

Perbedaan nomophobia ditinjau berdasarkan jenis kelamin pada remaja akhir

Wulan Hafizah

Universitas Negeri Padang, Padang, Sumatera Barat

Rahayu Hardianti Utami

Universitas Negeri Padang, Padang, Sumatera Barat

Naskah masuk:
23-Januari-2024

Naskah Terbit:
11-Februari-2024

Korespondensi:
wulanhafizah30@g
mail.com

Abstract: *Mobile phone provide positive and negative influences. The advancement of mobile phone is very necessary in everyday life, especially for teenagers who face feelings of anxiety and fear when not being close to a smartphone, which is called nomophobia. The aim of this research is to describe differences in nomophobia in terms of gender in late adolescents. This type of research is quantitative. The sampling technique used quota sampling and purposive sampling methods for 283 respondents. The nomophobia measuring tool is the NMP-Q nomophobia scale (nomophobia Questionnaire). The data analysis used is Mann-Whitney U. Based on the results of hypothesis testing, It is proven that the existence of nomophobia is different in terms of gender in late adolescents.*

Keywords: *Nomophobia, Teenagers, Gender.*

Abstrak: *Mobile phone* memberikan pengaruh positif dan negatif. Kemajuan *Mobile phone* ini sangat diperlukan dalam kehidupan setiap harinya, terutama buat remaja yang menghadapi rasa cemas dan takut saat tidak berada dekat dengan smartphone yang disebut nomophobia. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan perbedaan *nomophobia* ditinjau dari jenis kelamin pada remaja akhir. Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode quota sampling dan purposive sampling sebanyak 283 responden. Alat pengukur *nomophobia* yaitu skala *nomophobia* NMP-Q (*nomophobia* Questionnaire). Analisa data yang digunakan adalah *Mann-Whitney U*. Hasil pengujian hipotesis, terbukti bahwa adanya *nomophobia* yang berbeda ditinjau dari jenis kelamin pada remaja akhir.

Kata kunci: *Nomophobia, Remaja, Jenis kelamin*

Pendahuluan

Kemajuan teknologi sekarang ini sangat pesat dan semakin canggih menyebabkan perubahan yang besar pada kehidupan manusia (Wahyudi & Sukmasari, 2014). Salah satu teknologi canggih yaitu *mobile phone*, *mobile phone* atau disebut ponsel cerdas ini adalah alat komunikasi yang dapat menolong pemiliknya untuk mengatasi beraneka ragam pekerjaan mereka (Wilantika, 2017). Keberadaan *mobile phone* adalah salah satu lambang kemodernan dalam dunia digital, kehadirannya digunakan untuk membantu dalam melaksanakan aktivitas

sehari-hari, yang berdampak pada individu sering melakukan interaksi dengan *mobile phone* (Dasiroh, 2015). Dalam era digital saat ini *mobile phone* harus dapat dimanfaatkan se pandai-pandainya agar tidak terjebak dalam gangguan psikos dan psikologis yang disebut *nomophobia* (Lukito, 2018).

Tanpa kita diketahui terdapat individu yang mengalami *nomophobia* ini, ciri-cirinya yaitu jika individu dalam keadaan tanpa adanya jaringan atau baterainya habis, individu tersebut akan mengalami kecemasan, depresi atau yang mengganggu kesehatan psikologisnya (Aguilera-

Manrique dkk., 2018). Pada penelitian Dasiroh (2015) menyatakan bahwa orang yang terkena *nomophobia*, dipertemukan dengan ketidaksanggupan dalam memutuskan *mobile phone*, kegelisahan yang melampaui batas apda daya batrai, berkelanjutan melihat pesan, berita, dan email sosial. Mereka juga selalu membawa *mobile phone* ke kamar mandi sebab kegelisahan.

Raja dkk., (2014) menyarankan bahwa *nomophobia* dianggap sebagai fobia situasional. Choy dkk. (2007) mengatakan bahwa fobia spesifik dicirikan oleh kecemasan yang irasional yang berlebihan pada kondisi tertentu, yang dihindari dengan segala cara atau dialami dengan sangat tertekan. Fobia situasional dialami ketika situasi tertentu membangkitkan rasa takut yang intens dan irasional yang mengarah pada hasil intens yang bisa berupa fisik dan emosional.

