak dapat mengakses informasi 4. kehilangan kenyamanan	Kuesioner atau angket	Kuesioner dengan pertanyaan tertutup, skala likert menggunakan 7 jawaban yaitu: sangat tidak setuju, tidak setuju, sebagian tidak setuju, sebagian setuju, setuju, sangat setuju, dan sangat setuju sekali	Dengan Skoring 20 = Tidak ada <i>Nomophobia</i> $\geq 20 - \leq 60 =$ Ringan <i>Nomophobia</i> $\leq 60 - \geq 100 =$ Sedang <i>Nomophobia</i> $\geq 100 =$ Berat <i>Nomophobia</i>	Ordinal

3.4 Populasi dan Sampel

3.4.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV, V dan VI SD Negeri 1 Haurpanggung yang berjumlah 231 siswa.

3.4.2 Sampel

Adapun yang menjadi sampel pada penelitian ini adalah siswa siswi SD Negeri 1 Haurpanggung kelas IV hingga Kelas VI. Adapun rumus untuk menentukan besaran sampel yang peneliti gunakan ialah rumus slovin.

$$n = \frac{N}{1 + N(e^2)}$$

Keterangan :

n = sampel

N = jumlah populasi

e = tingkat kesalahan atau margin eror (0,1)

$$n = \frac{N}{1 + N(d^2)}$$

$$n = \frac{231}{1 + (231 \times 0,1^2)}$$

$$n = \frac{231}{1 + (441 \times 0,01)}$$

$$n = \frac{231}{1 + 2,31}$$

$$n = \frac{231}{3,31}$$

$n = 69,78$ dibulatkan menjadi 70 orang

Maka teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah *Propotionate Stratified Random Sampling* dengan rumus:

$$n^i = \frac{N_i}{N} \times n$$

Keterangan :

n_i = banyaknya sampel yang diambil dari masing-masing unit

n = banyaknya sampel yang diambil dari seluruh unit

N_i = jumlah populasi dari masing masing unit

N = jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 231 siswa

Berdasarkan perhitungan diatas maka sampel yang diambil 70 siswa, jadi besar sampel untuk masing-masing kelas adalah :

Tabel 3. 1 Distribusi jumlah sampel tiap kelas

Kelas	Populasi	Perhitungan Sampel	Jumlah Sampel
Kelas IV	79	$\frac{79 \times 70}{231}$	23,92 (24)
Kelas V	87	$\frac{87 \times 70}{231}$	26,36 (26)
Kelas VI	65	$\frac{65 \times 70}{231}$	19,69 (20)
Jumlah	231		70

Adapun kriteria yang di jadikan sampel adalah sebagai berikut:

1. Kriteria Inklusi

- a. Siswa SD Negeri 1 Haurpanggung
- b. Siswa kelas 4, 5, dan 6
- c. Memiliki ponsel
- d. Mengoperasikan *smartphone* lebih dari 8 jam sehari
- e. Siswa yang bersedia menjadi responden

2. Kriteria Ekslusi

- a. Siswa yang sedang sakit saat pengambilan data dilakukan

3.5 Teknik Pengumpulan Data

3.5.1 Kuesioner

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini melalui jawaban dari kuesioner atau angket yang disebarkan dalam bentuk lembar kuesioner. Responden diminta untuk memberikan jawaban berdasarkan alternatif jawaban yang telah di sediakan. Kuesioner ini akan dibagikan secara *offline* dan pendampingan oleh peneliti.

3.5.2 Instrument

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah keusioner NMP-Q (*Nomophobia Questionnaire*), mengkaji 4 dimensi yaitu tidak bisa berkomunikasi (*not being able to communication*), kehilangan koneksi (*losing connectedness*), tidak dapat akses informasi (*not being able to information*) dan kehilangan kenyamanan (*giving up convenience*) yang dibuat oleh (Yildirim & Correia, 2015) dan terdapat 20 pertanyaan. Skala yang digunakan berbentuk skala *Likert* yang berguna untuk mengukur sikap, pendapat, dan

persepsi seseorang terhadap fenomena sosial tertentu (Sugiyono, 2025). Skala likert berisi item pernyataan yang harus dijawab oleh partisipan dengan memilih salah satu dari beberapa alternatif jawaban, yaitu : sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), sebagian tidak setuju (SBTS), sebagian setuju, (SBS), setuju (S), sangat setuju (SS), sangat setuju sekali (SSS) yang memiliki nilai 1 untuk STS hingga 7 untuk SSS.

3.5.3 Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data penelitian ini diperoleh dari data primer, yaitu data yang diperoleh dari hasil pengisian lembar kuesioner nomophobia. Adapun tahapan pengumpulan data dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Peneliti mengajukan permohonan izin penelitian kepada bagian LP4M,
2. Mengajukan permintaan jumlah data mahasiswa ke bagian BAAK.
3. Pengajuan surat permohonan izin kepada ketua STIKes Karsa Husada untuk melakukan penelitian dan pengambilan data
4. Mengadakan pendekatan dengan calon responden untuk memberikan *informed consent* serta menjelaskan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan dengan menjelaskan bahwa penelitian ini bersifat sukarela.
5. Peneliti akan memberikan penjelasan terlebih dahulu mengenai petunjuk pengisian kuesioner. Dilanjutkan dengan menyebarkan kuesioner kepada responden. Kemudian jika ada hal yang tidak dipahami oleh responden saat pengisian kuesioner, maka dipersilahkan untuk bertanya dan peneliti akan menjelaskan dengan bahasa yang lebih mudah di pahami.
6. Setelah data terkumpul, kemudian data diolah menggunakan SPSS

7. Menghitung dengan menggunakan aplikasi SPSS dan menarik kesimpulan dari data yang terkumpul

3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrument

3.6.1 Uji Validitas

Menurut (Nursalam, 2017), validitas adalah penilaian terhadap ketepatan dan kecermatan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data yang telah diukur. Uji validitas dilakukan untuk mengevaluasi sejauh mana alat pengukuran dapat menghasilkan data yang akurat dan relevan, serta untuk menentukan apakah terdapat item dalam kuesioner yang perlu diubah atau dihapus karena dianggap tidak relevan. Proses uji validitas dilakukan dengan membandingkan r -hitung dengan r -tabel pada tingkat kepercayaan 95% atau tingkat signifikansi 5%. Untuk mengukur validitas, digunakan rumus *Pearson Product Moment* sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n \sum X^2 - (\sum X)^2][n \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan ;

r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel x dan y

n = Jumlah sampel

X = Skor setiap item pernyataan

Y = Skor total.

