



Hubungan Peran Orang Tua, Teman Sebaya dan Lingkungan Masyarakat Terhadap Nomofobia Pada Remaja

Khasna Rofifah¹, Supriyadi²

^{1,2} Program Studi Ilmu Keperawatan S1, Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Abstract

Received: 04 Desember 2023

Revised: 08 Januari 2024

Accepted: 01 Februari 2024

Latar Belakang: Perkembangan teknologi terus menerus menyebabkan perubahan gaya hidup masyarakat. Banyak kalangan anak muda berusia dari 15-21 tahun sangat cenderung mengalami nomofobia. Nomofobia adalah ketakutan atau kecemasan seseorang jika jauh dari kontak smartphone. **Tujuan:** Untuk menganalisis hubungan antara peran orang tua, teman sebaya dan lingkungan masyarakat terhadap nomofobia pada remaja. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain survey analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian ini berjumlah 78 responden yang diambil dari kelas X dan XI dengan metode simple random sampling pada bulan Mei 2023. Instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner. **Hasil:** Jenis kelamin responden terbanyak perempuan, usia 15 - 16 tahun dan waktu penggunaan smartphone >4 jam perhari, responden dalam penelitian ini adalah kelas X dan XI. Sebagian besar responden mengalami nomofobia sedang, peran orang tua siswa dalam kategori baik, peran teman sebaya negatif dan peran lingkungan masyarakat buruk. **Kesimpulan:** Hasil analisis statistik dengan uji Chi Square didapatkan nilai p -value 0,026 untuk variabel peran orang tua, nilai p -value 0,001 untuk variabel teman sebaya, nilai p -value 0,011 untuk variabel lingkungan masyarakat. Dari ketiga variabel tersebut bisa dikatakan ke 3 variabel tersebut memiliki hubungan dengan nomofobia pada remaja. Semakin sering gadget mendampingi penggunaannya dalam kehidupan sehari-hari maka semakin jauh atau tidak peduli pengguna dengan lingkungan sekitarnya.

Keywords: Nomofobia, peran orang tua, teman sebaya, lingkungan masyarakat, remaja.

(*) Corresponding Author: hasnarf73@gmail.com

How to Cite: Rofifah, K., & Supriyadi, S. (2024). Hubungan Peran Orang Tua, Teman Sebaya dan Lingkungan Masyarakat Terhadap Nomofobia Pada Remaja. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10643936>.

INTRODUCTION

Perkembangan teknologi terus menerus menyebabkan perubahan gaya hidup masyarakat. Pengenalan teknologi mobile tidak hanya meningkatkan akses masyarakat terhadap informasi di seluruh dunia, tetapi juga gaya hidup baru, perilaku baru dan bahkan bahasa komunikasi baru mulai berkembang. *Smartphone* telah memasuki kehidupan masyarakat dan semakin menyerbu kehidupan setiap orang, dari yang termuda hingga yang tertua. Tidak dapat disangkal bahwa *smartphone* telah menjadi bagian penting dari semua kehidupan kita, terutama kaum muda (Lee *et al.*, 2018)

Hubungan seseorang dengan *smartphone* secara langsung mempengaruhi perilaku interpersonal dan sosial (Rahayuningrum & Sary, 2019). Sebuah studi sebelumnya menemukan bahwa orang mengalami ketakutan yang lebih besar atau dikatakan ketidaknyamanan ketika mereka tidak terhubung ke *smartphone* mereka (Arpaci *et al.*, 2017). Seperti kebanyakan orang, *smartphone* telah menjadi item penting karena mereka membutuhkannya sejak mereka bangun hingga tertidur (Muralidhar *et al.*, 2017). Diantara fitur yang ada pada *smartphone*, memberikan kenyamanan dan kemudahan, sehingga menjadi masalah jika digunakan secara

berlebihan dan tidak bertanggung jawab. Salah satu dari masalah yang muncul adalah Nomofobia (Asih & Fauziah, 2017).

Survei Pemuda, Media Sosial dan Teknologi AS tahun 2018 oleh The Pew Research Center melaporkan bahwa semua (100%) berusia 16-29 tahun memiliki *smartphone*, dengan 95% memiliki *smartphone*. (Rahmawati *et al.*, 2019) menjelaskan bahwa kelompok orang yang paling mungkin kecanduan *smartphone* dan internet adalah pelajar daripada kelompok lain di masyarakat. Hal ini dikarenakan pada masa ini siswa memasuki masa remaja akhir yang merupakan fase transisi atau peralihan dari perkembangan remaja pertengahan menuju perkembangan remaja akhir/dewasa awal dan mengalami dinamika psikologis.

Badan Penelitian dan Pengembangan Sumber Daya Manusia Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia (BALITBANG, KOMINFO, 2017) melaporkan hasil survei pengguna *smartphone* di Indonesia. Berdasarkan jenis kelamin, 65,09% pengguna *smartphone* di Indonesia adalah perempuan dan 67,1% adalah laki-laki, sedangkan pengguna *smartphone* berdasarkan usia, yaitu. 20-29 tahun, terdapat 75,95% pada kelompok usia 30-29 tahun. 68,3% berusia 9 tahun. Usia 9-19 tahun adalah 65,3 tahun sebanyak 50,79%.