Oleh karena itu, individu yang memiliki *nomophobia* akan takut secara irasional. Hal ini disebabkan karena tidak mampu mengaplikasikan *mobile phone* atau tidak dapat menggunakan *mobile phone* mereka, dan akan berusaha untuk menghilangkan kemungkinan tidak dapat menggunakan *mobile phone* mereka. Jika mereka belum bisa memakai *mobile phone*nya mereka, mereka akan mempunyai ras cemas dan tertekan intens.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Yildirim (2014) mengatakan bahwa mayoritas *nomophobia* dialami oleh remaja akhir dengan rentang usia 18-24 tahun sebanyak (77%). Teknologi yang terus berkembang sekarang ini, masalah *nomophobia* sering ditemukan dalam kehidupan sehari-hari teristimewa di golongan mahasiswa (Hardianti, 2016). Hal ini berarti bahwa remaja sering mengalami *nomophobia* dalam kehidupan sehari-harinya.

Dalam penelitian sebelumnya yang diteliti oleh Al-Barashdi, Bouazza, dan Jabur (2010) mengatakan bahwa *Nomophobia* dialami oleh remaja akhir baik pria maupun wanita, dan mengatakan bahwa gender memiliki aspek berbeda dalam perilaku penggunaan *mobile*

phone. Ada sejumlah faktor yang menentukan cara laki-laki dan perempuan menggunakan *mobile phone*. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Park dan Lee (2014), menemukan bahwa ada perbedaan dalam cara laki-laki dan perempuan memakai *mobile phone*, perempuan lebih sering menggunakan kamera *mobile phone* untuk berkomunikasi dan melakukan interaksi sosial dengan teman dan kerabat, dan laki-laki lebih sering menggunakan *mobile phone* untuk menelepon dan mengakses aplikasi.

Seperti yang dijelaskan Sagita (2020), menemukan bahwa wanita mempunyai *nomophobia* yang lebih besar dibandingkan pria karena ketidakmampuan mereka berkomunikasi dalam modalitas tersebut dan menerima koreksi. Mereka juga lebih cenderung menggunakan *mobile phone* nya untuk hiburan media sosial, seperti *chatting* dan *browsing* akun gosip. Berbeda dengan penelitian Hidayatullah (2020) yang partisipannya adalah pelajar, hasilnya menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara *nomophobia* antara pelajar pria dengan wanita, dimana *nomophobia* lebih besar pada laki-laki dibandingkan perempuan.

Berdasarkan penjelasan ahli tentang *nomophobia* di atas dan penelitian sebelumnya, terdapat perbedaan skor *nomophobia* antar gender yang tidak konsisten. Para ilmuwan ingin menyelidiki perbedaan gender dalam perilaku *nomophobia* remaja. Kajian ini menyajikan perkembangan terkini dalam penelitian *nomophobia*, mengingat penelitian mengenai topik tersebut relatif terbatas di Indonesia.

Metode

Penelitian ini termasuk jenis penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif lebih memfokuskan analisis data berupa angka-angka dan diolah dengan memakai metode statistik (Azwar, 2013). Penelitian ini meneliti data angka yang dikumpulkan melalui kuisioner.

Metode penelitian yang digunakan ialah non eksperimental dimana menggunakan metode komparatif. Metode komperatif adalah

tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan suatu variabel dari dua golongan yang berbeda (Siregar, 2013). Dimana pada penelitian ini meneliti perbedaan *nomophobia* ditinjau dari jenis kelamin pria dan wanita pada remaja akhir di Kota Padang.

Populasi penelitian ini terdiri dari remaja yang tinggal di Kota Padang. Penarikan sampel menggunakan teknik *double sampling* yakni metode *quota sampling* dan *purposive sampling*. Dimana sampel ini diambil menggunakan teknik populasi tak terhingga. Penelitian ini peneliti menggunakan taraf kesalahan 10% yaitu berjumlah 283 responden, Adapun kriteria tersebut: (1) Remaja laki-laki dan perempuan yang menggunakan *mobile phone*, (2) Remaja akhir rentang usia (17-22 tahun) dan (3) Remaja akhir yang berdomisili di kota Padang.

Skala *nomophobia* NMP-Q (*Nomophobia Questionnaire*) dari Yildirim (2015) yaitu merasa belum dapat berkomunikasi, kehilangan konektivitas, belum bisa mengakses informasi, berserah pada kenyamanan. Skala *nomophobia* terdiri dari 20 item. Skala yang dipakai pada penelitian ini yaitu NMP-Q yang dikembangkan Yildirim (2015) yang telah diterjemahkan dan divalidasi menjadi Indonesian version oleh Rangka dkk (2018).

