

Harga Diri dan Intensitas Penggunaan Telepon Pintar Terhadap Kecenderungan *Nomophobia* Pada Remaja Akhir

Rena Khairunniza¹, Muhammad Ali Adriansyah², Elda Trialisa Putri³

^{1,2,3}Departement of Psychology, Mulawarman University, Indonesia

Article Info

Article history:

Received 4 Oktober, 2021

Revised 18 Oktober, 2021

Accepted 1 November, 2021

Keywords:

Nomophobia;

Self esteem;

Intensity of use smartphone

ABSTRACT

The aim of this research to know the effect of self esteem and intensity of use smartphone on nomophobia. This research used a quantitative approach. This research used simple random sampling technique. The subjects were 100 adolescents which use smartphone in Samarinda City. The data collection method used the self esteem scale, intensity of use smartphone scale, and nomophobia scale. Research data was analyzed by testing double regression linear analysis. The result showed that: (1) There is an effect of self esteem on nomophobia with score beta (β) -0.187, T count (-2,222) > T table (1.984) and (p) 0.029; (2) In intensity use smartphone on with score beta (β) 0.536, and T count (6.390) > T table (1.984), and (p) 0.000; (3) there is an effect of self esteem and intensity of use smartphone on nomophobia, with significant values (p) of 0.000 and a F count of 30.586 (38.7%).

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara harga diri dan intensitas penggunaan telepon pintar terhadap kecenderungan *nomophobia*. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik penelitian yang digunakan adalah simple random sampling. Subjek penelitian adalah 100 remaja akhir yang menggunakan telepon pintar di Kota Samarinda. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala harga diri, skala intensitas penggunaan telepon pintar, dan skala kecenderungan *nomophobia*. Perolehan data dianalisis dengan uji regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Ada pengaruh harga diri terhadap kecenderungan *nomophobia* dengan nilai beta (β) -0.187, dan nilai T hitung (-2,222) > T tabel (1.984) dan (p) 0.029; (2) Ada pengaruh Pada intensitas penggunaan telepon pintar terhadap kecenderungan *nomophobia* dengan nilai beta (β) 0.536, dan nilai T hitung (6.390) > T tabel (1.984), dan (p) 0.000; (3) Ada pengaruh harga diri dan intensitas penggunaan telepon pintar terhadap kecenderungan *nomophobia* pada remaja akhir di Kota Samarinda dengan nilai signifikansi (p) 0.000 dan F Hitung 30.586 (38.7%).

Kata kunci

Kecenderungan *nomophobia*;
Harga diri;
Intensitas penggunaan telepon pintar

Corresponding Autor:

Muhammad Ali Adriansyah

Program Studi Psikologi

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas Mulawarman

Email: ali.adriansyah@fisip.unmul.ac.id

PENDAHULUAN

Salah satu kebutuhan manusia saat ini ialah berinteraksi dengan orang-orang yang berada di sekitarnya. Interaksi sosial adalah hubungan sosial yang dinamis untuk menjalin hubungan sosial. Hubungan sosial yaitu antara individu per individu lainnya, antara kelompok-kelompok lainnya, maupun antara orang perorangan dengan kelompok-kelompok manusia. Interaksi sosial juga dilakukan dalam masyarakat atau hubungan pertemanan apabila terdapat kontak sosial dan komunikasi yang dapat terjadi tanpa harus menyentuh seseorang (Aridarmaputri, dkk., 2016).

Berkomunikasi dengan orang lain secara tidak langsung pada era saat ini menggunakan teknologi. Penggunaan gadget pada era teknologi seperti saat ini dapat mempengaruhi aspek kehidupan lainnya. Media dapat mengubah pola komunikasi seseorang dengan orang lain. Telepon pintar sebagai media secara umum memiliki fungsi positif bagi penggunaannya. Namun penggunaan telepon pintar yang kurang cerdas baik itu secara kuantitas atau kualitas dapat memberikan dampak pada keluarga terdekat bagi suatu individu (Lestari, dkk., 2015)

Kenyamanan dan kemudahan yang ditawarkan telepon pintar, dapat menjadi masalah ketika digunakan secara berlebihan salah satunya adalah *nomophobia* yang saat ini menjadi perhatian seluruh dunia. *Nomophobia* dideskripsikan sebagai ketakutan yang dikarenakan ponsel ataupun internet berada jauh dari jangkauan pemilikinya, *nomophobia* diartikan sebagai perasaan cemas yang dikarenakan tidak tersedianya perangkat seperti komputer atau perangkat komunikasi virtual (King, dkk., 2014).