Ada beberapa faktor yang memicu munculnya nomofobia yaitu pola asuh dari orang tua, lingkungan, adanya pengalaman dari masing – masing individu dan kebiasaan dari individu itu sendiri.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gurbuz & Ozkan (2020) yang meneliti terkait pengukuran tingkat nomofobia anak muda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa angka tertinggi penelitian ini 71,5% masuk kategori sedang. Pada penelitian ini disimpulkan bahwa remaja berada pada tingkat nomofobia sedang. Riyanti dkk., (2021) juga menyebutkan tentang gambaran nomofobia pada remaja, hasilnya hampir setengah remaja yang ditelitinya mengalami nomofobia berat. Disarankan agar diberikan intervensi pendidikan kesehatan tentang dampak nomofobia mengalihkan penggunaan *smartphone* untuk kegiatan pembelajaran. Penelitian yang dilakukan oleh Widyastuti & Muyana (2018) tentang potret nomofobia pada kalangan remaja hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* di kalangan remaja yang menunjukkan tingkat nomofobia pada siswa SMK terbanyak terdapat pada kategori sedang yakni 35%..

METHODS

Jenis penelitian ini adalah survey analitik, dengan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2023.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa siswi Kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Kejobong sebanyak 514 siswa. Sampel pada penelitian ini menggunakan *Simple Random Sampling*. Jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini berjumlah 78 siswa. Penentuan sampel ini berdasarkan pada rumus Uji hipotesis beda 2 proporsi (Supriyadi, 2014) dengan kriteria inklusi : Siswa yang tercatat sebagai siswa aktif di kelas X dan XI SMA N 1 Kejobong, Siswa yang memiliki akses *smartphone* dan internet, siswa yang bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi yaitu siswa yang tidak hadir dikarenakan sakit pada saat dilakukan penelitian, siswa yang tidak bersedia menjadi responden penelitian.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah 4 jenis kuesioner yaitu Peran orang Tua yang terdiri dari 15 item pertanyaan favoreble dan unfavoreble dengan 5 opsi jawaban favoreble selalu (4), sering (3), kadang – kadang (2), jarang (1), tidak pernah (0). Sedangkan untuk opsi jawaban unfavoreble selalu (0), sering (1), kadang –

kadang (2), jarang (3), tidak pernah (4). Skor terendah 0 dan skor tertinggi 60 dengan hasil validitas semua item pertayyan valid karena r hitung $>$ r tabel dan realibilitas variabel menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar $0,897 > 0,60$. Kuesioner Teman sebaya terdapat 10 item pertanyaan dengan pertanyaan favorable dan unfavorable. Skor terendah 0 dan skor tertinggi 40 dengan hasil validitas semua item pertayyan valid karena r hitung $>$ r tabel dan realibilitas variabel menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar $0,833 > 0,60$. Kuesioner Lingkungan Masyarakat terdapat 10 item pertanyaan dengan pertanyaan favorable dan unfavorable. Skor terendah 0 dan skor tertinggi 40 dengan hasil validitas semua item pertayyan valid karena r hitung $>$ r tabel dan realibilitas variabel menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar $0,808 > 0,60$. Sehingga item – item pertanyaan dalam variabel orang tua, teman sebaya, dan lingkungan masyarakat dinyatakan reliabel sebagai alat pengumpulan data penelitian. Dan Kuesioner Nomofobia menggunakan jenis kuesioner *NOMOFOBIA QUESTIONNAIRE (NMP-Q)*. Data yang diperoleh kemudian diolah menggunakan analisis data menggunakan uji *Chi-Square*. Untuk menunjukan signifikasi hasil perhitungan statistic digunakan batas signifikasi $\alpha = 0.05$. Hipotesis diterima jika nilai $p < 0,05$ artinya terjadi suatu hubungan.

RESULTS & DISCUSSION

Karakteristik Responden

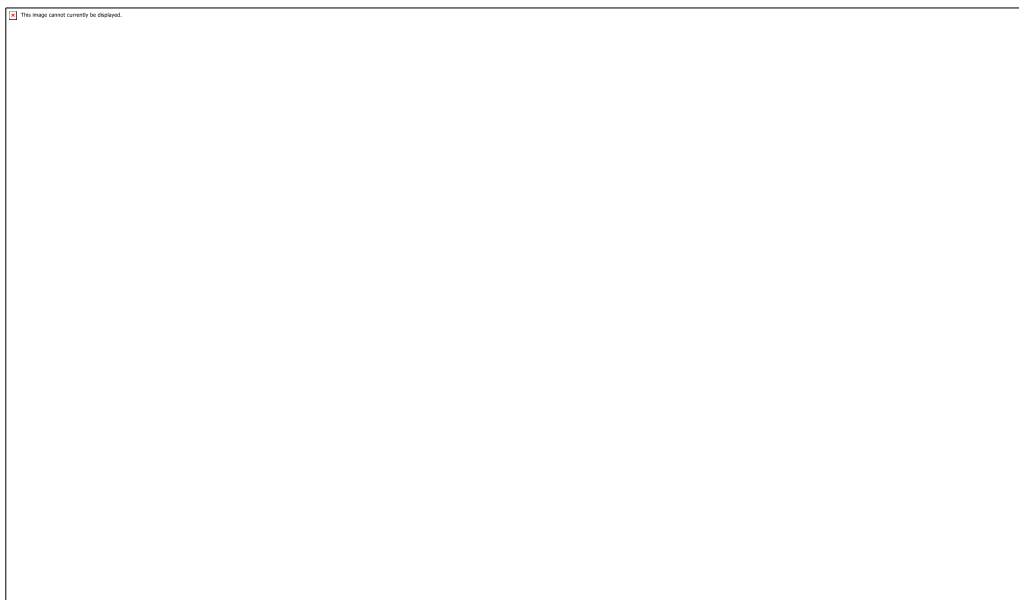
Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	F (N=78)	%
Jenis Kelamin		
Laki – Laki	24	30,8%
Perempuan	54	69,2%
Usia		
15 – 16 tahun	59	75,6%
17 – 18 tahun	19	24,4%
Kelas		
Kelas X	39	50%
Kelas XI	39	50%
Waktupenggunaan smartphone sehari		
≤ 4 jam	13	16,7%
≥ 4 jam	65	83,3%
Total	78	100%

Dari tabel 1 disampaikan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan dengan usia paling banyak 15-16 tahun, rata – rata kelas X dan XI seimbang dan paling banyak penggunaan *smartphone* sehari diatas 4 Jam.