Uji beda digunakan sebagai statistik inferensial, yaitu uji *Mann Whitney* (uji U). Sebelum melaksanakan penelitian, dihitung statistik deskriptif yang memperhitungkan mean dan standar deviasi. Uji *Mann Whitney* (uji U) dipakai jika data tidak berdistribusi normal. Kriteria uji yang digunakan adalah: Jika signifikansi $> 0,05$ berarti tidak signifikan atau tidak ada perbedaan. Jika arti $< 0,05$ menunjukkan signifikansi atau perbedaan (Saifuddin, 2019).

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Subjek penelitian ini sebanyak 283 responden yang sesuai dengan kriteria penelitian

yaitu remaja rentang usi 17-22 tahun yang memakai *mobile phone* dan bertempat tinggal di Kota Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran mengenai ada atau tidaknya *nomophobia* ditinjau berdasarkan jenis kelamin pada remaja akhir.

Tabel 1. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Kriteria	Keterangan	N	Persentase (%)
1	Jenis	Perempuan	147	51,9
2	Kelamin	Laki-laki	136	48,1
Total Subjek			283	100%

Berdasarkan tabel di atas menggambarkan frekuensi jenis kelamin laki-laki sebesar 136 orang (48,1%) dan perempuan sebesar 147 (51,9%). Jarak rentang antara laki-laki dan perempuan tidak terlalu jauh, tapi penelitian ini lebih dominan perempuan.

Berdasarkan tingkat umur remaja pada penelitian ini paling sedikit menjadi responden pada umur 17 tahun berjumlah 23 orang (8,1%), sedangkan responden yang dominan yaitu pada umur 20 tahun (28,3%) dan 21 tahun (30,0%). Terlihat perbedaan yang signifikan pada frekuensi umur remaja di penelitian ini, dimana umur yang mendominasi pada penelitian ini yaitu umur 20 dan 21 tahun. Hasil lebih jelasnya disajikan pada tabel berikut ini.

Tabel 2. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Umur

Kriteria	Keterangan	N	Persentase (%)
Umur	17 tahun	23	8,1
	18 tahun	43	15,2
	19 tahun	52	18,4
	20 tahun	80	28,3
	21 tahun	85	30,0

Total Subjek	283	100%
---------------------	-----	------

Untuk memeriksa data berdistribusi normal atau tidaknya, dilakukan uji normalitas. Untuk menguji normalitas dengan memakai teknik *One-sample Kolmogrov-Smirnov*. Aturan yang diterapkan untuk menentukan normal tidaknya data yaitu apabila nilai $p > 0,05$ dikatakan normal, tetapi jika $p < 0,05$ maka data dikatakan tidak normal. Uji normalitas penelitian ini menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,000 untuk laki-laki, dan 0,000 untuk perempuan. Dapat disimpulkan bahwa uji normalitas pada laki-laki dan perempuan tidak berdistribusi normal. Oleh sebab itu, akan dipakai uji *statistic non-parametrik* untuk melihat perbedaan *nomophobia* ditinjau dari jenis kelamin pada remaja akhir. Setelah melakukan uji *Mann-Whitney U* dengan SPSS 26 for Windows, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 8. Uji Hipotesis

Total N	283
Mann-Whitney U	12212.000
Wilcoxon W	23090.000
Test Statistic	12212.000
Asymptotic Sig.(2-sided test)	.001

Pada penelitian ini Sig (*two tailed*) memperoleh nilai sebesar 0,001. Bila diartikan $0,001 < 0,05$, ini berarti H_0 diterima, sehingga terdapat perbedaan jenis kelamin pada *nomophobia* terdapat pada masa remaja akhir.

Pembahasan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan atau memberikan informasi mengenai prevalensi *nomophobia* spesifik jenis kelamin pada masa remaja akhir. Hasil pengolahan data membuktikan terdapat perbedaan gender pada *nomophobia* pada masa

remaja akhir.

