

Hubungan Kesepian Dengan Nomophobia Pada Mahasiswa Rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau

Alfathain Shandi, Ahmad Hidayat
Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau

ARTICLE INFO

Article History

Received, xxxxx

Revised, xxxxx

Accepted, xxxxx

Keywords

Nomophobia,
loneliness, overseas
students.

ABSTRACT

Nomophobia is a pathological fear that occurs when moving away from a smartphone and an internet connection. A person can be said to suffer from nomophobia when they feel anxious when leaving the house without bringing a smartphone and losing or running out of battery and their internet network. One of the factors that influences nomophobia is loneliness. The aim of this research was to determine the relationship between loneliness and nomophobia in overseas students of the psychology faculty at Riau Islamic University. This type of research is quantitative with a correlational approach. The scale used is a nomophobia scale consisting of 22 items based on the theory of Yildirim and Correia (2015). Loneliness was measured using the UCLA loneliness scale version 3 developed by Russell and Taylor (1996) consisting of 20 items. The sampling technique uses purposive sampling, with the criteria of overseas students from the Faculty of Psychology, Riau Islamic University with a total of 280 samples. Based on research conducted on overseas students at the Faculty of Psychology, Riau Islamic University, it was found that there was a significant positive relationship between loneliness and nomophobia. It can be seen from the results of the analysis using correlation techniques that the correlation coefficient between patience and academic stress is $(r) = 0.483$ and it is known that the significant value is $0.000 < 0.05$. This proves that there is a positive relationship between loneliness and nomophobia. This means that the higher the loneliness, the higher the level of Nomophobia in overseas students at the Faculty of Psychology, Islamic University of Riau, and vice versa.

INFO ARTIKEL

Article History

Received, xxxxx

Revised, xxxxx

Accepted, xxxxx

Keywords

Nomophobia, kesepian, mahasiswa rantau.

ABSTRAK

Nomophobia merupakan ketakutan patologis yang terjadi ketika menjauh dari *smartphone* serta koneksi internet, seseorang dapat dikatakan sebagai penderita *nomophobia* ketika merasakan cemas ketika meninggalkan rumah tanpa membawa *smartphone* serta kehilangan atau kehabisan baterai dan jaringan internet miliknya. Salah satu faktor yang mempengaruhi *nomophobia* adalah kesepian. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan *nomophobia* pada mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Adapun skala yang digunakan merupakan skala *nomophobia* terdiri dari 22 aitem berdasarkan teori Yildirim dan Correia (2015). Kesepian diukur menggunakan skala UCLA *loneliness scale version 3* dikembangkan oleh Russel dan Taylor (1996) terdiri dari 20 aitem. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, dengan kriteria mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dengan jumlah 280 sampel. Berdasarkan penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau menghasilkan adanya terdapat hubungan signifikan yang positif antara Kesepian dan *Nomophobia*. Dapat dilihat dari hasil Analisis pada teknik korelasi bahwa koefisien korelasi antara kesabaran dan stres akademik adalah sebesar $(r) = 0,483$ dan diketahui nilai signifikan $0,000 < 0,05$. Hal ini membuktikan terdapat hubungan yang positif antara Kesepian dan *Nomophobia*. Artinya semakin tinggi Kesepian semakin tinggi tingkat *Nomophobia* pada mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, begitu pula sebaliknya.

Citation:

Filled by Journal Manager

*ahmadhidayat@psy.uir.ac.id

INTRODUCTION

Merantau dikenal sebagai perpindahan dari daerah asal menuju daerah lain yang bersifat sementara dengan tujuan meraih keberhasilan, ilmu dan kepercayaan diri (Zuriyani et al., 2021). Merantau sudah menjadi salah satu kebiasaan bagi masyarakat Indonesia, dibuktikan dengan pertumbuhan rata-rata masyarakat rantau sejak 1960 hingga 2013 mencapai 4,4%, angka ini jauh lebih tinggi jika dibandingkan dengan Negara China, India, dan Filipina (Zuriyani et al., 2021). Terdapat berbagai alasan yang menyebabkan seseorang berkeinginan untuk merantau, salah satunya karena alasan memperoleh kualitas pendidikan yang lebih baik (Hediati & Nawangsari, 2020).

Seorang individu yang sedang menempuh pendidikan di luar daerah asalnya dan memilih untuk berpisah dari rumah guna menunjang kualitas pendidikan yang lebih baik disebut sebagai mahasiswa rantau. Mahasiswa yang merantau rentan merasakan kerinduan terhadap rumah (Prasetio et al., 2020). Namun, terdapat berbagai alasan hingga seorang mahasiswa mengambil keputusan untuk merantau selain karena pendidikan, yaitu seperti yang dikatakan Sitorus (2013) bahwa mereka juga mengharapkan sebuah kebebasan tanpa kendali orang tua, mencoba pengalaman melakukan kehidupan sendiri tanpa keluarga disisinya, sekaligus melatih kemandirian di lingkungan baru.