1. Kategori Peran Orang tua, Teman sebaya, Lingkungan masyarakat dan Nomofobia

Tabel 2. Kategori Peran Orang tua, Teman sebaya, Lingkungan masyarakat dan Nomofobia



Dari tabel 2 menunjukkan mayoritas peran orang tua dengan kategori baik (61,5%), teman sebaya dalam kategori negative (51,3), lingkungan masyarakat dalam kategori buruk (53,8%) dan nomofobia dalam kategori sedang (57,7%)

Analisis Bivariat

Tabel 6. Hubungan Peran Orang Tua terhadap Nomofobia pada Remaja

Peran Orang Tua	Nomofobia						Total		p-value
	Ringan		Sedang		Berat				
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Kurang	1	20,0%	0	0,0%	4	80,0%	5	100%	0,026
Cukup	4	16,0%	14	56,0%	7	28,0%	25	100%	
Baik	9	18,8%	31	64,6%	8	16,7%	48	100%	
Total	14	17,9%	45	57,7%	19	24,4%	78	100%	

Dari tabel 6 menunjukkan hasil chi square diperoleh p-value sebesar 0,026 ($\leq 0,05$) yang artinya terdapat hubungan antara Peran orang tua dengan Nomofobia pada remaja, Dengan maksud semakin kurang peran orang tua maka semakin berat nomofobia yang dialami remaja, sebaliknya semakin baik peran orang tua maka semakin ringan nomofobia yang dialami remaja.

Tabel 7. Hubungan Teman Sebaya terhadap Nomofobia pada Remaja

Teman Sebaya	Nomofobia						Total		p-value
	Ringan		Sedang		Berat				
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Negatif	6	15,0%	17	42,5%	17	42,%	40	100%	0,000
Positif	8	21,1%	28	73,7%	2	5,3%	38	100%	
Total	14	17,9%	45	57,7%	19	24,4%	78	100%	

Dari tabel 7. menunjukkan hasil chi square diperoleh p-value sebesar 0,001 ($\leq 0,05$) yang artinya terdapat hubungan antara Teman Sebaya dengan Nomofobia pada remaja. Semakin negatif peran teman sebaya maka semakin berat nomofobia yang dialami, sebaliknya semakin positif peran teman sebaya maka semakin ringan nomofobia yang dialami remaja.

Tabel 8. Hubungan Lingkungan Masyarakat terhadap Nomofobia pada Remaja

Lingkungan Masyarakat	Nomofobia						Total	p-value	
	Ringan		Sedang		Berat				
	N	%	N	%	N	%	N		%
Buruk	3	7,1%	25	59,5%	14	33,3%	42	100%	0,009
Baik	11	30,6%	20	55,6%	5	13,9%	36	100%	
Total	14	17,9%	45	57,7%	19	24,4%	78	100%	

Dari tabel 4.8 menunjukkan hasil chi square diperoleh *p-value* sebesar 0,009 ($\leq 0,05$) yang artinya terdapat hubungan antara lingkungan masyarakat dengan Nomofobia pada remaja. Dengan maksud semakin buruk peran lingkungan masyarakat maka semakin berat nomofobia yang dialami remaja, sebaliknya semakin baik peran lingkungan masyarakat maka semakin ringan nomofobia yang dialami remaja.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian bahwa paling banyak responden berjenis kelamin perempuan dan karakteristik usia paling banyak responden usia 15–16 tahun. Seperti penelitian dari mayangsari, 2014 (dalam Prasetyo & Ariana, 2016) menyatakan bahwa nomofobia pada jumlah perempuan lebih banyak sekitar 56% dibandingkan laki-laki 47% pada usia 15-18 tahun.

Hal ini didukung oleh data dari Smart Platform for Mobile Marketing and E-Commerce yang menerbitkan data terbaru *Smartphone* User Personal Report (SUPR) atau Laporan Personal Pengguna *Smartphone* di Indonesia untuk tahun 2015. Dalam laporan ini, pengguna *smartphone* paling banyak terwakili di antara mereka yang berusia 30 tahun ke bawah lebih besar, terhitung sekitar 61% (Hasan, 2015).

Remaja usia sekolah menengah khususnya banyak melakukan kegiatan belajar dan mencari informasi dengan menggunakan *smartphone* sebagai media atau alat bantu, termasuk menggunakan *smartphone* untuk kegiatan lain seperti mendengarkan musik, browsing, menggunakan media sosial, menonton, dan bermain game. Penelitian yang dilakukan oleh Demirci *et al.*, (2015) yang menemukan bahwa pengguna *smartphone* perempuan lebih banyak daripada pengguna *smartphone* laki-laki. Karena wanita memiliki keinginan komunikasi yang lebih besar daripada pria, yang membuat mereka hampir setiap saat melihat *smartphone*.

Berdasarkan hasil penelitian waktu penggunaan *smartphone* dalam sehari terbanyak lebih dari 4 jam (83,3%). Menurut Penelitian University of Oxford yang dikutip dalam Hepilita & Gantas, (2018) durasi ideal aktivitas internet per hari adalah 257 menit atau sekitar 4 jam 17 menit. Jika berlangsung lebih dari 4 jam 17 menit, perangkat dianggap mempengaruhi fungsi otak. Sebagian besar mahasiswa menggunakan gawai sebagai tutorial atau kuliah online, aplikasi yang biasa digunakan adalah WhatsApp, Instagram, YouTube, Zoom, TikTok dan game online. Kecanduan ini memiliki dampak negative yang sangat

mengesankan. Kecanduan *smartphone* ini disebabkan oleh penggunaan *smartphone* yang lama. Hal ini menyebabkan kurangnya interaksi langsung.

