

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA *EXTRAVERSION PERSONALITY*
DAN KECENDERUNGAN *NOMOPHOBIA*
PADA MAHASISWA**



Oleh:

Fahmi Dimas Saputra

Wanadya Ayu Krishna Dewi



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA**

2018

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA *EXTRAVERSION PERSONALITY*
DAN KECENDERUNGAN *NOMOPHOBIA*
PADA MAHASISWA**



Dosen Pembimbing Utama

(Wanadya Ayu Krishna Dewi, S.Psi., MA.)

THE RELATIONSHIP BETWEEN EXTRAVERSION PERSONALITY AND TENDENCY NOMOPHOBIA AMONG COLLEGE STUDENTS

Fahmi Dimas Saputra
Wanadya Ayu Krishna Dewi

ABSTRACT

This study examined the relationships of extraversion personality and tendency of nomophobia among 150 college students in Islamic University of Indonesia, from Faculty of Psychology and Social Cultural Sciences, 18-24 years old. Researchers assumed that extraversion personality was positively related to tendency of nomophobia.

Data were collected by include the adaptation of Eysenck Personality Questionnaire (EPQ) (32 items) from Eysenck dan Eysenck (1991) dan adaptation of No Mobilephone Phobia Questionnaire (NMP-Q) (20 items) from Yildirim (2014). Parametric Pearson Product Moment analysis was used to test the hypothesis. The results of this study showed significant negative relationships between extraversion personality and tendency of nomophobia ($r=0,647$) with level of significant 0.000 ($p<0.01$).

Key words : *extraversion personality, nomophobia, college students*

PENGANTAR

Pada abad ke-21 ini, *smartphone* telah menjadi barang yang lazim dimiliki oleh setiap individu. Jika dulu seseorang sudah cukup dengan menelepon atau *SMS*, maka saat ini kedua hal tersebut tidak dapat memenuhi kebutuhan masyarakat pengguna *smartphone*. *Smartphone* sendiri telah banyak menawarkan berbagai fitur dan menjadi “*everything device*” bagi penggunanya. Pengguna *smartphone* dapat melakukan berbagai hal selain menelepon dan *SMS*, seperti memeriksa dan mengirim *email*, *internet browsing*, *online shopping*, *gaming*, *social networking*, *entertainment*, dan menyusun jadwal atau tugas (Park, Kim, Shon, & Shim, 2013). Menurut Kang dan Jung (2014), fitur *smartphone* lebih dari sebatas melayani komunikasi, informasi dan tujuan hiburan. *Smartphone* memungkinkan individu untuk memenuhi kebutuhan seperti *learning*, *individual capability*, *safety*, dan *human relationships* (Kang & Jung, 2014).

Mobilitas *smartphone* memberikan manfaat dan membantu individu memuaskan kebutuhan mereka (Kang & Jung, 2014), namun hal tersebut juga dapat menyebabkan beberapa masalah yang terkait dengan penggunaan *smartphone*. Oulasvirta, Rattenbury, MA, & Raita (2012) mengemukakan bahwa *smartphone* dapat menyebabkan kebiasaan memeriksa *smartphone* secara kompulsif. Kebiasaan memeriksa *smartphone* secara kompulsif dapat menyebabkan penggunaan secara kompulsif dan meningkatkan *distress* (Lee, Chang, Lin, & Cheng, 2014; Matusik & Mickel, 2011). Bahkan menurut Lee dkk (2014), *smartphone* dapat membuat individu kecanduan. Hasil temuan riset yang dilakukan Digital GFK Asia pada periode Oktober-November 2015

