

ABSTRAK

HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN GADGET DENGAN KEJADIAN NOMOPHOBIA PADA REMAJA DI SMA TAMANSISWA KOTA MOJOKERTO

OLEH : YUSRIL AL HAMDANI ZEIN

Penggunaan perangkat elektronik oleh remaja semakin meningkat karena kemajuan teknologi digital. Menggunakan gadget dalam waktu yang lama dapat membuat seseorang semakin membutuhkan smartphone, sehingga berisiko mengalami nomophobia, yaitu perasaan cemas, takut, atau tidak nyaman ketika tidak bisa mengakses smartphone. Penelitian ini bertujuan untuk memahami hubungan antara lama waktu menggunakan gadget dan munculnya gejala nomophobia pada para siswa SMA Tamansiswa di Kota Mojokerto. Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah sejumlah 538 siswa kelas X dan XII di SMA Tamansiswa Kota Mojokerto, sedangkan sampel yang digunakan berjumlah 81 orang, dipilih dengan metode pengambilan sampel acak proporsional. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang mengukur lama penggunaan gadget dan juga menggunakan kuesioner Nomophobia (NMP-Q). Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Spearman Rank dengan tingkat kepercayaan $\alpha = 0,05$. Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden, yaitu 85,2%, menggunakan gadget dengan durasi yang Tinggi. Selain itu, sebanyak 53,1% dari responden mengalami gejala nomophobia dengan Kategori tinggi. Hasil analisis data menunjukkan nilai p-value sebesar 0,001 ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi (r) sebesar 0,351, yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan, lemah, dan positif antara lama penggunaan gadget dengan kejadian nomophobia pada remaja. Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin lama remaja menggunakan gadget, semakin besar kemungkinan mereka mengalami ketakutan akan tidak bisa menggunakan gadget. Meskipun hubungan antara penggunaan gadget dan nomophobia lemah, waktu penggunaan gadget tetap menjadi salah satu penyebab nomophobia, selain faktor-faktor seperti sifat individu, kemampuan mengendalikan diri, cara menggunakan media sosial, dan kondisi psikologis remaja. Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan antara durasi penggunaan gadget dan munculnya rasa takut akan kehilangan gadget (nomophobia) pada remaja di SMA Tamansiswa Kota Mojokerto.

Kata kunci: durasi penggunaan gadget, nomophobia, remaja, smartphone.

BINA SEHAT PPNI

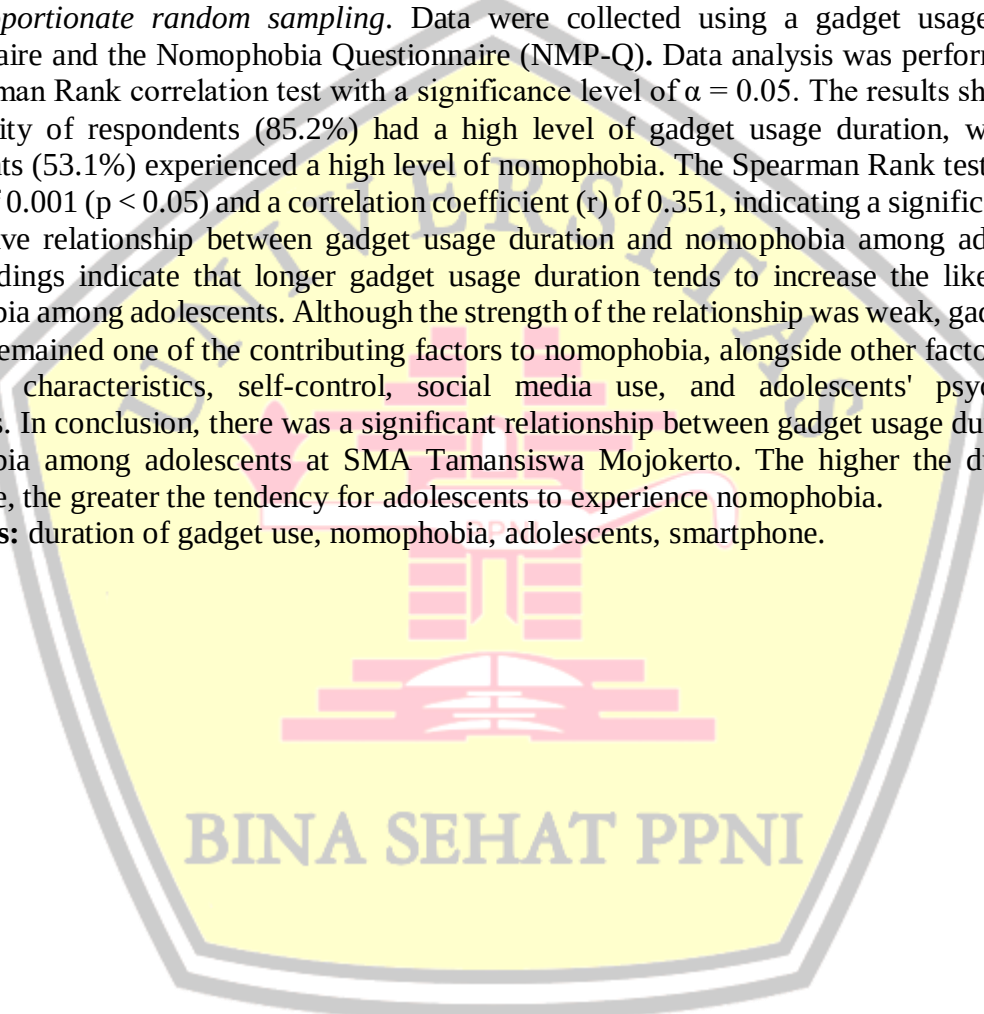
ABSTRAC

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE DURATION OF GADGET USE AND NOMOPHOBIA AMONG ADOLESCENTS AT SMA TAMANSISWA MOJOKERTO

BY : YUSRIL AL HAMDANI ZEIN

The increasing development of digital technology has led to greater gadget use among adolescents. Excessive gadget use may increase dependence on smartphones, leading to nomophobia, which is characterized by feelings of anxiety, fear, or discomfort when individuals are unable to access or use their smartphones. This study aimed to determine the relationship between gadget usage duration and nomophobia among adolescents at SMA Tamansiswa Mojokerto. This study employed a correlational analytic design with a *cross-sectional* approach. The study population consisted of all students at SMA Tamansiswa Mojokerto, with a sample of 81 respondents selected using *proportionate random sampling*. Data were collected using a gadget usage duration questionnaire and the Nomophobia Questionnaire (NMP-Q). Data analysis was performed using the Spearman Rank correlation test with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results showed that the majority of respondents (85.2%) had a high level of gadget usage duration, while most respondents (53.1%) experienced a high level of nomophobia. The Spearman Rank test yielded a *p-value* of 0.001 ($p < 0.05$) and a correlation coefficient (*r*) of 0.351, indicating a significant, weak, and positive relationship between gadget usage duration and nomophobia among adolescents. These findings indicate that longer gadget usage duration tends to increase the likelihood of nomophobia among adolescents. Although the strength of the relationship was weak, gadget usage duration remained one of the contributing factors to nomophobia, alongside other factors such as individual characteristics, self-control, social media use, and adolescents' psychological conditions. In conclusion, there was a significant relationship between gadget usage duration and nomophobia among adolescents at SMA Tamansiswa Mojokerto. The higher the duration of gadget use, the greater the tendency for adolescents to experience nomophobia.

Keywords: duration of gadget use, nomophobia, adolescents, smartphone.



BINA SEHAT PPNI