Kategori Nomofobia, Peran Orang tua, Teman sebaya dan Lingkungan masyarakat

Hasil klasifikasi menunjukkan bahwa skor subjek semakin tinggi skor yang dimiliki, semakin besar nomofobia pada diri subjek. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar dari mereka menderita nomofobia sedang (57,7%).

Nomofobia (no mobile phobia) terus meningkat di Inggris, dengan 66% dari 1.000 orang yang disurvei takut kehilangan *smartphone* atau hidup tanpanya. Nomofobia adalah rasa takut yang berlebihan akan kehilangan *smartphone*.

LA Times juga melakukan survei dan menemukan bahwa 53% responden mengatakan mereka khawatir tidak membawa *smartphone*. Hasil survei mengungkapkan bahwa perempuan lebih dominan dalam hal nomofobia. 70% wanita takut jika tidak memiliki *smartphone*. Pada saat yang sama, 60% pria mengaku nomofobia. Nomofobia cenderung menyerang kaum muda, sekitar 77% dari usia 16 hingga 24 tahun.

Ciri – ciri dan karakteristik orang yang mengidap nomofobia yaitu : Habiskan waktu dengan menggunakan *smartphone*, menggunakan setidaknya satu perangkat atau lebih dan selalu bawa pengisi daya. Cemas dan gugup saat *smartphone* tidak tersedia di dekat atau di luar tempatnya. Selain itu, juga merasa tidak nyaman saat terjadi gangguan atau tidak ada jaringan dan daya baterai lemah. Selalu lihat layar *smartphone* dan periksa pesan atau panggilan masuk. David Laramie menyebut ringxiety atau perasaan yang menganggap *smartphone* bergetar atau berdering. Tidak mematikan *smartphone* dan selalu tersedia 24 jam sehari. Selain itu, *smartphone* diletakkan di atas tempat tidur saat tidur. Tidak menyenangkan berkomunikasi dengan teknologi baru. Biaya *smartphone* tinggi.

Hasil kategorisasi tersebut adalah semakin tinggi skor subjek maka semakin kecil peran orang tua pada subjek, dan semakin rendah skor subjek maka semakin baik peran orang tua pada subjek.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar dari mereka adalah orang tua yang baik (61,5%). Peran orang tua terhadap 78 (100%) responden siswa di SMA Negeri 1 Kejombang Kabupaten Purbalingga, mayoritas peran orang tuanya ada pada kategori baik.

Orang tua berperan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, serta dalam pembentukan karakter anak. Upaya orang tua untuk membimbing anaknya dengan memberikan contoh yang baik dan benar, karena anak sangat ingin tahu dan sifat ingin menirunya. Orang tua keluarga memainkan peran penting dalam menerapkan disiplin kenabian kepada anak-anak. Kasih sayang dan perhatian orang tua, serta nilai-nilai kehidupan yang mereka tanamkan, baik secara agama maupun sosial budaya, merupakan faktor yang dapat mempersiapkan anak menjadi pribadi yang sehat.

Menurut Asmayanti 2021 orang tua memegang peran penting dalam membimbing anak remaja menuju dewasa. Orang tua memiliki beberapa peranan penting diantaranya adalah peran orang tua sebagai pendidik, sebagai pengasuh, sebagai pengawas dan peran orang tua sebagai motivator. Masing- masing memiliki peran yang harus dijalankan sebagai orang tua untuk membentuk perilaku remaja yang baik dan terhindar dari kejadian Nomofobia yang sekarang banyak terjadi di kalangan remaja.

Peran orang tua sangat diperlukan dalam perkembangan anak – anak remaja, hal ini sesuai dengan penelitian Dangol (2021). Temuan dari peneliti ini menyoroti pentingnya keterlibatan orang tua sebagai faktor pelindung penting di kalangan remaja sekolah di Nepal. Orang tua merupakan faktor eksternal yang memiliki peran penting pada masa remaja sang anak, diantaranya seperti cara asuh, dan peran orang-orang dalam keluarga atau orang tua, kedua ini akan sangat berpengaruh pada perilaku remaja.

Hasil klasifikasi bahwa semakin tinggi skor yang mewakili subjek maka semakin negatif peran teman sebaya pada diri subjek dan semakin rendah skor yang dimiliki subjek maka semakin positif peran teman sebaya pada diri subjek. Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa sebagian besar memiliki peran teman sebaya negative (51,3%).

Teman sebaya merupakan teman berinteraksi dengan anak yang seumuran dan memiliki tingkat kesadaran yang relatif tinggi dalam kelompok. Orang biasanya mendapatkan dukungan sosial dari lingkaran teman mereka. Dukungan seperti itu bisa menjadi ungkapan kegembiraan. Teman memainkan beberapa peran dalam proses perkembangan sosial anak. Menurut (Santrock, 2019) peran teman sebaya dalam proses perkembangan sosial anak meliputi peran teman, stimulus, sumber dukungan fisik, sumber dukungan ego, perbandingan sosial dan keterikatan. Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa teman sebaya berperan dalam perkembangan perilaku sosial anak. Teman memberikan kesempatan untuk berinteraksi dengan orang di luar keluarga. Peran terpenting teman adalah sebagai sumber informasi tentang dunia di luar keluarga, sebagai sumber daya kognitif, sebagai pemecah masalah dan sumber informasi, sebagai sumber emosi dan ekspresi. ekspresi diri dan identitas.