$\sum x$ = Jumlah skor item

$\sum y$ = Jumlah skor total (seluruh item)

Untuk mengukur *nomophobia* peneliti menggunakan kuesioner NMP-Q (*Nomophobia Questionnaire*) yang dibuat oleh Yilidirim & Correia (2015) yang sudah diterjemahkan versi Bahasa Indonesia oleh Triwahyuni (2019).

Kuesioner ini merupakan kuesioner yang sudah baku dalam tabel “*item total statistik*” pada kolom “*corrected item total correlation*” nilai 0,364. Nilai 0,364 di dapat dari nilai standar pada tabel “*R Person product moment*” yang mana standar nilai uji validitas untuk responden “N” sebanyak 40 orang adalah 0,312.

3.6.2 Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan konsistensi hasil pengukuran atau pengamatan ketika diukur dan diamati berulang kali dalam waktu yang berbeda (Nursalam, 2017). Uji reliabilitas dilakukan terhadap pernyataan dalam kuesioner yang telah dinyatakan valid. Untuk mengetahui suatu pernyataan reliabel atau tidak, maka nilai reliabilitas dinyatakan atau dianalisis dengan menggunakan *Cronbach's Alpha*. Suatu variabel dikatakan reliabel jika nilai *Cronbach's Alpha* > 0,6. Uji reliabilitas dilakukan dengan rumus sebagai berikut:

$$r = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[\frac{\sum \sigma b^2}{\sigma^2} \right]$$

Keterangan :

r = koefisien *reliability* instrumen (*cronbach alpha*)

k = banyaknya butir pertanyaan

$\sum \sigma b^2$ = total varian butir

σ^2 = total varian

Kuesioner NMP-Q (*Nomophobia Questionnaire*) sudah reliabel karena dalam tabel hasil uji realibilitas “*Realibility Statistik*” nilai “*Cronbach Alpa* lebih besar dari 0,945. Dengan demikian instrumen ini sudah Valid dan Realibel untuk di jadikan instrumen penelitian.

3.7 Rancangan Analisis Hasil Data

3.7.1 Tahapan pengolahan data

1. *Editing*

Pada tahap ini peneliti melakukan pengecekan terhadap isi dan data yang sudah terkumpul untuk mendeteksi adanya kemungkinan terdapat kesalahan pada saat pengumpulan data. Data yang salah akan diperbaiki untuk dapat digunakan pada tahapan selanjutnya.

2. *Coding*

Pada tahap ini penulis memberikan kode pada setiap jawaban-jawaban dari responden supaya menjadi lebih sederhana.

3. *Processing*

Pada tahap ini penulis memproses data dengan cara mengentry data yang telah didapatkan dengan menggunakan SPSS (*statistical product and service solution*) versi 20.

4. *Cleaning*

Pada tahap ini penulis melakukan pengecekan kembali data yang sudah di entry apakah ada kesalahan atau tidak.

3.7.2 Analisis Data

Analisis univariat dilakukan untuk memberikan gambaran mengenai masing-masing sub variabel dengan menggunakan distribusi frekuensi setiap kelas yang diubah dalam bentuk persentase (%). Perhitungan persentase kategori dilakukan dengan menggunakan rumus berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Presentase kategori

F : Frekuensi kategori

N : Jumlah responden

Data yang telah dianalisis selanjutnya diinterpretasikan menggunakan kategori sebagai berikut :

0%	: tidak seorangpun responden
1-25%	: sebagian kecil responden
26-49%	: hampir setengahnya responden
50%	: setengahnya responden
51-75%	: sebagian besar responden
76-99%	: hampir seluruh responden
100%	: seluruh responden

3.8 Langkah-langkah Penelitian

3.8.1 Tahap Pra Persiapan

- 1) Memilih bahan penelitian, dalam hal ini bahan yang digunakan adalah kuesioner *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q).
- 2) Melakukan pendekatan ke tempat penelitian
- 3) Meminta izin kepada pihak terkait, peneliti mengajukan permohonan izin kepada pihak bersangkutan yang berwenang di lokasi penelitian dengan mengirimkan surat perizinan kepada Ketua STIKes Karsa Husada Garut, disertai dengan surat balasan terlampir
- 4) Mengumpulkan *literature-literature*

3.8.2 Tahap Persiapan

- 1) Memilih lahan penelitian, dalam hal ini penelitian dilakukan di STIKes Karsa Husada Garut.

- 2) Melakukan studi pendahuluan untuk menentukan masalah penelitian.

Studi pendahuluan dilakukan di dua sekolah di Garut, yaitu SD IT Al-Bayinah dan SD Negeri 1 Haurpanggung.

- 3) Studi kepustakaan melalui buku literature dan jurnal yang relevan
- 4) Menyusun proposal penelitian
- 5) Menyusun instrumen penelitian
- 6) Seminar proposal penelitian mengenai Gambaran *No MobilePhone Phobia (NOMOPHOBIA)* pada Remaja di SD Negeri 1 Haurpanggung.

3.8.3 Tahap Pelaksanaan

- 1) Penyampain *informed consent* kepada responden
- 2) Penyebaran kuesioner
- 3) Pengumpulan lembar kuesioner dan memeriksa kelengkapannya
- 4) Pengolahan data menggunakan SPSS
- 5) Pembahasan hasil penelitian

3.8.4 Tahap Akhir

- 1) Penyusunan laporan penelitian.
- 2) Sidang/presentasi hasil penelitian

3.9 Tempat dan Waktu Penelitian

3.9.1 Tempat penelitian

Lokasi penelitian dilaksanakan di SD Negeri 1 Haurpanggung.