Penelitian mengenai *nomophobia* pada mahasiswa Universitas Riau menyatakan bahwa, *nomophobia* menjadi wabah baru dikalangan mahasiswa

Universitas Riau, hal tersebut yang didukung juga dengan mudahnya mengakses internet dan penggunaan telepon pintar. Motif penggunaan telepon pintar pada mahasiswa merasa cupu atau merasa tidak gaul, merasa kurang *update*, bosan dengan aktivitas adan adanya keinginan untuk memiliki usaha. Sedangkan motif harapan mahasiswa menggunakan telepon pintar adalah meliputi bisnis, sosialita, informasi, edukasi dan motif hiburan (Dasiroh, dkk., 2017).

Berdasarkan hasil dari pengambilan data awal yang telah diisi oleh 40 orang, peneliti menemukan bahwa sebagian besar merasa cemas ketika tidak dapat memeriksa pesan teks, *e-mail*, dan media sosial. Mereka merasa cemas ketika koneksinya terputus pada saat berkomunikasi menggunakan telepon pintar, dan akan terus mengecek telepon pintar miliknya jika tidak tersedianya jaringan.

Hal diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan, WF adalah seorang mahasiswi yang berusia 20 tahun. WF menyatakan bahwa merasa panik dan gelisah ketika dirinya ketinggalan informasi terbaru di media sosial. WF juga mengeluarkan biaya yang cukup banyak untuk membeli kouta internet dalam kurun waktu satu bulan. WF menyatakan bahwa telepon pintar miliknya selalu aktif 24 jam dan selalu membawa telepon pintar miliknya kemana pun WF pergi.

Faktor yang menyebabkan seseorang mengalami kecenderungan *nomophobia* adalah harga diri. Hasil penelitian Mayangsari & Ariana, (2015). Kecenderungan *nomophobia* dapat terhubung juga dengan harga diri seseorang. Berdasarkan hasil data awal harga diri sebelumnya dapat diketahui beberapa orang tidak dapat menerima kritik di media sosialnya. Harga diri yang berhubungan dengan bagaimana seseorang mempersepsikan kehidupan mereka sehari-

hari. Seseorang yang menilai dirinya positif cenderung bahagia, dapat menyesuaikan diri dan dapat mengontrol seluruh tindakannya. Sebaliknya jika seseorang yang menilai dirinya negatif cenderung merasakan cemas, pesimis dan kesulitan mengontrol tindakannya.

Berdasarkan hasil dari pengambilan data awal yang telah diisi oleh 40 orang, peneliti menemukan bahwa sebagian besar merasa tidak percaya diri ketika pergi tidak membawa telepon pintar dan menyatakan tidak dapat menerima kritik yang saya tidak suka di media sosial miliknya.

Hal tersebut betolak belakang dengan hasil wawancara yang telah dilakukan, KY adalah seorang mahasiswa yang berusia 20 tahun. KY menyatakan memiliki prestasi akademik dan lingkungan sosial yang baik, KY menyatakan tidak bisa jauh dari telepon pintar dan sulit untuk mengontrol waktu menggunakan telepon pintar.

Harga diri yang tinggi dan penggunaan media sosial yang diakses melalui telepon pintar yang tinggi akan berdampak buruk bagi seseorang tersebut, dapat menimbulkan perilaku narsisme itu sendiri. Seseorang yang memiliki perilaku narsisme akan merasa dirinya lebih hebat dibandingkan dengan orang lain. Tidak hanya perilaku narsisme tetapi juga bergantung pada telpon pintarnya (Wibowo & Silaen, 2018).

Selanjutnya faktor yang memengaruhi kecenderungan *nomophobia* adalah intensitas penggunaan telepon pintar. Pengguna telepon pintar mengakui bahwa mereka menggunakan telepon pintar karena ingin memperoleh pengalaman baru, ingin mendapatkan respon, dan ingin diakui oleh lingkungan sekitar. Selain itu, mengakui bahwa telepon pintar bisa membentuk mereka menjadi pribadi yang gemar akan bersosialisasi sehingga telepon pintar saat ini menjadi bagian dari gaya hidupnya (Gifary & Kurnia, 2015).

Berdasarkan hasil dari pengambilan data awal yang telah diisi oleh 40 orang, peneliti menemukan bahwa sebagian besar menyatakan bahwa kesulitan mengontrol waktu menggunakan telepon pintar, menggunakan telepon pintar lebih dari dua jam dalam 1 hari, menghabiskan waktu luang dengan menggunakan telepon pintar, dan lebih sering berinteraksi menggunakan telepon pintar.