Berada pada lingkungan baru untuk melakukan kegiatan merantau dapat menciptakan kesulitan-kesulitan yang mungkin akan dihadapi oleh mahasiswa rantau, seperti kesulitan dalam hal penyesuaian sosial-budaya menjadi persoalan yang umum dialami seorang mahasiswa yang melanjutkan pendidikan ke daerah dengan budaya berbeda dengan asalnya (Ward & Kennedy, 1993). Perbedaan budaya yang ada, membuat mahasiswa merasa terisolasi dikarenakan mengalami masalah *culture shock* (Devinta et al., 2015), yang membuat mahasiswa rantau merasa kesepian (D. Pratiwi et al., 2019). Ketika merasa kesepian, mereka akan sering mengecek *smartphone* (Santoso & Soetjningsih, 2022).

Berkembangnya era teknologi saat ini, sehingga komunikasi dapat dilakukan dengan menggunakan telepon genggam atau *smartphone* (Farhan & Rosyidah, 2021). *Smartphone* dengan signifikan telah mengubah kehidupan manusia, yang membuat kita menggunakan *smartphone* untuk berbagai tujuan disetiap waktu (Salehan & Negahban, 2013). Kemudahan yang diberikan dengan adanya *smartphone* mengandung sejumlah dampak negatif dan positif bagi manusia (Farhan & Rosyidah, 2021). Penelitian

yang dilakukan oleh Bragazzi dan Del Puente (2014) menjelaskan manfaat serta aspek positif dari penggunaan *smartphone* misalnya individu terfasilitasi dalam hal pertukaran informasi dan komunikasi, mengatasi hambatan dalam perbedaan jarak untuk berkomunikasi, dan lain sebagainya. Namun, komunikasi dengan teknologi baru ditandai dengan tidak adanya tatap muka dapat mengganggu hubungan interaksi sosial, menyebabkan perasaan buruk dan perilaku terganggu, terjadinya isolasi sosial, keterasingan, terjadinya masalah ekonomi atau masalah keuangan, serta patologi secara fisik maupun psikologis individu. Park dan Lee (2014) melaporkan bahwa 60% pemilik *smartphone* adalah orang dewasa.

Setiap individu ketika menjalani kehidupan, pastinya akan melalui yang namanya tahapan perkembangan (Agusdwitanti & Tambunan, 2015). Erikson mengemukakan beberapa tahapan perkembangan dan salah satunya yaitu tahap dewasa, tahap dewasa terdiri atas tiga tahap yaitu dewasa awal dengan usia 20-40 tahun, dewasa tengah dengan usia 40-65 tahun, dan dewasa akhir dengan usia 65 tahun-kematian. Orang dewasa dalam kehidupan sehari-hari banyak mengkaitkan kegiatannya dengan *smartphone*, dikarenakan segala sesuatu yang diinginkan dapat dengan mudah terpenuhi oleh penggunaan *smartphone* (Muarrriful Aziz et al., 2022). Mulai dari berbelanja, bermain game, mendengarkan musik, menonton video, sampai reservasi tempat yang diinginkan. Semua kemudahan yang dihasilkan dari penggunaan *smartphone* tentunya timbul dampak negatif, misalnya kecanduan menggunakan *smartphone*. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan juga akan menimbulkan kecemasan pada individu apabila berjauhan dengan *smartphone*, hal itu sering juga disebut dengan *Nomophobia* (Hafni, 2019).

Kecenderungan *nomophobia* merupakan rasa takut yang berlebihan akibat kehilangan atau berjauhan dengan *smartphone* (Ciptadi, 2020). *Nomophobia* atau dikenal juga dengan “*No Mobile Phone Phobia*” atau berkaitan dengan timbulnya suatu perasaan seperti kecemasan dan ketakutan karena tidak memegang *smartphone* (Santoso & Soetjningsih, 2022). *Nomophobia* merupakan kata benda yang mengacu pada individu yang menderita *nomophobia*, istilah lainnya adalah kata sifat yang digunakan untuk menggambarkan ciri-ciri *nomophobia* atau perilaku yang berkaitan dengan *nomophobia*, selain itu *nomophobia* seperti suatu kondisi yang timbul seperti ketidak nyamanan atau cemas ketika jauh dari ponsel dan jaringan internet (Yildirim et al., 2015).

Yildirim (2014) menyatakan hasil *survey* miliknya terdapat 68% tidak bisa hidup tanpa *smartphone* dan 77% mengalami kecemasan serta

ketakutan ketikan berjauhan dengan *smartphone*. Temuan yang dilakukan oleh Hafni (2019) terdapat 7 orang dari 10 orang membenarkan bahwasanya *smartphone* mereka akan selalu terkoneksi pada layanan internet dan merasa cemas apabila tidak dapat mengakses *smartphone* atau kehabisan baterai *smartphone*, sementara itu 5 diantaranya menyatakan akan membawa *smartphone* ketika ke kamar mandi untuk mengisi kesepian sekaligus *browsing*. Berdasarkan temuan yang dilakukan oleh Puswati et al. (2021) di STIKES Payung Negeri Pekanbaru terdapat sebanyak 70% terindeksi *nomophobia* merasakan ketakutan, kecemasan, dan gelisah ketika berjauhan dengan *smartphone* dan 30% tidak menunjukkan kecenderungan *nomophobia*.