3.9.2 Waktu

Rencana penelitian ini telah dilaksanakan mulai dari bulan Agustus 2025.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diperoleh melalui pengumpulan data dan evaluasi kuesioner mengenai *no mobile-phone phobia (nomophobia)* pada siswa di Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpangung pada bulan Agustus 2025 menggunakan lembar kuesioner dengan responden sebanyak 70 siswa. Hasil penelitian ini didapat setelah melakukan analisis data univariat untuk melihat gambaran tingkat nomophobia pada siswa. Berikut merupakan hasil penelitian yang diperoleh:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik		Frekuensi	Presentase (%)
Usia	10 Kelas IV	24	34,3
	11 Kelas V	26	37,1
	12 Kelas VI	20	28,6
Total		70	100,0
Jenis Kelamin	Laki-laki	29	41,4
	Perempuan	41	58, 6
Total		70	100,0

Berdasarkan Tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 11 tahun atau kelas V yaitu sebanyak 26 siswa (37,1%). Selanjutnya, sebagian besar responden adalah perempuan yaitu sebanyak 41 siswa (58,6%).

4.1.1 Gambaran *No Mobile-Phone Phobia (Nomophobia)* Pada Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpanggung

Pada bagian ini, disajikan gambaran terkait hasil analisis univariat yang dilakukan pada variabel penelitian yaitu *no mobile-phone phobia (nomophobia)* dengan tujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai tingkat *nomophobia* pada siswa di Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpanggung. Data ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi yang memuat jumlah frekuensi serta persentase. Berikut adalah tabel yang menyajikan data mengenai hasil gambaran tingkat *nomophobia* pada siswa.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi tingkat *nomophobia* pada siswa di Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpanggung (n=70)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
NOMOPHOBIA		
Tidak Ada	0	0
Ringan	11	15,7
Sedang	47	67,1
Berat	12	17,1
Total	70	100,0

Berdasarkan Tabel 4.2, diketahui bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori *nomophobia* sedang yaitu sebanyak 47 siswa (67,1%) dan tidak ada responden yang termasuk dalam kategori tidak mengalami *nomophobia*.

4.1.2 Gambaran Dimensi *Nomophobia* Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpanggung (N=70)

Berdasarkan hasil analisis univariat, dapat diketahui total skor dan rata-rata dari setiap dimensi *nomophobia*:

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi tingkat *nomophobia* Dimensi Tidak Bisa Mengakses informasi pada siswa di Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpanggung (n=70)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
NOMOPHOBIA		
Tidak Ada	0	0
Ringan	14	20
Sedang	47	67,1
Berat	9	12,9
Total	70	100,0

Berdasarkan Tabel 4.3, diketahui bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 47 siswa (67,1%) dan tidak ada responden yang termasuk dalam kategori tidak mengalami dimensi tidak bisa mengakses informasi (*not be able to acces information*).

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi tingkat nomophobia Dimensi Kehilangan Kenyamanan pada siswa di Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpanggung (n=70)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
NOMOPHOBIA		
Tidak Ada	0	0
Ringan	20	28,6
Sedang	38	54,3
Berat	12	17,1
Total	70	100,0

Berdasarkan Tabel 4.4, diketahui bahwa sebagian responden berada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 38 siswa (54,3%) dan tidak ada responden yang termasuk dalam kategori tidak mengalami dimensi kehilangan kenyamanan (*giving up convenience*).

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi tingkat nomophobia Dimensi Tidak Bisa Berkomunikasi pada siswa di Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpanggung (n=70)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
NOMOPHOBIA		
Tidak Ada	0	0
Ringan	20	28,6
Sedang	30	42,9
Berat	20	28,6
Total	70	100,0

Berdasarkan Tabel 4.5, diketahui bahwa hampir sebagian responden berada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 30 siswa (42,9%) dan tidak ada responden yang termasuk dalam kategori tidak mengalami dimensi tidak bisa berkomunikasi (*not be able to communicate*).

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi tingkat nomophobia Dimensi Kehilangan Konektivitas pada siswa di Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpanggung (n=70)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
NOMOPHOBIA		
Tidak Ada	0	0
Ringan	21	30,0
Sedang	38	54,3
Berat	11	15,7
Total	70	100,0

Berdasarkan Tabel 4.6, diketahui bahwa sebagian responden berada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 38 siswa (54,3%) dan tidak ada responden yang termasuk dalam kategori tidak mengalami dimensi kehilangan konektivitas (*losing connectedness*).

4.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar siswa mengalami *nomophobia* pada kategori sedang sebanyak 47 orang (67,1%). Sejumlah kecil siswa berada pada kategori ringan yaitu 11 orang (15,7%) dan sebagian kecil lainnya pada kategori berat yaitu 12 orang (17,1%). Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori tidak mengalami *nomophobia*.

Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* pada siswa SD Negeri 1 Haurpangung cukup intensif dan telah menimbulkan kecemasan ketika tidak dapat menggunakannya, meskipun belum mencapai tingkat kecemasan yang sangat tinggi. Kondisi ini dapat menjadi tanda awal bahwa *smartphone* sudah menjadi bagian penting dalam keseharian siswa, baik untuk belajar, bermain, maupun berkomunikasi.

Apabila ditinjau berdasarkan usia, kelompok usia 11 tahun lebih banyak ditemukan mengalami *nomophobia* sedang dibandingkan kelompok usia lainnya. Usia ini merupakan fase pra-remaja, yaitu masa transisi dari anak-anak menuju remaja. Pada fase ini terjadi perkembangan kognitif, sosial, dan emosional yang pesat. Anak mulai aktif berinteraksi dengan teman sebaya dan memiliki rasa ingin tahu yang besar, sehingga *smartphone* menjadi salah satu sarana yang digunakan untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Hal ini sejalan dengan pendapat Rahmawati et al. (2021) yang menyatakan bahwa anak usia pra-remaja mulai memiliki pengetahuan dan keterampilan kognitif untuk memahami lingkungannya serta mencari pengakuan sosial, sehingga lebih rentan terhadap ketergantungan *smartphone*.