menunjukkan bahwa rata-rata orang Indonesia menghabiskan sampai 5,5 jam per-hari di hadapan *smartphone* (www.kompas.com). Dalam riset tersebut dijelaskan bahwa kegiatan pengguna *smartphone* memang tak selalu *online*. Aktivitas seperti mengirim pesan, mencatat sesuatu, dan membuka kalender mungkin saja dilakukan (www.kompas.com). Menurut survei yang dilakukan Lazada Indonesia terhadap 2.000 orang pada tahun 2016, ditemukan bahwa rata-rata masyarakat memeriksa ponselnya setiap lima menit dan memeriksa ponsel sebanyak 100 - 200 kali dalam sehari (www.tribunnews.com). Adapun survei dari IDC (2012) menyatakan bahwa 4 dari 5 orang memeriksa *smartphone* sebelum memulai aktifitas dan hampir 80% pengguna memeriksa *smartphone* pada 15 menit pertama setelah bangun tidur, serta 70% responden berusia 18 – 24 tahun banyak menghabiskan waktu dengan menggunakan *smartphone* baik untuk sekedar bermain *games*, dan memeriksa jejaring sosial agar selalu terhubung dengan pengguna lainnya. Hal tersebut memicu fenomena terjadinya kecanduan *smartphone*, terutama pada kelompok usia 18-24 tahun. Di Indonesia, kelompok usia tersebut merupakan rata-rata usia dimana individu berada pada jenjang perkuliahan.

Kecanduan *smartphone* merupakan gangguan kontrol pada hasrat atau keinginan untuk menggunakan *smartphone* dan ketidakmampuan individu untuk mengontrol waktu penggunaan *smartphone* itu sendiri sehingga menimbulkan perasaan cemas dan gangguan hubungan sosial (Freeman, 2008). Kecanduan berlebih akan *smartphone* dapat berkembang hingga menjadi suatu gangguan yang disebut *nomophobia*. *Nomophobia* (*no mobile*

phone phobia) merupakan fobia baru di era modern yang merupakan hasil interaksi dari individu dengan *smartphone* mereka, ketakutan berlebih apabila tidak menggunakan *smartphone* atau tidak bisa dihubungi melalui ponselnya, dan timbulnya perasaan gelisah atau panik ketika individu jauh dari ponselnya (Yildirim, 2014). Seiring dengan kemajuan teknologi, fenomena nomophobia pun semakin sering kita temukan dalam kehidupan sehari-hari, terutama di kalangan mahasiswa (Yildirim, 2014).

Dari hasil observasi dan wawancara peneliti terhadap sepuluh orang mahasiswa, terungkap bahwa mereka sulit untuk jauh dari *smartphone*-nya. Sebagian besar dari subjek mengungkapkan bahwa mereka merasa tidak nyaman ketika kehabisan baterai *smartphone*, kehabisan kuota internet, kesulitan mendapatkan jaringan atau *wifi*, dan panik ketika lupa menaruh atau kehilangan *smartphone*-nya. Sebagian dari subjek juga mengatakan bahwa akan membawa *smartphone* miliknya kemanapun dan kapanpun, seperti saat makan, kuliah, rapat, maupun ke toilet. Bahkan ketika tidur, mereka akan meletakkan *smartphone*-nya tidak jauh dari tempat tidur dengan alasan agar mudah dijangkau ketika ada notifikasi masuk. Kemudian semua subjek mengaku bahwa setiap harinya setelah bangun tidur dan sebelum tidur, mereka akan memeriksa *smartphone*-nya. Selain itu semua subjek juga mengaku dapat menghabiskan waktu hingga berjam-jam dengan *smartphone*-nya dengan berbagai tujuan seperti memeriksa jejaring sosial, menonton video, *browsing*, *chatting*, dan *online shopping*.

Dari fenomena di atas, apabila mahasiswa memiliki kecenderungan *nomophobia* maka akan mengarahkan pada gangguan *nomophobia* yang memiliki dampak secara psikologis, fisik, relasi sosial, perilaku, akademis atau pekerjaan, dan hukum (Yuwanto, 2010). Secara psikologis, individu merasa tidak nyaman atau gelisah ketika tidak menggunakan atau tidak membawa *smartphone*-nya. Secara fisik akan berdampak pada gangguan fisik seperti kelelahan karena pola tidur yang berubah. Dampak pada relasi sosial yaitu berkurangnya komunikasi secara langsung dengan orang lain. Dampak pada perilaku yaitu adanya kemungkinan menimbulkan perilaku konsumtif karena penggunaan *smartphone* dengan berbagai fasilitas yang diberikan dapat membuat individu mengeluarkan biaya lebih dengan membeli paket data untuk memanfaatkan fasilitas yang ingin digunakan. Pada sisi akademis atau pekerjaan, akan berkurangnya waktu untuk mengerjakan sesuatu yang penting, dengan kata lain berkurangnya produktifitas sehingga mengganggu akademis atau pekerjaan. Selain itu, keinginan untuk menggunakan *smartphone* yang tidak terkontrol menyebabkan penggunaan *smartphone* saat berkendara dan membahayakan diri sendiri dan orang lain sehingga akan individu terlibat atau bertentangan dengan hukum.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang mengalami *nomophobia*, yaitu jenis kelamin, usia, *self-esteem*, *extraversion personality*, dan *neuroticism personality* (Bianchi & Phillips, 2005). Pada salah satu faktor yaitu *extraversion personality*, yang menjelaskan bahwa tipe kepribadian ekstavert yang menunjukkan tingkat kesenangan seseorang akan hubungan,