Kecendrungan *nomophobia* merasa gelisah, cemas, takut apa bila tidak memegang *smartphone*. Menurut Gonçalves et al. (2020) *nomophobia* merupakan ketakutan patologis yang terjadi ketika menjauh dari *smartphone* serta koneksi internet, seseorang dapat dikatakan sebagai penderita *nomophobia* ketika merasakan cemas ketika meninggalkan rumah tanpa membawa *smartphone* serta kehilangan atau kehabisan baterai dan jaringan internet miliknya. Ramaita et al. (2019) menemukan dalam penelitiannya bahwa faktor yang mempengaruhi *nomophobia* adalah kesepian.

Menurut Amru dan Ambarini (2021) pentingnya akan kontak sosial dapat dipahami melalui fenomena yang disebut kesepian, selain itu kesepian merupakan pengalaman negatif yang perlu diatasi. Kesepian merupakan sebuah perasaan yang timbul akibat hausnya individu terhadap hubungan sosial (Haliza & Kurniawan, 2021). Kesepian bukanlah kondisi klinis maupun patologis, melainkan fenomena normatif sebagai manusia (Aakin, 2010). Kesepian merupakan perasaan menekan yang timbul dari adanya persepsi bahwa kebutuhan sosial tidak terpenuhi oleh kualitas atau kuantitas dari hubungan sosial yang dimiliki individu (Hawkey & Cacioppo, 2010).

Menurut Haliza dan Kurniawan (2021) kesepian adalah suatu perasaan yang timbul akibat tidak adanya figur kasih sayang yang intim, kesepian yang di alami seseorang dapat berbentuk kesepian emosional atau soaial. Tidak terjalinnya hubungan yang akrab dan hubungan sosial yang tidak sesuai harapan merupakan bentuk dari kesepian, yang mengakibatkan individu atau seseorang merasakan kehilangan dalam minat menjalin hubungan sosial atau adanya perasaan hampa yang terjadi pada individu (Ciptadi, 2020).

Menurut Durak (2018) mengatakan bahwa pengaruh dari kesepian sangatlah signifikan terhadap nomophobia, mengalihkan perasaan kesepian dengan cara penggunaan *smartphone* menjadikan smartphone sangat penting dan menimbulkan perasaan takut berlebihan yang disebut dengan nomophobia (Irham et al., 2022). Oleh karena itu apabila tingkat kesepian meningkat maka meningkat pula angka *nomophobia*, Berdasarkan hasil uji regresi bahwa kesepian sebagai prediktor terkuat yang menyatakan bahwa kesepian mempengaruhi nomophobia sebesar 59% (Durak, 2018).

Permasalahan akan *nomophobia* dan kesepian ini kini telah menjadi permasalahan bagi mahasiswa. Melihat hal tersebut, peneliti ingin mengetahui lebih lanjut bagaimana kesepian dapat mempengaruhi *nomophobia*. Sehingga untuk merealisasikan hal tersebut, maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Antara Kesepian dengan *Nomophobia* Pada Mahasiswa Rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau”**.

METHODS

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Populasi yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang merantau di fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Jumlah populasi mahasiswa yang sedang merantau di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau pada tahun 2023 sebanyak 929 orang. Untuk menentukan sampel yaitu Slovin dalam (Sunnyoto, 2011) yaitu sebagai berikut:

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

Dimana:

n = ukuran sampel,

N= ukuran populasi,

e = persentase kesalahan yang diinginkan atau ditolelir, yaitu sebesar 10%.

Berdasarkan rumus tersebut, maka jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah:

$$n = \frac{929}{1 + 929 (0,05)^2} = 279,65$$

Jadi jumlah responden dalam penelitian dibulat ini sebanyak 280 responden mahasiswa rantau di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Nonprobability Sampling* yaitu *Purposive Sampling*. *Purposive Sampling* merupakan merupakan teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan atau keinginan peneliti, sehingga dapat dikatakan bahwa peneliti memiliki kriteria khusus dalam penentuan sampelnya (Sudaryono, 2017). Mengacu pada deskripsi tersebut, maka peneliti menentukan sampel dalam penelitian ini berdasarkan beberapa kriteria, diantaranya:

1. Mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
2. Berasal dari luar Kota Pekanbaru (merantau)

Skala yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu skala *nomophobia* dan kesepian. *Nomophobia* diukur menggunakan skala *nomophobia* terdiri dari 22 aitem berdasarkan teori Yildirim dan Correia (2015b) berdasarkan empat aspek *nomophobia*, di antaranya yaitu tidak dapat berkomunikasi (*not being able to communicate*), kehilangan konektivitas (*losing connectedness*), tidak dapat mengakses informasi (*not being able to access information*), dan menyerah pada kenyamanan (*giving up convenience*). Kesepian diukur menggunakan skala UCLA *loneliness scale version 3* dikembangkan oleh (Russel & Taylor, 1996) terdiri dari 20 aitem yang di adaptasi dari (Nurdiani, 2013).