Dari segi jenis kelamin, jumlah siswa perempuan dalam penelitian ini lebih banyak dibandingkan laki-laki. Perbedaan ini turut memengaruhi pola penggunaan *smartphone*. Siswa perempuan cenderung menggunakan *smartphone* untuk berkomunikasi dengan teman, menjelajah media sosial, atau mencari hiburan seperti menonton video dan mendengarkan musik. Sementara itu, siswa laki-laki lebih banyak menggunakan *smartphone* untuk bermain

gim. Perbedaan pola penggunaan ini pada akhirnya sama-sama berkontribusi terhadap meningkatnya durasi penggunaan *smartphone*, sehingga memengaruhi tingkat *nomophobia*. Hasil ini sesuai dengan Sodikin & Ragil (2020) yang menyebutkan bahwa pada usia sekolah, rasa ingin tahu anak cukup besar sehingga mereka mampu memanfaatkan berbagai fitur *smartphone* dan menjadikannya bagian dari aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan hasil analisis per dimensi pada tabel 4.3, diketahui bahwa sebagian besar siswa mengalami dimensi tidak dapat mengakses informasi (*not be able to access information*) pada kategori sedang sebanyak 47 siswa (67,1%). Sebagian kecil siswa berada kategori ringan yaitu 14 orang (15,7%) dan sebagian kecil lainnya pada kategori berat yaitu 9 orang (12,9%). Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori tidak mengalami dimensi tidak dapat mengakses informasi (*not be able to access information*). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami kecenderungan merasa terganggu atau cemas ketika tidak bisa mengakses informasi melalui *smartphone*. Temuan ini mendukung hasil penelitian Yildirim & Correia (2015) yang menyatakan bahwa salah satu faktor utama terbentuknya *nomophobia* adalah adanya kebutuhan untuk terus memperoleh informasi secara cepat melalui *smartphone*. Pada usia sekolah dasar, meskipun siswa belum sepenuhnya membutuhkan informasi kompleks, kebiasaan untuk mencari hiburan, pengetahuan ringan, atau bahkan informasi seputar tugas sekolah melalui *smartphone* dapat menimbulkan ketergantungan. Selain itu, hasil ini juga sejalan dengan penelitian Sulistiyani et al. (2022) yang

menyebutkan bahwa siswa yang terbiasa menggunakan *smartphone* dalam kesehariannya menunjukkan kecenderungan lebih tinggi terhadap rasa cemas ketika akses informasi terhambat. Artinya, *smartphone* telah menjadi sumber referensi sekaligus hiburan utama yang sulit digantikan oleh media lain.

Hasil analisis per dimensi pada Tabel 4.4 menunjukkan bahwa mayoritas siswa berada pada kategori sedang (38 siswa atau 54,3%), disusul kategori ringan (20 siswa atau 28,6%) dan kategori berat (12 siswa atau 17,1%). Sama seperti dimensi sebelumnya, tidak ada responden yang berada dalam kategori tidak mengalami kehilangan kenyamanan (*giving up convenience*). Hal ini mengindikasikan bahwa *smartphone* telah menjadi bagian dari rutinitas sehari-hari siswa, sehingga ketidakhadiran *smartphone* menimbulkan rasa kurang nyaman. Hal ini sejalan dengan penelitian Ravulakollu et al. (2022) yang menjelaskan bahwa kehilangan kenyamanan merupakan salah satu indikator awal kecanduan *smartphone*. Semakin tinggi intensitas penggunaan, semakin besar pula perasaan ketidaknyamanan ketika tidak menggunakan perangkat tersebut. Temuan ini juga didukung oleh penelitian Yildirim (2015) yang menyatakan bahwa individu dengan tingkat ketergantungan gawai yang tinggi cenderung menunjukkan gejala stres ringan hingga sedang ketika perangkatnya tidak tersedia. Pada konteks siswa sekolah dasar, rasa nyaman ini dapat diartikan sebagai keterikatan emosional terhadap *smartphone*, baik untuk bermain gim, menonton video, maupun sekadar berinteraksi dengan teman sebaya.

Berdasarkan hasil analisis per dimensi pada Tabel 4.5, hampir sebagian responden berada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 30 siswa (42,9%), sedangkan 20 siswa (28,6%) berada pada kategori berat dan 20 siswa lainnya (28,6%) pada kategori ringan. Tidak ada siswa yang berada pada kategori tidak mengalami tidak bisa berkomunikasi (*not be able to communicate*). Hasil ini memperlihatkan bahwa komunikasi menjadi salah satu faktor yang paling signifikan dalam membentuk nomophobia pada siswa. *Smartphone* berfungsi sebagai sarana utama komunikasi baik dengan keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan sosial lain. Ketika akses komunikasi terputus, siswa merasa cemas, khawatir, bahkan takut kehilangan hubungan sosial. Penelitian Kamil et al. (2024) juga menemukan bahwa salah satu penyebab utama *nomophobia* pada remaja adalah kebutuhan untuk selalu menjaga komunikasi dengan lingkungan sosialnya. Pada siswa sekolah dasar, kebutuhan ini sudah mulai terbentuk dan semakin diperkuat dengan keberadaan *smartphone*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dimensi tidak bisa berkomunikasi menjadi salah satu faktor yang paling dominan dalam memunculkan *nomophobia*.