Hal diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan, WF adalah seorang mahasiswi yang berusia 20 tahun. WF menyatakan bahwa menggunakan telepon pintar lebih dari enam jam dalam satu hari dan kesulitan untuk mengontrol waktunya dalam menggunakan telepon pintar.

Menurut Yilidrim (2014) menyatakan bahwa kecenderungan adalah tidak ada ponsel yang adalah ketakutan ketika berada jauh dari telepon pintar. Jika seseorang tersebut berada dalam suatu area yang tidak dapat untuk mengakses jaringan, kekurangan saldo atau kouta internet, dan kehabisan baterai, maka orang tersebut akan merasa cemas. Aspek kecenderungan *nomophobia* menurut Yilidrim (2014) mengemukakan bahwa terdapat empat aspek pada kecenderungan *nomophobia* yaitu: tidak bisa berkomunikasi, kehilangan konektivitas, tidak mampu untuk mengakses informasi, dan menyerah pada kenyamanan. Adapun faktor yang memengaruhi kecenderungan *nomophobia* menurut Bianchi dan Philip (dalam Yilidrim, 2014) yaitu: jenis kelamin, usia, ekstraversi, neurotisme, dan harga diri

Menurut Maslow (dalam Tjahjaningsih & Nuryoto, 1994) Harga diri dapat diperoleh melalui penghargaan seseorang terhadap dirinya sendiri maupun penghargaan dari orang lain. Aspek harga diri menurut Malow (dalam Boeree, 2006) adalah penghargaan diri sendiri dan penghargaan dari orang lain. Adapun faktor yang memengaruhi harga diri menurut Gufron & Risnawati (2016)

adalah jenis kelamin, intelegensi, kondisi fisik, lingkungan keluarga dan lingkungan sosial.

Menurut Horrigan (2002) menyatakan bahwa intensitas seseorang terdapat dua hal mendasar yang perlu diamati, yakni frekuensi yang sering digunakan dan lama menggunakannya. Adapun aspek intensitas penggunaan telepon pintar menurut Horrigan (2002) adalah frekuensi dan lama mengakses.

METODE PENELITIAN

Metode yang berisikan mengenai desain penelitian, subjek penelitian, metode pengumpulan data, prosedur intervensi, dan teknik analisis data.

Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan ialah dengan penelitian kuantitatif. Peneliti menggunakan rancangan penelitian regresi berganda. Penelitian regresi berganda adalah cara yang berguna mengukur besar pengaruh antara beberapa variabel terhadap satu buah variabel.

Subjek Penelitian

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* yang mana teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur populasi untuk menjadi anggota sampel. Pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*. *Simple random sampling* adalah teknik yang sederhana karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa melihat dan memperhatikan kesamaan atau staratayang ada dalam populasi. (Sugiyono, 2015). pengambilan sampel berdasarkan pada perhitungan yang digunakan dengan rumus Slovin (Wirawan, 2015), oleh sebab itu sampel dalam penelitian ini berjumlah 100 sampel penelitian

Metode Pengumpulan Data

Pada pengumpulan data ini metode yang digunakan adalah skala. Penelitian ini menggunakan metode uji coba tidak terpakai. Hadi, (2006) bahwa hasil uji coba tersebut langsung digunakan untuk menguji hipotesis. Skala tipe likert digunakan dalam penelitian untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2015). Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecenderungan *nomophobia* dengan jumlah 24 aitem dan didapatkan nilai *alpha croncach's* = 0.946. Skala harga diri dengan jumlah 20 aitem dan didapatkan nilai *alpha croncach's* = 0.916. Skala intensitas penggunaan telepon pintar dengan jumlah 20 aitem dan didapatkan nilai *alpha croncach's* = 0.925.

Teknik Analisis Data

Pada teknik analisis data digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi ganda untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dan kemampuan prediksi kedua variabel bebas (harga diri dan intensitas penggunaan telepon pintar) terhadap variabel terikat (kecendrungan *nomophobia*). Sebelum melakukan uji hipotesis, hal pertama yang dilakukan adalah uji deskriptif dan uji asumsi yang meliputi uji normalitas, uji lineritas, uji multikolinieritas, uji homoskedastisitas dan uji autokorelasi sebagai syarat dalam penggunaan analisis regresi. *Package For Social Sciences*) Versi 23.00 for windows digunakan untuk menganalisis statistik dalam penelitian ini.