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran literatur yang mencakup buku akademik, artikel jurnal ilmiah, laporan penelitian, dan disertasi yang relevan dengan topik penelitian. Sumber literatur diambil dari database akademik terkemuka seperti PubMed, Google Scholar, JSTOR, dan lain-lain. Kriteria seleksi literatur meliputi relevansi dengan topik penelitian, kredibilitas sumber, dan tanggal publikasi (terutama yang diterbitkan dalam 10 tahun terakhir). Literatur yang dipilih harus secara langsung membahas *Self-efficacy* dalam konteks kehamilan dan *Baby Blues Syndrome*.

Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis konten untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul dari literatur yang dikumpulkan. Setiap artikel dan buku yang relevan dianalisis

untuk menemukan faktor-faktor yang mempengaruhi *Self-efficacy* ibu hamil, strategi peningkatan *Self-efficacy*, dan dampaknya terhadap pencegahan *Baby Blues Syndrome*. Sintesis tematik kemudian dilakukan untuk mengelompokkan temuan-temuan tersebut ke dalam kategori-kategori yang sistematis. Evaluasi kritis juga dilakukan terhadap masing-masing sumber untuk menilai kekuatan dan kelemahan metodologi yang digunakan serta relevansi hasil terhadap pertanyaan penelitian.

Penyusunan Laporan

Hasil dari analisis data disusun dalam sebuah laporan penelitian yang terdiri dari beberapa bagian utama. Pendahuluan menjelaskan latar belakang masalah, tujuan penelitian, dan pentingnya topik. Metode menjelaskan pendekatan studi kepustakaan yang digunakan, termasuk sumber data, kriteria seleksi, dan teknik analisis. Hasil dan Diskusi menyajikan temuan utama dari analisis literatur, mendiskusikan faktor-faktor yang mempengaruhi *Self-efficacy*, serta implikasinya dalam mencegah *Baby Blues Syndrome*. Kesimpulan merangkum temuan utama dan memberikan rekomendasi untuk penelitian lebih lanjut atau praktik klinis. Dengan demikian, penelitian ini memberikan wawasan komprehensif tentang *Self-efficacy* ibu hamil dan strategi pencegahan *Baby Blues Syndrome* berdasarkan analisis literatur yang ada.

RESULT AND DISCUSSION

Berdasarkan hasil data penelitian yang diperoleh jika ditinjau dari jenis kelamin yang paling banyak adalah mahasiswa perempuan yaitu 235 orang (83,9%), jika ditinjau dari usia yang paling banyak adalah usia 21 tahun yaitu 123 orang (43,9%), jika ditinjau dari semester yang paling banyak semester 3 yaitu 141 orang (53,7%). Berikut data demografi dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1 Data Demografi

Data Demografi	Jumlah	Persen
Jenis Kelamin		
Laki-laki	45	16,07%
Perempuan	235	83,9%
Usia		

20	104	37,1%
21	123	43,9%
22	47	16,7%
23	6	2,1%
Semester		
1	25	38,5%
3	141	50,3%
5	108	8,9%
7	6	2,1%

Deskripsi dari data penelitian hubungan antara kesabaran dan stres akademik, setelah dilakukan skoring dan pengolahan data menggunakan SPSS diperoleh hasil pada tabel di bawah ini:

Tabel 2 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	X Max	X Min	Mean	SD	X Max	X Min	Mean	SD
<i>Nomophobia</i>	75	15	45	10	64	22	42,1	8,4
Kesepian	60	12	36	8	51	18	34,9	7,8

Berdasarkan dari hasil tabel di atas, dua variabel memiliki variasi skor rata-rata data hipotetik dan skor rata-rata pada data empirik. Variabel *nomophobia* mempunyai nilai rata-rata hipotetik 45 dan standar deviasi 10. Variabel kesepian mempunyai nilai rata-rata hipotetik 36 dan standar deviasi 8. Terdapat lima kategorisasi yang digunakan berdasarkan data hipotetik pada penelitian ini. Kategorisasi variabel *nomophobia* bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3 Kategorisasi Skor *Nomophobia*