Hasil analisis per dimensi pada Tabel 4.6 diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kategori sedang yaitu 38 siswa (54,3%), sedangkan 21 siswa (30,0%) berada pada kategori ringan, dan 11 siswa (15,7%) berada pada kategori berat. Tidak ada siswa yang berada dalam kategori tidak mengalami kehilangan konektivitas (*losing connetedness*). Hasil ini menggambarkan bahwa siswa merasa terganggu ketika kehilangan

konektivitas, baik koneksi internet maupun keterhubungan dengan jejaring sosial mereka. Hal ini diperkuat oleh penelitian Li et al. (2023) yang menunjukkan bahwa kehilangan konektivitas menimbulkan perasaan cemas, takut ketinggalan informasi (*fear of missing out/FOMO*), serta rasa terisolasi dari lingkungan sosial. Pada konteks siswa sekolah dasar, hal ini bisa terlihat dari kebiasaan mereka menggunakan internet untuk bermain gim daring, menonton video di platform digital, maupun berinteraksi melalui aplikasi komunikasi sederhana. Ketika koneksi terputus, mereka merasa kehilangan akses terhadap aktivitas yang selama ini memberi hiburan maupun sarana sosial.

Hasil penelitian ini menunjukkan kecenderungan berbeda dengan temuan Halimah & Gofur (2021) yang melaporkan sebagian besar siswa sekolah dasar berada pada kategori *nomophobia* tinggi dengan persentase 57%. Perbedaan tersebut dapat dipengaruhi oleh variasi intensitas penggunaan *smartphone* antarwilayah, ketersediaan sarana teknologi, hingga kebiasaan siswa dalam mengakses media sosial atau gim. Temuan lain dari penelitian Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Prastiwi & Apriliyani, 2023) di SD Negeri 1 Dukuhwaluh yang juga menemukan sebagian besar responden (57,8%) mengalami *nomophobia* pada kategori sedang. Kesamaan ini dapat dijelaskan karena kedua penelitian sama-sama dilakukan pada anak usia sekolah dasar yang berada pada fase pra-remaja, di mana ketertarikan terhadap *smartphone* cukup tinggi.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa penggunaan *smartphone* pada siswa SD Negeri 1 Haurpangung sudah cukup intens dengan sebagian besar berada pada kategori sedang, dan terdapat sejumlah kecil yang sudah sampai pada kategori berat. Kondisi ini perlu mendapat perhatian lebih agar penggunaan *smartphone* pada anak-anak dapat diarahkan pada hal yang positif dan tidak berkembang menjadi ketergantungan yang lebih tinggi di kemudian hari. Ditinjau dari aspek dimensinya, siswa paling sering merasa cemas ketika tidak dapat berkomunikasi, sedangkan kehilangan konektivitas relatif memberikan dampak yang lebih rendah.

4.3 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan, yaitu:

a. Fokus Terbatas pada Variabel Penelitian

Penelitian ini hanya memfokuskan pada gambaran *nomophobia* dan dimensinya tanpa mengeksplorasi faktor lain seperti pola asuh orang tua, pengaruh teman sebaya, intensitas belajar daring, maupun faktor lingkungan keluarga. Oleh karena itu, hasil penelitian ini belum dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai semua faktor yang berkontribusi terhadap munculnya *nomophobia* pada siswa sekolah dasar.

b. Waktu dan Kondisi Penelitian

Pengumpulan data dilakukan dalam periode yang terbatas serta pada kondisi siswa yang beragam, misalnya sebagian sedang menghadapi

ujian atau kegiatan sekolah lain. Hal ini dapat memengaruhi konsentrasi dan kejujuran siswa dalam mengisi kuesioner. Peneliti berupaya menyiasatinya dengan memberikan arahan yang jelas dan suasana yang kondusif saat pengisian.

c. Keterbatasan Lingkup Area Penelitian

Penelitian ini hanya dilakukan pada satu sekolah dasar, yaitu SD Negeri 1 Haurpanggung. Oleh karena itu, hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan ke seluruh siswa sekolah dasar di wilayah lain dengan kondisi sosial, budaya, atau akses teknologi yang berbeda.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran *No Mobile-Phone Phobia (Nomophobia)* pada siswa di Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpanggung, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar siswa mengalami *nomophobia* pada kategori sedang.
2. Pada dimensi tidak bisa mengakses informasi, berada pada kategori sedang.
3. Pada dimensi kehilangan kenyamanan, berada pada kategori sedang.
4. Pada dimensi tidak bisa berkomunikasi, berada pada kategori sedang.
5. Pada dimensi kehilangan konektivitas, berada pada kategori sedang.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran *no mobile-phone phobia (nomophobia)* pada siswa di Sekolah Dasar Negeri 1 Haurpanggung, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Diharapkan pihak sekolah dapat memberikan edukasi terkait penggunaan *smartphone* secara bijak melalui kegiatan pembelajaran maupun ekstrakurikuler. Sekolah juga dapat menyusun program literasi digital sederhana agar siswa memahami batasan dan dampak penggunaan *smartphone* berlebihan.

2. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan lebih memperhatikan pola penggunaan *smartphone* pada anak dengan membuat aturan yang jelas mengenai durasi dan waktu penggunaan. Orang tua juga dapat mengarahkan anak untuk melakukan kegiatan positif lain, seperti olahraga atau kegiatan seni, agar tidak terlalu bergantung pada *smartphone*.