HASIL PENELITIAN

Penelitian dilakukan di Kota Samarinda, Provinsi Kalimantan Timur. Jumlah sampel yang digunakan pada penelitian adalah 100 orang. 100 sampel yang terdiri dari 82 orang berjenis kelamin

perempuan dan 18 orang berjenis kelamin laki-laki. Berikutnya sampel juga terdiri dari 97 orang berstatus mahasiswa dan 3 orang berstatus pelajar.

Tujuan pada penelitian yakni untuk melihat apakah terdapat pengaruh antara harga diri dan intensitas penggunaan telepon pintar terhadap kecenderungan

nomophobia pada remaja akhir di Kota Samarinda.

Hasil uji deskriptif didapatkan dari responden penelitian melalui tiga skala, yaitu skala kecenderungan *nomophobia*, harga diri dan intensitas penggunaan telepon pintar. Rerata empirik dan rerata hipotetik pada tabel berikut:

Tabel 1. Mean Empirik dan Mean Hipotetik

Variabel	Mean Empirik	SD Empirik	Mean Hipotetik	SD Hipotetik	Status
Kecenderungan <i>Nomophobia</i>	67.20	6.802	60	12	Tinggi
Harga Diri	51.20	4.436	50	10	Tinggi
Intensitas Penggunaan Telepon Pintar	57.89	7.306	50	10	Tinggi

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui skala kecenderungan *nomophobia* yang telah terisi didapatkan mean empirik 67.20 lebih tinggi dari mean hipotetik 60 dengan status tinggi. Hal ini membuktikan bahwa subjek berada kategori tingkat kecenderungan *nomophobia* yang tinggi. Kemudian melalui skala kecenderungan *nomophobia* yang telah terisi diperoleh SD

empirik 6.802 lebih rendah dari SD hipotetik 12 dengan kategori rendah. Hal tersebut membuktikan bahwa subjek mempunyai tingkat skor kecenderungan *nomophobia* yang rendah antara satu subjek dengan subjek lainnya.

Berikutnya sebaran dari frekuensi data yang telah dilakukan pada tiga skala tersebut sebagai berikut:

Tabel 2. Kategorisasi Skor Skala Kecenderungan *Nomophobia*

Interval Kecenderungan	Skor	Kategori	F	Persentase
$X \geq M + 1.5 SD$	≥ 78	Sangat Tinggi	4	4
$M + 0.5 SD < X < M + 1.5 SD$	66 - 77	Tinggi	57	57
$M - 0.5 SD < X < M + 0.5 SD$	54 - 65	Sedang	37	37
$M - 1.5 SD < X < M - 0.5 SD$	42 - 53	Rendah	2	2
$X < M - 1.5 SD$	≤ 42	Sangat Rendah	0	0

Berdasarkan kategorisasi pada tabel 2, maka dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki rentang nilai skala kecenderungan *nomophobia* yang berada di kategori sangat tinggi dengan rentang skor ≥ 78 sebanyak 4 orang dengan persentase 4 persen, kategori tinggi dengan rentang skor 66 sampai 77 sebanyak 57 orang dengan

persentase 57 persen, kategori sedang dengan rentang skor 54 sampai 65 sebanyak 37 orang dengan persentase 37 persen, dan kategori rendah dengan rentang skor 42 sampai 53 sebanyak 2 orang dengan persentase 2 persen.

Berikutnya frekuensi data yang telah dilakukan pada skala harga diri sebagai berikut:

Tabel 3. Kategorisasi Skor Skala Harga Diri

Interval Kecenderungan	Skor	Kategori	F	Persentase
$X \geq M + 1.5 SD$	≥ 65	Sangat Tinggi	0	0
$M + 0.5 SD < X < M + 1.5 SD$	55 – 64	Tinggi	25	25
$M - 0.5 SD < X < M + 0.5 SD$	45 – 54	Sedang	69	69
$M - 1.5 SD < X < M - 0.5 SD$	35 - 44	Rendah	6	6
$X < M - 1.5 SD$	≤ 35	Sangat Rendah	0	0

Pada tabel 3, dapat diketahui subjek yang memiliki interval nilai skala harga diri yang berada di kategori tinggi dengan rentang skor 55 sampai 64 sebanyak 25 orang dengan persentase 25 persen, kategori sedang dengan rentang skor 45 sampai 54 sebanyak 69 orang dengan

persentase 69 persen, dan kategori rendah dengan rentang skor 35 sampai 44 sebanyak 6 orang dengan persentase 6 persen.