kaum ekstravert cenderung ramah dan terbuka serta menghabiskan banyak waktu untuk mempertahankan dan menikmati sejumlah besar hubungan (Eysenck & Eysenck, 1991).

Menurut Eysenck dan Eysenck (1991), *extraversion personality* sangat erat hubungannya dengan interaksi sosial dan sosiabilitas. Individu dengan kepribadian ekstravert digambarkan sebagai individu periang atau penggembira (Eysenck & Eysenck, 1991). Pada saat berhubungan dengan orang lain akan mudah membangun hubungan sosial, suka mengambil kesempatan untuk berjumpa dengan orang lain, *easy going*, dan optimis (Bianchi & Phillips, 2005). Selain itu, Bianchi dan Phillips (2005) mengemukakan bahwa *extraversion* ikut terlibat dalam perilaku adiktif, karena tipe kepribadian ekstravert memiliki kecenderungan yang akan membuat individu mencari sensasi. Pencari sensasi membutuhkan suatu hal yang baru serta beragam sensasi dan pengalaman. Demi hal tersebut, tipe ini berani mengambil resiko sosial dan fisik (Bianchi & Phillips, 2005). Secara umum telah ditetapkan bahwa tipe ekstravert lebih rentan terhadap perilaku adiktif, seperti kecanduan alkohol dan narkoba (Bianchi & Phillips, 2005). Bianchi dan Phillips (2005) menyimpulkan bahwa tipe ekstravert lebih rentan terhadap masalah penggunaan *smartphone* dengan alasan bahwa mereka cenderung mencari situasi sosial. Sosialisasi adalah salah satu ciri utama dari *extraversion*, sehingga tipe ekstravert akan cenderung memiliki lingkaran pertemanan dan jaringan sosial yang lebih besar. Hal tersebut secara teknis dapat meningkatkan penggunaan ponsel pada individu yang memiliki tipe

kepribadian *extraversion*. Berdasarkan uraian mengenai *nomophobia* dan *extraversion personality* di atas, maka muncul rumusan masalah apakah ada hubungan antara *extraversion personality* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa.

METODE PENELITIAN

A. Subjek Penelitian

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang menempuh S-1 ataupun sederajat di Kota Yogyakarta, berusia 18 - 24 tahun, memiliki *smartphone*, menggunakan layanan internet.

B. Metode Pengumpulan Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini untuk pengumpulan data adalah metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan angket atau kuesioner. Penelitian ini menggunakan sebuah kuesioner yang terdiri dari dua buah skala pengukuran yaitu skala kecenderungan *nomophobia* dan skala *extraversion personality*.

1. Skala Kecenderungan *Nomophobia*

Skala yang digunakan untuk mengukur kecenderungan *nomophobia* merupakan adaptasi dari *No Mobilephone Phobia Questionnaire* (NMP-Q) yang dikembangkan oleh Yildirim (2014). Peneliti mengadaptasi skala tersebut dengan menggunakan seluruh butir pernyataan. Aspek-aspek yang diungkap dalam skala ini antara lain:

- a. *Not being able to communicate*
- b. *Losing connectedness*

c. *Not being able to access information*

d. *Giving up convenience*

Jumlah aitem yang direncanakan dalam skala ini adalah 20 aitem yang bersifat *favorable*. Subjek diminta untuk menanggapi pernyataan-pernyataan yang diajukan dalam skala tersebut dengan memilih salah satu dari lima macam pilihan yang diajukan, yaitu selalu, sering, kadang-kadang, jarang, tidak pernah.