3. Bagi Siswa

Siswa diharapkan dapat menggunakan *smartphone* secara lebih bijak, terutama dengan membatasi waktu bermain dan memanfaatkannya untuk hal-hal yang mendukung kegiatan belajar. Siswa juga sebaiknya lebih aktif mengikuti kegiatan di luar *smartphone* agar tidak menimbulkan ketergantungan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian lebih lanjut mengenai *nomophobia*, baik dengan jumlah responden yang lebih besar maupun dengan metode penelitian yang berbeda. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan instrumen yang sesuai dengan tingkatan usia, menambahkan variabel lain, seperti pola asuh orang tua atau pengaruh media sosial, yang berpotensi memengaruhi tingkat *nomophobia* pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). (2024, February 7). *APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang*.
- Atarodi Alireza, & Atarodi Hamidreza. (2022). The smartphone role in the era of information technology. *International Journal of Scholarly Research in Medicine and Dentistry*, 1(1), 036–039.
<https://doi.org/10.56781/ijrmd.2022.1.1.0025>
- 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>
- Bhattacharya, S., Bashar, M., Srivastava, A., & Singh, A. (2019). NOMOPHOBIA: NO MOBILE PHONE PHOBIA. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(4), 1297. https://doi.org/10.4103/jfmprc.jfmprc_71_19
- 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>
- Chun, J.-W., Choi, J., Kim, J.-Y., Cho, H., Ahn, K.-J., Nam, J.-H., Choi, J.-S., & Kim, D.-J. (2017). Altered brain activity and the effect of personality traits in excessive smartphone use during facial emotion processing. *Scientific Reports*, 7(1), 12156. <https://doi.org/10.1038/s41598-017-08824-y>
- CNBC Indonesia. (2024, December 26). *Indonesia Kini Nomor Satu Dunia, Warga RI Sudah Kecanduan Parah*. CNBC Indonesia.
<https://www.cnbcindonesia.com/tech/20241226182648-37-598836/indonesia-kini-nomor-satu-dunia-warga-ri-sudah-kecanduan-parah>
- Dasiroh, U., Siti Miswatun, ;, Yudi, ;, Ilahi, F., & Nurjannah, ; (n.d.). *Fenomena NOMOPHOBIA di kalangan mahasiswa (studi deskriptif kualitati mahasiswa Universitas Rau)*.
- Dwianto, A. R. (2020, August 5). *Kecanduan Internet di RI Meningkat Lima Kali Lipat Selama Pandemi Corona*. DetikHealth. <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-5121236/kecanduan-internet-di-ri-meningkat-lima-kali-lipat-selama-pandemi-corona>
- Faxriddin Qizi, A. G. (2022). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS. *American Journal Of Social Sciences And Humanity Research*, 02(12), 103–108.
<https://doi.org/10.37547/ajsshr/Volume02Issue12-16>

- Gatra S. (2024, May 28). Nomophobia dan Urgensi Detoks Dunia Digital. *Kompas*.
- Hamdi, M., & Gautama, M. I. (2024). Nomophobia di Kalangan Siswa Pengguna Smartphone SMA Negeri 1 Lembah Gumanti. *Jurnal Perspektif*, 7(1), 66–74. <https://doi.org/10.24036/PERSPEKTIF.V7I1.764>
- Jashi, N. (2022). Topical issues of the mother tongue in primary school. *Enadakultura*. <https://doi.org/10.52340/lac.2022.960>
- Kamil, N., Narjis, K., & Wahyuni, S. (2024). Nomophobia syndrome and its impact on morale and behavior change in early childhood. *Gender Equality: International Journal of Child and Gender Studies*, 10(2), 235. <https://doi.org/10.22373/equality.v10i2.23665>
- Kanmani A, Bhavani U, & Maragatham R S. (2017). NOMOPHOBIA – An Insight into Its Psychological Aspects in India. *International Journal of Indian Psychology*, 4(2). <https://doi.org/10.25215/0402.041>
- Konovalova, A., & Maslova, K. (2022a). The specific of development tasks in old age. *European Psychiatry*, 65(S1), S652–S652. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2022.1672>
- Konovalova, A., & Maslova, K. (2022b). The specific of development tasks in old age. *European Psychiatry*, 65(S1), S652–S652. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2022.1672>
- Lewar, E. S. B., Latifah, A., & Atoillah, T. F. (2023). Effective Communication in Social Life. *Journal of Community Engagement in Health*, 6(1), 79–82. <https://doi.org/10.30994/jceh.v6i1.386>
- Li, C., Wang, M., Li, Y., & Xu, Y. (2023). Daily loneliness and social media use: The role of fear of missing out. *PsyCh Journal*, 12(3), 467–469. <https://doi.org/10.1002/pchj.649>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (Edisi 4). Salemba Medika.
- Pasongli, A., Ratag, Budi. T., & Kalesaran, A. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan Nomophobia pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat di universitas sam ratulangi. *Jurnal KESMAS*, 9(6).
- Pendergast, D. (2020). Primary school teachers. In *Teaching Primary Years* (pp. 43–63). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003117797-3>
- Popović, I., Jadek, M., Puljek, K., & Ptiček, S. (2022). Nomophobia as a Social Problem- Habits of Using Mobile Phones. *The Journal of CIEES*, 2(1), 12–15. <https://doi.org/10.48149/jciees.2022.2.1.2>

- Prastiwi, A. H., & Apriliyani, I. (2023). Gambaran Nomophobia (No Mobile Phone Phobia) Pada Anak Pengguna Smartphone Di Sd Negeri 1 Dukuhwaluh. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 5158–5166.
- Radul, O. (2022). PRIMARY SCHOOL TEACHER IN MODERN WORLD. *Academic Notes Series Pedagogical Science*, 1(204), 44–48. <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2022-1-205-44-48>
- Rahayuningrum Dwi, & Sary Annisa Novita. (2019). Studi tingkat kecemasan No Mobile-Phone Phobia (NOMOPHOBIA) di SMA NEGERI Kota Padang. *Ensiklopedia of Journal*, 1(2).
- Rahmah, A., Mustikawati, I., Septianawati, P., & Immanuel, G. (2024). STUDI META ANALISIS DETERMINAN PENYEBAB NOMOPHOBIA DIKALANGAN REMAJA. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 13, 157–164. <https://doi.org/10.30743/jkin.v13i2.745>
- Ravulakollu, K. K., Chhabra, M., Sharan, B., Agarwal, R., Dewan, R., & Goyal, M. (2022). Mobile Continuum: Necessity or Addiction- A Review. *2022 9th International Conference on Computing for Sustainable Global Development (INDIACom)*, 585–589. <https://doi.org/10.23919/INDIACom54597.2022.9763139>
- Sagar, K. (2019). Smartphone Addiction: Nomophobia. *Asian Journal of Nursing Education and Research*, 9(4), 583. <https://doi.org/10.5958/2349-2996.2019.00128.9>
- Sinurat, S., Novitarum, L., & Tamba, V. C. (2023). Smartphone use behavior in students. *International Journal on ObGyn and Health Sciences*, 1(2), 59–65. <https://doi.org/10.35335/obgyn.v1i2.71>
- Sudarji, S. (2018). Hubungan antara Nomophobia dengan kepercayaan diri. *Psibernetika*, 10(1). <https://doi.org/10.30813/PSIBERNETIKA.V10I1.1041>
- Sugiyono. (2025). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Sutopo, Ed.; 2nd ed.). ALFABETA.
- Sulistiyani, E., Tyas, S. H. Y., Novanuari, M., & Dwisapta, M. R. (2022). Nomophobia: A new disease epidemic among students during the era of online learning. *Bali Medical Journal*, 11(2), 970–975. <https://doi.org/10.15562/bmj.v11i2.3425>
- Susilowati, A., & Suwarjo, S. (2020). Physical-motor development in children at elementary school: Article review. *Physical Education and Sport Through the Centuries*, 7(2), 247–255. <https://doi.org/10.2478/spes-2020-0020>
- Turgeman, L., Hefner, I., Bazon, M., Yehoshua, O., & Weinstein, A. (2020). Studies on the Relationship between Social Anxiety and Excessive