Kategorisasi	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	$60 \leq 75$	1	0,4%
Tinggi	$50 \leq X < 60$	35	12,5%
Sedang	$40 \leq X < 50$	135	48,2%
Rendah	$30 \leq X < 40$	82	29,3%
Sangat Rendah	$15 < 30$	27	9,6%
Jumlah		280	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas, subjek pada penelitian ini memiliki *nomophobia* pada kategori sangat tinggi berjumlah 1 orang atau 0,4%, kategori tinggi berjumlah 35 orang atau 12,5%, selanjutnya pada kategori sedang terdapat 135 orang atau 48,2%, pada kategori rendah terdapat 82 orang atau 29,3%, kemudian yang berada pada kategori sangat rendah 27 orang atau 9,6%. Kategorisasi variabel kesepian bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4 Kategorisasi Kesepian

Kategorisasi	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	$48 \leq 65$	12	4,3%
Tinggi	$40 \leq X < 48$	64	22,9%
Sedang	$32 \leq X < 40$	77	27,5%
Rendah	$24 \leq X < 32$	105	37,5%
Sangat Rendah	$12 < 24$	22	7,9%
Jumlah		280	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas, maka dapat diambil kesimpulan subjek pada penelitian ini memiliki kesepian pada kategori sangat tinggi dengan persentase 12 orang atau 4,3%, pada kategori tinggi dengan persentase 64 orang atau 22,9%. Sedangkan pada kategori sedang terdapat 77 orang atau 27,5%, pada kategori rendah terdapat 105 orang atau 37,5%, kemudian pada kategori sangat rendah terdapat 22 orang atau 7,9%.

Uji Normalitas

Tabel 1 Hasil Uji Normalitas

Variabel	<i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>	Signifikan	Keterangan
<i>Nomophobia</i>	0,069	0,002	Tidak Normal
Kesepian	0,100	0,000	Tidak Normal

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan variabel *nomophobia* memiliki nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,069 dengan nilai *Sig* 0,001 > 0,05 sehingga variabel *nomophobia* memiliki distribusi sebaran tidak normal. Variabel kesepian memiliki nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,100 dengan nilai *Sig* 0,000 < 0,05 sehingga variabel kesepian memiliki distribusi sebaran tidak normal.

Uji Linearitas

Tabel 2 Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	Signifikan	Keterangan
Kesepian * <i>Nomophobia</i>	101,193	0,000	Linear

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa didapatkan nilai signifikan untuk variabel Kesepian dan *Nomophobia* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Dengan demikian variabel *nomophobia* dan kesepian memiliki hubungan yang linear.

Uji Hipotesis

Tabel 3 Hasil Uji Korelasi

Variabel	R	Signifikan	Keterangan
Kesepian * <i>Nomophobia</i>	,483	0,000	Hubungan Positif Signifikan

Berdasarkan tabel di atas diperoleh hasil koefisien korelasi antara Kesepian dan *Nomophobia* adalah sebesar (r) = ,483 dan diketahui nilai signifikan 0,000 < 0,05. Hal ini membuktikan terdapat hubungan yang positif antara Kesepian dan *Nomophobia*. Artinya semakin tinggi Kesepian semakin tinggi tingkat *Nomophobia* pada mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Begitu juga sebaliknya semakin rendah Kesepian, maka semakin rendah tingkat *Nomophobia* pada mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau menghasilkan adanya terdapat hubungan signifikan yang positif antara Kesepian dan *Nomophobia*. Dapat dilihat dari hasil Analisis pada teknik korelasi bahwa koefisien korelasi antara kesabaran dan stres akademik adalah sebesar $(r) = 0,483$ dan diketahui nilai signifikan $0,000 < 0,05$. Hal ini membuktikan terdapat hubungan yang positif antara Kesepian dan *Nomophobia*. Artinya semakin tinggi Kesepian semakin tinggi tingkat *Nomophobia* pada mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Begitu juga sebaliknya semakin rendah Kesepian, maka semakin rendah tingkat *Nomophobia* pada mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Penelitian yang dilakukan pada subjek usia 18-40 tahun menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara variabel kesepian dengan kecanduan internet (Putra, 2012). Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan pada 309 remaja dimana hasilnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kesepian dan kecenderungan kecanduan internet pada remaja, semakin tinggi kadar kesepian seseorang, maka semakin tinggi pula resiko kecenderungan kecanduan internet yang dialami (Hapsari & Ariana, 2015).

Penelitian lain yang dilakukan pada 527 mahasiswa menunjukkan bahwa kesepian mempunyai hubungan yang signifikan dengan penggunaan ponsel. Mahasiswa yang memiliki ponsel dan menggunakannya 10 jam atau lebih, 7-9 jam, 4-6 jam dan 1-3 jam ditemukan memiliki skor kesepian lebih tinggi daripada mereka yang menggunakan ponsel kurang dari 1 jam per hari (Tan et al., 2013).

Selain itu terdapat pula penelitian yang dilakukan pada 414 siswa menunjukkan bahwa terdapat asosiasi negatif yang signifikan, dimana melakukan percakapan (*chatting*) di ponsel berhubungan dengan menurunkan tingkat perasaan kesepian. Jumlah pesan teks mengurangi perasaan kesepian lebih tinggi karena membuat seseorang merasa dekat dan puas dengan hubungan sosialnya (N. S. Park et al., 2019).

