



Pengaruh Intensitas Penggunaan Smartphone Terhadap Nomophobia pada Anak Sekolah Dasar

The Influence of Smartphone Use Intensity on Nomophobia in Elementary School Children

Khofifa*, Widyastuti

Jurusan Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

*Penulis Koresponden: khofifahanwar13@gmail.com

ABSTRAK

Penggunaan *smartphone* memiliki dua sisi yaitu positif dan negatif tergantung pada individu dalam menggunakan *smartphone*. Penggunaan positif akan memperoleh pengetahuan, dan kemudahan dalam mengakses informasi. Sedangkan penggunaan negatif akan menyebabkan kecanduan sehingga menimbulkan kecemasan dalam menggunakan *smartphone* hal ini disebut *nomophobia*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terhadap intensitas penggunaan *smartphone* terhadap *nomophobia* pada anak sekolah dasar dengan pendekatan kuantitatif survei dengan Teknik analisis meliputi: Analisis deskriptif, dan teknik analisis inferensial dengan jumlah sampel yaitu sebanyak 150 anak sekolah dasar. Metode pengambilan data menggunakan *accidental sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dokumentasi dengan menggunakan skala *likert* dan *rating scale*. Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat pengaruh signifikan intensitas penggunaan *smartphone* terhadap *nomophobia* pada anak sekolah dasar di SDN Kompleks IKIP dan SDN Kompleks IKIP 1 Makassar. Pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* pada *nomophobia* sebesar 83% sedangkan 17% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata Kunci: Anak Sekolah Dasar, Intensitas Penggunaan *Smartphone*, *Nomophobia*

ABSTRACT

The use of a smartphone has two sides, namely positive and negative depending on the individual in using a smartphone. Positive use will gain knowledge, and ease in accessing information. Meanwhile, negative use will cause addiction, causing anxiety in using a smartphone, this is called nomophobia. This study aims to determine the effect of the intensity of smartphone use on nomophobia in elementary school children using a quantitative survey approach with analytical techniques including: descriptive analysis and inferential analysis techniques with a total sample of 150 elementary school children. Data collection method using accidental sampling. Data collection techniques using questionnaires and documentation using a Likert scale and rating scale. The results of the study found that there was a significant effect of the intensity of smartphone use on nomophobia in elementary school children at SDN Komplek IKIP and SDN Komplek IKIP 1 Makassar. The influence of the intensity of smartphone use on nomophobia is 83%, while 17% is influenced by other factors.

Keywords: Elementary School Children, Intensity of Smartphone Use, *Nomophobia*

1. PENDAHULUAN

Smartphone memiliki peran penting dalam berkomunikasi, mengakses internet, dan memberikan sarana untuk menghibur diri. Seiring waktu, berbagai kegiatan yang berhubungan dengan *smartphone* dalam jangka panjang mengakibatkan individu mengalami kecenderungan untuk mengecek terus-menerus *smartphone*-nya hingga memicu perasaan cemas karena tidak menggunakan *smartphone*. Hal ini merupakan kondisi yang dikenal *nomophobia* (Mulyar, 2016).

Nomophobia digambarkan ketakutan yang tidak masuk akal ketika individu tidak mampu lepas dengan *smartphone*-nya. Individu yang mengalami *nomophobia* akan lebih banyak menghabiskan waktu menggunakan *smartphone* ketimbang bersosialisasi secara langsung dengan lingkungan sekitar (Yildirim, 2014). *Nomophobia* adalah perasaan takut dan cemas jika tidak menggunakan *mobile phone* (*smartphone*) atau tidak bermain internet (King et al., 2014). Beberapa ciri yang digambarkan *nomophobia* para penggunaan *smartphone* seperti merasakan kekecewaan ketika lupa atau tidak sedang menggunakan *smartphonenya*, merasa murung, tidak bersemangat ketika tidak menggunakan *smartphone*, merasa takut, dan tidak nyaman jika kehilangan koneksi internet saat menggunakan *smartphone*.

Ramaita et al., (2019) *Nomophobia* memiliki jenis karakteristik yaitu hampir sebagian waktunya digunakan bermain *smartphone* dalam sehari, tidak pernah lupa membawahi pengisi daya untuk *smartphone*-nya, merasa cemas ketika *smartphone*-nya tidak terhubung dengan jaringan atau kehabisan kuota. Mengetahui dampak negatif yang diakibatkan dalam penggunaan *smartphone* yang berlebihan. Pengendalian diri dalam situasi ini sangat berperan penting. Diharapkan individu mampu mengontrol diri dalam menggunakan *smartphone* agar mampu berperilaku tidak menyimpang dari norma masyarakat (Pinasti & Kustati, 2017).