Berikutnya frekuensi data untuk skala intensitas penggunaan telepon pintar sebagai berikut:

Tabel 4. Kategorisasi Skor Skala Intensitas Penggunaan Telepon Pintar

Interval Kecenderungan	Skor	Kategori	F	Persentase
$X \geq M + 1.5 SD$	≥ 65	Sangat Tinggi	24	24
$M + 0.5 SD < X < M + 1.5 SD$	55 – 64	Tinggi	39	39
$M - 0.5 SD < X < M + 0.5 SD$	45 – 54	Sedang	35	35
$M - 1.5 SD < X < M - 0.5 SD$	35 - 44	Rendah	2	2
$X < M - 1.5 SD$	≤ 35	Sangat Rendah	0	0

Berdasarkan pada tabel 4, dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki nilai skala intensitas penggunaan telepon pintar pada kategori sangat tinggi dengan rentang skor ≥ 65 sebanyak 24 orang dengan persentase 24 persen, kategori tinggi dengan rentang skor 55 sampai 64 sebanyak 39 orang dengan persentase 39 persen, kategori sedang dengan rentang skor 45 sampai 54 sebanyak 35 orang dengan persentase 35 persen, dan kategori

rendah dengan rentang skor 35 sampai 44 sebanyak 2 orang dengan persentase 2 persen.

Berikutnya, metode analisis regresi akan tetapi sebelumnya perlu melakukan uji asumsi yang didalamnya terdapat uji normalitas, uji linieritas, uji multikolieritas, dan uji homoskedastisitas sebagai sebuah syarat pada saat menggunakan analisis regresi. Kemudian hasil dari uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov- P	Keterangan
Kecenderungan <i>Nomophobia</i>	0.079	0.127 Normal
Harga Diri	0.082	0.094 Normal
Intensitas Penggunaan Telepon Pintar	0.085	0.073 Normal

Pada tabel 5 dapat disimpulkan bahwa dari ketiga variabel yaitu kecenderungan *nomophobia*, harga diri, dan intensitas

penggunaan telepon pintar memiliki sebaran data yang normal. Selanjutnya hasil uji lineritas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Linieritas

Variabel	F Hitung	F Tabel	P	Keterangan
Kecenderungan <i>Nomophobia</i> – Harga Diri	0.724	3.09	0.769	Linier
Kecenderungan <i>Nomophobia</i> – Intensitas Penggunaan Telepon Pintar	1.608	3.09	0.058	Linier

Berdasarkan tabel 6, dapat diketahui bahwa hasil uji linieritas hubungan antara variabel kecenderungan *nomophobia* terhadap harga diri menunjukkan F hitung ($0.724 < F \text{ tabel } (3.09)$ dan $p (0.769) > 0.05$ yang berarti data dinyatakan linier. Kemudian hasil uji linieritas hubungan

antara variabel kecenderungan *nomophobia* terhadap intensitas penggunaan telepon pintar menunjukkan F hitung ($1.068 < F \text{ tabel } (3.09)$ dan $p (0.058) > 0.05$ berarti data dinyatakan linier. Hasil uji homoskedastisitas dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 5. Hasil Uji Homoskedastisitas

Variabel	T Hitung	T Tabel	P	Keterangan
Kecenderungan <i>Nomophobia</i> – Harga Diri	0.094	1.984	0.350	Homoskedastik
Kecenderungan <i>Nomophobia</i> – Intensitas Penggunaan Telepon Pintar	-0.086	1.984	0.932	Homoskedastik

Berdasarkan tabel di atas maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala heteroskedastisitas model regresi dalam penelitian ini, karena seluruh nilai signifikansi yang diperoleh dari pengujian menggunakan metode Glejser diperoleh nilai a lebih dari 0.05 terhadap *absolute residual* (*Abs_Res*) secara parsial dan nilai t hitung $< t$ tabel. Sehingga, variabel

independen layak digunakan untuk memprediksi variabel dependen yang ada.

Selanjutnya, uji regresi berganda dilakukan pada penelitian ini, kemudian, dengan menggunakan regresi model penuh, bertahap dan parsial. Hasil dari analisis regresi model penuh dapat diketahui pada tabel berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Analisis Regresi Model Penuh

Variabel	F Hitung	F Tabel	R ²	P	Keterangan
Kecenderungan <i>Nomophobia</i> (Y)					
Harga Diri (X ₁)	30.586	3.09	0.387	0.000	Diterima
Intensitas Penggunaan Telepon Pintar (X ₂)					

Berdasarkan tabel 6, dapat diketahui bahwa F hitung $> F$ tabel yang artinya harga diri dan intensitas penggunaan telepon pintar terhadap kecenderungan *nomophobia* pada remaja akhir memiliki pengaruh dan signifikan yaitu dengan nilai F