Hasil klasifikasi menunjukkan bahwa semakin tinggi skor yang dimiliki oleh subjek maka semakin buruk peran lingkungan masyarakat pada subjek itu sendiri dan semakin rendah skor yang dimiliki subjek maka semakin baik peran lingkungan masyarakat pada diri subjek. Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa sebagian besar dari mereka berperan buruk dalam lingkungan sosial (53,8%).

Lingkungan masyarakat adalah situasi atau kondisi interaksi sosial dan sosial budaya yang berpotensi mempengaruhi perkembangan karakter religius atau kesadaran beragama individu. Dalam masyarakat, individu (terutama anak-anak dan remaja) berpartisipasi dalam interaksi sosial dengan teman sebayanya atau anggota masyarakat lainnya. Lingkungan masyarakat (sosial) dan berbagai norma atau sistem aturan yang melingkupi individu atau kelompok masyarakat dapat mempengaruhi perilakunya melalui interaksinya di lingkungan masyarakat. Lingkungan masyarakat adalah tempat manusia berinteraksi satu sama lain, dan interaksi sosial dan budaya antar anggota masyarakat sesuai dengan nilai dan norma lingkungan. Beberapa faktor lingkungan yaitu kegiatan sosial anak, media massa, teman pergaulan dan bentuk kehidupan masyarakat.

ANALISIS BIVARIAT

Hubungan Peran Orang Tua terhadap Nomofobia pada Remaja

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara peran orang tua dengan nomofobia. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Angelia mengemukakan bahwa peran orang tua ternyata berhubungan signifikan dengan adiksi *smartphone*. Semakin buruk persepsi orang tua terhadap peran mereka, semakin menyebabkan remaja berperilaku berlebihan saat menggunakan *smartphone*. Peran orang tua yang kurang maksimal menunjukkan bahwa peran orang tua kurang dalam membina hubungan yang erat antara orang tua dan anak, menanamkan kedisiplinan, pendidikan, kesejahteraan dan perlindungan secara umum, daya tanggap dan kepekaan, serta pemahaman orang tua terhadap penggunaan *smartphone* (Angelia Silvanasari & Vitaliati, 2019).

Peran orang tua yang baik tentunya akan mencegah remaja kecanduan menggunakan *smartphone* dari sudut pandang negatif. Gambaran ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Krithika and Vasantha (2013) yang menemukan bahwa penggunaan *smartphone* sangat terintegrasi dalam perilaku remaja dan dewasa muda dengan gejala perilaku kecanduan, seperti ketika penggunaan *smartphone* pasti mempengaruhi aktivitas sehari-hari menjadi terganggu. *Smartphone* pada umumnya memiliki manfaat positif, seperti dapat bersilaturahmi atau menelepon keluarga, teman, dll. Peneliti berasumsi

bahwa hal ini tentunya berkaitan dengan optimalisasi para orang tua untuk memberikan persepsi positif kepada generasi muda tentang penggunaan *smartphone*.

Peran orang merupakan salah satu faktor yang sangat penting dan berpengaruh dalam menentukan perilaku remaja salah satunya yaitu perilaku nomofobia, peran orang tua yang baik akan menimbulkan remaja yang baik dan peran orang tua yang kurang baik kemungkinan besar akan menimbulkan perilaku remaja yang kurang baik, orang tua yang berperan baik dan selalu mencontohkan hal yang positif akan mengurangi perilaku buruk para remaja salah satunya yaitu dapat mengurangi kebiasaan bermain *smartphone*.

Hubungan Teman Sebaya terhadap Nomofobia pada Remaja

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara peran teman sebaya dengan nomofobia. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Angelia dimana semakin teman sebaya kurang baik menjalankan perannya, semakin mengarah pada perilaku kecanduan *smartphone*. Peran teman sebaya yang tidak baik menunjukkan bahwa peran teman sebaya yang tidak memadai dalam ekspresi diri juga berdampak negatif pada penggunaan *smartphone* (Angelia Silvanasari & Vitaliati, 2019).

Silvanasari & Vitaliati (2019) semakin teman sebaya kurang baik menjalankan perannya, semakin mengarah pada perilaku kecanduan *smartphone*. Peran teman sebaya yang tidak baik menunjukkan bahwa peran teman sebaya yang tidak memadai dalam ekspresi diri juga berdampak negatif pada penggunaan *smartphone*.

Skarupova, Olafsson, dan Blinka (2016) mengemukakan bahwa penggunaan *smartphone* merupakan prediktor positif dari penggunaan internet yang berlebihan, yang dimoderatori oleh peningkatan aktivitas yang dilakukan secara daring. Peningkatan penggunaan internet di atas rata-rata juga terkait dengan penggunaan game online dan jejaring sosial sehari-hari. Peneliti berasumsi bahwa penggunaan *smartphone* dalam game dan media sosial berhubungan dengan remaja. Ternyata teman sebaya sering mempengaruhi penggunaan *smartphone* dalam aktivitas yang dilakukan secara online.

Hubungan antar siswa merupakan elemen penting dari hubungan teman sebaya. Penelitian tentang kecanduan *smartphone* sebagian besar berdasarkan penyelidikan sebelumnya tentang kecanduan internet (Bian & Leung, 2015). Ahli teori dan penelitian sebelumnya telah lama berpendapat pentingnya hubungan teman sebaya dalam perkembangan remaja. Menurut teori kontrol sosial, ikatan individu dengan masyarakat penting dalam mencegah aktivitas nakalnya. Hubungan remaja dengan teman sebaya penting untuk menjaga mereka dari melakukan kegiatan nakal. Sejalan dengan teori ini, beberapa studi empiris menemukan bahwa hubungan teman sebaya merupakan faktor pelindung penting dalam kecanduan internet remaja pada umumnya dan kecanduan *smartphone* remaja pada khususnya (Bae, 2015). Sebagai contoh, Bae (2015) menemukan bahwa kepuasan pertemanan berhubungan negatif dengan kecanduan *smartphone* pada remaja.