Sharman et al., (2015) menunjukkan bahwa terdapat 73% responden tidak menyadari mengalami

nomophobia dan 11% tidak mengalami *nomophobia*, sedangkan 21% responden merasakan *ringxiety* dan 83% responden merasakan kecemasan ketika tidak mengetahui *smartphone*-nya, sebanyak 61 responden melaporkan merasakan kelelahan dan sakit kepala. Hal ini merupakan efek samping yang umum dirasakan pada pengguna *smartphone*. Sejalan dengan penelitian Dongre et al., (2017) mengemukakan bahwa prevalensi *nomophobia* sebanyak 68,92% dengan menyatakan bahwa kebiasaan laki-laki tinggi dalam menggunakan *smartphone* daripada perempuan, hal ini dikarenakan laki-laki menggunakan *smartphone* dengan tujuan berdagang, memanfaatkan teknologi, menghibur diri hingga intensitas menggunakan *smartphone* tinggi.

Mayangsari (2014) mengemukakan bahwa di Indonesia, jumlah yang mengalami *nomophobia* meningkat secara relevan di tahun 2014 sekitar 75% dengan rentang usia 18-24 tahun dan pada tahun 2014 yang mengalami *nomophobia* sekitar 84% dengan usia 19-25 tahun. Walaupun masih terbilang sedikit. Namun pada golongan anak usia dini, beberapa penelitian telah mengkaji terkait penggunaan *smartphone*. Dirgantaranya yang dilakukan oleh Indriani et al., (2022) menyatakan bahwa sejak usia 2 tahun anak sudah diberikan *smartphone* untuk bermain game, menonton film kartun, dan menonton *youtube*.

Penggunaan *smartphone* dapat memudahkan pembelajaran online bagi siswa di masa pandemi hingga saat ini. Hal ini menumbuhkan sikap kemandirian bagi siswa, memudahkan siswa mencari sumber belajar menggunakan *smartphone* dengan *internet*, *google*, *youtube*, ataupun media lainnya. Siswa sekolah dasar dapat belajar banyak sumber pelajaran menggunakan *smartphone* dengan multimedia yang menarik dan guru dapat membuat media pembelajaran dengan mudah (Salehudin, 2020). Tetapi, banyak dijumpai siswa menggunakan *smartphone* untuk bermain game, menonton film, bermain sosial media berlebihan serta chatting tanpa membatasi penggunaan *smartphone* hingga membuat waktu siswa untuk belajar berkurang, menjadikan siswa malas untuk belajar, serta konsentrasi untuk belajar

terganggu karena terlalu asyik menggunakan *smartphone* (Astuti dan Sembiring, 2019)

Hasil penelusuran KPAI, (2020) Komisi Perlindungan Anak Indonesia terdapat 71,3 % anak usia sekolah dasar memiliki ponsel pintar (*smartphone*) atau menggunakan *smartphone* yang cukup lama dalam sehari dengan rata-rata 55% yaitu menghabiskan waktu bermain *smartphone* dengan game online, menonton youtube, dan bermain sosial media. Selama pandemi berlangsung banyak waktu luang yang tidak terpakai dan sebagian besar anak-anak menggunakannya untuk menggunakan *smartphone*.

Isnri dan Anugrah (2021) mengemukakan bahwa penggunaan *smartphone* pada anak usia sekolah 90% pembelajaran dilakukan secara daring dan tugas diberikan melalui salah satu aplikasi dalam *smartphone*. Tetapi ketika penggunaan *smartphone* mulai melewati batas dan berlebihan maka pengguna akan cenderung kecanduan untuk selalu menggunakan *smartphone*. Usia anak sekolah dasar seharusnya lebih banyak melakukan kegiatan yang mengembangkan fisik, motorik, bakat dan serta interaksi sosial pada lingkungan sosial sekitar.

Bagi anak *smartphone* menyediakan dimensi suara, gerak, lagu dan warna sekaligus dalam satu perangkat yang sudah diterapkan dalam dunia Pendidikan. Hal ini tentu tidak didapatkan oleh anak-anak dari media lain, seperti majalah, buku dan lain-lainnya. *Smartphone* tidak hanya menampilkan materi tetapi memiliki fitur yang beragam. Di dalam *smartphone* anak dapat mengetahui informasi sekaligus menghibur diri sehingga menggunakan *smartphone* dengan waktu yang lama. Selain kebiasaan, usia, dan extraversion, dan penggunaan *smartphone* yang secara intens merupakan salah satu penyebab yang dapat mempengaruhi terjadinya *nomophobia*. Pemakaian yang berlebihan dapat mengubah perilaku, kebiasaan dan meningkatkan kecenderungan pada penggunaan *smartphone*. Hal ini mengacu munculnya *nomophobia* (Mulyana dan Widyastuti, 2017). Fajri (2017) mengemukakan bahwa adanya hubungan positif yang relevan antara intensitas penggunaan *smartphone*

dengan *nomophobia*. Penggunaan *smartphone* secara efektif memberikan kontribusi 39,2% terhadap *nomophobia*. Selaras dengan hasil temuan Khilnani et al., (2019) menyatakan bahwa frekuensi penggunaan *smartphone* adalah seberapa sering individu mengecek atau membuka *smartphone* setiap 5 menit. Individu dengan frekuensi yang tinggi memiliki *nomophobia* dibandingkan individu yang memiliki frekuensi rendah dalam menggunakan *smartphone*.