Pemberian skor dalam setiap aitem bergerak dari angka 1 sampai dengan 5. Untuk aitem yang bersifat *favorable*, skor tertinggi yang diberikan adalah 5 untuk jawaban selalu, 4 untuk sering, 3 untuk jawaban kadang-kadang, 2 untuk jarang, dan 1 untuk jawaban tidak pernah.

2. Skala *Extraversion Personality*

Skala yang digunakan untuk mengukur tipe kepribadian ekstrovert merupakan modifikasi dari *Eysenck Personality Inventory* (EPI) yang dikembangkan oleh Eysenck dan Eysenck (1991). Pada skala ini terdapat 57 aitem yang menentukan kecenderungan individu ekstrasversion-introversion, neuroticism-non neuroticism. Aitem dalam EPI terbagi dalam tiga bagian (24 aitem mengukur *neuroticism*, 24 aitem mengukur *extraversion*, dan 9 aitem sebagai *lie scale*), namun pada penelitian ini memfokuskan terhadap tipe kepribadian ekstrovert-introvert dengan maksud menyederhanakan dan membatasi area permasalahan yang akan diteliti. Aspek-aspek yang diungkap dalam skala ini antara lain:

a. *Activity*

- b. *Sociability*
- c. *Risk Taking*
- d. *Impulsiveness*
- e. *Expresiveness*
- f. *Reflectiveness*
- g. *Responsibility*

Alternatif jawaban yang disediakan pada skala ini adalah Ya dan Tidak. Pemberian skor dalam setiap aitem berupa angka 0 dan 1. Untuk aitem yang bersifat *favorable*, skor tertinggi yang diberikan adalah 1 untuk jawaban Ya dan 0 untuk jawaban Tidak. Sebaliknya untuk aitem yang bersifat *unfavorable* skor tertinggi yang diberikan adalah 1 untuk jawaban Tidak dan 0 untuk jawaban Ya.

C. Metode Analisis Data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini akan dianalisis statistik dengan menggunakan program *Statistical Package for Social Science (SPSS) 21.0 for windows* menggunakan teknik parametrik *Product Moment Pearson* untuk mengetahui hubungan antara *extraversion personality* dan kecenderungan *nomophobia*.

HASIL PENELITIAN

1. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan sebagai prasyarat yang harus dipenuhi sebelum uji hipotesis, yang meliputi uji normalitas dan uji korelasi. Uji

asumsi ini dilakukan dengan bantuan program statistik dalam SPSS *version 21.0 for windows*.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat data yang digunakan dalam penelitian memiliki penyebaran atau distribusi yang normal atau tidak. Peneliti melakukan uji normalitas dengan menggunakan *Test of Normality Kolmogorov-Smirnov*. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran data adalah jika $p > 0,05$ maka sebarannya dinyatakan normal, sebaliknya jika $p < 0,05$ maka sebarannya dinyatakan tidak normal (Azwar, 2014). Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa sebaran data untuk skala *extraversion personality* adalah normal dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Adapun sebaran data pada skala kecenderungan *nomophobia* adalah normal dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui hubungan linier yang terbentuk antara kedua variabel. Hubungan kedua variabel dapat dikatakan linier apabila nilai *linearity* menunjukkan $p < 0,05$ dan *deviation from linearity* menunjukkan $p > 0,05$ (Azwar, 2014). Uji linieritas ini menggunakan tes *Compare Means* dari SPSS *version 21.0 for windows*. Variabel *extraversion personality* dan kecenderungan *nomophobia* memiliki $F = 104,941$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga kedua variabel memiliki hubungan yang linier.

2. Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji normalitas dan uji linieritas, maka selanjutnya dilakukan uji hipotesis. Uji hipotesis ini bertujuan untuk melihat pembuktian dari hipotesis yang telah diajukan oleh peneliti yaitu apakah ada hubungan *extraversion personality* dengan kecenderungan *nomophobia*. Berdasarkan uji normalitas diketahui bahwa kedua variabel memiliki distribusi data yang normal, sehingga uji hipotesis ini menggunakan teknik korelasi parametrik *Product Moment Pearson*.