$= 30.586$, $R^2 = 0.387$, dan $p = 0.000$ dengan besar pengaruh 38,7% yaitu tergolong rendah hal tersebut bermakna bahwa hipotesis mayor dalam penelitian diterima. Selanjutnya, hasil dari analisis regresi model bertahap dapat diketahui sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil Analisis Regresi Model Bertahap

Variabel	Beta Hitung	T Hitung	T Tabel	P	Keterangan
Kecenderungan <i>Nomophobia</i> (Y) Harga Diri (X ₁)	-0.187	-2.222	1.984	0.029	Signifikan
Kecenderungan <i>Nomophobia</i> (Y) Intensitas Penggunaan Telepon Pintar (X ₂)	0.536	6.390	1.984	0.000	Signifikan

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa harga diri dengan kecenderungan *nomophobia* diketahui t hitung > t tabel yang artinya terdapat pengaruh dengan nilai beta = -0.187, t -2.222, dan p = 0.029. Selanjutnya pada intensitas penggunaan telepon pintar dengan

kecenderungan *nomophobia* menunjukkan t hitung > t tabel yang artinya terdapat pengaruh signifikan dengan nilai beta = 0.536, t = 6.390, dan p = 0.000. Pada hasil uji regresi parsial terhadap aspek variabel Y (kecenderungan *nomophobia*) dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 8. Hasil Analisis Regresi Parsial Terhadap Aspek Variabel Y (Kecenderungan *Nomophobia*)

Variabel	Faktor	Beta Hitung	T Hitung	T Tabel	P
Tidak Bisa Berkomunikasi (Y ₁)	Penghargaan dari Orang Lain (X ₂)	-2.083	-2.082	1.984	0.040
Kehilangan Konektivitas (Y ₂)	Lama Mengakses (X ₄)	0.243	2.199	1.984	0.030
	Penghargaan dari Orang Lain (X ₂)	-0.185	-2.228	1.984	0.028
Tidak Mampu Mengakses Informasi (Y ₃)	Frekuensi (X ₃)	0.379	3.417	1.984	0.001
	Frekuensi (X ₃)	0.341	2.844	1.984	0.005
Menyerah Pada Kenyamanan (Y ₄)	Frekuensi (X ₃)	0.309	2.345	1.984	0.021

Berdasarkan tabel 8, maka dapat diketahui aspek penghargaan dari orang lain (X₂) memiliki pengaruh terhadap aspek tidak bisa berkomunikasi (Y₁), kemudian aspek lama mengakses (X₄), aspek penghargaan dari orang lain (X₂) dan aspek frekuensi (X₃) memiliki pengaruh terhadap aspek kehilangan konektivitas (Y₂). Selanjutnya aspek frekuensi (X₃) memiliki pengaruh terhadap aspek tidak mampu mengakses informasi (Y₃), dan aspek frekuensi (X₃) memiliki pengaruh terhadap aspek menyerah pada kenyamanan (Y₄).

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara harga diri dan intensitas penggunaan telepon pintar terhadap

kecenderungan *nomophobia* pada remaja akhir di Kota Samarinda. Harga diri dan intensitas penggunaan telepon pintar memengaruhi kecenderungan *nomophobia* remaja akhir di Kota Samarinda sebesar 38.7 persen yang diketahui berdasarkan nilai dari R² pada hasil uji hipotesis model penuh yakni 0.387 dan 61.3 persen dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Seseorang yang memiliki harga diri rendah dapat menyebabkan kurangnya kepercayaan pada dirinya sendiri, maka akan timbulnya perilaku kecanduan, kontrol diri yang menjadi lemah, dan akan merasa gagal, serta cenderung disebabkan oleh cara berpikir seseorang yang awalnya positif kemudian menjadi negatif, dari cara berpikir tersebut seseorang dapat mengalami

kecenderungan *nomophobia* apabila memiliki harga diri yang rendah (Donnelly, 2014). Harga diri yang rendah dapat memprediksi penggunaan telepon pintar bermasalah. Individu dengan pandangan diri yang buruk atau negatif memiliki kecenderungan yang besar mencari kepastian, telepon pintar memberi kesempatan pada setiap orang untuk dihubungi kapan saja, oleh sebab itu tidak mengherankan jika individu dalam menggunakan telepon pintar secara berlebihan dan menimbulkan perasaan cemas (Bianchi & Philips, 2005).