Berdasarkan pertimbangan pada fenomena intensitas penggunaan *smartphone* pada usia anak sekolah usia dasar, pada usia ini anak berada pada usia pertumbuhan sangat rentang dengan informasi yang ada pada *smartphone* yang berakibat munculnya *nomophobia* sehingga peneliti tertarik untuk mengkaji secara ilmiah mengenai pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap *nomophobia* pada anak sekolah dasar.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. *Nomophobia* dan Intensitas Penggunaan *Smartphone* pada Anak Sekolah Dasar

Nomophobia (No Mobile Phone Phobia) adalah perasaan takut yang dialami individu ketika kehilangan ponselnya. Hal ini merupakan salah satu fobia. kebiasaan dan intensitas penggunaan *smartphone* yang menjadi faktor individu mengalami *nomophobia* (Kalaskar, 2015). Perasaan takut atau kecemasan dalam kasus objek tertentu biasa disebut dengan phobia spesifik yang terdapat dalam DSM-5 yang dikenal sebagai rangsangan phobia (American Psychological Association, 2014). Dalam hal ini dapat dijelaskan dengan ketakutan tanpa *smartphone*.

Yildirim (2014) mengemukakan bahwa *nomophobia* merupakan penggunaan *smartphone* yang berlebihan oleh penggunaannya. *Nomophobia* dapat juga diartikan sebagai istilah yang mengarah pada pembiasaan individu yang berhubungan terus menerus dengan *smartphone* (King et al., 2014).

Dixit (2010) mengemukakan bahwa *nomophobia* adalah perasaan cemas yang dirasakan oleh pengguna *smartphone* ketika berada jauh dari *smartphone* yang dimilikinya. Sedangkan menurut Envoy (2012) mengemukakan bahwa *nomophobia* adalah perasaan ketakutan dan kecemasan tidak menggunakan *smartphone*, baik karena pulsa habis, kehabisan baterai, dan tidak ada sinyal. Pavitrah (2015) *nomophobia* adalah kecemasan, ketidaknyaman dan kesedihan yang disebabkan tidak menggunakan *smartphone*.

Tubbs dan Moss (1983) menyatakan bahwa intensitas dipengaruhi oleh waktu. Tingkat frekuensi dan durasi yang digunakan dalam mengukur intensitas (Marhaeni, 2012).

Frekuensi merupakan pemakaian yang sering dalam jangka waktu tertentu. Tingkat frekuensi dapat dilihat berapa kali individu melakukan suatu aktivitas, sedangkan durasi adalah lamanya suatu unsur berlangsung dilihat uluran waktu. Durasi dapat dilihat pada berapa lamanya individu melakukan suatu kegiatan (Depdiknas, 2011).

Intensitas penggunaan *smartphone* merupakan keseringan individu mengoperasikan ponselnya untuk berkomunikasi dengan orang lain menggunakan *smartphone* sebagai media perantaranya (Indriani dan Musdalifah, 2017)

Rahmadani et al., (2020) mengemukakan bahwa intensitas penggunaan *smartphone* merupakan tingkat keseringan individu menggunakan internet sepanjang harinya untuk berkomunikasi, bekerja, mencari berita, mencari hiburan dan melakukan kegiatan lainya menggunakan *smartphone*.

Soetjningsih (2012) mengemukakan bahwa anak sekolah dasar merupakan fase perkembangan keterampilan fisik, kognitif, moral dan sosial seiring bertambahnya usia dengan usia 6-12 tahun atau biasa disebut dengan periode intelektual. Hurlock (2016) mengemukakan bahwa masa usia 6-12 tahun merupakan masa perpindahan antara masa prasekolah ke masa sekolah dasar. Periode ini merupakan masa

peralihan dari kanak-kanak awal ke masa kanak-kanak akhir yang menjelang masa pubertas.

2.2. Pengaruh Intensitas Penggunaan *Smartphone* Terhadap *Nomophobia*

Choliz (2017) mengemukakan bahwa penyebab intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi merupakan salah satu menyebabkan munculnya *nomophobia*, dimana tidak adanya batasan dan pengendalian diri. Sedangkan pada penelitian (Rossa, 2017) mengemukakan bahwa apabila intensitas pemakaian *smartphone* tinggi maka risiko mengalami *nomophobia* juga tinggi.