Uji hipotesis pertama yaitu untuk melihat apakah ada hubungan yang positif antara *extraversion personality* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa. Analisis korelasi antara *extraversion personality* dengan kecenderungan *nomophobia* menghasilkan nilai koefisien korelasi (r) = 0,647 dan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang sangat signifikan antara *extraversion personality* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa, sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat *extraversion personality* maka akan semakin tinggi kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa, demikian pula sebaliknya. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat **diterima**. Adapun koefisien determinasi (r^2) = 0,418 atau 41,8%. Hal ini menunjukkan bahwa 41,8% tingkat kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa ditentukan oleh faktor *extraversion personality* yang dimiliki dan 58,2% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

PEMBAHASAN

Tujuan studi yang ingin mengetahui apakah ada hubungan antara *extraversion personality* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa. Hipotesis penelitian yang berbunyi terdapat hubungan positif antara *extraversion personality* dengan kecenderungan *nomophobia* diterima. Koefisien korelasi pada analisis data dengan menggunakan teknik korelasi parametrik *Product Moment Pearson*, memiliki koefisien korelasi ($r = 0,647$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,01$)). Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *extraversion personality* maka semakin tinggi kecenderungan mahasiswa mengalami *nomophobia*, sebaliknya semakin rendah tingkat *extraversion personality* maka semakin rendah kecenderungan mahasiswa mengalami *nomophobia*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Lane dan Manner (2011) yang mengatakan bahwa dari kelima teori *big five personalities*, hanya *extraversion* yang secara signifikan mampu memprediksi keterikatan individu dengan *smartphone*. Adapun penelitian yang mengatakan bahwa *extraversion personality* terkait dengan perilaku adiktif, sehingga hal itu terkait dengan penggunaan dan masalah penggunaan *smartphone* secara keseluruhan (Bianchi dan Phillips, 2005). Individu dengan *extraversion personality* pada dasarnya bersifat sosial, selain itu ponsel adalah alat yang digunakan untuk komunikasi, masuk akal bahwa keduanya saling terkait erat. Hal tersebut didukung dengan penelitian dari Butt dan Phillips (2008) yang mengatakan bahwa individu dengan tipe kepribadian ekstravert menghabiskan lebih banyak waktu menelepon dan mengirim pesan teks pada beberapa orang.

Mahasiswa dengan tipe kepribadian extravert akan cenderung memiliki lingkaran pertemanan dan jaringan sosial yang lebih besar. Hal tersebut secara teknis dapat meningkatkan penggunaan ponsel pada mahasiswa yang memiliki tipe kepribadian *extraversion*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hamburger dan Ben-Artzi (2000) yang mengatakan bahwa individu dengan *extraversion personality* akan meningkatkan penggunaan *social services* di internet. Ketika penggunaan internet meningkat hal tersebut akan berkaitan dengan penggunaan *smartphone* sebagai sarana *social media*. Penggunaan *smartphone* yang terlalu intens, akan menyebabkan individu memiliki ketergantungan terhadap *smartphone*. Hal tersebut dapat menggiring mahasiswa terhadap kecenderungan *nomophobia*. Adapun penelitian dari Takao (2014) pada mahasiswa di Jepang yang menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat *extraversion personality* maka mahasiswa akan cenderung mengalami *problematic mobile phone use*.

Tingkat *extraversion personality* pada mahasiswa yang berada pada kategori sangat tinggi sebesar 11,33%, 32,67% pada kategori tinggi, 28,67% pada kategori sedang, 11,33% pada kategori rendah dan 16% subjek berada pada kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tipe kepribadian ekstravert. Selain itu sebanyak 20% mahasiswa memiliki kecenderungan *nomophobia* sangat tinggi, 22,67% pada kategori tinggi, 17% pada kategori sedang, 22,0% pada kategori rendah, dan 18% pada kategori sangat rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki potensi mengalami kecenderungan *nomophobia*.