Lingkungan teman sebaya memberikan pengaruh dan peran yang penting dalam perkembangan siswa. Kedekatan dan keakraban dengan teman sebaya yang kuat dan terjalin dengan baik maka akan membentuk suatu kelompok, suatu ikatan yang sangat erat. Penelitian ini diperkuat dengan pendapat yang dikemukakan Haryanto & Sujatmiko, (2012) oleh yang mengatakan bahwa teman sepermainan adalah kelompok sosial dalam jumlah kecil yang memiliki kesamaan usia, memiliki kesamaan kegiatan, biasanya dalam kelompok ini mempunyai tujuan yang sama yaitu mencari hiburan dan kepuasan rohani. Berkumpul dengan teman sebaya yang memiliki kesamaan dalam berbagai hal tertentu menjadi salah satu cara agar remaja dapat mengubah kebiasaan hidupnya dan

memcoba berbagai hal baru serta saling mendukung satu sama lain. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri (2017), mengatakan bahwa teman sebaya bagi remaja menjadi salah satu pemberi dukungan pada setiap hal yang akan dilakukan, memutuskan suatu perihal, maupun hal yang ingin dicapai, sehingga teman sebaya menjadi salah satu pemberi dukungan sosial yang penting bagi remaja.

Penggunaan internet dikalangan remaja tidak lepas karena adanya dukungan langsung dari teman sebaya yang saling mempengaruhi satu sama lain untuk mencari kepuasan hiburan dalam dunia maya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Eastin dalam Patrick (2010) yang menyatakan bahwa sangat mungkin teman-teman akan mempengaruhi satu sama lain untuk bersenang-senang dan bermain games. Selain itu, adanya kebutuhan untuk berinteraksi dengan teman sebaya secara online menjadikan seorang remaja terdorong untuk menggunakan internet.

Penggunaan internet dikalangan remaja seringkali lebih dikarenakan remaja mudah tertarik pada sesuatu hal yang baru dan tren dikalangan teman sebayanya. Masa remaja merupakan masa dimana seorang individu lebih dekat dengan teman sebayanya dibandingkan dengan keluarganya dan dengan menggunakan internet melalui media sosial, games serta yang lainnya interaksi dengan teman sebayanya menjadi lebih menarik dan mudah (Nurikhsan & Agustin, 2013). Lebih lanjut Beard dalam Price (2011) mengungkapkan bahwa budaya masyarakat modern menjadikan keharusan untuk menggunakan internet.

Pengaruh teman sebaya yang negatif pada penggunaan *smartphone* secara signifikan memprediksi kecanduan *smartphone* pada remaja. *Smartphone* semakin populer di kalangan remaja, dan penggunaan *smartphone* telah menjadi perilaku normal kelompok sebaya. Remaja pasti menghadapi tekanan mempertahankan hubungan teman sebaya menggunakan *smartphone* dalam kehidupan sehari-hari. Tekanan teman sebaya pada *smartphone* telah menjadi jenis tekanan teman sebaya yang paling penting di era Internet. Menurut teori pengaruh norma teman sebaya, jika remaja tidak mematuhi norma teman sebaya (menggunakan *smartphone*), mereka dapat dihina dan ditolak oleh teman sebaya. Namun, karena kemampuan pengendalian diri yang belum matang, banyak remaja cenderung menggunakan *smartphone* secara berlebihan untuk menjaga dan mengembangkan hubungan dengan teman sebaya, yang akan meningkatkan risiko kecanduan media sosial seluler. Tekanan teman sebaya dan kecanduan internet menunjukkan bahwa tekanan teman sebaya merupakan faktor risiko yang khas untuk kecanduan perilaku remaja di era internet seluler. Kecanduan internet/kecanduan *smartphone* secara umum dan jenis kecanduan *smartphone* tertentu dipengaruhi oleh tekanan teman sebaya (Xu *et al.*, 2023).

Hubungan Lingkungan Masyarakat terhadap Nomofobia pada Remaja

Hasil penelitian yang peneliti lakukan kali ini menunjukkan terdapat keterkaitan yang cukup signifikan antara peran lingkungan masyarakat dengan nomofobia. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Deryakulu & Ursavaş (2019) yang menunjukkan faktor lingkungan merupakan peran penting dalam meningkatkan kemungkinan berkembangnya nomofobia.

Penelitian yang dilakukan oleh Zhitomirsky-Geffet dan Blau (2016) menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara penggunaan *smartphone* yang adiktif dan faktor sosial-lingkungan, dan orang yang lebih muda lebih dipengaruhi oleh lingkungan terkait penggunaan *smartphone* daripada pengguna *smartphone* yang lebih tua. pengaruh lingkungan bersama dapat terjalin dengan sumber-sumber genetik varian. Untuk mendukung pentingnya lingkungan sosial, satu studi menunjukkan bahwa pengaruh

lingkungan dan gaya pengasuhan yang negatif secara signifikan mempengaruhi kecanduan *smartphone* mahasiswa.

Lingkungan masyarakat dapat mempengaruhi tingkat dan prevalensi Nomofobia pada remaja. Lingkungan masyarakat yang cenderung menggunakan *smartphone* secara berlebihan atau memiliki norma-norma penerimaan terhadap ketergantungan teknologi dapat meningkatkan risiko perilaku Nomofobia pada individu. Lingkungan masyarakat yang kurang mendukung interaksi sosial offline dan lebih fokus pada dunia digital dapat meningkatkan kemungkinan seseorang mengalami gejala-gejala Nomofobia.