Smartphone Use and on the Effects of Abstinence and Sensation Seeking on Excessive Smartphone Use. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(4), 1262. <https://doi.org/10.3390/ijerph17041262>

Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130–137. <https://doi.org/10.1016/J.CHB.2015.02.059>

LAMPIRAN

Tabulasi Data

No	Usia	Jenis Kelamin	Pernyataan																				Total
			P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	
1	10	Perempuan	6	3	2	4	1	4	7	2	7	1	6	6	7	6	7	6	6	5	6	6	98
2	10	Perempuan	6	3	2	4	1	4	7	2	7	2	6	6	7	5	7	6	2	5	2	2	86
3	10	Laki-laki	2	2	5	1	3	7	7	2	4	2	4	2	7	4	3	5	3	5	3	7	78
4	10	Laki-laki	2	2	3	3	3	2	2	3	3	4	7	1	1	3	3	3	2	2	3	2	54
5	10	Laki-laki	2	3	5	2	5	2	7	2	3	7	7	1	1	4	4	5	7	2	3	4	76
6	10	Laki-laki	2	3	2	7	4	1	3	7	5	2	2	4	1	7	5	3	1	7	3	2	71
7	10	Perempuan	3	5	1	6	7	5	5	7	2	4	4	7	5	5	4	7	6	6	7	5	101
8	10	Perempuan	3	7	6	6	4	5	5	3	4	4	5	5	5	3	2	2	1	3	4	1	78
9	10	Perempuan	3	4	5	3	4	5	4	5	4	6	7	4	5	5	6	3	3	4	5	6	91
10	10	Perempuan	2	5	6	5	6	5	6	7	5	7	7	6	7	7	6	7	7	5	5	7	118
11	10	Perempuan	2	4	3	2	5	4	4	5	6	4	2	3	5	6	5	2	6	5	4	5	82
12	10	Perempuan	1	5	3	2	5	6	7	6	5	7	6	7	4	7	3	1	6	7	5	7	100
13	10	Perempuan	2	5	5	6	2	3	6	4	5	3	6	6	2	5	4	3	4	3	4	2	80
14	10	Laki-laki	2	4	2	7	1	2	6	1	6	6	1	2	3	2	1	2	3	1	5	3	60
15	10	Perempuan	5	4	3	2	2	4	4	1	7	4	2	4	3	1	2	7	4	5	2	5	71
16	10	Laki-laki	1	2	1	4	3	3	4	5	2	3	2	3	2	5	2	4	3	3	4	6	62
17	10	Perempuan	5	5	5	7	5	6	7	4	2	6	7	7	1	7	5	5	7	7	5	7	110
18	10	Perempuan	2	4	3	5	4	5	4	6	5	6	5	5	6	6	4	4	4	4	3	4	89
19	10	Perempuan	5	5	5	7	7	7	7	7	7	6	7	7	1	5	5	7	7	5	7	4	118
20	10	Perempuan	5	4	3	1	2	3	1	1	4	7	3	1	7	4	2	6	5	4	1	3	67
21	10	Perempuan	5	5	2	4	2	3	6	1	4	2	2	1	2	6	4	3	5	1	4	1	63
22	10	Perempuan	3	4	1	5	3	1	1	5	3	7	5	7	6	7	6	6	5	5	6	5	91
23	10	Perempuan	6	5	2	7	1	4	5	7	6	4	5	7	4	5	7	6	4	2	6	3	96