Sumbangan efektif variabel *extraversion personality* terhadap variabel kecenderungan *nomophobia* dapat dilihat dari koefisien determinasi (r^2) = 0,418. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel *extraversion personality* memberikan sumbangan efektif sebesar 41,8% terhadap variabel kecenderungan *nomophobia* dan 58,2% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Bianchi dan Phillips (2005) menyebutkan terdapat faktor lain seperti gender, usia, *self esteem*, dan *neuroticism personality*.

Subjek penelitian pada penelitian ini merupakan mahasiswa yang memiliki *smartphone*, menggunakan layanan internet, dan berusia 18 sampai dengan 24 tahun. Hal ini mendukung survei dari IDC (2012) yang menyebutkan bahwa 70% responden berusia 18 – 24 tahun banyak menghabiskan waktu dengan menggunakan *smartphone* baik untuk sekedar bermain *games*, dan memeriksa jejaring sosial agar selalu terhubung dengan pengguna lainnya. Yildirim (2014) mengatakan *nomophobia (no mobile phone phobia)* merupakan fobia baru di era modern yang merupakan hasil interaksi dari individu dengan *smartphone* mereka, ketakutan berlebih apabila tidak menggunakan *smartphone* atau tidak bisa dihubungi melalui ponselnya, dan timbulnya perasaan gelisah atau panik ketika individu jauh dari ponselnya. Seiring dengan kemajuan teknologi, fenomena *nomophobia* pun semakin sering kita temukan dalam kehidupan sehari-hari, terutama di kalangan mahasiswa (Yildirim, 2014).

Berdasarkan hasil pemaparan diatas, terdapat keterbatasan dalam penelitian ini, dalam sampel yang digunakan untuk meneliti prevalensi *nomophobia* di kalangan mahasiswa, sampel perempuan menduduki sampel yang

terlalu tinggi (65,33%). Kemudian distribusi usia sampel adalah cenderung homogen, karena sampel sebagian besar terdiri dari mahasiswa baru dan mahasiswa aktif saja. Penelitian selanjutnya harus mengumpulkan sampel heterogen yang lebih luas terkait dengan jenis kelamin dan usia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dibuktikan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *extraversion personality* dengan kecenderungan *nomophobia*, serta dapat disimpulkan bahwa tingkat *extraversion personality* yang tinggi akan memperbesar kecenderungan mahasiswa mengalami *nomophobia*, begitu pula sebaliknya apabila tingkat *extraversion personality* yang rendah akan memperkecil kecenderungan mahasiswa mengalami *nomophobia*

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti mengajukan beberapa saran, antara lain:

1. Bagi Para Mahasiswa

Peneliti mengharapkan agar para mahasiswa lebih bijaksana dalam menggunakan *smartphone*, *smartphone* dapat digunakan secara positif contohnya mendapatkan informasi yang seluas-luasnya, *men-download* aplikasi yang berguna untuk kesehatan, pendidikan, bisnis, dan lain-lain. Sehingga mengurangi ketergantungan terhadap pemakaian berlebih yang sia-sia dan terhindar dari *nomophobia*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema yang sama, sebaiknya mengumpulkan sampel heterogen yang lebih luas terkait dengan jenis kelamin dan usia. Selain itu peneliti selanjutnya juga diminta untuk lebih teliti pada saat penyusunan skala dan pengambilan *sampling* subjek sehingga tidak terjadi kekeliruan. Peneliti diharapkan melakukan pengawasan ketika subjek mengisi skala penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, Saifuddin. 2014. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. 2005. Psychological Predictors of Problem Mobile Phone Use. *Cyber Psychology & Behavior, Vol.8, No.1, 39-51*.
- Butt, S., & Phillips James, G. 2008. Personality and Self Reported Mobile Phone Use. *Computers in Human Behavior, Vol.24, 346-360*.
- Eysenck, H.J., & Eysenck, S.B.G. (1991). *Manual of the Eysenck Personality Scales (EPS Adult)*. London: Hodder & Stoughton.
- Feist.G. J dan Feist. J. 2010. *Teori Kepribadian*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Hall, C & Lindzey, G.2005. *Teori-teori Psikodinamik (Klinis) Freud, Erikson, Jung, Adler, Fromm, Horney, Sullivan*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hamburger Y,A., & Ben-Artzi, E. 2000. The Relationship Between Extraversion and Neuroticism and the Different Uses of the Internet. *Computers in Human Behavior, Vol.16, 441-449*.
- International Business Times. 2013. *Nomophobia: 9 out of 10 Mobile Phone Users Fear Losing Contact, Says Survey*.
<http://www.ibtimes.co.in/nomophobia-9-outof-10-mobile-phone-users-fear-losing-contact-says-survey-473914>
- Kang, S., & Jung, J. 2014. Mobile communication for human needs: A comparison of smartphone use between the US and Korea. *Computers in Human Behavior, Vol.35, 376-387*.
- King ALS, Valenca AM and Nardi AE. 2010. Nomophobia: The mobile phone in panic disorder with agoraphobia reducing phobias or worsening of dependence?. *Cognitive and Behavioral Neurology, Vol.23, No.1, 52-54*.
- Lane, W., & Manner, C. 2011. The Impact of Traits on Smartphone Ownership and Use. *International Journal of Business and Social Science, Vol. 2, No. 17, 22-28*.
- Lee, Y. K., Chang, C. T., Lin, Y., & Cheng, Z. H. 2014. The dark side of smartphone usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Computers in Human Behavior, Vol.31, 373-383*.