Tidak hanya harga diri yang rendah, penggunaan telepon pintar merupakan salah satu faktor yang memengaruhi tingkat *nomophobia* seseorang. Penggunaan telepon pintar tanpa kontrol akan mendatangkan permasalahan sosial di lingkungan sekitarnya. Hal tersebut akan membuat individu menarik diri dari lingkungan sosialnya, memicu timbulnya perasaan cemas dan kehilangan jika berjarauhan dengan telepon pintar (Choliz, 2012).

Pada hasil dari uji analisis regresi model bertahap pada penelitian ini dapat diketahui harga diri berpengaruh terhadap kecenderungan *nomophobia* pada remaja akhir di Kota Samarinda dengan nilai beta = -0.187, t -2.222, dan p = 0.029 dengan arah kedua variabel negatif yang dilihat dari nilai negatif pada nilai beta yang bermakna berbanding terbalik. Seseorang yang mempunyai harga diri tinggi akan lebih menyukai melakukan komunikasi secara langsung, sebaliknya apabila seseorang mempunyai harga diri yang rendah lebih memilih untuk melakukan komunikasi melalui sms, email atau media sosial lainnya (Joinson, 2004). Harga diri yang tinggi pada seseorang menunjukkan seberapa jauh seseorang tersebut menerima keadaan yang ada didalam dirinya sendiri sebagai orang yang berharga, sebaliknya apabila seseorang dengan harga diri yang rendah

maka akan memandang dirinya sendiri sebagai orang yang tidak berharga atau tidak layak (Rosenberg, dalam Mulyana & Afriani, 2017).

Selanjutnya, pada hasil uji analisis regresi model bertahap yang telah dilakukan terdapat pengaruh antara intensitas penggunaan telepon pintar terhadap kecenderungan *nomophobia* dengan nilai beta = 0.536, t = 6.3990 dan p = 0.000 dengan arah kedua variabel adalah positif yang diketahui dari nilai positif pada koefisien beta. Hal tersebut menjelaskan bahwa individu mempunyai intensitas penggunaan telepon pintar yang tinggi maka kecenderungan *nomophobia* akan tinggi pula. Begitu pula sebaliknya apabila intensitas penggunaan telepon pintarnya rendah maka kecenderungan *nomophobia* akan rendah pula.

Penelitian yang dilakukan oleh Satriya (2016), menjelaskan bahwa penggunaan telepon pintar berkontribusi munculnya *nomophobia*. semakin tinggi intensitas penggunaan telepon pintar individu maka semakin tinggi munculnya *nomophobia*. Penggunaan telepon pintar berpengaruh terhadap *nomophobia*. Individu mengalami kesulitan mengatur waktu menggunakan telepon pintar dan menggunakannya secara berlebihan serta menggunakan sesuai dengan kebutuhan (Fajri, 2017).

Berikutnya, berdasarkan analisis regresi parsial pada variabel harga diri memiliki pengaruh terhadap kecenderungan *nomophobia* pada remaja akhir di Kota Samarinda, aspek penghargaan diri dari orang lain berpengaruh terhadap kecenderungan *nomophobia* dengan aspek yaitu, tidak bisa berkomunikasi dan kehilangan konektivitas. Seseorang dengan harga diri yang rendah berusaha untuk membuat dirinya dapat diterima dengan harga diri yang rendah tersebut dengan menggunakan media sosial yang diaksesnya melalui telepon pintar, karena media sosial yang diakses

melalui telepon pintar dapat menjadi sebuah wadah di mana seseorang tersebut dapat membentuk citra diri dan menampilkan kesan diri yang diinginkannya serta membuat dirinya merasa diterima (Mehdzadeh, 2010).

Selanjutnya, berdasarkan hasil analisis regresi parsial menunjukkan bahwa intensitas penggunaan telepon pintar memiliki pengaruh terhadap kecenderungan *nomophobia* pada remaja akhir di Kota Samarinda, dimana aspek frekuensi berpengaruh terhadap aspek kehilangan konektivitas, tidak mampu mengakses informasi dan menyerah pada kenyamanan. Sedangkan aspek lama mengakses berpengaruh terhadap aspek kehilangan konektivitas. Alasan dari remaja menggunakan telepon pintar dapat dikaitkan pada identitas dirinya, maka frekuensi penggunaan telepon pintar akan meningkat. Meningkatnya frekuensi penggunaan telepon pintar karena telepon pintar memberikan hiburan, dukungan sosial dan meningkatkan hubungan interpersonal dengan lingkungannya (Hong., dkk., 2012).