Lingkungan masyarakat dapat mempengaruhi tingkat dan prevalensi nomofobia pada remaja. Lingkungan masyarakat yang cenderung menggunakan *smartphone* secara berlebihan atau memiliki norma-norma penerimaan terhadap ketergantungan teknologi dapat meningkatkan risiko perilaku nomofobia pada individu. Lingkungan masyarakat yang kurang mendukung interaksi sosial offline dan lebih fokus pada dunia digital dapat meningkatkan kemungkinan seseorang mengalami gejala-gejala nomofobia.

Salah satu penyebab seseorang kecanduan *smartphone* yaitu dikarenakan meniru perilaku lingkungan masyarakatnya. Remaja yang menghabiskan lebih banyak waktu bermain dengan *smartphone* menunjukkan perilaku sosial yang lebih buruk daripada remaja yang menghabiskan lebih sedikit waktu bermain *smartphone*. Kebiasaan menggunakan perangkat juga menghilangkannya dari lingkungan nyata. Pecandu *smartphone* juga menarik diri dari pergaulan karena ingin berteman di dunia maya yang mereka akses melalui *smartphone*.

Penggunaan *smartphone* yang sangat tinggi pada anak disebabkan dari beberapa faktor salah satunya dipengaruhi oleh faktor lingkungan sekitar yang dimana hampir kebanyakan anak usia dini sudah diijinkan oleh orangtua mereka untuk menggunakan *smartphone*. Beberapa Orangtua sudah membelikan *smartphone* sendiri untuk anaknya dengan alasan agar anak tidak menggunakan *smartphone* orangtua untuk bermain games (Serlan *et al.*, 2021).

KETERBATASAN PENELITIAN

Beberapa keterbatasan pada penelitian ini antaranya :

1. Data yang digunakan dalam penelitian ini hanya diperoleh melalui kuesioner yang digunakan sesuai dengan tanggapan responden, oleh karena itu kesimpulan yang terdapat pada penelitian ini hanya berdasarkan informasi yang diperoleh melalui instrument kuesioner yang digunakan secara tertulis dan tidak dilengkapi dengan wawancara.
2. Tidak menjelaskan tujuan memiliki *smartphone*, tidak mengidentifikasi masing-masing siswa besaran kuota per minggu/bulan yang dihabiskan.
3. Peneliti tidak memberikan intervensi untuk mencegah ataupun mengurangi kebiasaan bermain/penggunaan *smartphone* pada siswa SMA Negeri 1 Kejobong.

CONCLUSION

Berdasarkan hasil dan pembahasan pada penelitian “Peran orang tua, teman sebaya, dan lingkungan masyarakat terhadap nomofobia pada Remaja” di SMA Negeri 1 Kejobong dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Jenis kelamin responden terbanyak perempuan (69,2%), usia 15 - 16 tahun (75,6%) dan waktu penggunaan *smartphone* >4 jam perhari (83,3%), responden dalam penelitian ini adalah kelas X dan XI.

2. Sebagian besar responden mengalami nomofobia sedang (57,7%), peran orang tua siswa dalam kategori baik (61,5%), peran teman sebaya negatif (48,7%) dan peran lingkungan masyarakat buruk (46,2%).
3. Terdapat hubungan antara peran orang tua terhadap nomofobia pada remaja. Hasil chi square diperoleh p-value sebesar 0,026, yang artinya terdapat hubungan antara peran orang tua dengan nomofobia pada remaja, dengan maksud semakin kurang peran orang tua maka semakin berat nomofobia yang dialami remaja, sebaliknya semakin baik peran orang tua maka semakin ringan nomofobia yang dialami remaja.
4. Terdapat hubungan antara peran teman sebaya terhadap nomofobia pada remaja. Hasil chi square diperoleh p-value sebesar 0,001 yang artinya terdapat hubungan antara teman sebaya dengan nomofobia pada remaja. Semakin negatif peran teman sebaya maka semakin berat nomofobia yang dialami, sebaliknya semakin positif peran teman sebaya maka semakin ringan nomofobia yang dialami remaja.
5. Terdapat hubungan antara peran lingkungan masyarakat terhadap nomofobia pada remaja. Hasil chi square diperoleh p-value sebesar 0,011 yang artinya terdapat hubungan antara lingkungan masyarakat dengan nomofobia pada remaja, semakin buruk peran lingkungan masyarakat maka semakin berat nomofobia yang dialami remaja, sebaliknya semakin baik peran lingkungan masyarakat maka semakin ringan nomofobia yang dialami remaja.

SUGGESTION

1. Bagi Responden

Diharapkan responden bisa mengurangi penggunaan *smartphone* karena untuk meningkatkan konsentrasi belajar dan juga menjaga kesehatannya.

2. Bagi Sekolah

Diharapkan pihak sekolah menerapkan pembatasan penggunaan *smartphone* di sekolah untuk mencegah perilaku nomofobia pada remaja.

3. Bagi Orang Tua

Diharapkan orang tua agar meningkatkan pengawasan dan memberikan dukungan serta penjelasan terkait penggunaan *smartphone* yang baik dan benar agar mencegah perilaku nomofobia pada anak.

4. Bagi Lingkungan Masyarakat

Diharapkan bagi lingkungan masyarakat dapat memberikan pengaruh yang baik dan dapat menjadi contoh yang baik bagi perkembangan anak.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data awal atau perbandingan bagi peneliti selanjutnya melakukan penelitian dalam menemukan faktor lain dari nomofobia atau melakukan penelitian kualitatif dengan wawancara dan observasi lebih jauh kepada responden.