Hasil analisis kategorisasi penelitian ini menunjukkan, remaja akhir yang wanita lebih tinggi dibandingkan dengan pria. Nilai mean remaja perempuan 81,3% dan laki-laki 76,2%. Namun jika melihat hasil antara kelompok perempuan dan laki-laki, akan melihat perbedaannya. Remaja wanita mempunyai nilai tinggi ketimbang pria. Hal ini disebabkan wanita sangat bahagia jika memakai *mobile phone* dalam waktu lama dan sering. Wanita lebih dominan menghadapi *nomophobia* ketimbang pria. Relasi sosial Perempuan lebih banyak mengalami *nomophobia* dibandingkan laki-laki. Relasi sosial merupakan suatu keahuruan untuk wanita supaya selalu bahagia (Gezgin, 2016; Bianchi, 2005).

Penelitian menunjukkan bahwa *nomophobia* wanita lebih besar dibandingkan laki-laki, teristimewa saat mereka kehabisan kontak dan belum dapat langsung berkomunikasi dan melakukan kontak dengan orang lain. Wanita lebih cenderung menggunakan ponsel untuk tujuan hiburan media sosial, seperti chatting, melihat akun gosip, kesenangan sosial dan menjaga hubungan sosial. 80% dari 40 remaja perempuan menggunakan whatsapp di *mobile phone* untuk berkomunikasi dengan teman-temannya. Remaja perempuan menggunakan *mobile phone* untuk berhubungan sosial dan untuk mengambil foto selfie. (Yeboah & Ewur 2014; Pavithra MB & Suwarna Madhukuma, 2015)

Fitriyani dkk, (2019) yang menemukan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan *nomophobia* antara wanita dan pria, kadar *nomophobia* pada wanita hanya sedikit lebih dominan dibandingkan pria. Kesamaan hasil penelitian Sagita (2020) dimana di Jakarta Timur, remaja perempuan mempunyai *nomophobia* lebih besar dibandingkan pria karena ketidakmampuan mereka untuk bersosialisasi secara efektif dan efisien saat menggunakan *mobile phone* mereka. Penelitian Wei & Lo (2006) menemukan bahwa terdapat perbedaan antara pria dan wanita dalam

memakai *mobile phone*. Wanita lebih dominant memakai *mobile phone* untuk menghubungi teman atau keluarga, sebaliknya pria lebih dominak memakai *mobile phone* guna mencari informasi.

Penelitian yang dilaksanakan Chen, Liu, Ding, Ying, Wang dan Wen (2017) menunjukkan bahwa kebutuhan perempuan untuk terhubung dengan kelompok sosialnya mendorong penggunaan *mobile phone* secara konsisten. Media sosial juga mempengaruhi sebagian besar wanita, namun bukan berarti laki-laki tidak bisa menderita *nomophobia* karena mereka menggunakan *mobile phone* untuk tujuan profesional dan kecanduan game dan aplikasi taruhan. Maka dari itu, wanita menunjukkan peringkat *nomophobia* lebih dominan dibandingkan pria, teristimewa ketika kehilangan koneksi dan tidak mampu berkomunikasi. (Aktay & Kuscu, 2019; Moreno-Guerrero, dkk 2020; Bolle, 2014).

Remaja wanita lebih tergantung pada *mobile phone* guna mengirim pesan teks dan membelanjakan keuangan dibandingkan remaja pria. Remaja wanita melaksanakan belanjanya online sesuai dengan kebutuhan dan kegemaran serta gaya hidup, yang kemudian membentuk dirinya yang royal (Choliz 2012; Hasiguan 2016).

Pada penelitian ini menyatakan usia paling banyak mengalami *nomophobia* adalah remaja yang berusia 21 tahun. *Nomophobia* pada remaja pria dan wanita berada pada rentang *nomophobia* yang sedang. Pada kategori dengan nilai terendah, nilai anak laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan nilai anak perempuan.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian mengenai perilaku *nomophobia* spesifik gender pada remaja, ditemukan adanya perbedaan gender pada *nomophobia* pada masa remaja akhir. Penelitian ini perempuan memiliki tingkat *nomophobia* yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Daftar Rujukan