24	10	Perempuan	5	4	2	1	1	4	2	1	5	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	1	47
25	11	Laki-laki	3	6	2	6	5	4	5	4	5	3	4	2	3	2	2	4	3	3	3	2	71
26	11	Perempuan	3	4	2	6	5	5	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	4	5	84
27	11	Perempuan	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	68
28	11	Perempuan	3	5	5	4	4	6	6	7	7	4	6	6	7	7	6	3	3	3	5	5	102
29	11	Laki-laki	4	5	5	6	1	1	1	1	1	1	5	6	4	5	6	3	7	4	3	3	72
30	11	Laki-laki	5	6	3	7	7	7	5	6	6	5	5	5	5	6	6	7	6	5	3	7	112
31	11	Perempuan	3	5	1	7	7	7	4	6	4	6	6	6	7	7	6	3	6	5	6	5	107
32	11	Perempuan	3	5	5	3	6	5	7	7	5	6	6	6	7	7	6	3	3	3	4	4	101
33	11	Laki-laki	4	5	5	6	5	6	5	6	7	5	5	6	7	4	5	6	2	1	5	6	101
34	11	Laki-laki	1	3	7	3	3	5	1	1	1	1	5	5	5	4	7	1	3	2	4	3	65
35	11	Perempuan	1	3	7	3	3	5	1	1	1	1	5	5	5	5	7	1	3	2	4	3	66
36	11	Laki-laki	5	5	1	5	1	1	6	7	5	1	5	1	1	2	2	5	1	5	1	5	65
37	11	Laki-laki	5	5	1	5	1	1	6	7	4	1	5	1	1	2	2	5	1	5	1	5	64
38	11	Perempuan	5	6	4	3	2	6	4	5	2	3	3	2	3	3	2	1	1	4	3	4	66
39	11	Laki-laki	2	5	5	5	2	5	5	2	2	5	6	2	6	5	5	2	2	2	2	2	72
40	11	Laki-laki	3	4	3	4	4	2	1	2	3	7	1	2	4	5	1	2	2	2	3	2	57
41	11	Perempuan	3	4	4	5	1	2	5	1	3	4	5	5	3	1	4	7	1	3	7	3	71
42	11	Laki-laki	4	5	5	6	3	4	5	4	5	5	5	4	4	5	4	4	4	5	4	5	90
43	11	Perempuan	4	3	1	3	1	2	4	4	2	5	5	4	3	6	2	1	3	4	2	4	63
44	11	Laki-laki	5	5	4	4	4	2	2	2	2	6	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	60
45	11	Laki-laki	4	5	3	4	2	1	2	1	4	3	2	3	3	3	3	2	1	1	2	1	50
46	11	Laki-laki	3	4	3	4	4	1	4	3	5	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	1	70
47	11	Laki-laki	1	7	7	1	2	2	7	2	7	2	2	2	2	2	2	2	2	7	2	7	68
48	11	Laki-laki	4	5	3	5	4	4	4	3	3	5	4	6	5	4	1	4	4	4	3	6	81
49	11	Laki-laki	2	1	2	5	4	2	1	3	4	4	5	2	2	2	2	4	3	1	1	4	54
50	11	Perempuan	4	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	2	1	3	1	6	3	5	82

51	12	Perempuan	3	3	3	3	1	1	2	3	4	3	3	1	2	3	3	1	1	3	2	2	47
52	12	Perempuan	2	3	2	4	3	2	3	4	3	3	4	2	4	4	4	3	3	4	2	4	63
53	12	Laki-laki	5	2	2	2	3	2	5	5	6	6	4	4	2	3	4	3	3	7	3	2	73
54	12	Laki-laki	5	2	2	2	5	2	2	7	6	6	5	5	5	5	2	2	2	5	2	7	79
55	12	Laki-laki	5	2	2	2	3	5	5	3	5	3	4	4	2	5	5	2	5	2	5	7	76
56	12	Perempuan	4	4	3	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	3	3	3	4	3	2	77
57	12	Perempuan	4	4	3	5	5	5	4	4	3	4	5	4	4	4	3	3	2	3	4	5	78
58	12	Perempuan	4	4	3	5	3	5	4	5	4	6	6	3	6	4	6	2	2	4	6	4	86
59	12	Laki-laki	1	1	5	2	3	5	1	7	1	4	3	3	3	1	3	7	7	2	2	7	68
60	12	Laki-laki	4	1	6	2	3	4	1	7	1	4	3	3	3	1	3	7	7	2	2	7	71
61	12	Perempuan	7	1	7	7	5	1	1	3	4	5	7	4	7	4	6	7	3	5	7	2	93
62	12	Perempuan	5	6	4	2	7	5	5	6	6	7	7	6	6	6	6	7	6	5	5	5	112
63	12	Perempuan	5	6	3	2	6	5	4	7	6	6	7	6	7	6	6	7	6	5	5	5	110
64	12	Perempuan	5	6	4	2	6	5	4	7	7	6	7	6	7	6	6	7	6	5	5	4	111
65	12	Laki-laki	1	5	2	4	2	5	1	5	2	5	4	4	5	1	5	2	2	5	4	4	68
66	12	Perempuan	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	3	2	2	1	1	1	1	1	3	31
67	12	Perempuan	5	2	3	5	2	2	3	1	6	2	5	2	2	2	2	2	2	3	3	2	56
68	12	Laki-laki	3	2	1	4	3	1	1	5	4	3	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	40
69	12	Perempuan	4	4	2	6	5	5	2	3	4	6	6	5	4	4	4	4	5	5	5	4	87
70	12	Perempuan	5	5	3	3	2	2	6	6	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	63

Lampiran SPSS

		usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10	24	34.3	34.3	34.3
	11	26	37.1	37.1	71.4
	12	20	28.6	28.6	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

		jenis_kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	29	41.4	41.4	41.4
	Perempuan	41	58.6	58.6	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

		Kategori_Nomophobia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	11	15.7	15.7	15.7
	Sedang	47	67.1	67.1	82.9
	Berat	12	17.1	17.1	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Analisis Deskriptif Perdimensi

Dimensi Informasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	14	20.0	20.0	20.0
	Sedang	47	67.1	67.1	87.1
	Berat	9	12.9	12.9	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Dimensi Kenyamanan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	20	28.6	28.6	28.6
	Sedang	38	54.3	54.3	71.4
	Berat	12	17.1	17.1	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Dimensi Komunikasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	20	28.6	28.6	28.6
	Sedang	30	42.9	42.9	71.4
	Berat	20	28.6	28.6	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Dimensi Konektivitas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	21	30.0	30.0	30.0
	Sedang	38	54.3	54.3	84.3
	Berat	11	15.7	15.7	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



1. Identitas Diri

Nama	: M Faza Faizal Akbar
NIM	: KHGC21115
Jenis Kelamin	: Laki-laki
Tempat, Tanggal Lahir	: Garut, 05 Juni 2000
Agama	: Islam
Alamat	: Kp. Paninggalan RT/RW 003/007 Des. Sukasenang Kec. Banyuresmi
Nomor Telepon	: 085793307961
Alamat e-mail	: fhaisal313@gmail.com

2. Riwayat Pendidikan

2005 – 2006	: TK At-taufiq
2006 – 2012	: SDN 1 Haurpanggung
2012 – 2015	: SMPN 1 Tarogong Kidul
2015 – 2018	: SMA Budi Mulya Karawang