REFERENCES

- Angelia Silvanasari, I., & Vitaliati, T. (2019). Faktor Penguat Yang Berhubungan dengan Kecanduan Penggunaan *Smartphone* Pada Remaja dengan Pendekatan Precede Proceed Model. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 7(1), 30–35. <https://doi.org/10.36858/jkds.v7i1.137>
- Arpaci, I., Baloglu, M., İrem, H., Kozan, Ö., & Kesici, Ş. (2017). *Individual Differences in the Relationship Between Attachment and Nomofobia Among College Students : The Mediating Role of Mindfulness*. February 2018.

- Asih, A. T., & Fauziah, N. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecemasan Jauh Dari *Smartphone* (Nomofobia) Pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Diponegoro Semarang. *Empati*, 6(2), 15–20.
- Asmayanti, A., Syarif, A., & Laelasari, E. (2021). Peran Orangtua Pada Keluarga Dalam Mencegah Covid 19. *EduInovasi: Journal of Basic Educational Studies*, 1(1),102–123. <https://doi.org/10.47467/edui.v1i1.244>
- Bae, S. M. (2015). The relationships between perceived parenting style, learning motivation, friendship satisfaction, and the addictive use of *smartphones* with elementary school students of South Korea: Using multivariate latent growth modeling. *School Psychology International*, 36(5). <https://doi.org/doi:10.1177/0143034315604017>
- BALITBANG, K. (2017). Survey Penggunaan TIK 2017. BALITBANG KOMINFO.
- Bian, M., & Leung, L. (2015). Linking loneliness, shyness, *smartphone* addiction symptoms, and patterns of *smartphone* use to social capita. *Social Science Computer Review*, 33(1),61–79. <https://doi.org/doi:10.1177/0894439314528779>
- Demirci, K., Akgönül, M., & Akpınar, A. (2015). Relationship of *smartphone* use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 85–92. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.010>
- Deryakulu, D., & Ursavaş, Ö. F. (2019). Genetic and Environmental Sources of Nomofobia: A Small-Scale Turkish Twin Study. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*,6(1),147–162. <https://doi.org/10.15805/addicta.2019.6.1.0028>
- Gurbuz, I. B., & Ozkan, G. (2020). What is Your Level of Nomofobia? An Investigation of Prevalence and Level of Nomofobia Among Young People in Turkey. *Community Mental Health Journal*,56(5),814–822. <https://doi.org/10.1007/s10597-019-00541-2>
- Haryanto, Agung Try & Sujatmiko, E. (2012). *Kamus Sosiologi*. Aksara Sinergi Media.
- Hepilita, Y., & Gantas, A. A. (2018). Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Gangguan Pola Tidur pada Anak Usia 12 sampai 14 Tahun di SMP Negeri 1 Langke Rembong. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 3(2), 78–87.
- Krithika, M. and Vasantha, S. (2013). The Mobile Phone Usage Among Teens And Young Adults Impact Of Invading Technology. *International Journal of Innovative Research in Science, Engineering, and Technology*, 2 (12).
- Lee, S., Kim, M., Mendoza, J. S., & McDonough, I. M. (2018). Addicted to cellphones: exploring the psychometric properties between the nomofobia questionnaire and obsessiveness in college students. *Heliyon*, 4(11), e00895. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2018.e00895>
- Prasetyo, A., & Ariana, A. D. (2016). Hubungan Lima tipe Kepribadian (Big Five Personality) dengan Nomofobia pada Wanita Dewasa Awal. *Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 5(1), 1–9.
- Putri, A. F. E. (2017). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Minat Belajar Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Mojo Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2016/2017. *Artikel Skripsi*, 5. http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file_artikel/2017/12.1.01.01.0150.pdf
- Rahayuningrum, D. C., & Sary, A. N. (2019). Studi Tingkat Kecemasan Remaja Terhadap No-Mobile Phone (Nomofobia). *JURNAL Keperawatan*, 1(2), 49–55. <http://jurnal.ensiklopediaku.org>
- Rahmawati, H. N., Iqomh, M. K. B., & Hermanto, H. (2019). Hubungan Durasi

- Penggunaan Media Sosial Dengan Motivasi Belajar Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(2), 77. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.2.2017.77-81>
- Riyanti, V., Muryati, Z., D., & Muttaqin, Z. (2021). Gambaran Nomofobia Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 2(1), 249–254.
- Santrock, J. W. (2019). Adolescence. In *Adolescence (17th ed.)* (pp. 127–159). McGraw-Hill Education.
- Serlan, M. A., Irul, K., & Bunga, B. N. (2021). Hubungan Penggunaan Gadget dengan Interaksi Sosial Anak Usia Dini di Kelurahan Pasir Panjang Kecamatan Kota Lama Kupang. *Haumeni Journal of Education*, 1(1), 1–8.
- Skarupova, K., Olafsson, K. and Blinka, L. (2016). The effect of *smartphone* use on trends in European adolescents ' excessive Internet use. *Behaviour and Information Technology*, 35 (1), 68–74.
- Supriyadi. (2014). Statistik Kesehatan (A. Suslia, Ed.; ke 1). *Salemba Medika*.
- Widyastuti, D. A., & Muyana, S. (2018). Potret Nomofobia (No Mobile Phone Phobia) di Kalangan Remaja. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 62. <https://doi.org/10.26638/jfk.513.2099>
- [Xu, X., Han, W., & Liu, Q. \(2023\). Peer pressure and adolescent mobile social media addiction: Moderation analysis of self-esteem and self-concept clarity., 11\(April\), 1–9. https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1115661](#)
- Zhitomirsky-Geffet, M., & Blau, M. (2016). Cross-generational analysis of predictive factors of addictive behavior in *smartphone* usage. *Computer in Human Behavior*, 64, 682-693. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.07.061>