Bragazzi (2014) mengemukakan bahwa perasaan nyaman dan senang yang dimiliki *smartphone* menyebabkan penggunaannya meningkatkan intensitas penggunaan *smartphone* sehingga memicu terjadinya *nomophobia*. Gifary dan Kurnia (2015) mengemukakan bahwa faktor yang mempengaruhi kecenderungan *nomophobia* adalah intensitas penggunaan *smartphone*. Penggunaan *smartphone* menyatakan bahwa mereka menggunakan *smartphone* karena ingin memperoleh sensasi baru, ingin mendapatkan respon dan diakui oleh lingkungan sekitar.

3. METODE PENELITIAN

3.1. Pendekatan Penelitian

Metode penelitian adalah penelitian kuantitatif. Sugiyono (2018) mengemukakan bahwa dalam penelitian kuantitatif peneliti mengumpulkan data melalui instrumen penelitian, menganalisa data dengan tujuan menguji hipotesis sebelumnya yang ditetapkan oleh peneliti.

3.2. Subjek Penelitian

Populasi adalah penyamarataan yang terdiri dari atas subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang ditentukan oleh penelitian untuk digali kemudian di tarik kesimpulan (Sugiyono, 2014). Pada penelitian ini, populasi yang dimaksud adalah siswa siswi SDN Kompleks IKIP dan SDN Kompleks IKIP 1 Makassar yang duduk di kelas IV,V dan VI adalah 260 anak.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.

3.3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala dan angket yang terdiri dari dua bagian, yaitu : Alat ukur variabel intensitas penggunaan *smartphone* dan alat ukur variabel *nomophobia*. Skala diberikan masing-masing kepada responden yang memenuhi kriteria pada subjek penelitian.

Skala intensitas pengguna *smartphone* menggunakan *rating scale*. *Rating Scale* digunakan untuk menghasilkan data yang diperoleh dari lapangan yang dapat memudahkan memberikan gambaran penelitian serta menunjukkan frekuensi munculnya sifat-sifat variabel (Azwar,2014). Sedangkan skala *nomophobia* menggunakan skala likert. Sugiyono (2013) mengemukakan bahwa skala likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok tentang fenomena sosial.

3.4. Analisis Data

Teknik analisis data yang akan digunakan oleh penelitian adalah teknik analisis deskriptif, uji prasyarat yang melalui dua tahap yaitu uji linieritas serta uji hipotesis.

- 1) Analisis Deskriptif
Azwar (2013) mengemukakan bahwa analisis deskriptif pada penelitian digunakan untuk mengetahui dan menjelaskan karakteristik variabel yang diteliti dalam situasi. Analisis deskriptif adalah analisis yang dilakukan untuk menilai karakteristik sebuah data.
- 2) Uji Prasyarat Analisis
Uji Prasyarat adalah menguji apakah data yang dikumpulkan dapat memenuhi syarat analisis dengan teknik analisis yang telah ditentukan dengan dua tahap yaitu uji normalitas dan uji linearitas.
- 3) Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi sederhana dengan bantuan program SPSS 25 *for windows*. Sugiyono (2019) mengemukakan bahwa hipotesis jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Artinya jawaban yang diberikan baru berdasarkan teori yang relevan, belum di dasarkan fakta-fakta di lapangan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini berfokus pada pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap *nomophobia* pada anak sekolah dasar. Data subjek penelitian diuraikan sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi Subjek Penelitian

Jenis Kelamin	N	%
Laki-laki	71	47,33
Perempuan	79	52,66
Usia	N	%
10	42	28
11	81	54
12	27	18
Total	150	100

Sumber : Hasil Olah Data (2022)

Pada tabel diatas menunjukkan subjek dari SDN Kompleks IKIP & SDN Kompleks IKIP 1 Makassar berjumlah 150 dengan persentase 100% yang terdiri mulai dari rentang usia 10 tahun sebanyak 42 (28%), usia 11 tahun sebanyak 81 (54%), dan usia 12 tahun sebanyak 27 (18%). Subjek dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 71 (47,33), sedangkan perempuan berjumlah 79 (52,66%).