Selanjutnya, aspek lama mengakses memiliki makna yang penting karena berapa lama waktu yang digunakan dalam mengakses dan menggunakan telepon pintar (Horrihan, 2002). Tingginya intensitas penggunaan telepon pintar tersebut dalam kehidupan sehari-hari tentu memengaruhi pola perilaku. Pola perilaku yang sering dan lama dalam menggunakan telepon pintar. Pola tersebut dapat berdampak pada ketergantungan terhadap telepon pintar (Satriya, 2016).

KESIMPULAN

Berdasarkan pada hasil dari penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh antara harga diri dan intensitas penggunaan telepon

2. pintar terhadap kecenderungan *nomophobia*.
3. Terdapat pengaruh harga diri terhadap kecenderungan *nomophobia*.
4. Terdapat pengaruh intensitas penggunaan telepon pintar terhadap kecenderungan *nomophobia*.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut :

1. Bagi Subjek
Diharapkan pada subjek penelitian yaitu remaja akhir. Subjek penelitian yang memiliki harga diri yang rendah agar dapat meningkatkan harga dirinya salah satunya dengan mengetahui minat dan bakat untuk meningkatkan prestasi akademik maupun non akademik yang dimiliki oleh subjek. Selanjutnya subjek dapat mengatur frekuensi dan lama dari penggunaan telepon pintarnya dengan melakukan kegiatan lain yang tidak berhubungan dengan telepon pintar. Subjek juga dapat melakukan kegiatan lain yang disukai oleh subjek tanpa perlu melibatkan telepon pintar dan *gadget* miliknya. Contohnya apabila subjek memiliki hobi yang suka untuk olahraga dapat melakukan kegiatan tersebut, selanjutnya apabila subjek memiliki hobi untuk menanam dapat melakukan kegiatan tersebut. Subjek juga dapat mengontrol lama menggunakan telepon pintar.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya
Bagi peneliti selanjutnya, penulis menyarankan untuk meneliti faktor lain yang juga memengaruhi kecenderungan *nomophobia* seperti faktor kesepian, kontrol diri, usia, faktor ekstrasensasi, dan faktor neuritisme. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan sampel yang lebih bervariasi yaitu tidak hanya menggunakan sampel remaja akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Aridarmaputri, S. G., Akbar, S. N., Yunairrahmah. (2016). Pengaruh jejaring sosial terhadap kebutuhan afiliasi remaja di program studi psikologi fakultas kedokteran universitas lambung mangkurat. *Jurnal Ecopsy*, 3(1), 1-6.
- Boeree, G. 2006. *Dasar-dasar psikologi*. Jogjakarta: Prismsophie.
- Dasiroh, U., Miswatun, S., Ilahi, Y. F., & Nurjannah. (2017). Fenomena nomophobia di kalangan mahasiswa (studi deskriptif kualitatif mahasiswa universitas riau). *Jurnal Medium*, 6(1), 1-6.
- Gifary, S., Kurnia, N. I. (2013). Intensitas penggunaan smartphone terhadap perilaku komunikasi. *Jurnal Sosioteknologi*, 14(1), 170-178.
- Gufron, M. N., & Risnawati, R. (2016). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hadi, S. (2006). *Metodologi research II*. Jakarta: Andi Offset.
- Hong, F. Y., Chiu, S. I., & Huang, D. H. (2012). A model of the relationship between psychological characteristics, mobile phone addiction and use of mobile phones by Taiwanese university female students. *Computer in Human Behavior*, 28(6), 2152-2159.
- Joinson, A. N. (2004). Self-esteem, interpersonal risk, and preference for e-mail to face-to-face communication. *CyberPsychology & Behavior*, 7(4), 472-478.
- Lestari, I., Riana, A. W., & Taftarzani, B. M. (2015). Pengaruh gadget pada interaksi sosial dalam keluarga. *Prosiding KS: Riset & PKM*, 2(2), 147-300.
- Mehdizadeh, S. (2010). Self-Presentation 2.0: Narcissism and self-Esteem on facebook. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(4), 357-365.
- Satriya, M. R. F. (2016). Pengaruh intensitas penggunaan smartphone terhadap munculnya nomophobia pada mahasiswa universitas muhammadiyah jember. (Naskah Publikasi). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Wirawan. (2015). *Evaluasi kinerja sumber daya manusia teori, aplikasi dan penelitian*. Jakarta: Salemba.
- Yildirim, C. (2014). Exploring the dimensions of nomophobia: developing and validating a questionnaire using mixed methods research. *Graduate Theses and Dissertations*, 14005. IOWA State University.