- Aguilera-Manrique, G., Márquez-Hernández, V. V., Alcaraz-Córdoba, T., Granados-Gómez, G., Gutiérrez-Puertas, V., & Gutiérrez-Puertas, L. (2018). The relationship between *nomophobia* and the distraction associated with smartphone use among nursing students in their clinical practicum. *PLoS ONE*, 13(8), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0202953>
- Aktay, E. G., & Kuscu, H. P. (2019). Primary school teacher candidates and *nomophobia*. *International Technology and Education Journal*, 3(1), 16-24.
- Al-Barashdi, H. S., Bouazza, A., & Jabur, N. H. (2015). Smartphone addiction among university undergraduates: a literature review. *Journal of Scientific Research & Reports*, 4(3), 210-225.
- Azwar, S. (2013). *Reliabilitas Dan Validitas*. Pustaka
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Cyberpsychology & behavior*, 8(1), 39-51.
- Chen, C., Zhang, K. Z. K., Gong, X., Zhao, S. J., Lee, M. K. O., & Liang, L. (2017). Examining the effects of motives and gender differences on smartphone addiction. *Computers in Human Behavior*, 75, 891–902. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.07.002>
- Choliz, M. (2012). Mobile-phone addiction in adolescence: The test of mobile phone dependence. *Progress in Health Sciences*, 2, 33-44
- Dasiroh, AB. 2015. *Nomopobhia di Era*

- Teknologi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Fitriyani, N., Albertin, N., & Kusuma, R. M. (2019). Perbandingan Tingkat Nomophobia Mahasiswa Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 5(1), 6-11.
- Gezgin, D. M., & Cakir, O. (2016). Analysis of nomophobic behaviors of adolescents regarding various factors. https://www.researchgate.net/publication/304353415_Analysis_of_nomophobic_behaviors_of_adolescents_regarding_various_factors/link/576cf5eb08aedab13b847926/download diakses 3 Juni 2020
- Hardianti, F., Kuswarno, E., & Sjafirah, N. A. (2019). Nomophobia Dalam Perspektif Media, Budaya Dan Teknologi. *Jurnal Edutech*, 18(2), 182-196.
- Hidayatullah, A. (2020). Perbedaan Kecendrungan Perilaku Nomophobia Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Mahasiswain Ar-Raniry Banda Aceh.
- Lukito, A. (2018). Nomophobia.
- Moreno-Guerrero, A. J., López-Belmonte, J., Romero-Rodríguez, J. M., & Rodríguez-García, A. M. (2020). Nomophobia: impact of cell phone use and time to rest among teacher students. *Heliyon*, 6(5).
- Pavithra, M. B., 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(03), 340-344.
- Raja ALS, Valenca AM, Silva AC, Sancassiani F, Machado S, Nardi AE. (2014) "Nomophobia": Dampak penggunaan ponsel mengganggu gejala dan emosi individu dengan gangguan panik dibandingkan dengan kelompok kontrol. *Clin Pract Epidemiol Kesehatan Mental*. 2014; 10 :28–35.
- Rangka, I. B., Prasetyaningtyas, W. E., Ifdil, I., Ardi, Z., Suranata, K., Winingsih, E., ... & Wijaya, R. S. (2018, November). Measuring psychometric properties of the Indonesian version of the NoMoPhobia Questionnaire (NMPQ): Insight from Rasch measurement tool. In *Journal of physics: Conference series* (Vol. 1114, No. 1, p. 012127). IOP Publishing.
- Saifuddin, A. (2019). Penelitian Eksperimen dalam Psikologi. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Sagita, D. D., & Santika, F. (2020). Nomophobia in adolescents based on gender: a case study of East Jakarta, Indonesia. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 4(2), 92-97.
- Siregar, S. (2013). Metode penelitian kuantitatif: dilengkapi dengan perhitungan manual & SPSS.
- Wahyudi, H. S., & Sukmasari, M. P. (2014). Artikel Teknologi dan Kehidupan Masyarakat. *Artikel Teknologi Dan Kehidupan Masyarakat*, 3((1)), 1–12. <https://media.neliti.com/media/publication/s/227634-teknologi-dan-kehidupan-masyarakat-7686df94.pdf>
- Wei, R., & Lo, V.-H. (2006). Staying connected while on the move: Cell phone use and social connectedness. *New Media Society*. Vol. 8.
- Wilantika. (2017). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Kesehatan Dan Perilaku Remaja. *NITRO Journal*, 17.

- Yeboah, J., & Ewur, G. D. (2014). The impact of WhatsApp messenger usage on students performance in Tertiary Institutions in Ghana. *Journal of Education and practice*, 5(6), 157-164.
- Yildirim, C. (2014). Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research (Doctoral dissertation, Iowa State University).
- 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>