Berdasarkan hasil olah data deskriptif, berikut merupakan gambaran pengkategorian masing-masing variabel :

Tabel 2. Deskripsi Subjek Penelitian

Variabel	Interval	Frekuensi	%	Kategori
Intensitas Penggunaan Smartphone	$X < 25,67$	3	2,0	Rendah
	$25,67 < X \leq 40,33$	73	48,7	Sedang
	$40,33 < X$	74	49,3	Tinggi
Nomophobia	$X < 46,67$	3	2,0	Rendah
	$46,67 < X \leq 73,33$	87	58,0	Sedang
	$73,33 < X$	60	40,0	Tinggi

Sumber : Hasil Olah Data SPSS 25 for windows 2022

Berdasarkan tabel 2 di atas, diperoleh data dengan 3 subjek yang memiliki tingkat intensitas penggunaan *smartphone* yang rendah, sebanyak 73 subjek yang memiliki tingkat intensitas penggunaan *smartphone* yang sedang, dan 74 subjek memiliki tingkat intensitas yang tinggi, sedangkan pada variabel *nomophobia* di peroleh 3 subjek memiliki tingkat *nomophobia* rendah, 87 subjek yang memiliki *nomophobia* sedang dan sebanyak 60 subjek yang memiliki *nomophobia* yang tergolong tinggi.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis Linear Sederhana *Analysis of variance* (ANOVA)

Variabel	F	P	Ket.
Nomophobia			
Intensitas Penggunaan Smartphone	8,307	0,005	Sig.

Berdasarkan tabel 3. di atas menunjukkan bahwa besarnya korelasi atau nilai F hitung antara intensitas penggunaan *smartphone* dengan *nomophobia* adalah sebesar 8,307, dengan taraf signifikansi atau nilai *p* sebesar $0,005 < 0,05$ yang artinya maka H_0 ditolak dan H_a di diterima. Kesimpulannya adalah ada pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap *nomophobia* pada anak sekolah dasar.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis Linear Sederhana *Coefficients*

Model	Rsquare	B	Std.error	T	p
Nomo	0,053	54.209	5.106	10,618	,000
Ips		..371	..129	28,832	,005

Nilai konstanta regresi pada penelitian ini sebesar 54,209 merupakan angka konstan, sedangkan nilai

intensitas penggunaan *smartphone* (b/koefisien regresi) sebesar 0,371 sehingga persamaan regresinya:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 54,209 + 0,371X$$

Konsisten variabel *nomophobia* pada anak sekolah dasar sebesar 54,209. Koefisien regresi X sebesar 0,371 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% pada nilai intensitas penggunaan *smartphone*, maka partisipan ditambah menjadi 0,371 yang artinya nilai koefisien regresi bernilai positif bahwa arah pengaruh variabel X terhadap Y adalah positif

Berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana *coefficients* di tabel menunjukkan bahwa berdasarkan nilai valid : $0,005 > 0,05$ hal ini dapat disimpulkan bahwa variabel intensitas penggunaan *smartphone* berpengaruh terhadap *nomophobia*.

Tabel 5. Uji Tambahan *Mann Whitney* berdasarkan jenis kelamin

Variabel	Kelompok	Mean	Sig.	Ket
Intensitas penggunaan smartphone	Laki-laki	72,37	0,403	Tidak Signifikan
	Perempuan	768,31		
Nomophobia	Laki-laki	72,31	0,393	Tidak Signifikan
	Perempuan	78,37		

Berdasarkan jenis kelamin dengan menganalisis dengan SPSS 25 for windows menggunakan uji *Mann Whitney* diperoleh hasil dari nilai signifikansi pada variabel intensitas penggunaan *smartphone* sebesar $0,403 > 0,05$ dan nilai signifikansi variabel *nomophobia* sebesar $0,393 > 0,05$. Sehingga dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada variabel intensitas penggunaan *smartphone* dan *nomophobia* berdasarkan jenis kelamin

4.2. Pembahasan Penelitian

Hasil analisis deskripsi penelitian menunjukkan bahwa tingkat intensitas penggunaan *smartphone* anak sekolah dasar di SDN Komplek IKIP & SDN Komplek IKIP 1 Makassar tergolong tinggi, sejalan yang dikemukakan oleh Mokhtarinia et al., (2022) bahwa selama pembelajaran daring di masa pandemi anak-anak di paksa untuk mengerjakan tugas sekolah dan

kurus online menggunakan *smartphone* sehingga intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi terbawah hingga saat ini, kemudahan dan sarana yang disajikan *smartphone* serta efek pembelajaran daring melalui *smartphone* semakin meningkatkan intensitas penggunaan *smartphone*, anak juga lebih memilih berlama-lama menggunakan *smartphone* ketimbang berinteraksi langsung. Hal ini di dukung dari pernyataan Horrigan (Chairunnisa,2010) ada dua hal yang mendasari diamati untuk mengetahui intensitas penggunaan *smartphone* individu yakni frekuensi dan durasinya dalam menggunakan *smartphone*. Sedangkan hasil analisis deskripsi menunjukkan bahwa *nomophobia* pada anak sekolah dasar di SDN Kompleks IKIP dan SDN Kompleks IKIP 1 Makassar berada pada kategori sedang, artinya *nomophobia* sedang yang dialami oleh anak sekolah dasar disebabkan anak tidak hanya membutuhkan *smartphone* untuk kegiatan seperti belajar namun keinginan untuk bergaul dan di kenal dikelompok teman sebayanya (Riyanti et al., 2021). Sejalan dengan pendapat Xu (2012) mengemukakan bahwa semakin banyak generasi muda yang menunjukkan perilaku ketergantungan dengan *smartphone* dikarenakan keinginan bergaul dan diterima dilingkungan sebayanya dengan menggunakan *smartphone* hal ini memudahkan mereka memenuhi keinginannya.