Menurut (Amru & Ambarini, 2021) pentingnya akan kontak sosial dapat dipahami melalui fenomena yang disebut kesepian, selain itu kesepian merupakan pengalaman negatif yang perlu diatasi. Kesepian merupakan sebuah perasaan yang timbul akibat hausnya individu terhadap hubungan sosial (Haliza & Kurniawan, 2021). Kesepian bukanlah kondisi

klinis maupun patologis, melainkan fenomena normatif sebagai manusia (Aakin, 2010). Kesepian merupakan perasaan menekan yang timbul dari adanya persepsi bahwa kebutuhan sosial tidak terpenuhi oleh kualitas atau kuantitas dari hubungan sosial yang dimiliki individu (Hawkey & Cacioppo, 2010).

Menurut Haliza dan Kurniawan (2021) kesepian adalah suatu perasaan yang timbul akibat tidak adanya figur kasih sayang yang intim, kesepian yang di alami seseorang dapat berbentuk kesepian emosional atau sosial. Tidak terjalinnya hubungan yang akrab dan hubungan sosial yang tidak sesuai harapan merupakan bentuk dari kesepian, yang mengakibatkan individu atau seseorang merasakan kehilangan dalam minat menjalin hubungan sosial atau adanya perasaan hampa yang terjadi pada individu (Ciptadi, 2020).

Menurut Durak (2018) mengatakan bahwa pengaruh dari kesepian sangatlah signifikan terhadap *nomophobia*, mengalihkan perasaan kesepian dengan cara penggunaan *smartphone* menjadikan *smartphone* sangat penting dan menimbulkan perasaan takut berlebihan yang disebut dengan *nomophobia* (Irham et al., 2022). Oleh karena itu apabila tingkat kesepian meningkat maka meningkat pula angka *nomophobia*, Berdasarkan hasil uji regresi bahwa kesepian sebagai prediktor terkuat yang menyatakan bahwa kesepian mempengaruhi *nomophobia* sebesar 59% (Yıldız Durak, 2018).

Penelitian ini tidak terlepas dari kelemahan dan kekhilafan dari penulis. Kelemahan dari penelitian ini adalah jumlah sampel pada penelitian ini yang sedikit dan tidak luas. Kemudian data pada penelitian ini memiliki sebaran data yang tidak normal.

CONCLUSIONS

Berdasarkan penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau menghasilkan adanya terdapat hubungan signifikan yang positif antara Kesepian dan *Nomophobia*. Artinya semakin tinggi Kesepian semakin tinggi tingkat *Nomophobia* pada mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Begitu juga sebaliknya semakin rendah Kesepian, maka semakin rendah tingkat *Nomophobia* pada mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Adapun saran peneliti untuk subjek penelitian untuk meningkatkan hubungan sosial agar tidak merasa kesepian sehingga dapat

mencegah *nomophobia* bagi mahasiswa rantau Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mempertimbangkan variabel lain yang berhubungan dengan *nomophobia* seperti kontrol diri dan *bigfive personality*, serta meneliti dengan subjek yang berbeda dan dengan jumlah responden yang lebih banyak lagi.

REFERENCE

- Aakin, A. (2010). Self-compassion and Loneliness. *International Online Journal of Educational Sciences*, 2(3), 702–718.
- Agusdwitanti, Handini; Tambunan, S. M. (2015). Kelekatan dan Intimasi pada Dewasa Awal. *jurnal ilmiah*, 8(1), 18–24.
- Amru, M. F., & Ambarini, T. K. (2021). Hubungan antara Trait Mindfulness dan Kesepian pada Orang Dewasa Awal. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(2), 1064–1074. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.28465>
- Anderson, R. H. (1994). *Pemilihan dan Pengembangan Media Video Pembelajaran*. Jakarta : Grafindo Pers.Arini, B. P. (2021). Pengaruh Shift Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Perawat Pada Moslem Baby Day Care Di Timoho Yogyakarta (Studi Pada Moslem Baby Day Care). *Jurnal Akmenika*, 18(1), 485–491.
- Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (Edisi 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bhattacharya, S., Bashar, M., Srivastava, A., & Singh, A. (2019). NOMOPHOBIA: NO MOBILE PHONE PHOBIA. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(4), 1297.
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological Predictors of Problem Mobile Phone Use. *CyberPsychology & Behavior*, 8(1), 39–51. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>