- Lu, W., Zhenhong, W., Ya, L., & Hui, Z. 2014. Resilience As a mediator between extraversion, neuroticism and happiness, PA and NA. *Personality and Individual Differences, Vol.63, 128-133.*
- Mastuti, E. 2005. Analisis Faktor Alat Ukur Kepribadian Big Five (Adaptasi dari IPIP) pada Mahasiswa Suku Jawa. *Jurnal Psikologi, Vol. 7, No 3.*
- Matusik, S. F., & Mickel, A. E. 2011. Embracing or embattled by converged mobile devices? Users' experiences with a contemporary connectivity technology. *Human Relations, Vol.64, No.8, 1001–1030.*
- McCrae, R.R., Costa, P.T. (2006). *Personality in Adulthood, A Five Factor Theory Perspective.* New York: The Guildford Press.
- Park, N., Kim, Y. C., Shon, H. Y., & Shim, H. 2013. Factors influencing smartphone use and dependency in South Korea. *Computers in Human Behavior, Vol.29, No.4, 1763-1770.*
- Pavithra, MB., Madhukumar, S., & Murthy, M. 2015. A study on nomophobia – mobile phone dependence, among stedents of a medical college in Bangalore. *National Journal of Community Medicine, Vol.6, 340-344.*
- Pervin, L.A., Cervone, D., John, O.P. 2005. *Personality: Theory and Research.* Hoboken. NJ: Wiley.
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. 2005. *Theories of personality. (8th ed.).* Belmont CA: Cengage Learning/Wadswort
- SecurEnvoy. 2012. *66% of the population suffer from Nomophobia the fear of being without their phone.* <http://www.securenvoy.com/blog/2012/02/16/66-of-the-population-suffer-from-nomophobia-the-fear-of-being-without-their-phone/>
- Sharma, N., Sharma, P., Sharma, N., & Wavare, R. 2015. Rising concern of nomphobia amongst Indian medical students. *International Journal of Research in Medical Sciences, Vol.3, No.3, 705-707.*
- Sugiyono. 2012. *Memahami Penelitian Kuantitatif.* Bandung: Alfabeta.
- Takao, M. 2014. Problematic mobile phone use and big-five personality domains. *Indian Journal Community Medicine, Vol.39, No.2, 111-113.*
- Yildirim, C. 2014. *Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research.*
- Yildirim, C., Sumuer, E., Adnan, M., & Yildirim, S. 2015. A growing fear: prevelance of nomophobia among turkish college students. *Information development, Vol.32, No.5, 1322-1331.*

<http://jambi.tribunnews.com/2016/02/22/lazada-orang-mengecek-ponsel-setiap-lima-menit> diakses pada tanggal 21 Maret 2017

<http://tekno.kompas.com/read/2016/12/19/09410067/pakai.ponsel.5.5.jam.sehari.orang.indonesia.ngapain.saja>. diakses pada tanggal 21 Maret 2017