Hasil penelitian yang ditemukan bahwa pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap *nomophobia* diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,005 < 0,05$. Pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap munculnya *nomophobia* sebesar 8,307 (83%) sedangkan 17 % di pengaruhi oleh faktor lain. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis pada penelitian ini terdapat pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap *nomophobia* pada anak sekolah dasar. Hal ini didukung oleh pernyataan Latifa (2017) anak usia sekolah mulai dari 7 tahun sampai 12 tahun, periode ini mulai memperoleh pengetahuan dasar dan kemampuan kognitif yang mengenal hal yang baru, bertanggung jawab atas perilaku sendiri, dan bersosial dengan tempat sebaya serta senang memperoleh pujian (*Reinforcemet*) dalam mencapai sesuatu. Anak usia sekolah pada tahapan ini, menyukai pengalaman

atau hal yang baru mereka dapatkan dengan bermain serta memuaskan rasa penasaran terhadap teknologi. *Smartphone* merupakan perangkat yang didalamnya mempunyai berbagai aplikasi dan bisa digunakan seperti bermain game, internet, dll sehingga intensitas penggunaan *smartphone* pada anak meningkat terus menerus. Cholz (2012) menyatakan bahwa salah satu penyebab *nomophobia* adalah intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi, artinya tidak adanya pembatasan atau pengendalian diri dalam menggunakan *smartphone* hingga menimbulkan sebuah permasalahan atau pertengkaran dengan lingkungan sosial yang menyebabkan *nomophobia*.

Intensitas penggunaan *smartphone* merupakan faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *nomophobia*. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat memberikan pengaruh terhadap kebiasaan serta pengguna semakin bergantung yang menyebabkan *nomophobia*. Adapun penyebab utama terjadinya *nomophobia* antara lain, toleransi yang kurang, kesulitan dalam mengendalikan diri serta berdampak negatif terhadap kehidupan sehari-hari (Muyana dan Widyastuti, 2017). Intensitas penggunaan *smartphone* yang tidak memiliki batasan akan menimbulkan permasalahan kesehatan seperti buruknya kualitas tidur pada pengguna (Pandey, 2019). *Smartphone* memberikan perasaan nyaman dan senang yang membuat intensitas penggunaan *smartphone* semakin meningkat hingga menyebabkan munculnya *nomophobia* (Bragazzi,2014).

5. KESIMPULAN

Hasil penelitian ini yang dilakukan pada sekolah dasar menunjukkan bahwa terdapat pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap *nomophobia* pada anak sekolah dasar.

Berdasarkan uraian hasil penelitian, maka terdapat saran mengenai intensitas penggunaan *smartphone* terhadap *nomophobia* pada anak sekolah dasar sebagai berikut :

- 1) Bagi para orang tua di sarankan lebih mampu mengontrol dalam memberikan kebebasan

menggunakan *smartphone* pada anak dan mampu mengurangi intensitas dalam penggunaan *smartphone*. Sebaiknya anak-anak diberikan kegiatan-kegiatan produktif untuk mengembangkan bakat dan minat.

- 2) Bagi peneliti selanjutnya yang akan mengkaji variabel terikat serupa agar mempertimbangkan faktor lain sebagai variabel bebas dan melakukan penelitian dengan menggunakan teknik random serta mengkaji menggunakan metode kualitatif agar lebih dalam mengetahui pengaruh intensitas penggunaan *smartphone* terhadap *nomophobia*.