- 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>
- Brehm, S. S. (1992). *Intimate Relationship*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Brehm, S. S., Campbell, S. M., Miller, R. S., & Perlman, D. (2002). *Intimate Relationships, 3rd Ed.* McGraw-Hill, Boston. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-590241-0.50005-8>
- Bruno, F. J. (2000). *Conguer Loneliness, Menaklukan Kesepian*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Bungin, B. (2015). *Metodologi Penelitian Kualitatif: Aktualisasi metodologis ke arab ragam varian kontemporer* (Edisi 1). Jakarta : Rajawali Pers.
- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., & Berntson, G. G. (2003). The Anatomy of Loneliness. *Current Directions in Psychological Science*, 12(3), 71–74. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.01232>
- Creswell, john w. (2012). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research (4th ed.)*. Boston, MA: Pearson.
- Dayakisni, T., & Hudaniah. (2009). *Psikologi Sosial (Edisi Revisi)*. Universitas Muhammadiyah Malang : UMM Press.
- Fahlevi, F. (2020). Kemendikbud: 4.000 Institusi Pendidikan Tinggi Beralih Lakukan Pembelajaran Daring. *Tribunnews.com*. <https://www.tribunnews.com/nasional/2020/10/22/kemendikbud-4000-institusi-pendidikan-tinggiberalih-lakukan-pembelajaran-daring>
- Farhan, Y. T., & Rosyidah, R. (2021). Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Nomophobia Pada Mahasiswa Perempuan Di Surabaya. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 12(2), 162–179. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v12i2.11921>
- Gonçalves, S., Dias, P., & Correia, A.-P. (2020). Nomophobia and lifestyle: Smartphone use and its relationship to psychopathologies. *Computers in Human Behavior Reports*, 2(June), 100025. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2020.100025>

- Hafni, N. D. (2019). Nomophobia, Penyakit Masyarakat Modern. *Jurnal al Hikmah*, 6(2), 41–50.
- Haliza, N., & Kurniawan, A. (2021). Hubungan Antara Keterbukaan Diri dengan Kesepian Pada Dewasa Awal Pengguna Aplikasi Dating Online. *NURSING ANALYSIS: JOURNAL OF NURSING RESEARCH Vol.*, 1(1), 51–61.
- Hapsari, A., & Ariana, A. D. (2015). Hubungan antara kesepian dan kecenderungan kecanduan internet pada remaja. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 4(3), 20–40.
- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218–227. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>
- Hidayati, D. S. (2015). SELF COMPASSION DAN LONELINESS. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 03(01).
- Irham, S. S., Fakhri, N., & Rifdah, A. (2022). Hubungan Antara Kesepian Dan Nomophobia Pada Mahasiswa Perantau Universitas Negeri Makassar. *Jurnal Cendekia Ilmiah*, 1(4), 318–332.
- Keperawatan, S., Payung, S., & Pekanbaru, N. (2021). *Hubungan Nomophobia Dengan Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa*.
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C., Sancassiani, F., Machado, S., & Nardi, A. E. (2014). “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*, 10(1), 28–35. DOI: [10.2174/1745017901410010028](https://doi.org/10.2174/1745017901410010028)
- Leung, L. (2007). Linking Psychological Attributes To Addiction and Improper Use of the Mobile Phone Among Adolescents in Hong Kong. *Journal of Children and Media*, 2(2), 93–113. <https://doi.org/10.1080/17482790802078565>
- Lucia, A., King, S., Valença, A. M., Silva, A. C., Sancassiani, F., Machado, S., & Nardi, A. E. (2014). “Nomophobia ”: *Impact of Cell Phone Use*

Interfering with Symptoms and Emotions of Individuals with Panic Disorder Compared with a Control Group. 28–35.

- Margalit, M. (2010). *Lonely Children and Adolescents*. Springer New York.
- Mb, P., Madhukumar, S., & Ts, M. M. (2015). A STUDY ON NOMOPHOBIA-MOBILE PHONE DEPENDENCE, AMONG STUDENTS OF A MEDICAL COLLEGE IN BANGALORE. In *National Journal of Community Medicine | Volume* (Vol. 6). www.njcmindia.org
- uarriful Aziz, A., Bismo Utomo, Y., & Efytra Yuliana, D. (2022). Implementasi Metode Certainty Factor Berbasis Android Pada Sistem Pakar Diagnosa Kecanduan Smartphone. *Journal Zetroem*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.36526/ztr.v4i1.1813>
- Mustari, M. (2022). *Manajemen pendidikan di era merdeka belajar*. Prodi S2 Studi Agama-Agama UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Myers, D. G. (1999). *Social Psychology* (5 ed.). NewYork: McGrew-Hill Companies, Inc.
- Myers, D. G. (2010). *Social psychology*.
- Nulhaqim, S.A., Heryadi, D.H., Pancasilawan, R., Ferdryansyah, M., 2016. Peranan Perguruan Tinggi dalam Meningkatkan Kualitas Pendidikan di Indonesia untuk Menghadapi ASEAN Community 2015 Studi Kasus: Universitas Indonesia, Universitas Padjadjaran, Institut Teknologi Bandung. *Share Soc. Work J.* 6, 197
- Nurdiani. (2013). Uji Validitas Konstruk UCLA Loneliness Scale Version 3. *Jurnal Pengukuran Psikologii*, 2(8).
- Park, N., & Lee, H. (2014). Nature of Youth Smartphone Addiction in Korea. *Journal of Communication Research*, 51(1), 100–132.
- Park, N. S., Lee, B. S., Chiriboga, D. A., & Chung, S. (2019). Loneliness as a mediator in the relationship between social engagement and depressive symptoms: Age differences among community-dwelling Korean adults. *Health & Social Care in the Community*, 27(3), 706–716. <https://doi.org/10.1111/hsc.12687>

- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Perspectives on Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*. New York: John Wiley & Sons.
- Putra, D. R. (2012). *Kecenderungan kecanduan internet fakultas psikologi universitas islam negeri (uin) universitas islam negeri (uin)*. Universitas islam negeri (uin) maulana malik ibrahim malang.
- Ramaita, R., Armaita, A., & Vandelis, P. (2019). Hubungan Ketergantungan Smartphone Dengan Kecemasan (Nomophobia). *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 89. <https://doi.org/10.35730/jk.v11i0.399>
- Robinson, J. P., Shaver, P. R., & Wrightsman, L. S. (1991). Criteria for Scale Selection and Evaluation. In *Measures of Personality and Social Psychological Attitudes* (hal. 1–16). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-590241-0.50005-8>
- Rosdaniar. (2008). *Hubungan antara kesepian dan kecanduan internet (internet addiction disorder) pada mahasiswa*. Universitas Islam Indonesia.
- Rosnianti. (2015). perbedaan tingkat kesepian akibat kehilangan pasangan hidup antara lansia yang tinggal sendiri dengan lansia yang tinggal bersama anak. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12–24.
- Russel, R. S., & Taylor, B. W. (1996). *Production and operations management : focusing on quality and competitiveness*. New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Salehan, M., & Negahban, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2632–2639. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.07.003>
- Santoso, A. C., & Soetjningsih, C. H. (2022). *Kesepian dengan Mahasiswa Nomophobia Pada*. 4(2), 434–440.
- Sapitri, N. M. T., Purnamawati, i G. A., & Sujana, E. (2016). Pengaruh Kapasitas Sumber Daya Manusia, Pengendalian Internal Akuntansi, dan Pemanfaatan Teknologi Informasi Terhadap Kualitas Laporan Keuangan (Studi Kasus Koperasi Simpan Pinjam Di Kecamatan Buleleng). *EJournal S1 Ak Universitas Pendidikan Ganesha*, 3(1), 1.

- Siregar, S. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Kencana.
- Sønderby, L. C., & Wagoner, B. (2013). Loneliness: An Integrative Approach. *Journal of Integrated Social Sciences*, 3(11), 2013–3. [http://www.jiss.org/documents/volume_3/issue_1/JISS_2013_3\(1\)_1-29_Loneliness.pdf](http://www.jiss.org/documents/volume_3/issue_1/JISS_2013_3(1)_1-29_Loneliness.pdf)
- Sudraji, S. (2017). *Hubungan antara nomophobia dengan kepercayaan diri*. 10(1), 51–61.
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Edisi ke 1). Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *METODE PENELITIAN Kuantitatif, kualitatif*.
- Suparno, P. S. (2007). *Seksualitas kaum berjubah* (1 ed.). Kanisius.
- Tan, Ç., Pamuk, M., & Dönder, A. (2013). Loneliness and Mobile Phone. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 103, 606–611. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.10.378>
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2006). *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas* (12 ed.). New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas* (12 ed.). Jakarta : Kencana.
- Wahyuni, R. (2017). Hubungan intensitas menggunakan facebook dengan kecenderungan nomophobia pada remaja correlation of facebook use intensity with tendency becoming nomophobia on adolescent. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 22–29.
- Wenny Acnashinta Ciptadi, S. (2020). *Hubungan antara Kepribadian Ekstraversi dan Kesepian dengan Kecenderungan Nomophobia pada Remaja*. 4(3), 78–86.
- Yildirim, C. (2014). Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research. *Lincoln Aryad*, 3(2), 1–46.
- 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>

Yildirim, C., Sumuer, E., Adnan, M., & Yildirim, S. (2015). A growing fear: Prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Information Development*, 32(5), 1322–1331.
<https://doi.org/10.1177/0266666915599025>

Yıldız Durak, H. (2018). What Would You Do Without Your Smartphone? Adolescents' Social Media Usage, Locus of Control, and Loneliness as a Predictor of Nomophobia. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5(3), 1–16.

Yuwanto, L. (2010). Mobile Phone Addict. *CV. Putra Media Nusantara*.

Zuriyani, E., Rezki, A., Despica, R., & Juita, E. (2021). Pola Spasial Pergerakan Merantau Masyarakat Nagari Sungai Durian Kecamatan Patamuan. *Geo Spatial Proceeding*, 1–10.