DAFTAR PUSTAKA

- America Psychiatric Association. (2014). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders:DSM-5*. Washintong, D.C: America Psychiatric Association
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar.S. (2013). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Alfatih, A. (2016). *Panduan Praktis Penelitian Deskriptif Kuantitatif*. Palembang:UNSRI PRESS
- Backer, E. (2010). Using Smartphone and Facebook in A Major Assessment : The Student Experience. *E-Journal*. Australia : University of Balla
- Bragazzi & Puente. (2014). A Proposal for Including Nomophobia in The New DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*.
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Prog Health Sci*, 8(1), 39–51. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>
- Daeng, I. T. M., Mewengkang, N. ., & Kalesaran, E. R. (2017). *Jurnal Kemudahan Smartphone*. *Acta Diurna*, 6(1), 1–15.
- Dixit, S., Shukla H., Bhagwat A., Bindal A., Goyal., Zaidi A.K., Shrivastava A.A., (2010) Study to Evaluate Mobile Phone Dependence Among Students of a Medical College and Associated Hospital of Central India. *Indian J Community Med*.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2011). *Kamus Bahasa Indonesia Edisi Keempat*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka.
- Dongre, A. S. (2017). Nomophobia : A Study to Evalate Mobile Phone Dependence and Impact of Cell Phone on Health.*National Journal of Commuty Medicine*, 8 (11), 6888-693.
- Fathya, R., Sari, K., Mawarpury, M., & Afriani. (2020). *Tingkat Smartphone Addiction pada Penduduk di Kota Banda Aceh*. 16.
- Fajri, F. V. (2017). *Hubungan antara pengguna telepon genggam smartphone dengan nomophobia pada mahasiswa*. JOM FISIP, (3)2 1-5 diakses dari <https://eprints.ums.ac.id/56457/1/NASKAH%20PUBLIKASI>.
- Gezgin, D. M., & Cakir, O. (2006). Analysis of Nomophobic Behavior of Adolescents Reagarding Various Factors. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2404. <https://doi.org/10.14687/jhs.v13i2.3797>
- Gifary, S. & Kurnia, N. I. (2015). Intensitas Penggunaan Smartphone dan Perilaku Komunikasi (Studi pada Pengguna Smartphone di Kalangan Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Telkom. *Jurnal Sosial teknologi*. 14(2). 170-178. doi:10.4614/sostek.itbj.2015.14.2.7.
- Hardianti, F. (2016). Komunikasi Interpersonal Penderita Nomophobia dalam menjalani Hubungan Persahabatan (Studi pada Mahasiswa Ilmu Komunikasi di Universitas Riau). *Jurnal Fisip* , Vol 3 (2)
- Harkin. J. (2003). *Mobilisation : Thee Growing Public Interest in Mobile Technology*. Demos
- Hurlock, E. B. (2016). *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)* (5th Ed). Erlangga.
- Isni, A. R F., & Anugrah, D. (2021). Penanganan Kecanduan Gadget pada Anak Usia Sekolah Selama Masa Pandemi Covid-19 di Desa Wantilan, Kecamatan Subang. *Proceedings*, 1(28), 1–17.

- <https://proceedings.uinsgd.ac.id/index.php/proceedings/article/view/538/478>
- Indriyani, M., Sofia, A., & Anggraini, G. F. (2022). *Persepsi Orang Tua terhadap Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini*. 1. <https://doi.org/10.14341/conf05-08.09.22>
- Khilnani, A. K., Thaddanee, R., & Khilnani, G. (2019). Prevalence of nomophobia and factors associated with it: a cross-sectional study. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 7(2), 468–472. <https://doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20190355>
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia 2020 Tentang Hasil Survei Pemenuhan Hak dan Perlindungan Anak pada Masa Pandemi. 2020. Jakarta Pusat. Diunggah dari <https://bankdata.kpai.go.id/file/2021/02/Hasil-survei-KPAI-2020-Pemenuhana-dan-Perlindungan-di-Masa-Covid-19>
- Kalaskar, P. B. (2015). A Study of Awareness of Development of Nomophobia Condition in Smartphone Use Management Students in Pune city. *ASM'S International E-Journal Ongoing Research in Management And IT*, 320-326.
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C., Sancassiani, F., Machado, S., & Nardi, A. E. (2010). "Nomophobia": Impact of Cell Phone Use Interfering with Symptoms and Emotions of Individuals with Panic Disorder Compared with a Control Group. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 23(1), 52–54. <https://doi.org/10.1097/WNN.0b013e3181b7eabc>
- Kurniawan, M. R. (2018). Permainan tradisional Yogyakarta sebagai sumber belajar alternatif berbasis kearifan lokal bagi pembelajaran di sekolah dasar. *Premiere Educandum: Jurnal Pendidikan Dasar Dan Pembelajaran*, 8(2), 98–110. <https://doi.org/10.252>
- Marheni, D. P. (2012). Intensitas Peran Interpersonal dalam Keluarga untuk Mencegah Kenakalan Remaja. *Jurnal Acta Diurna Universitas Indonesia*. Vol 8, No 2
- Mayangsari, A. P. & Ariana, A. D. (2015). Hubungan antara Self-Esteem dengan Kecenderungan Nomophobia pada Remaja. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 4(3)
- Mulyar, B. K. (2016). Dinamika adaptif penggunaan smartphone mahasiswa fisip universitas Airlangga di kota Surabaya. *Antro UnairdotNet*, 5(3), 489–503. <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-auna22b9673af2full.pdf>
- Muyana, S., & Widyastuti, D. A. (2017). Nomophobia no mobile phone phobia penyakit remaja masa kini. *Prosiding Seminar Nasional Peran Bimbingan Konseling dalam penguatan pendidikan karakter*. 10(2) 280-287
- Musdalifah, M., & Indriani, N. (2017). Pengaruh Intensitas Penggunaan Smartphone Terhadap Interaksi Sosial Mahasiswa Politeknik Negeri Samarinda. *Prosiding Snitt Polketba*. Vol 2, No 1
- Pavithra, M., Madhukumar, S., & TS, M. M. (2015). a Study on Nomophobia - Mobile Phone Dependence , Among Students of a Medical college in bangalore. *National Journal of Community Medicine*, 6(2), 340–344.
- Putriana, K., Pratiwi, E., A., & Waslina, I. (2019) Hubungan Durasi dan Intensitas Penggunaan Gadget dengan Perkembangan Personal Sosial Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) di TK Cendikia Desa Lingsar Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 7(2), 5–13. <https://doi.org/10.37824/jkqh.v7i2.2019.112>
- Pinasti, D. A., & Kustanti, E. R. (2017). Hubungan antara Empati dengan Adiksi Smartphone Pada Mahasiswa Fakultas Sains dan Matematika Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 7(3), 183–188.
- Pradana, P. W., Muqtadiroh F. A., & Nisafani A., S. (2016). Perancangan Aplikasi Liva untuk Mengurangi Nomophobia dengan Pendekatan Gamifikasi. *Jurnal Teknik ITS*. Vol. 5. No 1 ISSN: 2337-3539
- Ramadhani, R. W., Rahayu, R., & Kuryanto, M. S. (2021). Dampak Nomophobia Terhadap Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah UPT P2M STKIP Siliwangi*. Vol.8. No 2
- Ramaita, R., Armaita, A., & Vandelis, P. (2019). Hubungan Ketergantungan Smartphone

- Dengan Kecemasan (Nomophobia). *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 89–93. <https://doi.org/10.35730/jk.v10i2.399>
- Sarwar, M., & Soomro, T. R. (2013). Impact of Smartphone's on Society. *European Journal of Scientific Research*. ISSN 1450-216X/1450-202X,98 (2), 216-226. Diunduh dari <http://www.europeanjournalscientificresearch.com>
- Sharma, N., Sharma, P., Sharma, N., & Wavare, R. (2015). Rising concern of nomophobia amongst Indian medical students. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 3(3), 705–707. <https://doi.org/10.5455/2320-6012.ijrms20150333>.
- Sridianti. (2018). Apa pengertian Smartphone dan Sejarah. <http://www.sridianti.com/apa-pengertian-smartphone-dan-sejarah.html>, diakses pada 20 November 2022 Komunikasi. *Jurnal Sositologi*, 14(2), 170–178.
- SecurEnvoy. 2012. 66% of the population suffer from nomophobia the fear of being without their phone. <https://www.securenvoy.com/en-gb/blog/66-population-suffer-nomophobia-fear-being-without-their-phone> di akses pada 12 November 2022
- Sobry, M. G. (2017). Peran Smartphone Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak. *M.Gustian Sobry*, 2(2), 24–29. <http://jurnal.iicet.org/index.php/jpgi/article/view/222>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Syafrianto. (2021). Resiliensi Orang Tua dalam Aktivitas Belajar Daring dan Bermain Anak di masa Pandemi Covid-19 (Kasus Anak Nomophobia di Kota Padangsidempuan). *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*. 3(2), 297
- Soetjiningsih. C. H. (2012). *Perkembangan Anak Sejak Pertumbuhan Sampai dengan Kanak-kanak Akhir*. Yogyakarta : Pustaka Belajar
- Trianingsih, R. (2016). Pengantar Praktik Mendidik Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Allbtida*. Vol 3. No.2
- Tubbs, S., & Sylvia, M. (1983). *Human Communication Fourth Edition*. United States : Random House, Inc.
- Widyastuti, D. A., & Muyana, S. (2017) Nomophobia (No-Mobile Phone) Penyakit Masa Kini. *Jurnal Peran Bimbingan dan Konseling dalam Penguatan Pendidikan Karakter*, 4(1), 62. <https://doi.org/10.26638?jfk/513.2099>.
- Wardani, N. D., & Jusup, I. (2016). Hubungan Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial dengan Kecemasan pada Mahasiswa Akhir. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 5(4), 1903–1910.
- Trianingsih, R. (2016). Pengantar Praktik Mendidik Anak Usia Sekolah Dasar. *IAIN Syekh Nurjati Cirebon Journals*, 3(2), 197. <https://doi.org/10.24235/al.ibtida.snj.v3i2.880>
- Yildirim, C. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research CORE View metadata, citation and similar papers at core. *Computers in Human Behavior*, 130–137. <https://lib.dr.iastate.edu/etd>.